

Undervisning om skizofreni

PSYKOEDUKATION MÅLRETTET PATIENTER OG DERES PÅRØRENDE

Psykatrien tilbyder patienter med skizofreni og deres pårørende et forløb med undervisning – også kaldet psykoedukation – om lidelsen.

På kurset får I:

- kendskab til og viden om sygdommen og dens belastninger
- værktøjer til bedre at kunne håndtere udfordringer i hverdagen
- værktøjer til, hvordan man som pårørende kan passe på sig selv
- mulighed for at møde andre, der er i lignende situationer, og udveksle erfaringer med dem
- mulighed for at få en bedre forståelse af, hvordan det kan opleves at have fået en skizofrenidiagnose
- mulighed for at dele tanker, følelser og erfaringer med andre
- mulighed for at få vendt nogle af de spørgsmål, der trænger sig på.

Hvis du er patient, kan du godt deltage uden pårørende.

KURSUSINDHOLD

På kurset får du mulighed for at dele dine erfaringer med underviserne og med andre patienter og pårørende, der har den samme sygdom inde på livet. Kurset indeholder undervisning om følgende emner:

- **Diagnose.** Vi gennemgår, hvilke symptomer og tegn der udløser diagnosen – og hvilke mulige årsager, der kan være til sygdommen.
- **Behandling af skizofreni.** Skizofreni kan behandles på mange måder. Som deltager får du viden om principperne for fx medicinsk behandling, psykoterapi, kognitiv terapi og miljøbehandling.
- **Håndtering af sygdommens belastninger.** Vi kommer ind på sammenhængen mellem et liv

med sygdommen og stress, kriser og belastninger i hverdagen.

- **Problemløsning og mestring.** Vi ser nærmere på, hvordan de problemer, der kan opstå, kan håndteres.
- **Sociale tilbud.** Skizofreni giver ofte behov for forskellige former for hjælp, fx i forhold til beskæftigelse og bolig. Vi kommer ind på de forskellige muligheder for hjælp.
- **Psykiatriloven.** Vi giver dig information om din retssikkerhed.
- **Familieliv.** Skizofreni påvirker ikke bare den sygdomsramte, men hele familien. På kurset kommer vi ind på, hvordan man som pårørende passer på sig selv og resten af familien, samtidig med at man støtter, hjælper og giver den syge den fornødne forståelse og opbakning. Det hjælper ikke bare den syge, men også de pårørende.

PRAKTISKE OPLYSNINGER

Tilmelding

Som en del af din behandling eller i forbindelse med din udskrivelse tilbyder vi dig og dine pårørende undervisning på det førstkomende hold.

Hvis du ønsker at deltage, vil din kontaktperson i afdelingen tilbyde, at vi sender et brev til dig før kursusstart med påmindelse om starttidspunkt.

Tid

Din kontaktperson kan fortælle dig, hvornår næste kursus begynder.

Sted

Undervisningen foregår i Psykiatrisk Ambulatorium, Thy-Mors.

Ramme omkring undervisningen

Undervisningen er præget af dialog, og deltagernes egne erfaringer udgør en væsentlig del af indholdet. Undervisningen er gratis, og der serveres kaffe og te.



Det er vigtigt for undervisningsforløbet, at du eller I møder hver gang. Hvis du eller I er forhindret i at deltage, skal I melde afbud til nedenstående mobilnummer, enten via sms eller ved at indtale en besked.

KONTAKT OG MERE VIDEN

Har du spørgsmål, eller har du brug for yderligere information, er du velkommen til at kontakte os.



Kontakt

Din kontaktperson i Psykiatrien