

Dag 1

09.00 - 09.15 HR hälsar välkomna

09.15 – 10.00 Kursintroduktion

- Syfte
- Upplägg och program
- Deltagarna presenterar sig och sina förväntningar på kursen

10.00 – 10.15 Paus

10.15 – 11.00 Introduktion till psykiatrin

- Den psykiska ohälsans rötter, omfattning och konsekvenser
- Symtom, diagnostik och behandling vid psykisk ohälsa
- De vanligaste tillstånden
- Hur är vården organiserad, hur gör patienten för att få rätt vård?
- Sökvägar och informationskällor
- *Tid för reflektion och frågor*

11.00 – 11.15 Paus

11.15 - 12.00 Introduktion till psykiatrin, fortsättning

- Fortsättning på föregående område
- *Tid för reflektion och frågor*

12.00 - 13.00 Lunch

13.00 – 13.40 Samtalskonst och goda möten

- Hur pratar jag med en människa som mår dåligt?
- Hur jag ser på patienten påverkar mitt bemötande
- Identifiera felaktiga kartor och orimliga förväntningar
- Den nödvändiga balansen mellan integritet och anpassning
- *Tid för reflektion och frågor*

13.40 – 13.50 Paus

13.50 – 14.30 Tvångssyndrom, samlarsyndrom och ätstörning

- Ångest, förtvivlan, hopplöshet och vanmakt

14.30 – 14.50 Paus

14.50 – 15.20 Stressrelaterad ohälsa vid långvarig överbelastning

- Utbrändhet
- Utmattningsyndrom
- Några tips för att skydda mig själv
- *Tid för reflektion och frågor*

15.20 – 15.30 Paus

15.30 – 16.00 Stressrelaterad ohälsa vid akut förlust och trauma

- Sorg och krisreaktion
- Anpassningsstörning
- Akut och posttraumatiskt stressyndrom
- Hur kan jag möta jag en människa i kris?
- *Tid för reflektion och frågor*

Dag 2

09.00 – 09.10 Frågor och uppföljning av första kursdagen

09.10 – 09.40 Förstämningssjukdomar

- Depression
- Bipolär sjukdom
- Hur kan jag hjälpa den drabbade?
- *Tid för reflektion och frågor*

09.40 – 09.50 Paus

09.50 – 10.20 Att möta en människa med självmordstankar och självskadebeteende

- Myter och fakta om självmord
- Hur bedömer jag hur stor risken är för självmord?
- Hur kan jag hjälpa den som överväger att ta sitt liv?
- Självskadebeteende utan självmordsavsikt
- *Tid för reflektion och frågor*

10.20 – 10.40 Paus

10.40 - 11.10 Psykossjukdomar

- Vanföreställningssyndrom
- Schizofreni
- *Tid för reflektion och frågor*

11.10 – 11.20 Paus

11.20 – 12.00 Ångestsjukdomar

- Social ångest
- Paniksyndrom
- Generaliserat ångestsyndrom
- Specifik fobi
- *Tid för reflektion och frågor*

12.00 - 13.00 Lunch

13.00 – 13.15 Människor med ”inbyggda” svårigheter, en introduktion

13.15 – 13.50 Utvecklingsrelaterade funktionsavvikelser

- Intellektuell funktionsnedsättning
- ADHD och DAMP
- Autism
- *Tid för reflektion och frågor*

13.50 – 14.05 Paus

14.05 - 14.45 Personlighetssyndrom

- Vad innebär begreppen och varför är det viktigt att känna till dessa tillstånd?
- Hur känner jag igen narcissistiska, antisociala/psykopatiska, passivt aggressiva och emotionellt instabila personlighetsdrag?
- Hur kan jag möta och prata med upprörda, missnöjda och aggressiva människor?
- *Tid för reflektion och frågor*

14.45 – 15.00 Paus

15.00 - 15.45 Rättshaveristiskt beteende

- Hur tar det sig uttryck?
- Hur kan jag förebygga rättshaveristisk utveckling?
- Hur hanterar jag personen?
- Skademinimering - hur skyddar jag mig själv och vår organisation?

15.45 - 16.00 Frågor, summering och kursavslutning

Väl mött till två intensiva och allmänbildande dagar med spännande diskussioner och högt i tak!

*Michael Rangne
Specialist i psykiatri, överläkare
mrangne@gmail.com*