

Inspirationsmateriale til undervisning

Arbejdet med recovery i psykiatrien

40597

Udviklet af:

Jørgen Clemensen, Tonny Andersen,
Gitte Strøm
SOSU-Vest
Gl.Ringstedvej 4c
4300 Holbæk
Tlf.: 59443133

Hans Ravn Larsen

SOSU-Greve
Rådhusolmen 3
2670 Greve
Tlf.: 43972300

1. Uddannelsesmålets sammenhæng til FKB/TAK

Uddannelsesmålet hører til i den fælles kompetencebeskrivelse:

Nr. 2692: Omsorg, sygepleje og pædagogisk arbejde.

Nr. 2695: Sundheds- og sygeplejeopgaver i sygehusvæsenet

Det relaterer til de tilhørende arbejdsmarkedspolitiske kompetencer (TAK):

Det pædagogiske arbejde
Kommunikation og samarbejde i omsorg og pleje
Omsorgs- og sygeplejefagligt arbejde
Socialpsykiatrisk arbejde

Den sundheds- og sygeplejefaglige kompetence på sygehusene
Det psykiatriske område på sygehusene
Samarbejdet på sygehusene

Arbejdsfunktioner

Social og sundhedsassistenter, plejere, social og sundhedshjælpere, pædagogmedhjælpere, pædagogiske assistenter og andre med tilsvarende erfaring indenfor psykiatrien.

Deltagerforudsætninger

Det anbefales at kursisterne har erfaring med arbejde indenfor psykiatrien og har gennemført kurserne ”socialpsykiatri Introduktion” og ”socialpsykiatri fagligt samarbejde” eller har tilegnet sig tilsvarende erfaring.

Struktur

Kurset kan indgå i et integreret forløb med følgende kurser:

FKB: Omsorg, sygepleje og pædagogisk arbejde
40138 Implementering af handleplaner ifølge serviceloven
44627 Magt og omsorg
44329 Kontaktpersonen i omsorg og sygepleje
44298 Brugerindflydelse i pædagogisk praksis
42689 Forebyggelse af vold og konfliktintervention

40600 Socialpædagogik og aktiverende metode
40599 Arbejde med sindslidende med misbrug
40598 Selvledelse og formidling i omsorgsarbejde
40128 Tværsektorielt arbejde med rehabilitering
40127 Selvstændigt arbejde med rehabilitering
40126 Medvirken til rehabilitering
40125 Rehabilitering som arbejdsform

FKB: Sundheds- og sygeplejeopgaver i sygehusvæsnet
44789 Det retspsykiatriske omsorgsarbejde
42684 Psykiatrisk suppleringsuddannelse
40596 Hverdagslivet som indsatsområde i SOSU-arbejdet

Kurser der findes indenfor begge FKB'er er kun medtaget en gang.

2. Ideer til tilrettelæggelse

Kurset kan tilrettelægges som split med fordelingen 4-2-2-2 eller 4-3-3. Gerne over et længere forløb på 6-8 uger.

Det anbefales at inddrage lærere med brugerbaggrund i undervisningsforløbet

Temaer

Under denne overskrift er samlet en række emner, der alle er relevante for uddannelsen. Listen skal ikke opfattes som fyldestgørende. Tilrettelæggeren af uddannelsen kan benytte emnerne som inspiration og kombinere emner, så man opnår den vægtning der er rigtig i sammenhængen.

▪ **Tema 1**

Recoverybegrebet

I temaet arbejdes med en grundlæggende fremlæggelse af begrebet Recovery. Der tages udgangspunkt i den videnskabelige argumentation, der ligger bag selve grundtanken om at man kan komme sig af psykisk sygdom og kursisterne præsenteres for den statistiske dokumentation. På det grundlag placeres begrebet i en større historisk sammenhæng for at illustrere hvad der er det nye i recoverytanken. Recoverybegrebets principper og værdier gennemgås ved løbende at forholde dem til den praksis medarbejderne oplever i psykiatrien i dag. I gennemgangen af recoverybegrebet præsenteres "Fælles værdier i indsatsen for

mennesker med en sindslidelse” som et muligt grundlag for en recoverybaseret tilgang. Denne diskussion af sammenhængen mellem principper, værdier og praksis fører videre til et perspektiv på hvor recoverytanken skal føre psykiatrien hen i fremtiden.

- **Tema 2**

Afdække kompetencer

I temaet arbejdes med hvordan recoverytilgangen er båret af den enkelte borgers håb og drøm om at det skal blive bedre. I dette tema arbejdes der med hvordan den professionelle kan arbejde på at støtte borgeren i at formulere håb og drømme der kan understøtte denne personlige proces. Udgangspunktet er at formulere en drøm og et håb, som kan konkretiseres i mere umiddelbart opnåelige delmål. Processen der skaber forandringen i borgerens liv skal bæres frem af en oplevet lyst til at tingene skal være anderledes. I den forbindelse arbejdes der med at hvordan den professionelle kan støtte en udvikling der dels skal afdække kompetencer og ressourcer og skal give borgeren tillid til egne handlekompetencer. Der inddrages redskaber som ressourceprofil, handleplaner og motivationssamtale.

- **Tema 3**

Roller og forventninger

I temaet arbejdes der med hvilke roller borgeren, de professionelle, netværket og samarbejdspartnerne giver hinanden og tager på sig. Det er vigtigt i en recoveryproces at arbejde med den stigmatisering mange psykisk syge oplever, når ”borgeren bliver diagnosen”. Herunder også den selvstigmatisering mange psykisk syge oplever at underlægge sig. Dette bearbejdes ved at anvende redskaber til at tydeliggøre roller og forventninger i relationer og situationer. Blandt andet kan der trænes i at skabe relationer og situationer hvor både den professionelle og borgeren har mulighed for at skifte roller. I diskussionen af roller skal der også gøres op med den traditionelle opfattelse af den professionelle som den der har ansvaret for processen. Der arbejdes med hvilken rolle den professionelle har når det er borgeren selv der sætter dagsorden.

- **Tema 4**

Samværsformer

I temaet arbejdes med samspillet mellem recovery og samværsformer. Dette indebærer at man skal forholde sig til den måde, i første omgang den professionelle og borgeren mødes og er sammen på. Hele rammen for samværet drøftes igennem for at afdække hvilke fordele og ulemper der ligger i de samværsformer psykiatrien traditionelt benytter os af. F.eks. spørgsmålet om hvem der tager initiativ til samvær, om samværet skal indebære en eller anden form for aktivitet. Måden vi taler sammen på afspejler den ramme vi taler i. På dette grund-

lag kan der eksempelvis arbejdes med konkrete opgaver i hvordan man kan etablere recoveryunderstøttende samværsformer.

▪ Tema 5

Arbejdsformer

I Temaet arbejdes med de centrale teorier og principper bag nogle af de arbejdsformer der fungerer recoveryunderstøttende. Det drejer sig om arbejdsmetoder, der forholder sig til hvordan man som professionel kan støtte borgerens egen recoveryproces uden at overtage.

Der inddrages tilgange som Empowerment og Psykosocial Rehabilitering. Der arbejdes desuden med mere konkrete redskaber som f.eks. motivationssamtale eller åbne samtaler, der kan indgå som delelementer i de bredere tilgange. Der er yderligere mulighed for at man på kurset præsenterer de terapeutiske retninger som anvendes indenfor det psykiatriske område. De enkelte tilgange diskuteres og der lægges op til at alle tilgangene har fordele og ulemper og indebærer dilemmaer i arbejdet. I forhold til arbejdsformerne diskuteres og afklares målgruppens rolle og kompetenceområder og der arbejdes med hvordan kursisterne kan deltage i tilrettelæggelse af et recoveryunderstøttende helhedsperspektiv.

▪ Tema 6

Kroppen og recovery

I temaet arbejdes med sammenhængen mellem fysisk og psykisk velvære. Der undervises i sammenhængen mellem et sundt fysisk liv og borgerens oplevelse af overskud og tillid til egne kompetencer. Det diskuteres hvordan den professionelle kan arbejde motiverende og understøttende ift. en sund livsførelse. Det lægger op til en diskussion af hvad en god og en sund livsførelse er og overordnet til en diskussion af livskvalitet, som er med til at åbne spørgsmålet om den professionelles rolle og opgave.

▪ Tema 7

Mestring på alle niveauer

I temaet arbejdes med hvad det betyder at mestre og hvordan den professionelle kan understøtte borgerens mestringskompetence og – tillid. Der arbejdes med mestring på flere niveauer; fra nære relationer som den mellem borger og pårørende og borger og kontaktperson til mestring af mere komplekse roller i et større netværk eller lokalsamfund. I den forbindelse er det relevant at inddrage de hjælpemidler indenfor eksempelvis kommunikation som borgere kan gøre brug af. Det diskuteres hvilke værktøjer der er til rådighed og hvordan den professionelle kan understøtte brugen af dem. I temaet inddrages desuden den professionelles opgave med relationsstøttende arbejde i den forstand at ikke kun evnen men også modet og viljen skal opøves. Det diskuteres hvordan den professionelle kan forholde sig til denne opgave.

▪ Tema 8**Samarbejde**

I temaet arbejdes med hvad der ligger i et godt samarbejde og hvilke former for samarbejde der er påkrævet for at understøtte den enkelte borgers recoveryproces optimalt. I første omgang diskuteres borgerens rolle som samarbejdspartner i processen. Der arbejdes med hvad denne rollefordeling betyder for magten i relationen og dermed for den professionelle rolle.

Derefter arbejdes der med hvilke krav recoverytilgangen stiller til det faglige samarbejde og ikke mindst hvordan borgeren fastholdes som central aktør i dette samarbejde.

En helhedsplan for en recoveryproces involverer mange forskellige samarbejdspartener hvilket yderligere understreger vigtigheden af en meget disciplineret kommunikation. Der arbejdes med hvordan kommunikationen kan tilrettelægges gennem de redskaber den professionelle har for hånden, som dokumentationsmateriale, evalueringer og aftaler. Samtidig arbejdes der med hvordan borgeren kan få indflydelse på både kommunikation og dokumentation. Herunder sikre borgerens aktive inddragelse i forbindelse med udformning og implementering af borgerens handleplan.

Der sættes særligt fokus på de pårørendes inddragelse i samarbejdet omkring recoveryprocessen. Ved at arbejde med hvordan de pårørende og netværket løbende kan inddrages mest muligt og hvilken rolle den professionelle spiller i dette ser vi på hvordan pårørende og netværk kan tilføre borgeren ressourcer og kompetencer, som skaber fremdrift i recoveryprocessen.

3. Opgaver og undervisningsmaterialer

Opgaver indlagt i af dagens program

- Daglige casebaserede dilemmaopgaver med udgangspunkt i temaerne. På baggrund af dagens tema arbejdes der i grupper med forskellige forberedte dilemmaopgaver, der afspejler de værdier og principper, som er i spil. Grupperne får tid til at diskutere problematikken igennem hvorefter de fremlægger en løsning eller konklusion i plenum. Her er så yderligere mulighed for at fortsætte diskussionen for at inddrage andre kursisters erfaringer og derved knytte værdier og praksis sammen.
- Stemmebøjeopgave
Varighed ca. 15-20 minutter. Kursisterne deles i grupper på tre hvor den ene interviewer den anden om eksempelvis hvordan hans/hendes morgen forløb imens den tredje hele tiden hvisker i den andens øre. Er med til at give en

Arbejdet med recovery i psykiatrien

Inspirationsmateriale til undervisning

oplevelse af hvor svært det er at koncentrere sig når man hører stemmer og hvilke krav det stiller til den der spørger.

- Livskvalitetsopgave
Skriv hver især 10 ting, der giver livskvalitet
Alle tingene skrives på tavlen dog uden dubletter
Vælg de fem vigtigste ting for dig. Behøver ikke at stå på tavlen
To minutter til at stryge en af tingene
To minutter til at stryge endnu en af tingene
Ti minutter til at stryge endnu en af tingene. Kan gøres i summe grupper eller sammen med en medkursist.

Under dette forløb kan man løbende tale om betydningen af de ting der forsvinder og hvad de betyder for os og at de der bliver syge ikke nødvendigvis kan vælge men må leve med at de bliver valgt fra af andre eller ikke kan klare at gøre de ting, der ellers er vigtige for dem.

Tale om hvilke to ting der er blevet tilbage.

Kan suppleres med teoretisk indslag om identitetsdannelse og fastholdelse og diskussion af når borgeren har mistet og eller ikke kan opnå disse ting, hvad er så det næstbedste?
Hvad kan vi som professionelle gøre for at borgeren i videst muligt omfang opnår det han ønsker?

- Daglige fysiske øvelser for at få kroppen med
- Øvelse i åben samtale afholdes enten en kursist sammen med underviser med det øvrige hold som reflekterende team eller fire sammen hvor en spørger, en svarer og to er reflekterende team.
- Øvelse i motivationssamtale afholdes enten en kursist sammen med underviser med det øvrige hold som reflekterende team eller fire sammen hvor en spørger, en svarer og to er reflekterende team.
- Øvelse i at se besværlig som kompetent. Hver enkelt kursist tænker på den borger de synes er sværest at arbejde med og noterer hvad der gør det så svært. Derefter er opgaven at vende alle disse udsagn til noget positivt.

Opgaver til split

- Observer hvordan den formelle og uformelle kommunikationen er mellem borgere og professionelle og mellem professionelle internt.
- Find eksempler på den usynlige magtanvendelse på arbejdspladsen. Enten mellem professionelle og borgere eller mellem professionelle internt
- Kursisterne kan besøge hinandens arbejdspladser og være flue på væggen mhp. At give recoveryunderstøttende feedback.
- besøg på institutioner der har arbejdet recoveryorienteret i en periode, da man her kan tale med både personale og brugere om måden at arbejde på samt hvad der hæmmer og fremmer for den enkelte.
- Arbejde med recoveryarbejdshæfte udarbejdet til borgere der selv er i recoveryprocessen. Hæftet giver en fornemmelse hvor omfattende et projekt en recoveryproces er og kan hæftet være inspirerende for en professionel til at komme rundt om alle de relevante aspekter hos en borger.

En tredje opgaveform som kan anvendes er at skabe et projekt som kursisterne enkeltvis, i grupper eller i fællesskab kan arbejde på under hele kursusforløbet

4. Litteraturliste mv.

Arbejdshæfte til recoveryprocessen udgivet af Psykovision

Andersen, Maja Lundemark (et al): Empowerment på dansk". Dafolo Forlag, 2000

Aslan, Marion og Mike Smith: "The Thrive approach til mental velbefindende". Psykovision 2008

Coleman, Ron: "Recovery – et nyt perspektiv i psykiatrien"

Deegan, Patricia: "At bruge medicinen til at komme sig". Slotvænget, 2004

"Fælles værider i indsatsen for mennesker med en sindslidelse" 2005, Socialministeriet og Indenrigs- og sundhedsministeriet. Kan hentes på www.sum.dk eller www.social.dk

Guldbrandsen, Klaes: "Syn på samspil". Videnscenter for socialpsykiatri,

2005

Jensen, Pernille: "En helt anden hjælp". Akademisk Forlag, 2006 Tilhørende DVD

Jensen, Pernille (red.): "Recovery på dansk". Systime academic, 2004

Järvinnen, Margaretha og Nanna Mik Meyer (red.): "At skabe en klient" Hans Reitzels forlag, 2003

Miller, William R. og Stephen Rollnick: "Motivations samtalen". Hans Reitzels forlag, 2004

Romme, Marius og Sandra Escher: "Giv stemmerne mening" Systime Academic, 2003

Topor, Alain: "At komme sig". Videnscenter for socialpsykiatri, 2002

Topor, Alain: "Fra patient til person". Akademisk forlag, 2004

Wilken, Jean Pierre og Dirk den Hollander: "Rehabilitering og recovery". Akademisk Forlag, 2008

Seikkula, Jaakko: "Åpne samtaler" Tano-Aschehoug, 2000..

I løbet af 2010 vil der på [www. Socialpsykiatri.dk](http://www.socialpsykiatri.dk) være gratis it-støttet materiale om arbejdet med kvalitet via handleplaner, herunder borgerinddragelse. Indtil er det relevant at orientere sig på dette link:

<http://www.socialpsykiatri.dk/praksis/handleplaner>