

OM FÖRELÄSNINGARNA & FÖRELÄSARNA

Kommunikation vid suicid: hur får vi ihop det med alliansen?

Föreläsning med Ullakarin Nyberg

Ullakarin Nyberg är överläkare vid Norra Stockholms Psykiatri och suicidforskare vid Karolinska Institutionet. Idag arbetar hon heltid med suicidprevention och stöd efter suicid. Ullakarin är författare och aktuell med boken ”Konsten att mötas: från mingelängest till allvarliga samtal”. Hon är en mycket uppskattad föreläsare och har egen podd ”Inferno podcast” samt samtal i radio ”Livet med Ullakarin Nyberg”.

I denna föreläsning får vi veta vad Ullakarin upplever som viktigast i kommunikationen med lyssnare i radio och med suicidnära patienter. Hon delar även med sig av vad som kan vara svårt i samtalens och hur alliansbrott kan förebyggas samt repareras. Konsten att samtala är något vi alla vill bli bättre på – Ullakarin bidra med exempel och klokskap.

Mental Imagery: Inre bilder i KBT och Vetenskap

Föreläsning med Emily Holmes

Mental imagery allows us to time travel. So doing can have a powerful impact on our emotions, motivation and behaviour. Intrusive image-based memories can “flash backwards” to past trauma. Mental imagery can “flash forwards” to the future, such as in suicidal thinking or goals in hypomania. Although images can seem fleeting and elusive, our research methods to investigate imagery are advancing. Better understanding mental imagery offers insights to improve interventions.

Mental health science is an umbrella term to cover the many different disciplines, including psychology, psychiatry, clinical medicine, social sciences, and neuroscience, that will need to work together and with people with lived experience of mental health problems to improve interventions. We will discuss mental health science priorities for the Covid-19 pandemic and beyond and for psychological treatment innovation specifically.

Our team has been interested in the interplay between mental imagery and science-driven treatment innovation. We explore intrusive, emotional mental imagery after psychological trauma to illustrate one example of a mental health science approach. This generated a novel intervention approach - the idea of working with intrusive images of trauma using concurrent tasks, while moving ideas between the lab and the clinic. This experimental approach is at an early stage not an evidenced-based intervention, and is used here to illustrate an interplay between science and practice. We also consider applications to remotely delivered intervention innovation under pandemic conditions.

More broadly, there is great potential for adaptations and innovations in psychological treatments now. Experimental therapeutics could help fuel disruptive innovations that are useful in new ways to more diverse groups, and globally, long post-pandemic.