



## Modul 5 Psykisk helse

**Målgruppe:** Alle ansatte innen helse- og omsorgstjenesten i kommunen

**Forkunnskaper:** Ingen

**Innhold:**

- Grunnleggende kunnskap om psykisk helse
- Grunnleggende kunnskap om primær- og sekunderfølelser
- Kort om bakgrunn, ulike perspektiver og sentrale føringer
- Fokus på bedringsprosesser (recoverystøttende tilnærming) / fokus på ressurser og hva som gir bedring for den enkelte)
- Fokus på kommunikasjon; hvordan møte mennesker med psykiske helseutfordringer
- Fokus på samhandling
- Dokumentasjon i journal
- Etikk

**Lærings-, og praksismål:**

Ansatte i kommunens helse- og sosialtjenester:

- Får økt kunnskap om psykisk helse og hvordan bidra i den enkeltes bedringsprosess
- Får grunnleggende kunnskap om psykiatriens historie og sentrale føringer som ligger til grunn for dagens psykisk helsetjeneste
- Har økt forståelse og kunnskap om hvordan møte mennesker med psykiske helseutfordringer og deres pårørende

**Arbeidsformer og arbeidsomfang:**

2 timers undervisning med bruk av:

- Powerpointpresentasjon
- Korte filmsnutter
- Dialog og refleksjon

**Annen informasjon:**

Kursbestiller er velkommen til å ta kontakt i forkant av undervisning og komme med ønske om fokus på aktuelle utfordringer eller case fra arbeidsstedet.

**Videre kurs:**

Basisundervisning i rus, påbyggingsmodul i angst, påbyggingsmodul i depresjon og påbyggingsmodul i psykose.

**Referanseliste til kurset:**

Andersen, A.J.W. (2006). Tenkning som former praksiser. *Tidsskrift for psykisk helsearbeid*, 3(1). S.4-16.

Deegan, P.E.(1988). Recovery:  
The lived experience of rehabilitation. *Psychosocial Rehabilitation Journal*, 11, 4, 11-19.



Engelsrud, G. & Heggen, K. (2007). *Humanistisk sykdomslære. Tanker om helse og velvære, sykdom og diagnose*. Oslo. Universitetsforlaget.

Haugsgjerd, S., Jensen, P., Karlsson, B. & Løkke, J.A. (2012). *Perspektiver på psykisk lidelse*. Oslo. Gyldendal Norsk Forlag AS.

Helse- og omsorgsdepartementet. (2009). *Samhandlingsreformen – Rett behandling - på rett sted – til rett tid* (St.meld. nr.47 2008-2009). Hentet fra <https://www.regjeringen.no/no/dokumenter/stmeld-nr-47-2008-2009-/id567201/>

Helsedirektoratet. (2014). *Sammen om mestring - Veileder i lokalt psykisk helsearbeid og rusarbeid for voksne. Et verktøy for kommuner og spesialisthelsetjenesten* (Veileder IS-2076). Hentet fra <https://www.helsedirektoratet.no/veiledere/sammen-om-mestring-lokalt-psykisk-helsearbeid-og-rusarbeid-for-voksne>

Helse- og omsorgstjenesteloven. (2011). Lov om kommunale helse- og omsorgstjenester m.m. (LOV – 2011-06-24-30). Hentet fra <https://lovdata.no/dokument/NL/lov/2011-06-24-30?q=helse%20og%20omsorgstjenesteloven>

Helsepersonelloven. (1999). Lov om helsepersonell (LOV – 1999-07-02-64). Hentet fra <https://lovdata.no/dokument/NL/lov/1999-07-02-64>

Institutt for Psykologisk Rådgivning, Norsk Institutt for Emosjonsfokusert terapi. (2015). *Alfred og skyggen – En liten film om følelser* [Videoklipp]. Hentet fra <https://www.youtube.com/watch?v=vuDLFGb7khA>

Mike Slade (2015). *100 råd som fremmer recovery, En veiledning for psykisk helsepersonell* (NAPHA Rapport 2/2017). Hentet fra <http://www.melkeveien.me/NAPHA-Rapport-2-2017/Rapport-2-2017.html#p=4>

Pasientjournalforskrift. (2000). Forskrift om pasientjournal (FOR-2000-12-21-1385). Hentet fra <https://lovdata.no/dokument/SF/forskrift/2000-12-21-1385>

Pasient- og brukerrettighetsloven. (1999). Lov om pasient- og brukerrettigheter ( LOV - 1999-07-02-63). Hentet fra <https://lovdata.no/dokument/NL/lov/1999-07-02-63>

RvtsSor (2016, 27.april). *Menneskemøter* [Videoklipp]. Hentet fra <https://youtu.be/xRANgi3vPFk>

Sinding, A.I. og Stiegler, J.R. (2018). *Følelseskompaset*. Hentet fra <https://folelseskompaset.no/>

Sosial- og helsedepartementet. (1997). *Åpenhet og helhet - Om psykiske lidelser og tjenestetilbudene* (Meld.St. 25 1996-1997). Hentet fra [https://www.regjeringen.no/no/dokumenter/st-meld-nr-25\\_1996-97/id191086/sec1](https://www.regjeringen.no/no/dokumenter/st-meld-nr-25_1996-97/id191086/sec1)

Sosial- og helsedepartementet. (1998). *Om opptrappingsplan for psykisk helse 1999 – 2006 Endringer i statsbudsjettet for 1998* (St.prp. nr. 63 1997-98). Hentet fra <https://www.regjeringen.no/no/dokumenter/stprp-nr-63-1997-98-/id201915/>

Topor, A. (2006). *Hva hjelper? Veier til bedring fra alvorlige psykiske problemer*. Oslo. Kommuneforlaget.

### **Pensumliste (evt. obligatorisk og anbefalt):**

#### **Anbefalt pensum:**

Helsedirektoratet. (2014). *Sammen om mestring - Veileder i lokalt psykisk helsearbeid for voksne. Et verktøy for kommuner og spesialisthelsetjenesten* (Veileder IS-



2076). Hentet fra <https://www.helsedirektoratet.no/veiledere/sammen-om-mestring-lokalt-psykisk-helsearbeid-og-rusarbeid-for-voksne>

Mike Slade (2015). *100 råd som fremmer recovery, En veiledning for psykisk helsepersonell* (NAPHA Rapport 2/2017). Hentet fra <http://www.melkeveien.me/NAPHA-Rapport-2-2017/Rapport-2-2017.html#p=4>

Sinding, A.I. og Stiegler, J.R. (2018). Følelseskompaset. Hentet fra <https://folelseskompaset.no/>