

Lær deg å opptre tryggere i møte med psykisk syke og ustabile personer

# Psykiatri for deg uten psykiatrisk utdanning

- Styrk din kompetanse rundt psykiske lidelser, rus og avvikende adferd
- Konkrete råd for gjennomføre gode møter og utfordrende samtaler
- Motivert til å hjelpe – lær å opprettholde egen arbeidsglede
- Lær å sette grenser – styrk dine egne reaksjonsmønstre i truende situasjoner

**Godkjenninger:**

**Norsk Sykepleierforbund:** konferansen godkjennes som meritterende for godkjenning til klinisk spesialist i sykepleie/spesialsykepleie med totalt 6 timer

**Fagforbundet:** godkjennes som tellende i program for klinisk fagstige for hjelpepleiere og omsorgsarbeidere med 6 timer for området det er relevant for.

## Målgruppe for seminaret:

Seminaret retter seg mot deg som arbeider innen pleie og omsorg, med arbeidstrening, i NAV-systemet, med rehabilitering, barnevern, politi, psykiatri, i førstelinje i helsevesen m.m.

Foredragsholderne har faglig tyngde og formidler med utgangspunkt i dine behov.

## Til deg som møter psykisk syke og ustabile personer

*Opplever du utfordrende eller truende situasjoner i jobben din? Føler du at du mangler kunnskap som kan øke din forståelse i møter med rusete brukere eller psykisk ustabile pasienter? Har du kanskje fått endrete oppgaver som medfører nye krav til kompetanse?*

Å arbeide med mennesker i ustabile livssituasjoner krever mye av deg som hjelper. Seminarets formål er å gi deg nødvendig kunnskap, konkrete kommunikasjonsverktøy og bevisstgjørende teknikker som gjør deg tryggere i møtet med utfordrende situasjoner.

Kurslederne gir deg faglig påfyll og formidler sin kunnskap på engasjerende vis. Du lærer hvordan du gjennom din egen adferd og kommunikasjon påvirker andres reaksjoner eller forebygger og roer ned truende situasjoner.

Ta med flere kolleger etabler nye felles rutiner på arbeidsplassen!

Har du spørsmål er du velkommen til å kontakte meg!

Med hilsen

*Marthe dybak Greve*

Marthe Lybak Greve  
Prosjektleder



## Du møter disse dyktige fagpersonene

**Heidi Hetland** leder akuttpsykiatrisk avdeling på Lovisenberg Sykehus. Hun gir deg en praktisk introduksjon til hva psykiske lidelser er og hvordan du møter avvikende adferd. Heidi er sykepleier med spesialisering i psykiatri, og holder for tiden på med en master i selvmordsforebyggende arbeid. Hun har bred operativ erfaring fra hjelpeapparatet. Se frem til å få konkrete verktøy og felles refleksjon rundt hvordan du møter mennesker i utfordrende livssituasjoner.

**Magdalena Krossgått** har slitt med psykiske problemer hele sitt voksne liv og derfor vært lenge ute av arbeidslivet. I dag er hun Norges første ansatte med brukererfaring i NAV. Hun har kjent på kroppen hvordan det er å føle seg fastkjørt i systemet og i eget liv, og har viktig kompetanse andre NAV-ansatte kan lære av. I tillegg til å drive opplæring blant sine kolleger symboliser hun håp til NAV-brukere om å finne tilbake til et normalt liv etter motgang.

**Jon Storaas** er leder for Rusmisbrukernes Interesseorganisasjon, og et anerkjent talerør for rusmisbrukernes utfordringer og behov mot politikere og myndigheter. Han vil gi deg en grunnleggende innføring i hvordan ulike rusmidler fungerer på kropp og adferd. I tillegg fokuserer han på hvordan du kan gi denne gruppen den forutsigbarhet og tydelighet de trenger.

**Anne Gerd Samuelsen** er en av Confex mest anerkjente motivatorer. Hun har en unik evne til å vise hvordan små grep kan utgjøre store forskjeller i hverdagen. Hun har mange års erfaring fra helsevesenet som psykiatrisk sykepleier, helsesøster og leder - og vet derfor hva du trenger for å frigjøre trygghet, motivasjon og arbeidsglede!

# Program onsdag 1. desember 2010

08.30 Registrering kaffe og te

09.00 Velkommen ved prosjektleder i Confex

## **Psykisk helse og lidelser hva er det og hva innebærer det?**

- Symptomer, diagnoser og forståelsesmodeller - hvordan er det å være psykisk syk
- Hvem er den psykiatriske pasienten
- Hvordan kan sykdommen påvirke personens adferd og opplevelse av mestring
- Hvem har ansvar for hva i hjelpeapparatet

**Heidi Hetland, avdelingsleder, akuttpsykiatrisk enhet, Lovisenberg Diakonale Sykehus**

10.00 Pause, kaffe og te

## **10.15 Rollen som hjelper hvordan møte den enkelte best mulig?**

- Hva skal du se etter og hvordan forstå og tolke det du ser
- Hva er viktig i møtet med mennesker i utfordrende livssituasjoner
- Allianse som utgangspunkt for god kommunikasjon og gode relasjoner

**Heidi Hetland forts.**

11.00 Pause, kaffe og te

## **11.15 Trygghet gjennom tydelighet – øk din bevissthet i vanskelige situasjoner**

- Forstå egen og andres kommunikasjon - om å se seg selv utenfra og andre innenfra
- Hjelperens rolle og ståsted - hva skjer med deg i møte med avvikende og destruktiv adferd
- Hvordan kompensere for den andres manglende ferdigheter til å snakke om det som er vanskelig
- Slik beskytter du deg selv i situasjoner du opplever truende og vanskelige

**Heidi Hetland forts.**

12.00 Lunsj

## **13.00 Rusmidler og avhengighet**

- Rusavhengige som gruppe og som individ - fakta og fordommer om rusmidler og avhengighet
- Tydeliggjør dine grenser i møtet med rusavhengige – avgrens muligheten for uklare fortolkninger
- Konstruktiv motstand er et uttrykk for respekt

**Jon Storaas, leder, Rusmisbrukernes Interesseorganisasjon**

13.45 Pause

## **14.00 Øk din forståelse for brukerens perspektiv**

- Hvordan hjelpe mennesker i ubalanse til å se sine egne ressurser og beholde løsningsfokus
- Forstå min sårbarhet, behovet for trygghet og forutsigbarhet - hvordan det oppleves å være fastkjørt i sitt eget liv
- Å være medarbeider med brukererfaring - min vei tilbake til arbeidslivet

**Magdalena Krossgått, medarbeider med Brukererfaring, NAV Hordaland**

14.45 Pause

## **15.00 Motivert til å hjelpe!**

- Sortert kommunikasjon - skap samsvar mellom det du sier, hvordan du sier det og kroppens bevegelser
- Hva er viktigst i din jobb - styrk samhandlingen med pasienter og brukere gjennom tilstedeværelse
- Vær en tydelig kollega som gir og tar tilbakemeldinger
- Ta felles ansvar for et godt arbeidsmiljø
- Hva fremmer og hemmer din arbeidsglede - hva gjør du for å ha det bra på jobb

**Anne Gerd Samuelsen, daglig leder Arbeidsglede AS**

16.00 Takk for i dag!

Returadresse:  
Confex Norge AS  
Strandveien 50E  
1366 Lysaker

B



NORGE P.P. PORTO BETALT

## 102002 Psykiatri for deg uten psykiatrisk utdanning

1. desember 2010

### Påmeldingsalternativer



[www.confex.no/psyk](http://www.confex.no/psyk)



05877



[kunde@confex.no](mailto:kunde@confex.no)



67 11 44 02



**Deltakeravgift:** Kr 2995,- (+ mva). Inkluderer servering i pauser, lunsj dager og konferansmateriell.

**Konferansested:** Oslo Kongressenter, Yongsgate. 11, 0181 Oslo

**Prosjektleder:** Marthe Lybak Greve, Telefon: 67 11 44 24,  
e-post: [mlg@confex.no](mailto:mlg@confex.no)

#### Om utviklingen av konferansen:

Gjennom vår omfattende spørreundersøkelse blant målgruppene for denne konferansen, kom det frem at 95% opplever utfordringer med psykisk ustabile personer i sin arbeidsdag. Seminaret er derfor utviklet for å møte disse utfordringene, og hjelpe deg til å stå tryggere i utfordrende situasjoner.

#### Sagt om tidligere konferanse:

*"Veldig fornøyd for at jeg fikk muligheten til å dra på akkurat dette kurset. Alle temaene var midt i blinken for mitt arbeid, både innen rus og psykiatri. Håper at jeg får muligheten igjen."*

**Kjellaug Madland, Miljøarbeider, Tønsberg Kommune**

*"Veldig godt inntrykk. Stter bare igjen med positive opplevelser."*

**Gerdny Gyland, Arbeidsleder, Asvo Sirdal**

*"Lærerikt og inspirerende."*

**Lena Hveding, Faglig leder, Handeland Utvikling**

#### Spesialtilbud på e-post

Meld deg på vårt nyhetsbrev, sikre deg eksklusive tips og gode nettrabatter (kun tilgjengelig via e-post)

[www.confex.no/nyhetsbrev](http://www.confex.no/nyhetsbrev)

#### Bedriftstern opplæring tilpasset din virksomhet

Confex kan tilpasse og gjennomføre alle våre kurs og konferanser internt i din virksomhet etter behov. Vi kan også gjennomføre skreddersydde kurs utviklet kun for dine medarbeidere og ledere. For mer informasjon, kontakt oss på tlf 67 11 43 86 eller se [www.confex.no/internkurs](http://www.confex.no/internkurs)



#### Ønsker du overnatting?

Enkeltrom fra 795 kroner pr natt inkl frokost (inkl. mva). Ring 23 08 02 00 og bestill hotellrom. Oppgi Confex og kurs- eller konferansetittel ved bestilling.

#### Påmeldingsregler

Påmelding er bindende, og eventuell avmelding må skje skriftlig. Vi tar forbehold om endringer i programmet som skyldes forhold utenfor vår kontroll.

Ved avmelding belastes 20 % av deltakeravgiften, minimum 500 kroner. Ved avmelding senere enn 14 dager før arrangementet belastes 50 % av deltakeravgiften. Ved avmelding senere enn 7 dager før arrangementet belastes full deltakeravgift. Betalte plasser kan fritt benyttes av andre.

#### Confex

Confex er den største uavhengige kurs- og konferansetilbyderen på det norske markedet. I løpet av et år utvikler og gjennomfører vi over 500 kurs og konferanser over hele landet. Vi tilbyr kompetanseheving til de fleste deler av arbeidslivet, og våre deltakere mener arrangementene er godt tilpasset deres yrkesgruppe og interesseområde.