



psykologpartners

Beteendefokuserad Rehabilitering

- arbetslivsinriktad rehabilitering utifrån KBT

Forskningen har visat att nyckeln till framgångsrik arbetslivsinriktad rehabilitering handlar om att hjälpa patienter att genomföra beteendeförändringar så som ökad aktivitet, ökad själv-/kroppskännet (self-efficacy) och acceptans. Samtidigt krävs att patientens arbetsplats och övriga nätverk engageras så att de aktivt förstärker detta förändringsarbete.

I *Beteendefokuserad rehabilitering* utgår reahabteamets insatser från en *Beteendeanalys*. Beteendeanalys utgör grunden i alla former av Kognitiv beteendeterapi (KBT) och fungerar som en sorts karta över vad som behöver göras i rehabiliteringen och vilka som skall involveras. På detta sätt kan rehabiliteringen göras mer effektiv.

Målgrupp

Utbildningen riktar sig till personal inom Primärvård, Fötetagshälsovård och andra verksamheter som på ett eller annat sätt utför arbetsförmågebedömningar och arbetslivsinriktad rehabilitering.

Syfte

Det övergripande syftet med utbildningen är att deltagarna skall få en introduktion till hur enkla, men effektiva metoder inom KBT kan användas i bedömning och rehabilitering av individer med långvarig smärtproblematik, utmattningstillstånd och annan lättare psykisk ohälsa.

Upplägg

Upplägget för kursen kan varieras utifrån uppdragsgivarens behov men kursen kommer att bestå av spridda utbildningsdagar så att deltagarna mellan kurstillfällena skall ha möjlighet att samla erfarenhet och komma tillbaks med relevanta frågeställningar. Kursen kommer att innehålla en del praktiska moment med fallbeskrivningar och övning av metoder. Nedan följer ett förslag på kursupplägg:

*Dag 1 FM: Introduktion till beteendeanalys.
EM: Så kan beteendeanalysen tillämpas samt verktyg för mer effektivt teamarbete.*

*Dag 2 FM: Genomgång av de nya sjukskrivningsreglerna.
Föreläsare: Handläggare från Försäkringskassan
EM: Så kan arbetsförmågebedömningarna göras mer användbara med hjälp av beteendeanalys.*

*Dag 3 FM: KBT vid långvarig smärta.
Föreläsare: Sjukgymnast
EM: KBT vid depression – Beteendeaktivering.*

Dag 4 Heldag: Samtalsmetodik, arbete med lågmotiverade patienter.

*Dag 5 FM: KBT vid ångestproblematik och sömnsvårigheter.
EM: Att använda självhjälpsprogram som ett komplement.*

Föreläsare

Förslag på gästföreläsare är sjukgymnast med erfarenhet av och utbildning i KBT samt handläggare från Försäkringskassan. Övriga föreläsare är legitimerade psykologer med god vana att kliniskt arbeta med och lära ut/handleda på de aktuella modellerna och metoderna.

Pris

Priset för utbildningen sätts utifrån antalet deltagare och andra faktorer så som restid och eventuella resekostnader och övernattnig.

Anmälan

Intresseanmälan görs till Elin Wesslander på elin.wesslander@psykologpartners.se.