

Nasjonal konferanse i klinisk helsepsykologi 26. – 27. mars 2020

Sted: Felix konferansesenter, Oslo

TORSDAG 26. mars 2020

10.00 – 10-15: Åpning

10.15 – 11.00: Per Brodal, professor i nevroanatomi, UiO

Om hjernenettverk, alarmer og stress

11.00 – 11.15 PAUSE

11.15 – 12.00 Helene Helgeland, overlege i barne- og ungdomspsykiatri, OUS

Om kroppens stressreguleringsystemer og implikasjoner for behandling av sammensatte symptomtilstander

12.00 – 12.15 PAUSE

12.15 – 13.15 Parallellsesjoner

1. **Behandling av barn og unge med stressrelaterte tilstander.** Helene Helgeland, overlege i barne- og ungdomspsykiatri, OUS
2. **Stressmestring ved hjelp av biofeedback.** Ingrid Hyldmo, psykologspesialist
3. **Mindfulness i møte med en stresset kropp:** Katinka Salvesen, psykologspesialist

13.15 – 14.00: LUNCH

14.00 – 14.50: Anne Kristine Bergem, psykiater og førsteamanuensis

Tidlige traumer og risiko for utvikling av somatiske plager

15.00 – 15.50: Parallellsesjoner

1. **»Kroppsspråk» – smerter hos unge mennesker. Munnhelse og psykisk helse.**
Anne Kristine Bergem, psykiater og førsteamanuensis & Heming Olsen-Bergem, oral kirurg og førsteamanuensis
2. **Stressmestring ved hjelp av biofeedback.** Ingrid Hyldmo, psykologspesialist
3. **Hvilken metode virker for hvem? Teoretisk grunnlag for ACT og ISTDP/ Emosjonsfokusert terapi som behandling ved smertetilstander .** Heidi Trydal, psykologspesialist

15.50 -16.05: PAUSE

16.05 – 16.55: Parallellsesjoner

1. ACT som terapiform ved langvarige smertetilstander. Heidi Trydal, psykologspesialist
2. Emosjonsregulering i den terapeutiske samtalen, sett i et nevropsykologisk perspektiv
Arnstein Finset, psykologspesialist
3. » Kroppspråk» – smerter hos unge mennesker. Munnhelse og psykisk helse.

Anne Kristine Bergem, psykiater og førsteamanuensis & Heming Olsen-Bergem, oral kirurg og førsteamanuensis

17.00 – 17.15: Oppsummering i plenum

FREDAG 27. mars 2020

09.00 – 9.45 **Mats Lekander**, professor i helsepsykologi, Stockholms universitet

Stress, inflammasjon og betydning for psykisk og somatisk helse

09.50 – 10.20: **Borrik Schjødt**, psykologspesialist

Placebo og behandlerrelasjonen

10.20- 10.30 PAUSE

10.30 – 11.00 **Silje Reme**, professor, Psykologisk institutt, UiO

Evidens for medisinsk hypnose for reduksjon av smerte

11.05 – 11.40 **Maren Lindheim**, psykologspesialist

Hypnose og betydningen av det terapeutiske språket for stress- og smerteregulering

11.45 – 12.15 **Paneldebatt (Lekander, Lindheim, Reme og Schjødt): Implikasjoner for klinisk praksis**

12.15 – 13.15 **LUNCH**

13.15 – 14.15 Parallellsesjoner

1. Effekt av søvnbehandling på angst, smerte, depresjon og opplevd stress. Søvn som mediator av effekt av KBT ved stresstilstander. Mats Lekander, professor i helsepsykologi
2. Hypnose ved forberedelse til kirurgi hos voksne. Silje Reme professor, psykolog
3. Barn i helsevesenet; forebygging og behandling av behandlingstraumer. Maren Lindheim, psykologspesialist
4. Terapeutiske samtaler med smertepasienter. Hvordan skape allianse og felles forståelse. Borrik Schjødt, psykologspesialist; Arnstein Finset, psykologspesialist

14.15 – 14.40 Pause

14.40 – 15.45 Parallellsesjoner

1. [ISTDP som terapiform ved langvarige smertetilstander](#). Heidi Trydal, psykologspesialist
2. [Helsepsykologens rolle ved stressrelaterte tilstander](#). Trond Diseth, professor og overlege i barne- og ungdomspsykiatri
3. [Grubling og kverning som opphav til stress](#). Torkil Berge, psykologspesialist
4. [Ikke fastsatt ennå](#)

15.45 – 16.00: PAUSE

16.00 – 16.30 Avsluttende innlegg

16.30 – 17.00 Oppsummering og avslutning