



Temadag om omsorgstræthed og egenomsorg

9. maj 2019 kl. 9-16 i Odense

Formål:

At deltagerne bliver teoretisk klogere på, hvad der slider og bygger op i vores job som hjælpere, og kommer i gang med at arbejde målrettet på praksisændringer – så vi kan holde til det, vi holder af. En temadag med et ben i teori og et ben i praksis, hvor vi tager livtag med at aftabuisere den slidtage, hjælperjobbet indebærer.

Temaer:

Hvad er det, der slider i vores job? Hvorfor sker det? Hvad kan vi gøre ved det?

Målgruppe:

Kurset er for psykologer uanset arbejdsfelt: klinisk, PPR, organisationspsykologisk, rådgivning eller andre af fagets nicher. Eneste forudsætning: at du er interesseret i at blive klogere på området og at arbejde fremadrettet på at justere dine arbejdsforhold, hvor det giver mening for dig.

Kursusform:

Kortere teoretiske oplæg, individuelt arbejde og styrede samtaler i forskellige gruppestørrelser. Du skal være indstillet på og kunne se en pointe i at dele personlige oplevelser af omsorgstræthed, idet deling er et af de væsentlige greb for at komme omsorgstrætheden til livs. Privatiseringen og oplevelsen af personlig utilstrækkelighed er meget ofte makkerpar med omsorgstrætheden. Ved at dele vores erfaringen får vi øje på det fælles og arbejdsvilkårsbaserede: at omsorgstræthed er en naturlig følge af og risiko forbundet med arbejdet i et felt, hvor klienters lidelse og smerte hver dag langsomt og umærkeligt påvirker os. Der vil afslutningsvis blive opfordret til og være konkret mulighed for at etablere støttende kollegagrupper, enten i deltagergruppen eller i netværk lokalt.

Underviser:

Janne Høgh, cand.psych., Specialist i psykoterapi. Hun har arbejdet i voksenpsykiatri og palliation og har i 10 år haft privat psykologpraksis med kliniske, arbejdspsykologiske og undervisningsmæssige opgaver, bl.a. for Dansk Psykologforening. Janne har de seneste år været optaget af, hvad der slider i jobbet som psykolog og har med Halfdan Skjerning (Cand. Psych. og Ph.D.) bl.a. skrevet nogle forskningsartikler om emnet, ligesom hun sammen med ham har lavet en stor dansk undersøgelse (2018) om, hvad der slider på psykologer i deres job, og hvad de gør for at holde til det, vi arbejder med. Se mere: www.jannehogh.dk.

Tid og sted:

Torsdag d. 9.5. 2019 kl. 9-16. Mødecenter Odense, Buchwaldsgade 48, 5000 Odense C.

Pris:

Medlemmer af DPSP kr. 1590 kr. Andre medlemmer af DP kr. 2290. Øvrige kr. 3290.

Bindende tilmelding:

Senest d. 8.4. 2019 via www.dpsp.dk. Regler for til- og afmelding ses på dpsp.dk.

Meritering: Forventes at kunne godkendes til relevante specialistuddannelser med 6 timer.

Arrangør: DPSP-Fyn v/ Henriette Rønhof Sloth & Tina Malchow-Møller
