

Pårørende til et menneske med psykisk sygdom

Kl. 17:00 Velkommen

Kl. 17:00 At være pårørende- en personlig fortælling

Samarbejde mellem pårørende og Psykiatrien

Kl. 17:50 Pause

Kl. 18:05 Tilbud til pårørende

Personlig recovery- hvad er det og hvordan gør man det?

Kl. 18:50 Afrunding og tak for i aften

PSYKINFO

REGION SJÆLLAND
PSYKIATRIEN

-vi er til for dig



Mette fortæller sin historie som pårørende



By: HikingArtist.com

De mange tanker og følelser

Skyld?

Jeg vil gøre alt for min...
hvad kan jeg gøre?

*Har jeg gjort
nok?*

Jeg er bange for...

Jeg elsker jo min...

... skal have hjælp,
hvor kan jeg
henvende mig

Jeg er så alene

...og alt det andet

Familielivet

Hverdagen

Arbejdslivet

Venner og fritid

Mødet med psykiatrien

Hvad siger jeg, hvad gør jeg,
hvor går jeg hen?

Samarbejde mellem pårørende og psykiatrien



Tegning af Frits Ahlefeldt

PSYKINFO

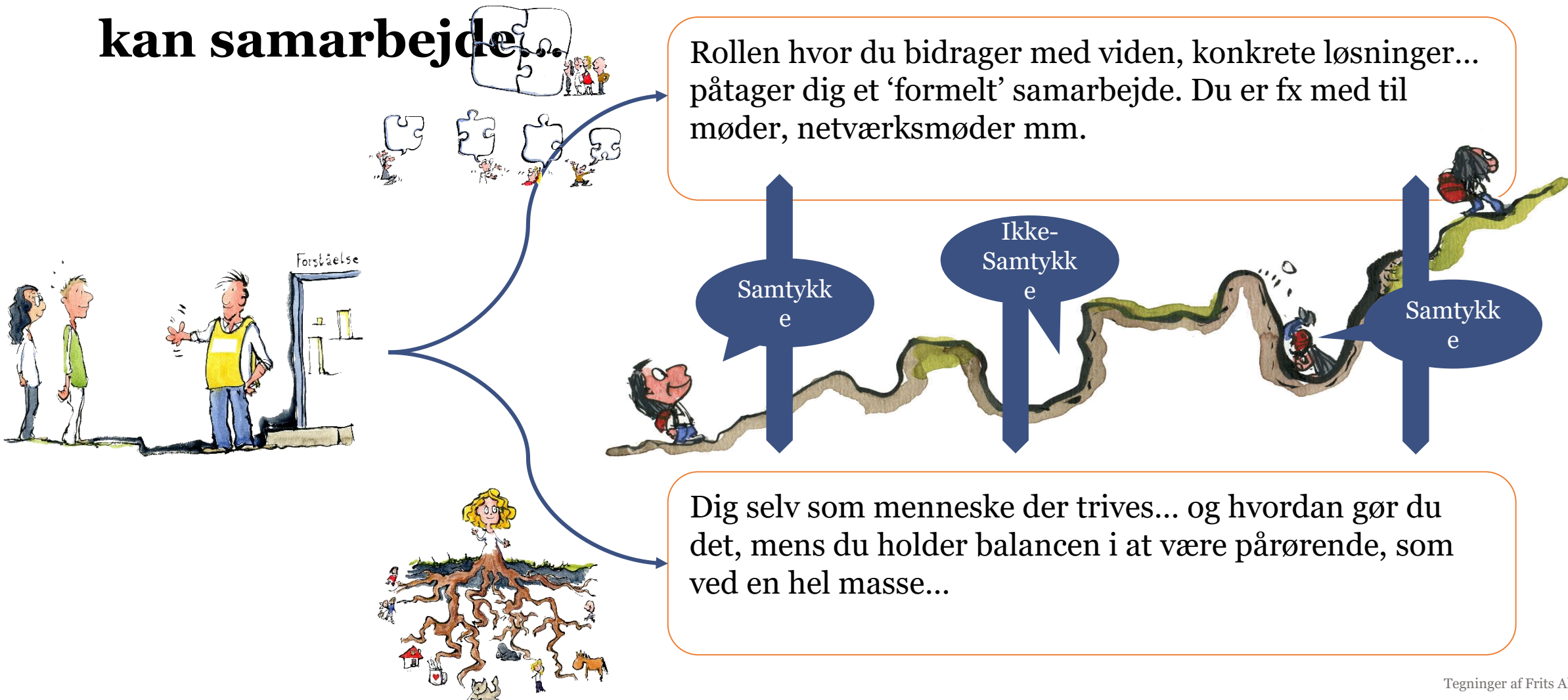
REGION SJÆLLAND
PSYKIATRIEN

-vi er til for dig



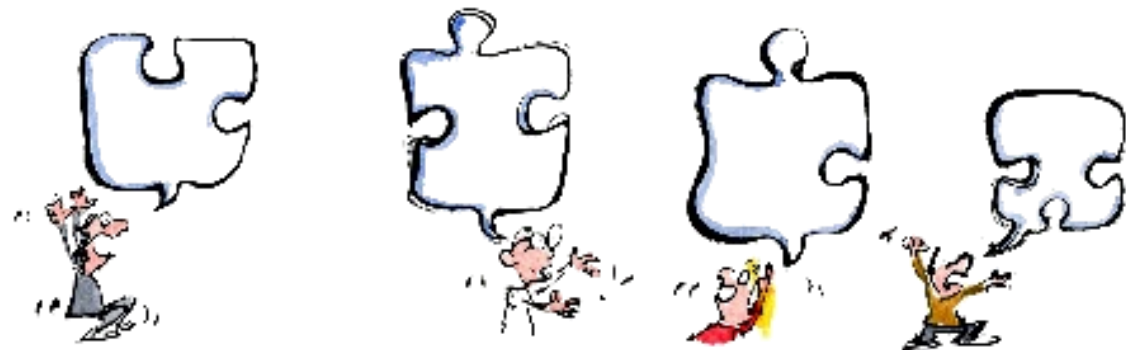
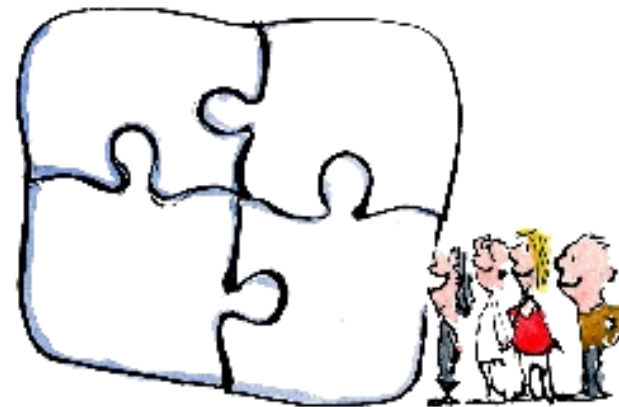


Der er (mindst) to roller som pårørende, som vi har *til for dig* formelle tilbud til... og samtykke påvirker, hvordan vi kan samarbejde





Din rolle og muligheder som pårørende, når der er samtykke

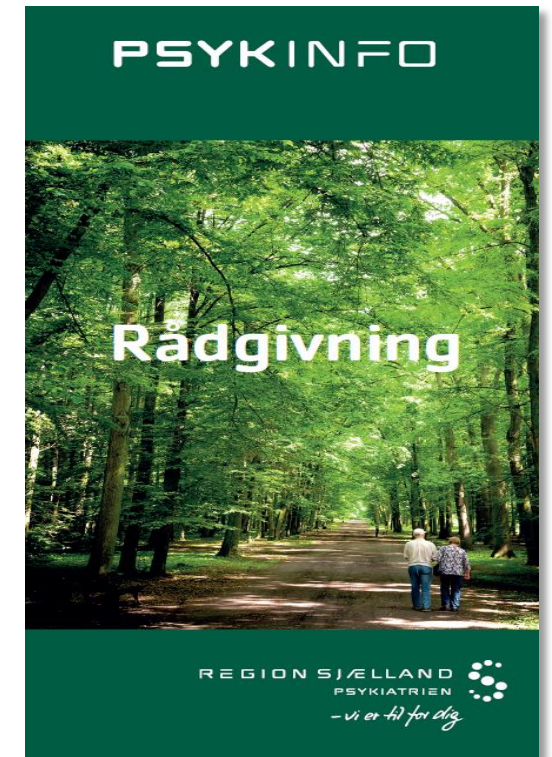


Hvorfor er der ikke samtykke, og hvad er mine muligheder så?



PSYKINFO

REGION SJÆLLAND
PSYKIATRIEN
-vi er til for dig



**Pause
-vi ses igen
kl. 18:05**



Tegning af Frits Ahlefeldt

At være pårørende i Psykiatrien – muligheder og tilbud

Særlig samtale
for pårørende



Forbeholdt
Patienter

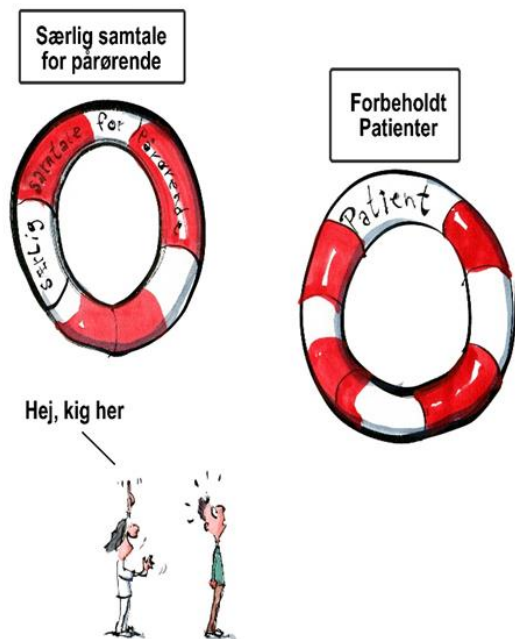


Hej, kig her



By: HikingArtist.com

Pårørendesamtaler



Alle patienter har mulighed for at bede om en pårørendesamtale

Pårørendegrupper

Temaer i pårørendegruppen:

- sorg/tab
- sygdomsforståelse
- egne ressourcer og grænser som pårørende
- egenomsorg
- hvor går man hen med de forskellige spørgsmål/behov
- genkendelse/at blive genkendt som pårørende



Pårørende grupper

Temaer i pårørende gruppen:

Pårørende roller:

- medlidende
- medlevende
- almindelig pårørende (mor; far; ægtefælle; søn/datter; ven/veninde osv.)
- samarbejdspartner
- advokat
- medbehandler
- tovholder



Akutsamtaler for pårørende



AT BLIVE SÅ RASK AT
MAN KAN VÆRE MED I
DET SAMFUND SOM VI
ALLE ER EN DEL AF



FRIHED TIL AT GÅ UD

AT BLIVE SET, LYTTET TIL
OG FÅ GOD HJÆLP



KAFFE PÅ
KANDEN

AT FINDE MENING I LIVET IGEN,
HOLDE MIG I LIVE OG IKKE VÆRE
BANGE FOR FREMTIDEN

AT BLIVE ÆDRU OG
INDGÅ I BEHANDLING



Flere
Kugledyner.

AT BLIVE BUDT VELKOMMEN
OG MØDT AF ÅBENHED

Gavle på
sengene, så
kugledynerne



GÅTURE

ikke falder
ned

STABILITET - DET GIVER MIG RO I
HOVEDET OG FRI FOR MANGE TANKER

At nogen hjælper vores
børn med at fortælle
om hvad psykisk
sygdom går ud på

OVERBLIK OVER
HVORDAN
BEHANDLINGEN
SKAL FORLØBE

REGION SJÆLLAND
PSYKIATRIEN



Vi vil **rigtig** gerne hjælpe Jer med at tale om det!

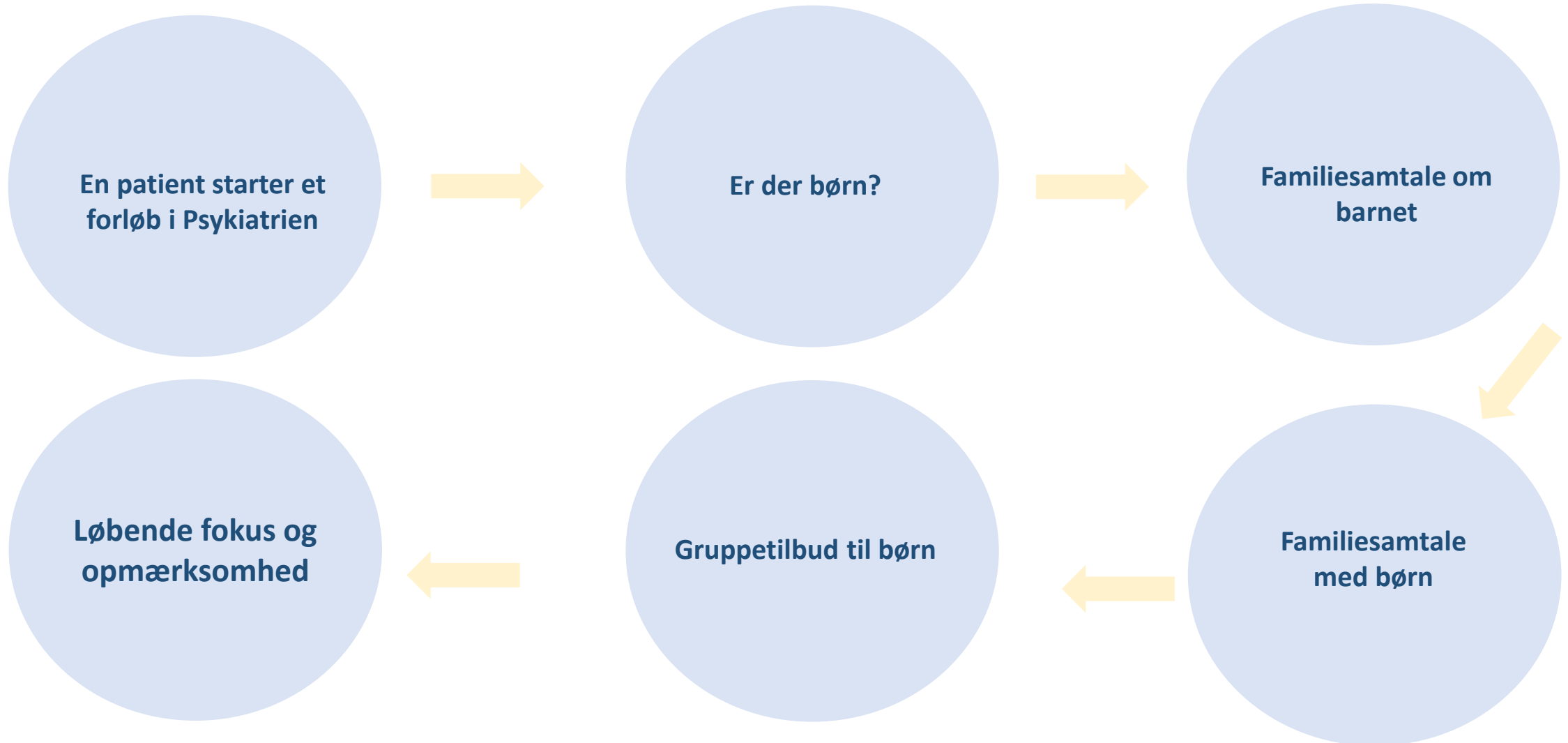
PSYKINFO

REGION SJÆLLAND
PSYKIATRIEN



-vi er til for dig

Når børn er pårørende





Personlig recovery

'Byggestenene' til det er...

Forbundethed

At være en del af meningsfulde fællesskaber



Identitet

At mærke, at man er noget værd, og at man kan være den, man er



Håb og optimisme

At tro på, at fremtiden byder på noget godt



Mening

At se mening i sit liv, og at bruge sin tid meningsfuldt



Empowerment

At have kontrol og handlegkraft til at forme sit liv



Personlig recovery

'Byggestenene' til det er **CHIME**

Forbundethed

At være en del af meningsfulde fællesskaber



Identitet

At mærke, at man er noget værd, og at man kan være den, man er



Håb og optimisme

At tro på, at fremtiden byder på noget godt



Mening

At se mening i sit liv, og at bruge sin tid meningsfuldt

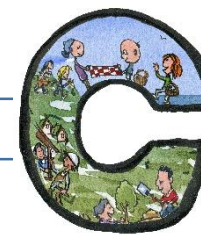


Empowerment

At have kontrol og handlegkraft til at forme sit liv



Ensomhed
Forladthed



Forbundethed
Samhørighed



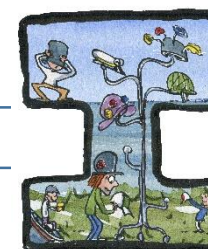
Håbløshed/lige-
gyldighed/frygt
for fremtiden



Drømme og
optimisme om
fremtiden



Selvhad,
selvstigma,
skam/selvudslet
telse



Positivt
selvbillede,
selvværd



Meningsløshed,
tomhed i
tilværelsen



Oplevelse af
mening – i livet
og brugen af
tid



Mistillid til egne
evner,
magtesløshed



Handlekraft,
myndighed,
kontrol, selvtillid,
taleret, taletid...



Hvordan ser jeg ud gennem CHIME – og hvad skal der ske?

Forbundethed

De her fællesskaber er vigtige...

Jeg vil gerne...



Håb og optimisme

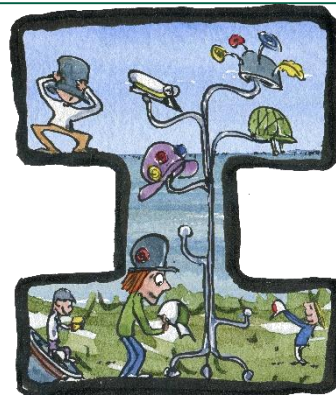
Jeg drømmer om, at min fremtid omfatter at...

Et næste skridt kunne være...

Identitet

Jeg tænker om mig selv, at jeg er...

Nogle af mine styrker er...



Mening

Min 'livsfortælling'? Jo, mit liv er nok som det er, fordi...

Det giver mening for mig at bruge min tid på at...

Empowerment

Jeg har (ikke) kontrol i mit eget liv, fordi...

Jeg vil gøre det her for at fastholde eller få mere kontrol...



De sidste spørgsmål



Pårørendemappen



Andre veje til viden

www.psykiatrienregsj.dk



PSYKINFO

REGION SJÆLLAND
PSYKIATRIEN

-vi er til for dig



Tak for i aften

PSYKINFO