

# Psykiatri för icke psykiatriker

- Vad alla som arbetar med människor behöver veta

Få ökad kunskap om psykisk ohälsa &  
psykiatriska sjukdomar

Samtal och samtalskonst

Varför är människor besvärliga?

ARRANGÖR

**HMG**  
Hexanova Academy

MEDIAPARTNER

**OFFENTLIGA  
AFFÄRER**  
AFFÄRSTIDNINGEN FÖR OFFENTLIG SEKTOR

## Lär dig allt från psykiska sjukdomar till samtalskonst!

Denna kurs är för dig som arbetar med människor. Den belyser de vanligaste psykiska sjukdomarna och personlighetsavvikelsena. Du får redskap för hur du kan förstå och samtala med de människor du möter, såväl välmående som knepigt lagda och psykiskt sjuka personer.

Efter kursen kommer du att ha stärkt ditt kunnande och ditt självförtroende, och du kommer att känna dig trygg i att vem du än möter så kan du förstå och möta den andre på ett sätt som blir bra både för dig själv och den andre. Du kommer att få med dig verktyg för hur du kan utvecklas och ha roligt i alla möten - även med stressade och missnöjda människor - och hur du kan hantera din egen stress så att du minskar risken för att drabbas av utbrändhet och utmattning.

Ökade kunskaper gör dig tryggare och hjälper dig att agera bättre och mer professionellt, vilket gynnar både dig och din verksamhet samtidigt som du får glädjen att hjälpa dina medmänniskor att må bättre. Detta är en grundläggande utbildning och du behöver inga förkunskaper för att kunna delta och ta till dig kunskaperna.

---



**Michael Rangne** är överläkare och specialist i psykiatri med grundläggande utbildning i kognitiv psykoterapi. Han arbetar sedan 1994 vid Norra Stockholms psykiatri där han delar sin tid mellan kliniskt arbete och att vara chef och rekryteringsansvarig för klinikkens AT- och ST-läkare. Han har tidigare varit utbildningsansvarig för läkarutbildningen vid kliniken och har omfattande vana vid att utbilda patienter, allmänhet och sjukvårdspersonal om psykiatri och psykologi.

# Psykiatri för icke psykiatriker

- Vad alla som arbetar med människor behöver veta

## DAG 1

### Avsnitt 1 – introduktion till psykiatrin

- Vad menas med psykisk sjukdom? Hur vanligt är det?
- Psykisk ohälsa idag, vem drabbas och varför?
- De vanligaste psykiska sjukdomarna hos tonåringar och vuxna: Hur känner jag igen dem, vad ska jag tänka på i mötet?
- Hur tar jag reda på hur den andre mår? Hur känner jag igen psykisk ohälsa?
- Några vanliga redskap för att underlätta diagnostiken

### Avsnitt 2 – sjukdomar och personlighetsavvikelser

- Bipolära och depressiva syndrom, schizofreni och vanföreställningssyndrom.
- Traumarelaterade störningar: stressyndrom och posttraumatiskt stressyndrom m.m

- Stressrelaterade störningar: utbrändhet och utmattningssyndrom
- Ångestsyndrom: separationsångest, social ångest, paniksyndrom, och generaliserat ångestsyndrom
- Utvecklingsrelaterade funktionsavvikelser, autism, ADHD m.m.
- Personlighetsyndrom: borderline/emotionell instabilitet, narcissism, antisocial/psykopati

## DAG 2

### Avsnitt 2 - Fortsättning sjukdomar och personlighetsavvikelser

- Substansbrukssyndrom
- Kroppssyndrom, sjukdomsångest och konversionssyndrom
- Ätstörning: anorexia nervosa, bulimia nervosa, hetsättningsstörning
- Utagerande störning: trotssyndrom, intermittent explosivitet, uppförandestörning, antisocial personlighet

### Avsnitt 3 - Möten och samtalskonst

- Grunderna för ett gott samtal
- Vad bör jag tänka på i mötet med den som mår dåligt?
- Varför är människor besvärliga?
- Hur kan jag ta hand om mig själv så att jag mår bra och utvecklas av mötena med mina

klienter, även de mest missnöjda och besvärliga?

- Hur gör jag när den andre är besviken, missnöjd, upprörd, arg, hotfull, har rimliga krav...?
- Hur tar jag hand om mig själv på ett bra sätt?
- Varje samtal är en möjlighet till glädje, mening och växt - missa den inte.
- Hur kan jag sätta rimliga gränser i samtalet - för patienten och för mig själv?
- Samtal och samtalskonst
- Lathund för att möta en människa i kris

### Avsnitt 4 – Tid för diskussion & reflektioner

ARRANGÖR

**HMG**  
Hexanova Academy

MEDIAPARTNER

**OFFENTLIGA  
AFFÄRER**  
AFFÄRSTIDNINGEN FÖR OFFENTLIG SEKTOR

# Psykiatri för icke psykiatriker

- Vad alla som arbetar med människor behöver veta

## ANMÄL DIG REDAN IDAG!

Anmäl dig på vår hemsida,  
[www.hexanova.se/academy](http://www.hexanova.se/academy) eller  
kontakta Sandra Johannesson,  
Direktnummer: **0761-86 44 09.**  
[sandra.johannesson@hexanova.se](mailto:sandra.johannesson@hexanova.se)

*Kursen har begränsat antal platser!  
- Boka idag för att säkra din plats!*

### TIDER

**08.30** Registrering & frukost  
**10.40** Förmiddagsfika  
**12.00** Lunch  
**14.40** Eftermiddagsfika  
**16.00** Avslutning

## DETTA INGÅR I ALLA VÅRA KURSER:

- En förstudie för att du ska få möjlighet att få svar på dina frågor
- Frukost, förmiddagsfika, lunch & eftermiddagsfika
- Utvärdering och uppföljning av resultat
- Kursdokumentation
- Kursintyg

Vi skräddarsyr även utbildningar utifrån era behov!

### PRIS 6 990:-

*Boka 2 mån innan kursstart  
& betala endast 5 990:-*

### GRUPPRABATT:

Gå 4 betala för 3!

Boka två utbildningar samtidigt och få 50 % på den billigaste!

**DIN KUNSKAP  
VÅR FRAMTID**