



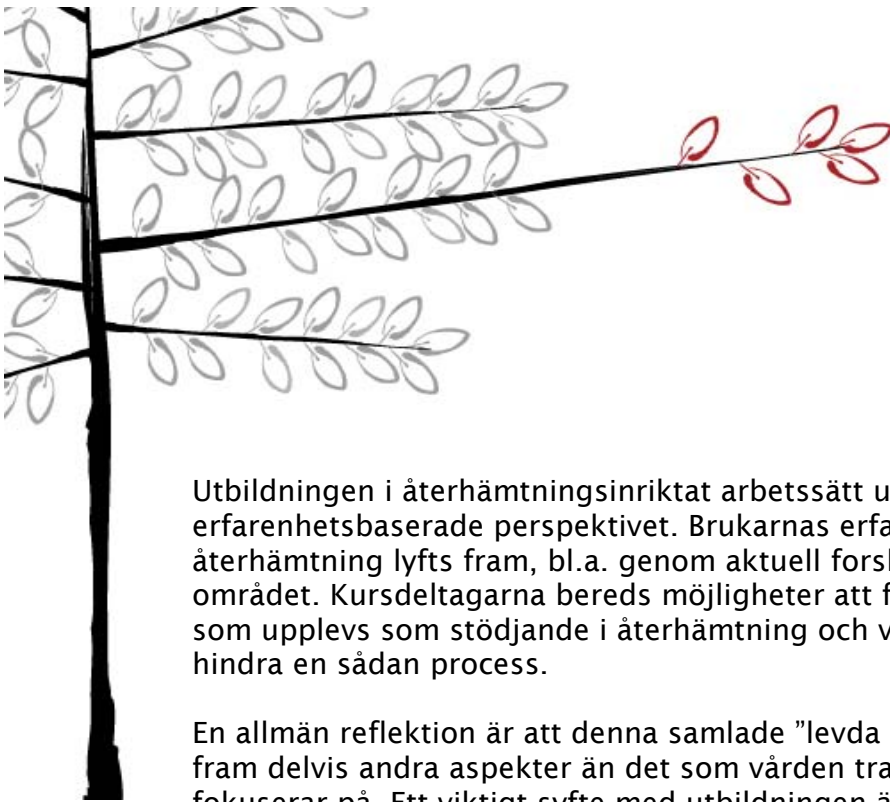
Utbildning i återhämtningsinriktat arbetssätt

En två till tre dagar lång utbildning för personal som i sitt arbete möter människor med psykiska funktionshinder.

- Vad är återhämtning?
- Vad hindrar och vad stödjer återhämtning?
- Hur kan jag stödja en annan människa i dennes återhämtning?
- Hur kan återhämtning präglade det dagliga arbetet?
- På vilket sätt kan vi utforma våra organisationer för att ge stöd till återhämtning?

Återhämtning är ett begrepp som under senare år fått allt mer uppmärksamhet. I länder som England, Australien, Nya Zeeland och USA har sedan flera år tillbaka debatten och forskningen om återhämtning börjat få konsekvenser för bl.a. utbildning av personal och vårdens utformning.

I Sverige har Riksförbundet för Social och Mental Hälsa (RSMH), Sveriges kommuner och landsting, samt landstinget och fyra kommuner i Kalmar län tagit fram en utbildning som vänder sig till personal inom psykiatrin, socialtjänsten, försäkringskassan och arbetsförmedlingen. Utbildningen bygger på erfarenheter från Australien. Materialet har översatts och därefter anpassats till svenska förhållanden.

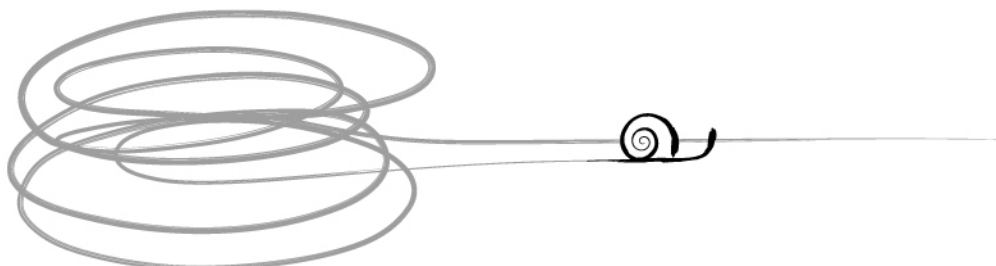


Utbildningen i återhämtningsinriktat arbetssätt utgår från det erfarenhetsbaserade perspektivet. Brukarnas erfarenheter av återhämtning lyfts fram, bl.a. genom aktuell forskning inom området. Kursdeltagarna bereds möjligheter att fördjupa sig i vad som upplevs som stödjande i återhämtning och vad som kan hindra en sådan process.

En allmän reflektion är att denna samlade "levda erfarenhet" lyfter fram delvis andra aspekter än det som vården traditionellt fokuserar på. Ett viktigt syfte med utbildningen är att ge kursdeltagarna möjlighet att reflektera över och granska sitt eget arbete utifrån detta erfarenhetsbaserade perspektiv.

De tre utbildningsdagarna präglas av en pedagogik som söker förutsättningar för ett aktivt och upplevelsebaserat lärande. Kursledarna varvar föreläsningar, personliga berättelser, grupparbeten, övningar och rollspel i syfte att skapa en egen inre "aha-upplevelse". Utbildningen bygger på utbyte av erfarenheter mellan deltagare och förutsätter ett aktivt deltagande, öppenhet och en trygg, lärande miljö.

För att måna om det erfarenhetsbaserade perspektivet så kommer minst en av kursledarna att ha en egen erfarenhet av psykisk ohälsa och av återhämtning.



Program för utbildningen

Innehåll under dag 1

Om begreppet återhämtning, olika definitioner. Övning och diskussion.

En av kursledarna berättar om sin egen återhämtning.

Värderingsövningar.

Professionell och erfarenhetsbaserad kunskap:

- Återhämtning från ett subjektivt och objektiva perspektiv.
- Hur en återhämtningsbaserad praktik skapas i spänningen mellan olika kunskapskällor.
- Forskning om återhämtning.

Vi är mer lika än olika, en övning om återhämtningsstrategier.

Som hemarbetsuppgift mellan dag ett och två ska deltagarna se en film, gärna tillsammans med en brukare/patient.

Innehåll under dag 2

Reflektioner från dag 1 och från hemarbetsuppgiften.

Att bidra till hälsa/ohälsa:

- Språkets kraft, övning och reflektion
- Social konstruktion av handikapp och hälsa
- Grupparbete; vad menar vi med orden vi använder

Att arbeta med att stödja återhämtning:

- Återhämtningsstjärnan – ett verktyg för att stödja återhämtning.
- Övning; arbete i grupp utifrån en fallbeskrivning.
- Att använda sig av en icke vetande/nyfiken hållning.

Hemuppgift: att göra en intervju med en brukare/f.d. brukare om återhämtning.

Innehåll under dag 3

Redovisning av hemarbetsuppgift och reflektion från dag 1 och 2.

Vårdens beståndsdelar:

- Att arbeta med att stödja återhämtning i vardagen.
- Grupparbete: vårdens beståndsdelar utifrån ett objektiva och ett subjektivt perspektiv. Att arbeta med spänningarna mellan dessa perspektiv för att stödja återhämtning.

På väg mot ett återhämtningsbaserat synsätt:

- Miljöer som kan stödja eller försvåra återhämtning.
- Grupparbete; vad är det vi gör som försvårar respektive stödjer återhämtning?

Träning av färdigheter:

- Space Jumping, ett slags rollspel utifrån ett scenario.

Tillbakablick, reflektion och avslutning av kursen.

Uppgifter:

Kursen ges på beställning – vi kommer gärna till er. Kursen kan också ges under två dagar. Man kan med fördel kombinera återhämtningsutbildningen med bemötandeutbildningen.

Gruppens storlek kan vara mellan 12-20 deltagare.

Två kursledare håller kursen tillsammans, minst en av kursledarna har erfarenhet av att själv återhämta sig från svår psykisk ohälsa, den andra kursledaren har en professionell bakgrund.

Kontakt:

Catrin Fryklund
Instrumentvägen 10
126 53 HÄGERSTEN
08 - 772 33 60 (vx)
catrin.fryklund(@)rsmh.se
www.rsmh.se



RSMH