



Selvskading

Forståelse og endringsmuligheter

**Invitasjon til dagskonferanse
14. November 2024**



Program

09.00: **Velkommen**

09.15-10.00: «**Selvskading: forståelse og endringsmuligheter**» v/ Anita Tørmoen, PhD, førsteamanuensis ved Universitetet i Oslo

10.00-10.15: **Pause**

10.15-11.00: **Forts. «Selvskading: forståelse og endringsmuligheter»**

11.00-11.30: **Spørsmål og diskusjon**

11.30-12.30: **LUNSJ**

12.30-13.15: «**Selvskading gjennom sosiale medier**» Mange unge introduseres for selvskading gjennom sosiale medier, og deres skadehistorikk utvikler og eskalerer der. Dette må vi som skal hjelpe dem kjenne til, og vi må i tillegg vite hva som kan være til virkelig hjelp for dem v/Hannah Lydvo, psykologspesialist, RVTS Øst

13.15-13.30: **Pause**

13.30-14.15: **Forts. «Selvskading gjennom sosiale medier»**

14.15-14.30: **Pause**

14.30-15.15: «**Selvivaretakelse**» Å møte mennesker som skader seg selv med vilje krever ekstra mye av oss som skal hjelpe dem over tid. Da er det ekstra viktig å vite at det å ta vare på seg selv er en sentral del av jobben vår.
v/Hannah Lydvo, psykologspesialist, RVTS Øst



Dagskonferanse 14. november 2024

Målgruppe

- Ansatte med fagansvar og som jobber med mennesker som skader seg selv med vilje.

Målet

- Å oppnå en dypere forståelse av selvsykdom og mulighet for endring
- Å brukesimuleringsspill som et verktøy for å hjelpe de som kjenner seg usikre og trenger mer øvelse i samtale om selvsykdom
- Å økt bevisstheten om hvordan sosiale media kan påvirke selvsykdomsadferd
- Å økt oppmerksomheten om betydningen av selvsykebehandling



Forelesere



Anita Johanna Tørmoen, PhD er førsteamanuensis ved Universitetet i Oslo og leder utdanningsprogrammet for DBT i Norge ved Nasjonalt senter for selvmordsforskning og forebygging (NSSF). I tillegg til å være DBT lærer og veileder gjennom mange år er hun behandler ved DBT team på Oslo Universitetssykehus. Anita har publisert en rekke arbeider omkring behandling av ungdom, samt om selvskading og selvmordsatferd både i og utenfor behandlingsapparatet. Hun ledet arbeidet med Veiledende materiell til kommunene om selvmord og selvskading som Helsedirektoratet publiserte i 2017.



Hannah Lydvo er psykologspesialist med fordypning i klinisk arbeid med rus og avhengighet. Hun har lang erfaring med utredning og behandling på døgnpost og poliklinikk, med allmenpsykiatriske problemstillinger, sammensatte tilstander og rus. Ved RVTS øst er hun tilknyttet selvmordsforebyggende team, som også arbeider bredt med temaet selvskading.

Påmelding og praktisk

- ▶ Tidspunkt:
Dato: 14. november 2024 kl: 09.00-15.15
- ▶ Sted:
Røde kors, Hausmannsgate 23, Oslo

- ▶ Påmelding innen 20. oktober
- ▶ Meld deg på her (Påmeldingslenke)

- ▶ **Ved spørsmål kontakt**

- ▶ Anne Brit Haug : annebrit.haug@hel.oslo.kommune.no
- ▶ Rita Småvik: rita.smavik@hel.oslo.kommune.no
- ▶

