



2 dages praktisk efteruddannelse

Psykisk førstehjælp fra Psykiatrifonden

En analyse foretaget af Thauer Stresscenter viser, at nogle af de største udfordringer i forhold til stress og trivsel på arbejdspladsen skyldes manglende viden om psykisk mistrivsel og dialogværktøjer til at tage den personlige samtale om private forhold.

Hvorfor tage et kursus i psykisk førstehjælp?

Psykisk sygdom findes... også på arbejdspladsen og længerevarende stress kan skabe psykisk sygdom, som er ansvarlig for op mod 45% af al fravær.

WHO forudser, at psykisk sygdom de kommende år vil rykke op på andenpladsen over de mest belastende sygdomme – både for den enkelte og for samfundet. Undersøgelser viser at ca. 20% af befolkningen (700.000 – 800.000), har haft symptomer på psykisk sygdom i løbet af et år. Mange får ikke den rette hjælp, hvilket kan have store konsekvenser for den enkeltes arbejdsevne og livskvalitet.

Kurset er kompetencegivende, og du bliver certificeret psykisk førstehjælper fra Psykiatrifonden.

Målgruppe

Kurset er for dig som arbejder med mennesker i din hverdag. Det kan være indenfor ledelse, HR, arbejdsmiljø, i lægepraksis, som mentor, sagsbehandler, socialrådgiver, sundhedskonsulent, selvstændig coach m.fl.

- ➔ **Kursusdatoer**
www.thauer.dk/stresskurser
Alle dage kl. 9.00 – 16.00
- ➔ **Pris**
Kr. 6.995,- ekskl. moms.
- ➔ **Forplejning**
Der er fuld forplejning på kurset.
- ➔ **Sted**
Thauer Stresscenter ApS
World Trade Center
Borupvang 3
2750 Ballerup
- ➔ **Undervisere**
Stresseksperter Rikke Maj Thauer
Psykolog og phd. Ellen Boesen
- ➔ **Tilmelding og info**
Kursus Kompagniet
Britt Vangsgaard
Tlf. 53 80 90 04
kursus@kursus-kompagniet.dk
www.kursus-kompagniet.dk
- ➔ **Samarbejde**
Kurset udbydes i et samarbejde mellem Psykiatrifonden, Thauer Stresscenter ApS og Kursus Kompagniet.



Indhold og tilrettelæggelse

Kurset er fordelt over 2 dage og opdelt i 4 moduler af 3 timers varighed. Undervisningen vil være en blanding teoretiske oplæg, øvelser og gruppearbejde samt feedback. Der vil være mulighed for inddragelse af deltagernes egne cases fra hverdagen.

Modul 1: Psykisk førstehjælp – depression

- Viden om depression: symptomer, risikofaktorer og behandling
- Hvad er psykisk sygdom – og hvor udbredt er det?
- Handleplan for psykisk førstehjælp

Modul 2: Psykisk førstehjælp – angst

- Viden om angst: symptomer, risikofaktorer og behandling
- Handleplan ved depression
- Krisehjælp ved selvmordstanker og adfærd

Modul 3: Psykisk førstehjælp – psykoser

- Viden om psykoser: symptomer, risikofaktorer og behandling
- Handleplan ved angst
- Krisehjælp ved traumatiske hændelser

Modul 4: Psykisk førstehjælp – misbrug

- Viden om misbrug: symptomer, risikofaktorer og behandling
- Handleplan ved psykose
- Krisehjælp ved aggressiv adfærd
- Handleplan ved misbrug