

Pris: Kr. 2.000,- maks. for hele året (i tillegg må det kjøpes/lånes noen bøker).

Sted: Molde Sjukehus / Høgskolen, Batnfjordsøra / Kristiansund.

Deltakelse kvalifiserer ikke for studiepoeng, men det søkes om godkjenning som etterutdanning i de ulike fagforbund.

Hva forplikter den enkelte seg til?

- fortløpende utprøving på egen hånd mellom samlingene
- notere spørsmål, reaksjoner, erfaringer og refleksjoner
- svare på standardiserte spørreskjemaer ved start og slutt
- undervegs være spørrende, åpen og nysgjerrig på egne endringer

Hva får den enkelte deltaker?

Forhåpentligvis ny kompetanse, som gir en opplevelse av bedre mental kontroll og dermed positive ringvirkninger både for deg selv og andre. De som søker din hjelp, kan oppleve deg som en tydeligere og mer konstruktiv bidragsyter.

Høres dette spennende ut? Ta kontakt med

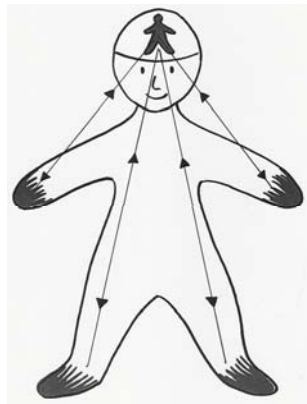
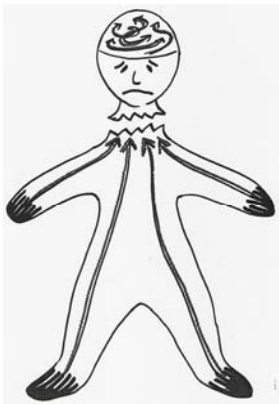
Britt Fadnes 71122912 e-post: britt.fadnes@helsenr.no

Kirsti Leira 90045721 e-post: kirleir@online.no

Du kan lese mer i boka

Balansekoden

Universitetsforlaget 2006, skrevet av initiativtakerne.



Er du nysgjerrig på å forstå mer av sammenhengen mellom kropp og sinn?

Vil du bli en bedre støttespiller for de som søker din hjelp?

Helse Nordmøre og Romsdal ved fag – og forskningsteamet i voksenpsykiatrien inviterer for første gang til en ettårig etterutdanning hvor det settes fokus på *den lærende hjernen*.



Tilbud om etterutdanning for helsepersonell, pedagoger og andre veiledere

Har du tenkt over hva som styrer valgene dine og hvor ofte vi faktisk gjør store og små valg bare i løpet av en dag?

Ingen kan love å gi fyllestgjørende svar på slike store og krevende spørsmål.

Men melder du din interesse, kan du få bli med på et dypdykk i disse og flere andre spennende problemstillinger.

Moderne kunnskap og nye praktiske erfaringer har bidratt til å forstå mer av det komplekse samspillet mellom kropp og sinn.

Initiativtakere og veiledere er fysioterapeut Britt Fadnes, voksenpsykiatrisk poliklinikk i Molde, fysioterapeut Kirsti Leira, Gjemnes Fysioterapi og professor Per Brodal, Universitetet i Oslo.

Sammen har de drevet et systematisk og utprøvende fagutviklingsarbeid siden januar 2001. De har sett på hvordan vi kan bruke nevrobiologisk kunnskap i møte med pasienter som strever med blant annet angst, depresjon, smerter, svimmelhet, konsentrasjonsvansker og tretthet. Erfaringene er hentet fra en kroppslig tilnærming til disse problemene.

De tre initiativtakerne ønsker å utfordre både seg selv og andre ved å invitere interesserte og nysgjerrige samarbeidspartnere i vår region til en teoretisk og praktisk innføring, hvor egen utprøving står sentralt. Målgruppen er i hovedsak helsepersonell i første- og andrelinjetjenesten, pedagoger og andre veiledere. *Nysgjerrighet* er inngangsbilletten.

Pilotprosjekt

Fag- og forskningsteamet i voksenpsykiatrien i Helse Nordmøre og Romsdal inviterer til etterutdanning med ett års varighet fra februar 2008 til februar 2009. Planen er å tilby et veiledningsprogram med hovedvekt på faglig egenutvikling.

Læring står sentralt. Enhver endring, liten eller stor, er basert på nettopp læring.

Hvordan vekke lysten til å lære? Hvordan *holde læringsdøra åpen*? Hva er det nevrobiologiske grunnlaget for læring – og dermed endring av tanker, handlinger og følelser? Konkrete erfaringer er det beste utgangspunktet for læring. Utfordringen for oss som skal hjelpe er å åpne den andres mulighet for læring og dermed skape nødvendige forutsetninger for endringer. Forhåpentligvis blir det endringer som er basert på egne valg og ikke mer eller mindre bestemt av andre.

Kroppen viser seg å være en unik innfallsport til å få til endring, også av mentale prosesser. Hvor åpen er jeg selv for å gjøre endringer, for å se andre løsningsmuligheter enn de jeg er vant til? Hvor ofte reflekterer jeg over innspill fra andre? Hvor bevisst oppfatter jeg pasienten eller eleven som en jeg kan lære av? Hvor viktig er det for meg at jeg som hjelper og veileder har "rett"? Hvor lett er det å skille ut det som er *viktig* i en dialog? Disse og andre store og krevende spørsmål vil forhåpentligvis bli utfordret – uten at det finnes fasitsvar.

Tilbudet er tenkt utformet slik:

Veiledningsgrupper på ca. 5 – 8 lærelystne personer etableres i løpet av høsten 2007. Det kan være kolleger fra samme eller forskjellig arbeidsplass, tverrfaglige grupper eller rene faggrupper (for eksempel fysioterapeuter).

Framdriftsplan:

- Åpningsseminar i februar 2008: to dager
- Midtvegsseminar i august/september 2008: en dag
- Avslutningsseminar i februar 2009: to dager
- Seks ganger veiledning a` en halv dag i løpet av perioden
- Til sammen utgjør dette åtte hele arbeidsdager

I tillegg må egne utprøvinger gjøres på fritid og i tilknytning til praksis.

Vi ønsker å samarbeide med Høgskolen i Molde i forhold til utarbeidelse av spørreskjema og behandling av data. Tiltaket støttes av Fag – og organisasjonsavdelingen i helseforetaket.