

Hej kursdeltagare,

Ni är alla varmt välkomna till denna kurs om att förstå och hantera människor med psykisk ohälsa. Även om det inte framgår av schemat kommer det att finnas utrymme för frågor under och efter varje avsnitt. Du som har frågor som du är angelägen om att få ett tydligt svar på är även välkommen att maila dem till mig i förväg på mrangne@gmail.com.

Min förhoppning är att ni ska få tredelad behållning av kursen:

1. Kunskaper som ni har nytta av i ert yrkesliv. Eftersom den psykiska ohälsan är så utbredd i befolkningen - bortåt hälften drabbas före eller senare - råder ingen tvekan om att alla kunskaper inom området kan vara till stor nytta för att såväl förstå som hjälpa drabbade medmänniskor. De allvarliga sjukdomarna är bara toppen på isberget. Under ytan är det vanligt med "lättare" former av ohälsa som icke desto mindre trasslar till livet för den drabbade och vanligen också för människorna runt omkring denne.
 - Kollegan som inte längre funkar som han borde kanske missbrukar.
 - Den omdömeslösa kollegan kanske är på väg att utveckla demens trots att han bara är 44 år.
 - Den för tillfället jättegglada, energiska och överentusiastiska kollegan kanske inte alls lärt sig att "tänka positivt" – hen har kanske utvecklat en mani där hen inom kort kommer att ha åsamkat företaget stora kostnader.
 - Den välklädda och charmiga person som värtaligt försöker övertyga dig om att göra en "idiotsäker" affär kanske inte är ett dugg trevlig innerst inne, snarare skicklig psykopat.
 - Också klienten som ställt till det för sig genom att slå ned en person på krogen kanske har psykopatiska personlighetsdrag. Eller så har han tvärtom en väl utvecklad etisk medvetenhet men lider av en impulskontrollstörning i form av ADHD eller emotionellt instabil personlighetsyndrom.
 - Klienten som ständigt gör sig socialt omöjlig genom att inte ta in och bry sig om andras perspektiv och behov blir kanske mer begriplig om man förstår att hen har uttalade autistiska drag i form av svårigheter att förstå och leva sig in i andras föreställningsvärld.
2. Ni kommer därtill även att ha privat nytta av det ni lär er. Även om vi själva har turen att klara oss har vi alla familjemedlemmar, vänner och kollegor som drabbas. Vårt kunnande och våra insatser kan vara av avgörande vikt för dem. Jag har svårt att förstå varför våra ungdomar inte erbjuds en psykiatrisk motsvarighet till juridikens "Jöken", så att de lämnar gymnasiet med en god förmåga att förstå och hantera egna och andras känslor, tankar och handlingar ändamålsenligt. Det går utmärkt väl att sammanställa, lära ut och träna de grundläggande färdigheterna för goda relationer och ett tillfredsställande liv.
 - En strulig eller missbrukande tonåring som faller av i skolarbetet kanske inte alls ger uttryck för "tonårstrots" utan istället har utvecklat en allvarlig och behandlingskrävande depression. Huruvida hans depression blir igenkänd eller misskänd kan komma att avgöra hur resten av hans liv utvecklar sig.
 - Din "dementa" faster är kanske inte dement utan har utvecklat en depression eller en hjärntumör.
 - Tonåringen med underliga idéer och socialt avvikande beteenden kanske inte alls "utvecklar sin självständighet" utan snarare är drabbad av schizofreni.
 - Vännen i "kris" efter en skilsmässa kanske har utvecklat en allvarlig depression i behov av professionell behandling om han alls ska bli bättre.
 - Partnern som hotar att ta livet av sig kanske inom kort gör just det om ingen rådig person inser att suicidal kommunikation talar för - inte emot - hög självmordsrisk, och omgående för hen till en psykiatrisk akutmottagning för bedömning, om nödvändigt med ambulans eller polis. Dina kunskaper i psykiatri kan mycket väl komma att rädda någons liv!
3. Litet trevligt under tiden, eftersom det är två långa dagar 😊

Michael Rangne, 2019-11-30