

Undervisning om skizofreni

PSYKOEDUKATION MÅLRETTET AMBULANTE PATIENTER

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

På kurset får du:

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

KURSUSINDHOLD

På kurset får du mulighed for at dele dine erfaringer med underviserne og med andre patienter, 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 i forbindelse med sygdommen, 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.
- **Psykiatriceren.** Vi giver dig information om din retssikkerhed.
- **Familieliv.** Skizofreni påvirker ikke bare den sygdomsramte, men hele familien. På kurset kommer vi ind på hvad der kan være svært for din familie, og hvad der kan gøre samarbejdet med din familie bedre, så du kan få god støtte og opbakning fra din familie.
- **KRAM(S).** Vi taler om, hvorfor kost, rygning, alkohol, motion og søvn er vigtige faktorer, som kan hjælpe dig.

PRAKTISKE OPLYSNINGER

Tilmelding

Som en del af din behandling tilbyder vi dig undervisning på det førstkomende hold.

Hvis du ønsker at deltage, vil din kontaktperson i afdelingen eller i den ambulante psykiatri tilbyde dig, at vi sender et brev til dig med besked om tidspunktet for kurset. Der starter nye hold forår og efterår.

Sted

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



PSYKIATRIEN
– i gode hænder

KONTAKT OG MERE VIDEN

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



Kontakt

Psykiatrisk Ambulatorium, Thy-Mors
Tlf. 97 64 30 50