PSYKIATRIEN
– i gode hænder

Psykoedukation for pårørende

Vi tilbyder psykoedukation til dig, som er pårørende til et menneske med depression.

Psykoedukation er undervisning, hvor du kan lære mere om depression, behandling og det at være pårørende.

OM PSYKOEDUKATION FOR PÅRØRENDE

Erfaring og forskning viser, at psykoedukation er med til at give den enkelte en bedre forståelse for og viden om depression. Det kan medvirke til, at du som pårørende har større forståelse for patientens reaktionsmønster og derved bedre kan bakke op om patienten og problemstillingerne.

På den måde kan du som pårørende være med til at øge livskvaliteten og muligheden for at gøre hverdagen mere almindelig, både for patienten og for dig selv som pårørende.
Viden og forståelse om depression kan hjælpe med at forebygge nye depressive episoder.

SÅDAN FOREGÅR PSYKOEDUKATION

Psykoedukation foregår i en gruppe bestående af højst 20 pårørende samt 2 undervisere. Patienterne deltager ikke. Det giver mulighed for, at du åbnet kan gå i dialog med andre pårørende, som er i samme situation som dig.

Der er 1 undervisningsgang á 2 timers varighed. Underviserne gennemgår et diasshow, og du får materialet udleveret, så du har mulighed for at skrive notater undervejs.

Emnerne i undervisningen:

- Fakta om depression
- Stress og belastning
- Behandling af depression
- At være pårørende.

TILMELDING OG AFBUD

Tilmelding til psykoedukation skal ske gennem patienten, som skal give sit samtykke til, at du deltager. Patienten skal tilmelde dig hos sin kontaktperson eller sekretæren. Ved tilmelding skal patienten oplyse sit navn, samtykke og antal pårørende, som deltager.
Patienten vælger selv, hvilke pårørende der skal deltage. Det er muligt for hver patient at tilmelde 1-2 pårørende.

Hvis du bliver forhindret i at deltage, skal du ringe til sekretæren og melde afbud.

KONTAKT OG MERE VIDEN

Har du spørgsmål, er du velkommen til at kontakte os.

Kontakt

Ambulatorium for Depression
Tlf. 97 64 35 79
Mail: amb.mani-depression@rn.dk