

# Nyt kursus om Problematiske tanker og overbevisninger typisk kaldt paranoia

En social og biografisk tilgang et perspektiv baseret på levede erfaringer

Dette kursus, med fokus på at bruge Maastricht-interviewet for problematiske tanker, overbevisninger og paranoia giver viden til professionelle samt andre interesserede, i at arbejde med mennesker, der har problematiske tanker og overbevisninger typisk beskrevet som paranoia. Metoden går ud på at acceptere og skabe mening i oplevelsen som et middel til at give både lindring og mulighed for recovery.

Workshoppen giver også medarbejderne mulighed for at forstå de underliggende principper for tilgangen ved at spore dens historie og beviser på succes, og udvikle praksis for interview og grundlæggende færdigheder i at arbejde med mennesker, der har levet med paranoia.

## **BEGRUNDELSE**

Traditionelt taler fagfolk inden for psykiatrien ikke direkte med folk om deres overbevisninger og paranoia, fordi man mener, at det forstærker socialt uacceptabel adfærd og galskab. Traditionen lader os tro, at de ikke har nogen relevant betydning, andet end at de er udtryk for en sygdom, som regel skizofreni. Mennesker, der oplever problematiske forestillinger og paranoia, bliver for det meste behandlet efter denne traditionelle opfattelse, hvilket betyder, at oplevelserne og andre såkaldt psykotiske oplevelser som at høre stemmer, påtrængende tanker osv. og endda selvskade ses som symptomer på en sygdom. Konsekvensen bliver, at fagfolk forsøger at behandle den formodede sygdom og for det meste ikke tager sig af personens oplevelser og hvad sker med disse oplevelser for den enkelte.

De fleste mennesker, der oplever paranoia og/eller hører stemmer, føler, at den gængse tilgang ikke forholder sig til deres oplevelse, men fremmedgør dem fra deres oplevelse og er ikke særlig hjælpsom.

Alle disse oplevelser er for den enkelte dybt meningsfulde oplevelser, som de er åbne for at lære at håndtere, samt udforske hvad kan være roden til disse oplevelser.

Denne antagelse om, at sådanne oplevelser ikke i sig selv er et tegn på sygdom, men kan føre til sygdom, er baseret på moderne epidemiologisk forskning. Den traditionelle tilgang fokuserer på manglende evner i stedet for personens egne evner til at lære at håndtere oplevelserne. Evnen til at bruge deres erfaringer i stedet for at blive brugt af dem. Det er derfor gavnligt, at fagfolk uddannes i en anden tilgang, der er bedre relateret til personens oplevelser. Hvem kan gøre dette på en mere overbevisende måde end dem, der selv kender til oplevelserne og har lært at håndtere dem?

På dette kursus vil fokus være på problematiske tanker, overbevisninger typiske kaldt paranoia med særlig fokus på brugen af Maastricht-interviewet om problematiske tanker, overbevisninger og paranoia. For de andre forskellige oplevelser er der brug for personlig viden og erfaring. For eksempel forskellige interviews for at udforske de forskellige oplevelser, den accepterende og meningsskabende metode til at forstå og arbejde med brugernes oplevelser er systematisk. Det er nu en international bevægelse af fagfolk, ligestillede og omsorgspersoner, og den har fremmet forståelsen og de praktiske strategier, især gennem selvhjælpsgrupper. Det stimulerer personen til at tage den nødvendige magt tilbage for at komme sig. Det gør det muligt for praktikere at hjælpe mennesker, der har disse erfaringer, med at opnå dette.

Således ville denne workshop introducerer kursisten til disse tilgange ved at forstå principperne bag tilgangen, udøve interviewet, samt udforsker oplevelsen, og lære om kortsigtede strategier for mennesker med levet erfaring med disse overbevisninger og til at tage kontrol over oplevelsen.

## ***MÅL***

At udvikle tilstrækkelig viden og selvrefleksion til at træne medarbejdere i mental sundhedspleje i at anvende en struktureret tilgang til at forstå problematiske tanker, overbevisninger og paranoia og strategier til at hjælpe folk med at håndtere deres oplevelse.

## ***LÆRINGSRESULTATER***

Ved afslutningen af workshoppen vil deltagerne have haft mulighed for at demonstrere evnen til at:

1. At tale med en person om hans/hendes oplevelser på en omfattende måde
2. Have viden om forskellige referencerammer om problematiske tanker, overbevisninger og paranoia i forhold til historiske beviser og epidemiologiske data og være i stand til at diskutere disse.

3. Demonstrere kompetence i brugen af Maastricht-interviewet om problematiske tanker, overbevisninger og paranoia og i at registrere den interviewedes oplevelser.
4. Forstå og være i stand til at undervise i rolleforskellen mellem interviewer og interviewperson. Interviewerrollen kræver en evne til at uddrage information og være en objektiv lytter, der undertrykker terapeutiske ambitioner eller kommentarer.
5. Demonstrere kompetence til at gøre det muligt for en person at normalisere sine oplevelser, hvor personen føler interesse, accept og respekt.
6. Demonstrere kompetence i at identificere og udforske de strategier, der øger den interviewedes kontrol over sine oplevelser.
7. Demonstrere kompetence til at undervise i de mulige relationer mellem tanker, overbevisninger og paranoia med den individuelle livshistorie og i forståelsen og manifestationen af oplevelsen i det, personen siger.
8. Demonstrere kompetence til at undervise i hovedelementerne i at komme sig over den lidelse, som oplevelsen kan forårsage.
9. Demonstrere, at målet med kurset for den professionelle er den vanskelige og følsomme opgave at ændre deres holdning til problematiske tanker, overbevisninger og paranoia.

***PRAKTISK:***

**Datoer:** d. 6, 7 og 8 november 2024

**Tidspunkt** alle dage: kl. 9 – 16.

**Sted:** Kollektivhuset "Sophie Amalie Gården", Marielystvej 50, 2000 Frederiksberg

**Pris: kr. 2995,- + moms. privat personer kr. 2995,-**

Prisen inkluderer morgenmad, frokost kaffe, te, og kage.