

Program

Innføringskurs i jobbfokusert terapi for depresjon og angst 30. og 31. januar 2025 Poliklinikk psykisk helse og arbeid, Voksenpsykiatrisk avdeling Vinderen

Kursledere: Elisabeth Baumann Heier / Ane Tveit Hammersmark

30. januar

1000–1045	Om psykisk helse og arbeid
1045-1100	Kaffe/tepause
1100-1145	Evidensgrunnlaget – jobbfokusert behandling
1145-1245	LUNSJ
1245–1330	Kartlegging av arbeidssituasjonen - gjennomgang av modeller for arbeid og psykisk helse
1330-1345	Kaffe/tepause
1345-1415	Praktiske øvelser
1415-1445	Sykemeldingssamtalen
1445-1500	Kaffe/tepause
1500–1530	Praktiske øvelser
1530-1600	Oppsummering

31. januar

0900–0945	Mestringsforventning ved retur til arbeid
0945-1000	Kaffe/tepause
1000–1030	Integrering av jobbfokus i ordinær psykoterapi
1030–1100	Praktiske øvelser
1100-1200	LUNSJ
1200–1245	Plan for retur til arbeid, dialog og tilrettelegging

1245-1300	Kaffe/tepause
1300-1345	Kasusgjennomgang jobbfokusert terapi
1345-1400	Oppsummering