

## Program

### Innføringskurs i jobbfokusert terapi for depresjon og angst Digitalt kurs, 5. og 6. september 2024

Kursledere: Elisabeth Baumann Heier / Ane Tveit Hammersmark  
Voksenpsykiatrisk avdeling Vinderen

#### 5. september

|           |   |
|-----------|---|
| 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  |

#### 6. september

|           |  |
|-----------|--|
| 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                         |