

INVITASJON TIL FAGDAG

KOGNITIV TERAPI VED PSYKOSE



KOGNITIV TERAPI VED PSYKOSE

Kognitiv terapi, som også kalles kognitiv atferdsterapi, er en samtalemetode som retter seg mot problemløsning og innsikt i sammenhengen mellom tenkning, handlinger og følelser. Et viktig mål er å bryte selvforsterkende onde sirkler som opprettholder psykiske helseproblemer. Det finnes ulike former for kognitiv terapi som er lagt til rette for ulike typer av vansker, for eksempel angst, depresjon og rusproblemer. Forskning har vist at for pasienter med psykoselidelser er kognitiv terapi nyttig for å lære strategier slik at de er mindre plaget av symptomene og får bedre mestring og livskvalitet. De nasjonale retningslinjene for utredning, behandling og oppfølging av pasienter med psykoselidelser anbefaler derfor at alle som er plaget av psykosesyntomer, bør få tilbud om kognitiv terapi.



Marit Grande

Marit Grande er psykolog og spesialist i klinisk voksenpsykologi. Hun har siden 2016 hatt en driftsavtale med Helse Sør-Øst der hun tilbyr pasienter med psykoselidelse kognitiv terapi. Før det jobbet hun i en tiårsperiode med å etablere TIPS Sør-Øst som er en kompetansetjeneste som skal bidra til at psykopasienter i Helse Sør-Øst får optimal behandling så tidlig som mulig. Hennes hovedoppgave var å implementere kognitiv terapi i spesialisthelsetjenesten ved bl.a. å gi fagfolk opplæring i metoden. Sammen med Lene Hunnicke Jensen, skrev hun boken «Kognitiv terapi ved psyko» som ble utgitt av Universitetsforlaget i 2016. Hun har også i samarbeid med kolleger og Norsk Forening for Kognitiv Terapi bidratt med å lage informasjonsfilmen «Tankens Kraft. Kognitiv terapi ved psykoselidelser».

PROGRAM

08.00 - 08.30:	Registrering
08.30 - 08.45:	Åpning av fagdag - Introduksjon
08.45 - 09.30:	Hva er kognitiv (atferds) terapi?
09.30 - 09.45:	Pause
09.45 - 10.30:	Hvordan kan vi rydde i tanker, følelser og handlinger?
10.30 - 10.45:	Pause
10.45 - 11.30:	Kognitiv terapi ved psykosesyntomer
11.30 - 11.45:	Pause
11.45 - 12.30:	Psykoedukasjon og normalisering
12.30 - 13.30:	Lunsj
13.30 - 14.15:	Kognitiv terapi ved vrangforestillinger
14.15 - 14.30:	Pause
14.30 - 15.15:	Kognitiv terapi ved hallusinasjoner
15.15 - 15.30:	Avslutning

PRAKTISK INFORMASJON

Sted:	Solli DPS, Bygg A, Osvegen 15, Nesttun
Tid:	31.januar kl. 08.00 - 15.30
Pris:	600 kr
Påmelding:	https://solli.no/fag-og-forskning/kurs-og-fagdager Frist for påmelding: torsdag 24.januar. Påmelding er bindende. Begrenset antall plasser.
Parkering:	Vi har begrenset med parkeringsplasser og er nødt til å prioritere parkering for pasienter som kommer til behandling. Ta derfor kontakt dersom du av særlige grunner er avhengig av parkering på Solli.

Seminalet søkes godkjent som kurs hos den Norske Legeforening, Norsk Sykepleierforbund, Norsk Psykologforening og Norsk Ergoterapeutforbund. Medlemmer av Norsk Fysioterapeutforbund søker selv godkjenning i etterkant.

Velkommen!