

Badeliv

magasin fra

MODUM BAD

Nr. 1/2009 - 18. årgang

Bedre terapi med tilbakemelding
Forskningsfunn gir ny kurs
Pasienthistorie: Øystein fikk et løft



hoved **TEMA:** Forskning

MODUMBAD 
- en kilde til liv



Øystein Møller er klar for hjemturen.



Terapeutene Tove Blåmoli og

Øystein fikk et løft

Etter et tre måneders opphold på Modum Bad fikk Øystein Møller (57) fra Enebakk et dobbelt løft - både mentalt og fysisk.

Øystein Møller ble lagt inn i Avdeling for traumebehandling og interpersonlig terapi med store traumer før jul. Gjennom de 12 påfølgende ukene jobbet han beinhardt. Veien han gikk kjentes lang. Møller opplevde likevel oppholdet som et mentalt løft i livet.

Løftet ble symbolisert på en helt spesiell måte da han tirsdag 27. januar var klar for hjemreise. Det ble en unik hjemreise, både for pasienten selv, men også for personalet og

medpasienter på Modum Bad. Ute på jordet ved institusjonen landet nemlig et helikopter for å hente hjem traumepasienten.

- En drøm

- Jeg har alltid hatt en drøm om å sitte i et helikopter. Dette kom jeg til å nevne for sjefen min rett før jul, forteller Møller.

Sjefen reagerte umiddelbart og startet en kronerulling blant de 38 ansatte på Møllers arbeidsplass, Bama, slik at arbeidskollegaen skulle få drømmen sin oppfylt.

Da Badeliv var i kontakt med Møller to dager etter helikopterløftet, hadde han ennå ikke landet.

- Det var veldig spesielt å få en helikoptertur. At noen hadde gjort dette for meg, gjorde så sterkt inntrykk.

Møller kjenner at han har problemer med å takle og bearbeide det sterke inntrykket gaven har gjort på han. - Jeg har problemer med å ta imot gaven, og skjønner nok ikke helt hva den er verdt for meg ennå, men helikopterturen var en absolutt merkelig følelse og en god opplevelse. Jeg er skikkelig rørt, sier Møller.

Tunge traumer

Før traumene startet for Øystein Møller, levde han et helt vanlig liv. Han hadde jobb i bedriften Bama, hadde en god fysikk og en normal psyke. Han var også gift. Alt begynte



A Herd of 'Wild' Horses

The multifaceted research group at Modum Bad

In America, when we talk about trying to manage a group of creative people, we joke about the challenge of 'herding cats.' We all know that cats are so independent and strong minded that it is hard to get them to move together in the same direction. They all want to go their own special way.

Yet, I find myself pleased and proud to be directing this group of highly creative and independent researchers at the Modum Bad Research Institute. They are all definitely strong minded and go their own way, but I enjoy watching, because they all do what they do so very well! All are publishing and in a variety of fields; e.g., eating disorders, trauma, PTSD, anxiety, family treatment and personality disorders. All are presenting papers at scientific conferences, and giving training seminars nationally and internationally.

Of course, they never manage to all come together to a research meeting at the same time because they are busy doing other important and worthwhile things. In the same vein, we can never quite get a picture of all of them together at once because they are running all over the place! It is truly like herding cats! Except They don't quite have the temperament of 'cats'. Their accomplishments make them more like a herd of 'wild horses', or maybe, I should say, cold-blooded, islandic horses. They are tough, strong, hard-working and put in long hours. They carry burdens of endlessly rewriting and struggling with complicated statistics.

They have to deal with repeated 'whips' of criticism from colleagues, and rejection letters from reviewers. It is truly a long, long haul before they finally win the race and get a paper accepted. But this herd of horses is solid and tenacious, and really pull their own load. Their list of accomplishments reflect their efforts and can be seen on the MB Research Institute website.

I am truly proud to be the humble leader of this most impressive bunch!

Leigh McCullough

Leder av Forskningsinstituttet, Modum Bad



Årgang 18

Ansvarlig redaktør:
Ole Johan Sandvand

Redaktør:
Unni Tobiassen Lie

Grafisk design:
Nina Teigen Olsen

Årsabonnement:
Gratis

Henvendelser til bladet:
Modum Bad
"Badeliv" v/informasjonsleder
3370 Vikersund
Tlf: 32 74 97 00
Fax: 32 74 97 97
infoleder@modum-bad.no

Adresser og telefonnummere:
KLINIKKEN
Tlf: 32 74 97 00
Fax: 32 74 97 97
klinikken@modum-bad.no

POLIKLINIKKEN
Tlf: 32 74 98 70
Fax: 32 74 97 97
poliklinikk@modum-bad.no

FORSKNINGSINSTITUTTET
Tlf: 32 74 97 00
Fax: 32 74 98 68
forskning@modum-bad.no

SAMLIVSSENTERET
Tlf: 32 74 94 00
Fax: 32 74 94 01
info@samlivssenteret.no
www.samlivssenteret.no

VILLA SANA
Tlf: 32 74 97 00
Fax: 32 74 98 88
villasana@modum-bad.no

www.modum-bad.no

INSTITUTT FOR SJELESORG
Tlf: 32 78 81 55
Fax: 32 74 98 43
sjelesorg@modum-bad.no

Forsidefoto:
Unni Tobiassen Lie



Stor forskningsenergi

Dette året settes flere forskningsprosjekter i gang ved Modum Bad. Noen av dem presenteres i denne utgaven av Badeliv. - Jeg er overveldet over forskningsenergien i Klinikken, sier klinikkjef Tron Svagård.



Det meste av forskningen som er gjort og som pågår ved Forskningsinstituttet, Modum Bad, har sitt utspring i Klinikken.

- Det er rett og slett klinikere som i sin arbeidshverdag har blitt nysgjerrige på om pasienten får den hjelpen de trenger i behandlingen, forklarer Svagård.

Villighet

Nysgjerrigheten har ført til forløpsstudier, hvor man har undersøkt hvordan det har gått med pasienten etter endt opphold. Psykiater Øyvind Røs studie førte fram til en doktorgrad på spiseforstyrrelser i 2005. Psykolog Karianne Vrabels studie vil resultere i det samme neste år.

Terje Tilden er et eksempel på en klinisk sosionom som begynte å forske. Han jobbet i Familieavdelingen og ble nysgjerrig på hvilke resultater behandlingen ga og hvordan det gikk med pasientene i årene etter innleggelsen. I år avslutter han sitt doktorgradsarbeid på feltet.

- Disse eksemplene, og flere til, viser at klinikerne våre har forskningsenergi, understreker Svagård.

Mastergrader

I tillegg til forløpsstudiene som utføres, har flere studenter skrevet sine mastergradsoppgaver om behandlingen på Modum Bad.

- Vi oppfordrer folk til å stille spørsmål til hva vi gjør og hva som blir resultatene av det, sier klinikkjefen.

- Er alle like glade for å bli tittet i korta på denne måten?

- Alle er kanskje ikke like glade for det, men det er en god kultur for det i fagmiljøet på Modum Bad. Jeg tror alle i utgangspunktet ville være tjent med å ha denne innstillingen. Målet er å hjelpe pasientene, derfor blir det naturlig å spørre nettopp dem hvordan det har gått.

Ved Modum Bad gjøres dette også systematisk gjennom oppfølgingen ett år etter innleggelse.

- Alle pasienter kalles inn til oppfølgingsopphold over flere dager, hvor vi gjennomfører samtaler og undersøkelser for å følge opp pasienten, opplyser Svagård.

Han mener det er viktig å ta konsekvensene av de svarene man får. Hjelper ikke behandlingen, må man forsøke å finne nye metoder.

Endringer

- Har forskningsresultater ført til endring i behandlingsopplegget ved Modum Bad?

- Ja, Karianne Vrabels forløpsstudie har vist at en gruppe pasienter ikke får hjelp med sine spiseforstyrrelser.

Det er pasienter som har seksuelle overgrep som tilleggsbelastning. Dette tar vi nå konsekvensene av ved å innlede samarbeid mellom de som jobber med spiseforstyrrelser og de som jobber med traume i Klinikken, forklarer Svagård. Han understreker samtidig viktigheten av multisenterstudier og det å sammenlikne seg og måle seg opp mot andre behandlende enheter (både her til lands og utenlands).

- Her har vi fortsatt et stykke vei å gå.

Utfordringer

- Det er vel også utfordringer knyttet til forskning?

- Det er en utfordring å få involvert alt klinisk personell. Ofte er det de som må stå for innhenting av data i det daglige og motivere pasientene til å delta. Det er viktig at de ansatte blir involvert i forskningsprosjekter på et tidlig tidspunkt.

Nylig ble et evalueringsskjema tatt i bruk i Klinikken, der de ansatte får mulighet til å evaluere samarbeidsprosjekter med Forskningsinstituttet. Det er også laget egne flytskjemaer som skal sikre gode prosesser og optimalt samarbeid ved oppstart av forskningsprosjektene.

- Arbeidet med pasientene må selvsagt gå foran. Jeg tror likevel det føles meningsfylt for alle å se resultatene forskningen frembringer, avrunder Svagård.

●●● Tekst og foto: Unni Tobiassen Lie

Oppstartsklare/pågående prosjekter

Prosjekt: Kognitiv og interpersonlig terapi ved sosial fobi

Prosjektleder: Asle Hoffart

Remedding: 07.04.2008

Prosjekt: Langtids terapiutbytte for agorafobi

Prosjektleder: Liv Hedley/Asle Hoffart

Prosjektlengde: 2009 - 31.12.2011



Prosjekt: Fysisk aktivitet i behandling av spiseforstyrrelser

Prosjektleder:

Solfrid Bratland-Sanda

Avsluttes: 29.09.2009

Prosjekt: Ekstensielle og religiøse tema i psykoterapi. Prospektivt naturalistisk effektstudie.

Prosjektleder: Gry Stålsett

Avsluttes: 01.08.2010

Prosjekt:

Bedre terapi med tilbakemeldings-system OQ-45.

Prosjektleder: Ingunn Amble

Prosjektlengde:

2009 - 31.12.2011



Prosjekt:

OQ-45. Evalueringsprosjekt (Outcome Questionnaire)

Prosjektleder: Ingunn Amble

Prosjektlengde : høst: 2008-2009

Grete K. Hovde Bø
Sekretær på
Forskningsinstituttet



Prosjekt: Adult Survivors of Childhood Sexual Abuse

Prosjektleder: Ellen Jepsen

Prosjektlengde:

01.11.2007 - 01.04.2010



Prosjekt: Behandlings-

resultat i ukesprogrammet sammenlignet med ordinær innleggelse i Spiseavdelingen

Prosjektleder: Øyvind Rø



er ved Forskningsinstituttet i 2009

Prosjekt: The Psychotherapy Process Mapping. Network: Identification of mediators, moderators and change mechanisms to improve delivery of care.

Prosjektleder: Leigh McCullough. Stipendiater: Pål Ulvenes og Aslak Hjeltnes.

Prosjektlengde: 01.03.2009 - ut februar 2012



Prosjekt:

The process-outcome study in couple and family therapy. A national multi-site pilot study in Norway.

Prosjektleder: Terje Tilden

Prosjektlengde: 2009 - 31.12.2010

Prosjekt: Innvirkning på langtidsforløp etter familieterapi

Prosjektleder: Terje Tilden

Avsluttes: 31.01.2010

Prosjekt: Kan utbrenthets-symptomer hos helsepersonell spesielt kvinner, forebygges med rådgivende intervensjon.

Prosjektleder: Karin Rø

Prosjektstart: 07.04.2008

Prosjekt: (Religionssosiologi)

Samboerskap - hvorfor det?

Prosjektleder: Helle Myrvik

Prosjektlengde : 01.08.2001 - 31.12.2009

Prosjekt: Langtids prospektiv forløpsstudie av pasienter med langvarig spiseforstyrrelse

Prosjektansvarlig: KariAnne Vrabell

Prosjektlengde: 2009 - 31.12.2010

Prosjekt: Can acupuncture potentiate imagery exposure interventions in cognitive therapy of PTSD.

Prosjektansvarlig: Tomas F. Langkaas

Prosjektlengde: 01.09.2006 - 01.09.2011





Psykolog Christian Nøtnes, avdelingsleder Kåre Thornes og forskningsleder Leigh McCullough ser fram til å grave dypere i psykoterapi. Bak: Korttidsavdelingens personale. Fra v.: Lillian Borch, Randi Haugan, Tone Fosnæs, Anne Støten Winther, Pål Ulvenes, Inger Moviken, Reidun Stubhaug, Nina Skaro Gamst og Ingeborg S. Lishaugen.

Går i dybden på psykoterapi

De neste tre årene skal bringe Modum Bad og psykoterapiforskningen generelt nærmere en løsning på hva som virker innen psykoterapi.

- Vi vet at psykoterapi virker, men ikke eksakt hva som virker, sier Leigh McCullough, leder ved Forskningsinstituttet på Modum Bad.

En forskningsbevilgning på over seks millioner kroner fra Forskningsrådet skal gjøre forskerne i stand til å gå i dybden på forskningsmaterialet. McCulloughs mål er at det skal bringe fagfeltet nærmere en løsning på hvilke spesifikke elementer som er virksomme i psykoterapien.

Et normalt liv

I mange år har psykoterapi vært til hjelp for mennesker. Pasienter har fått

bearbeidet sine problemer i behandling og fått med seg "verktøy" som har satt dem i stand til å takle utfordringer og få redusert sine symptomer.

Forskningslederen ved Modum Bad er likevel ikke helt fornøyd. Hun ønsker ikke bare å hjelpe lidende pasienter til et akseptabelt nivå, men slik at de kan leve et tilnærmet normalt liv.

-I dag opplever vi at pasientene får en respektabel fremgang i psykoterapibehandlingen. De får

redusert sine symptomer og lærer å takle sine følelser. Men vi ønsker å bringe dem videre. Vi ønsker at de skal kunne respondere på problemer og utfordringer på en normal måte, sier McCullough.

Utviklet modell

Selv har forskningslederen og professoren i psykologi utviklet en behandlingsmodell innen psykoterapi som benyttes mange steder i verden. Hennes modell går ut på å lære pasientene å bruke følelsene til å takle livets mange utfordringer. -Ved å bruke følelsene på en sunn måte, vil man kunne bearbeide hendelser i livet. Vi har for eksempel fått gråt for å uttrykke sorg, sinne for å sette grenser og forsvare oss. Vi skal kunne glede oss uten å føle skam og stå opp for oss selv uten å bli slått ut av frykt eller angst. Vi skal også kunne sørge uten å bli slått ut av skam og skyld.

McCulloughs modell har sju mål for pasientene:

1. At de skal forstå problemet.
2. At de skal bli motivert.
3. At de skal bli hjulpet med sine følelser.
4. At de skal forstå hvordan hun/han kan uttrykke følelser.
5. At de skal lære hvordan man uttrykker følelser i forhold til andre mennesker.
6. At de skal lære hvordan de ser på seg selv og hvordan de samhandler med andre.

- Kommet halvveis

Til tross for at mange i dag får hjelp mener McCullough at man bare er kommet halvveis på forskningsfeltet når det gjelder psykoterapi. -Mye forskning gjenstår. Vi har funnet fram til generelle faktorer, men ikke hvilke spesifikke faktorer som virker innen psykoterapien. Det er en tidkrevende prosess og vi må sette inn

store ressurser. Forskningsmidlene vi nå har mottatt vil gjøre oss i stand til dette, sier en fornøyd forskningsleder.

Nasjonalt og internasjonalt

Modum Bad har fått over seks millioner kroner fordelt på tre år til dette spesielle prosjektet. Prosjektet skal gjennomføres i samarbeid med Universitetet i Trondheim og internasjonale kapasiteter på feltet, som Bruce Wampold, University of Wisconsin og Stuart Ablon og Ray Levy ved Harvard Medical School.

Ved Modum Bad skal to doktorgradsstudenter arbeide med prosjektet. I tillegg skal åtte personer kode videoopptak fra terapitimer med



Pål Ulvenes og Aslak Hjeltne er i gang som stipendiater i prosjektet.

pasienter. Gjennom videoopptakene kan man studere den terapeutiske prosessen og registrere pasientenes tilnærming til sine følelser. Dataene fra disse prosessene skal kodes etter en skala som Leigh McCullough har utarbeidet i sin behandlingsmodell. På denne måten får man et statistisk materiale som legger grunnlag for forskningen.

- Hvert minutt av videotapene skal analyseres. Det er et veldig tidkrevende arbeid, understreker McCullough.

- Utfordrende

Forskningsprosjektet vil i stor grad knyttes opp mot Korttidsavdelingen ved Modum Bad. Leder Kåre Thornes synes det er et svært spennende prosjekt å få være med på. Han legger likevel ikke skjul på at det også er visse utfordringer knyttet til forskning. -Forskning er en gruppeprosess som tar tid. Vi er avhengig av at avdelingen er med på det som skal skje og at prosjektet "lander" blant de ansatte i avdelingen. Det er de som skal delta i selve gjennomføringen, og det er derfor viktig at de ansatte i avdelingen også føler at de har et eieforhold til prosjektet.

Forventninger

Forskningsleder Leigh McCullough har store forventninger til forskningsprosjektet og tror det kan bety et stort skritt fremover for psykoterapibehandlingen. -Jeg kjenner ikke til at det er gjort noe tilsvarende andre steder i verden med den dybde det her er snakk om, sier forskningslederen. Hun tror Modum Bad og Norge gjennom dette prosjektet vil settes ettertrykkelig på kartet i psykoterapiverden.

●●● Tekst og foto: Unni Tobiassen Lie



Bringer forskningen inn i terapi- rommet

Å gjøre klinikerer til forsker, og forskeren mest mulig klinikernær, er et av målene til Terje Tilden ved Forskningsinstituttet, Modum Bad.

På denne måten ønsker han å finne fram til hva som hjelper par og familier i terapi. I et nytt forskningsprosjekt som nå igangsettes tas det i bruk et enkelt spørreskjema som både pasient og terapeut svarer på hver uke. Gjennom systematisk evaluering av terapien, i første rekke fra pasienten og senere fra terapeutens side, håper Tilden å finne viktig informasjon som kan bringe par- og familierapien flere skritt videre.

Ble inspirert

Terje Tilden er selv et eksempel på klinikerer som ble nysgjerrig og startet med forskning. Han er utdannet klinisk sosionom og familierapeut og arbeidet i flere år som terapeut i Familieavdelingen. De siste årene har han vært doktorgradskandidat ved Forskningsinstituttet, Modum Bad, og Medisinsk Fakultet, Universitetet i Oslo. I sitt doktorgradsprosjekt, som avsluttes dette året, har han fulgt pasienter underveis i terapien, samt ett år og tre år etter opphold ved Familieavdelingen på Modum Bad. Erfaringene med å etablere forskning som del av

en klinisk virksomhet har ført til at Familieavdelingen og Forskningsinstituttet nå samarbeider om oppstart av et nytt prosjekt.

Forskningsmidler

Rett før jul ble det klart at Helse Sør-Øst bevilger midler til det nye forskningsprosjektet. 1,8 millioner kroner fordelt på to år skal bidra til at et prøveprosjekt settes i gang. Gjennom bevilgningen mener forskeren at prosjektet allerede har fått et "godkjent"-stempel der prosjektet bedømmes å ha høy kvalitet og relevans for fagfeltet.

Nå venter implementering av systemet og en periode hvor man må høste erfaringer og se om det er mulig å gjennomføre eller ikke. Planen videre er å søke om midler fra Norges

Forskningsråd for å sette i gang et treårig doktorgradsprosjekt i 2011. Det vil blant annet innebære post-doktor stipend samt midler til flere stipendiater.

Samarbeid

Modum Bad vil i dette prosjektet samarbeide med Utdanningsklinikken ABUP, Kristiansand, og ett familievernkontor som utpekes av BUF-direktoratet.

- Vi ønsker å måle oss opp mot andre og se på likheter, forskjeller og grader av utfordringer som vi og våre samarbeidende enheter møter på i pasientbehandlingen, sier Tilden.

Internasjonalt

Det nye prosjektet gjennomføres i samarbeid med, og under veiledning av professor William M. Pinsof, direktør ved Family Institute, North Western University i Chicago.

I fjor besøkte han Modum Bad. I mai vil han komme igjen for å lede et opptreningsseminar, hvor 40-50 terapeuter fra de nevnte enheter vil lære å bruke spørreskjemaet Pinsof har utviklet. Det vil kvalitetssikre prosjektet og sørge for en mest mulig lik praksis i bruk og tolkning av spørreskjemaene.

Innen kort tid vil skjemaene bli tilrettelagt for skåring via internett, noe som også muliggjør at terapeutene kan hente opp disse tilbakemeldingene og evalueringene på sin datamaskin.

- Vi har folk med datakompetanse til å gjennomføre det her

på Modum Bad, sier forskeren. Gjennom kontakten med Pinsof er også Modum Bad i ferd med å knytte seg opp mot og bli en del av et internasjonalt nettverk når det gjelder familiebehandling.

Kartlegging og systematisering

Tanken er at pasienter og terapeuter hver uke skal gi tilbakemelding på terapien via skjemaer. På denne måten vil man få systematisert, standardisert og kvalitetssikret informasjonsflyten mellom pasient og terapeut, med det mål å gjøre terapien bedre. Ved at denne informasjonen fra pasienten fortløpende blir anvendt i det terapeutiske samarbeidet, kan en hevde at pasient og terapeut blir forskere på sin egen praksis. I tillegg gir dette helt nye muligheter for et gjensidig utviklende samarbeid mellom

klinikere og forskere.

- Klinisk sett innebærer dette en konkretisering av brukermedvirkning der vi sikrer at pasientenes stemme blir hørt. Pasientene er også de eneste som kan gi oss svar på om det vi som terapeuter gjør har den virkning vi håper det skal ha.

- Forskningsmessig håper vi å få kunnskap som øker forståelsen for endringsmekanismene i terapi, sier Tilden.

På lengre sikt planlegges det i hovedprosjektet å sammenlikne hvorvidt en slik tilbakemelding (feedback) gir andre behandlingsresultater enn der det ikke gis feedback. Endringer og virkning skal kartlegges og ordnes systematisk.

- En vil undersøke hvordan relasjonen mellom pasient og terapeut har sammenheng med behandlingsutbytte. Skjer det endringer i samhandling, følelser, tanker? Hvordan fanges endringer opp underveis? Hva gjør at folk endrer seg? Har forskjellige par og familier ulike måter å endre seg på?

Dersom man finner ulike endringsmønstre knyttet til kjennetegn ved visse par og familier kan dette gi kliniske retningslinjer for hva slags terapi slike par og familier trenger, og på denne måten kan en i framtida skreddersy behandlingen enda bedre.

- Fagfeltet etterspør slik kunnskap, sier Tilden, som mener forskningen er banebrytende i Norge.

“ Vi ønsker å finne viktig informasjon som kan bringe par- og familierapien flere skritt videre. ”

Terje Tilden

●●● Tekst og foto: Unni Tobiassen Lie

Forskningsprosjekt skal vurdere evaluering av terapi

Bedre terapi med tilbakemelding



Overlege Ingunn Amble ved Poliklinikken ser frem til å starte forskningsprosjektet, her sammen med Forskningsleder Leigh McCullough.

For at terapi skal være god og nyttig, er man avhengig av tilbakemeldinger fra pasienten. I et nytt forskningsprosjekt på Modum Bad skal man prøve på et evalueringsprogram som gir terapeuten tilbakemeldinger fra pasienten via data.

-Vi har i mange år ønsket å evaluere behandlingen vår på en mer systematisk måte. Evalueringsprogrammet OQ-45 (Outcome Questionnaire) vil gi oss anledning til å gjøre nettopp det, sier overlege Ingunn Amble ved Psykiatrisk Poliklinikk, Modum Bad.

Doktorgradsprosjekt

I samarbeid med Forskningsinstituttet, har Amble startet et doktorgradspro-

gram som skal evaluere nytten av tilbakemeldingssystemet OQ-45. Systemet er utviklet av de amerikanske forskerne professor PhD Michael Lambert og Gary Burlingame. Det er et databasert program hvor pasienten legger inn opplysninger om sin psykiske helsetilstand på en PC.

Umiddelbart etter at opplysningene er lagt inn, vil resultatene komme opp på terapeuten skjerm, sammen med en tilbakemelding til både terapeut og pasient. Dermed vil terapeuten få en rask indikator på hvor pasienten befinner seg terapimessig og kan på et tidligere tidspunkt få tatt opp med pasienten eventuelle endringer i behandlingen.

45 spørsmål

Utfyllingen av det databaserte skjemaet skal skje før hver terapitime og vil ta

inntil ti minutter å fylle ut. Det består av 45 spørsmål som dekker tre viktige områder i pasientens hverdag:

1. Symptombelastning.
2. Interpersonlige relasjoner.
3. Sosial rolle/tilfredshet med dagliglivet.

- Selv om vi selvfølgelig aldri vil få kartlagt alle detaljer, så vil disse tre områdene gi en god indikator på pasientens opplevde belastning. Terapeuten vil ved hjelp av kurver danne seg et bilde av behandlingsutviklingen. Dette vil kunne sammenlignes med kurver for forventet utvikling, sier Amble.

Sju års erfaring

Opphavsmannen til systemet OQ45, Dr. Michael Lambert, besøkte Modum Bad i fjor. Men allerede før den tid var hans system i bruk ved institusjonen. Klinisk sosionom Sven Stubdal har

nemlig benyttet evalueringssystemet allerede fra 2002 – i en forenklet papirversjon. Ved å la pasientene fylle ut et spørreskjema før hver behandling, fikk han en god oversikt over eventuell fremgang eller tilbakegang hos sine pasienter.

- Denne måten å jobbe på har vært svært nyttig for meg, sier Stubdal.

Prosjektet knyttes til Ullevål Universitetssykehus.

Overlege Ingunn Amble, har store forventninger.

- Selv om vi per i dag har en evaluering av pasientbehandlingen, vil OQ-45 gi oss mulighet til en bedre og mer systematisk tilbakemelding. Håpet er at vi raskere vil oppdage hva vi som terapeuter skal ta tak i, og at vi også

Universitetsklinikker blant mer selekterte pasientgrupper. OQ-45-prosjektet på Modum Bad skal gjennomføres blant "gjennomsnittspasienter" med ulike lidelser som eksempelvis angst, depresjon og rusproblematikk, og hvor ulike behandlingsmetoder benyttes.

- Svært mange har en sammensatt problematikk med mer enn én lidelse, understreker Amble.



Klinisk sosionom Sven Stubdal har i flere år benyttet seg av OQ-45. Her sammen med Ingunn Amble og Leigh McCullough.

- Med terapeutisk ståsted hoved-sakelig i løsningsfokusert, narrativ og systemisk tradisjon, har det av og til vært absolutt nødvendig å kunne "måle" framgang, tilbakegang og grad av kronisitet. Jeg har ofte opplevd at testen har vært en bedre spåmann enn terapeuten, og har dermed kunnet endre eller bytte intervensjoner, eventuelt intensivere eller avrunde aktiv psykoterapi.

1,2 millioner

Modum Bad har fått til sammen 1,2 millioner kroner til forskningsprosjektet OQ-45. Man håper å få videre støtte til ytterligere to år.

Ingunn Amble fristilles fra sin jobb som overlege ved Psykiatrisk Poliklinikk for å prioritere doktorgradsarbeidet. Stubdal vil ha en 50 prosent prosjektmedarbeiderstilling. Professor Tore Gude ved Universitetet i Oslo, Avdeling for atferdsfag, vil være hovedveileder.

raskere skal kunne avslutte behandlingen hvis pasienten ikke får hjelp, eller er frisk nok til å gå videre uten terapi. Amble understreker brukermedvirkning som et annet viktig aspekt ved tilbakemeldingssystemet.

Gjennomsnittspasienter

Til gjennomføringen av forskningsprosjektet, som vil omfatte 400 pasienter, trenger Modum Bad flere samarbeidspartnere. Drammen DPS har bekreftet en samarbeidsavtale. Amble håper at flere poliklinikker blir med på prosjektet, og noen har alt meldt interesse for dette.

- Det blir veldig spennende. Erfaringer fra USA og 16 andre land som har prøvd ut OQ-45, viser at flere pasienter har raskere fremgang og blir friske. Man får også noe reduksjon i samlet behandlingstid. Tidligere er liknende forskning gjennomført på blant annet

- Morgendagens psykoterapi

Forskningsleder Leigh McCullough mener OQ-45-prosjektet er et eksempel på hvordan morgendagens psykoterapi vil fungere.

- Det gir pasienten anledning til å påvirke og evaluere behandlingen. Terapeuter er ofte ikke selv oppmerksomme på hva de gjør best. Denne evalueringen vil hjelpe og guide terapeuten til å se hva som er den beste behandlingstilnærmingen. Vi vet også at myndighetene vil etterspørre evaluering og resultater. Personlig håper jeg at jeg i min levetid får oppleve OQ-45 benyttet som en standard verden over og at Modum Bad er en del av dette nettverket!

●●● Tekst og foto: Unni Tobiassen Lie

Forskningsfunn staker ut ny kurs

Psykolog Karianne Vrabels forskning viser at én spesiell gruppe pasienter med spiseforstyrrelser ikke blir bedre ved behandling på Modum Bad. Dette vil man nå gjøre noe med.

I 2005 startet Vrabel opp sitt doktorgradsprosjekt på spiseforstyrrelser. Hun skulle følge opp tidligere pasienter fem år etter innleggelse ved Avdeling for spiseforstyrrelser. Vrabel møtte nærmere 80 av dem til intervju og innsamling av data. Sakte, men sikkert, dannet forskeren seg et bilde av hvordan det gikk med pasientene etter oppholdet. Hvem som ble bedre, og hvem som det ikke gikk så bra med.

Bedrer seg ikke

Tre år senere, etter møysommelig kartlegging av fakta, sitter hun med resultatene i hånden. Hennes mistanke er bekreftet med tall, statistikker og kurver. Det er én gruppe pasienter som ikke bedrer seg, men som står på stedet hvil etter behandling.

– To tredjedeler av pasientene bedrer seg, og den største endringen skjer under innleggelsen ved Modum Bad. Det er imidlertid en tredjedel av pasientene som ikke oppnår bedring under hele femårsforløpet. Denne såkalte "non-response"-gruppen er pasienter som har vært utsatt for alvorlige seksuelle overgrep og som har unnvikende personlighetsforstyrrelser, sier Vrabel.

Påvist fakta

At pasienter med alvorlig overgrepssproblematikk er vanskelige å behandle, er for så vidt kjent i behandlingsmiljøet.

– Terapeuter har en akkumulert klinisk erfaring på at subgrupper av pasienter med spiseforstyrrelser er mer utfordrende enn andre å behandle. Det har imidlertid ikke vært noen studier som har påvist tydelig hvem dette er, og hva slags behandlingstilnærming disse trenger, forklarer Vrabel. Pasienter med unnvikende personlighetsforstyrrelser har en tendens til å "forsvinne" i behandlingsmiljøet.

– De er personer med en gjennomgripende utilstrekkelighetsfølelse og som er overfølsomme for negative vurderingen. Det fører til at de trekker seg bort fra andre mennesker og sosiale situasjoner.

Pasienter som har vært utsatt for alvorlige seksuelle overgrep og som har unnvikende personlighetsforstyrrelser blir ikke bedre etter behandling

Karianne Vrabel

Skreddersydd behandling

Funnene Vrabel har gjort karakteriseres som svært interessante. Nå er utfordringen å finne fram til nye behandlingsformer som kan hjelpe "non-response"-gruppen.

– Det er viktig at vi som behandlere har nok kunnskap om både spiseforstyrrelser og traume psykologi. Behandlingen må skreddersys, understreker Vrabel. I Klinikken på Modum Bad har man allerede tatt konsekvensen av Vrabels forskning.

Leder Jorun Rosmer i Avdeling for spiseforstyrrelser har innledet samarbeid med institusjonens Traumeavdeling for å utveksle kunnskap og finne fram til nye behandlingsformer.

– Et pilotprosjekt ble i gangsett 10. mars, hvor pasienter med begge diagnoser tas inn, opplyser Rosmer.

Gir håp

Karianne Vrabel er glad for at hennes forskning fører til resultater og forbedring av behandlingsopplegget for de som ikke til nå har fått hjelp.

– Samtidig må vi ikke glemme at hele to tredjedeler av pasientene med spiseforstyrrelser ved Modum Bad bedrer seg. Det gir håp og viser at det er mulig, selv om det kan ta tid!

Unikt datamateriale

Karianne Vrabel regner med å avslutte sitt doktorgradsprosjekt for sommeren. Hun håper imidlertid pasientene kan følges opp videre. Forskningsinstituttet ved Modum Bad ønsker å søke om penger til et nytt prosjekt for å gjøre en tiårsoppfølging av pasientene.

– Vi sitter på et unikt datamateriale. Kun en håndfull slike studier, av pasienter fulgt opp etter en så lang periode, finnes fra før på verdensbasis. Det er et spennende og viktig prosjekt som noen bør ta tak i, avrunder Vrabel.

●●● Tekst og foto: Unni Tobiassen Lie



Karianne Vrabels forskning fører nå til at behandlingsopplegg skreddersys pasienter som både har spiseforstyrrelser og seksuelle overgrep som tilleggsbelastning.

-Et kvantesprang for Forskningsinstituttet

2008 vil bli stående som det år da Forskningsinstituttet fikk gjennomslag for sine søknader om forskningsmidler. Av 18 søknader ble åtte, det er 44 prosent, innvilget. I kroner og øre er det tale om 5,7 millioner i 2009. Hva mener andre om forskningen på Modum Bad?



Arne Holte

Divisjonsdirektør i Folkehelseinstituttet og leder av forskningsrådet, Modum Bad.

1.

- Forskningsinstituttet har fått til et lite kvantesprang. Den nye forskningslederen Leigh McCullough har et internasjonalt ry, visjoner og vilje til styring ut fra forståelse for det som særpreger Modum Bad. Forskningsinstituttet har rykket opp i tetgruppen innen psykoterapiforskning i landet. Hvilken forskningsinstitusjon i Norge innen psykisk helse kan vise til 44 prosent innvilgede søknader? Nå må det leveres og sorteres. Forskerne må levere hva de har lovet.

I dag er ikke forskning noe du kan pusle med på si - det er enten eller. Kvalitet må være god og måles i først og fremst gjennom internasjonal publisering. Forskningsinstituttet ved Modum Bad skal gjøre det de kan bli gode på. Institusjonen har noen særtrekk som må utnyttes. Vi har ikke de store antall klienter

1. *Hva er dine tanker rundt det Forskningsinstituttet har oppnådd det siste året?*
2. *Hvordan styrke forholdet mellom forskning og klinikk?*
3. *Har du noen råd til forskningslederen?*
4. *Hvilken rolle vil Modum Bad spille i norsk psykiatri i årene fremover?*

som setter oss i stand til å konkurrere med de store institusjonene i USA og Europa, men vi har pasienter som er her over en viss tid og som kan følges opp. Det gjør det mulig for oss å skreddersy behandlingsopplegg og å gjøre hyppige målinger på et begrenset antall personer der vi får komplette data-sett. Her kan Forskningsinstituttet være nyskapende og levere effektstudier som er nyttige både for Modum Bad, for Norge og – for verden.

Profilen må rendyrkes og spisses. Skal vi levere nødvendig kvalitet, må vi prioritere. Utnytt det særlige potensialet som Modum har, dropp resten.

2.

- Forskingen må funderes i den daglige kliniske virksomheten, må legges opp slik at den systematisk generer forskningsdata. Det gir igjen grunnlag for klinikken til å justere kurs. Klinikk og forskning er to sider av samme sak. Uten forskning degenerer klinikken. Vi er alle på samme lag. Bedre klinikk for pasientene er til syvende og sist vårt felles mål. Jeg har tro på hyppig kommunikasjon mellom klinikere og forskere er viktig.

3.

- Jobb med strategien, ha visjoner, men stikk samtidig fingrene i jorden og kjenn hvor du er. I dette spenningsfeltet gror de gode prosjektene opp. Strategien skal gi retningen på virksomheten. Når alle kan identifiserer seg med den, er forskningsleders oppgave å inspirere, motivere, og ikke minst se forskerne. Forskning går langsomt, kan være ensomt og tiden mellom oppstart og belønning er lang. I denne perioden er viktig å bli sett. Man må også skape forståelse for forskningen i klinikken. Så ha mot til å si "nei". Sikres ikke kvalitet og fremdrift, taper alle.

4.

- Modum Bad kan bli en pilspiss i psykoterapiforskning, der hyppige målinger for å identifisere virksomme faktorer står sentralt. Slik tilstanden for tiden er ved flere av de aktuelle universitetsinstituttene, tror jeg virkelig at Forskningsinstituttet kan få en ledende rolle i norsk psykoterapiforskning. Men da må altså profilen spisses.



Odd E. Havik

Professor i klinisk psykologi
Universitetet i Bergen
Leder av Forskningsinstituttets
styre fra 1995-2004

1.

- Så vidt jeg skjønner har Forskningsinstituttet vært dyktige og fått uttelling på en rekke prosjektsøknader, både fra Forskningsrådet, Helse Sør Øst og Helse &

Rehabilitering. Resultatet som instituttet her har oppnådd ligger dobbelt så høyt som det vanlige for uttelling på søknader. Det vitner om at man har jobbet målrettet over lang tid, noe som er vesentlig innen forskning. Dessuten vitner det om en ledelse som gir forskningen både pusterom og albuerom. Personlig er jeg opptatt av at vi legger til rette både for elite- og mosjonsforskning. Mosjonsforskningen er til enhver tid å kvalitetssikre og utvikle den faglige virksomheten. Eliteforskningen er å velge ut kliniske områder som forskes på og utvikles spesielt. Det unike ved Modum Bad er at de ivaretar begge deler. Målet må være at alle kliniske avdelinger blir involvert i forhold til forskning.

2.

- Tradisjonelt eksisterte det en del motsetningsforhold mellom forskning og klinikk. Et samarbeid gir en vinn-vinn-situasjon for begge sider. Det er viktig å prøve ut nye behandlingsmetoder i klinikken i samarbeid med forskningen. Er nye metoder bedre enn det vi gjør nå, og får vi resultater som tilsvarer det andre har fått? Man trener klinikken som et verksted/lærested for på en nyttig og effektiv måte å finne fram til behandling som hjelper pasienten. Den store utfordringen i klinikken er å vite mer om hvordan og hvorfor man skal endre en behandlingsmodell.

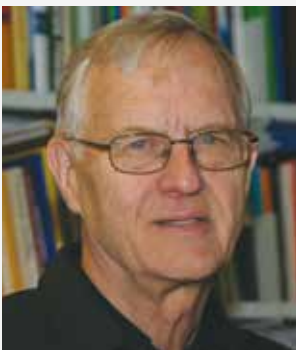
3.

- Fortsett det gode arbeidet. Det er viktig å få med seg både klinikere og forskere. Styrk det nasjonale - og utvid det internasjonale nettverket. Sats på både elite- og mosjonsforskning og la ikke det bli motsetninger. Jeg tror vi må ha begge deler.

4.

- Jeg tror Modum Bad vil få større betydning i det fremtidige psykiske helsevern. Forskning er en av de fire hovedoppgavene som nå er pålagt helseforetakene. Modum Bad påla seg selv dette for mange år siden.

Kommentar



Per Vaglum

Professor emeritus dr med,
avd. for medisinske atferdsfag,
Universitetet i Oslo

Det er ikke til å legge skjul på at det var en del skepsis i akademiske kretser i forhold til at Modum Bad i 1985 skulle definere seg også som et forskningscenter. Skepsisen var dels basert på at man

oppfattet det pasientklientell Modum hadde som altfor selektert til å kunne danne grunnlag for forskning som kunne gi generaliserte resultater.

Hans Jørgen Holms undersøkelse av forløpet av agorafobi, ble sett på som et prosjekt uten allmenn interesse. Noen mente også at det var feil å spre forskningsmidler utenfor universitetsklinikkene.

Jeg var uenig i disse argumentene. Etter mitt syn var ikke det kliniske materialet til Holm noe mindre representativt enn de kliniske materialer amerikanerne ved for eksempel NIMH publiserte i topp tidsskriftene. Snarere tvert i mot. Disse amerikanske materialene var og er etter min mening oftest langt mer selekterte kliniske materialer enn det man hadde ved Modum Bad. Jeg mente også at Holms undersøkelse viste noe annet viktig: Modum var et sted der man kunne selektere pasienter etter diagnose og på den måten få

store nok materialer til å studere effekten av ulike typer kliniske intervensjoner. Slik vi hadde organisert universitetsklinikkene, med sektoransvar og ingen bedre mulighet enn andre psykiatriske institusjoner til å samle mange pasienter med samme diagnose og gjøre kontrollerte undersøkelser, var Modum kanskje det eneste sted som hadde muligheten til denne type klinisk forskning i Norge den gang. På denne bakgrunn har jeg hele tiden støttet gode søknader fra Modum, enten i NFR eller i Rådet for psykisk helse.

Når jeg ser hvordan utviklingen har blitt fra den først tiden med Holm, Hoffart, Martinsen, Roness, Kaldestad og Gude (for å nevne noen) og fremover mot Øivind og Karin Rø og en rekke andre engasjerte og dyktige kliniske forskere, blir jeg glad og takknemlig på vegne av den kliniske forskningen i Norge. Modum hadde under Gordon Johnsen's ledelse alltid et høyt klinisk ambisjonsnivå. Det man gjorde skulle man gjøre skikkelig godt. Da Gordon klarte å samle inn flere millioner til å starte Forskningsinstituttet, var det så tydelig at man også på forskingsområdet ville holde fanen høyt. En slik fanebærer ble også Ole Johan Sandvand som kom med sine viktige erfaringer fra NFR. Nå har man sikret seg en fremragende klinisk forsker, Leigh McCullough, som leder for den nye generasjonen av forskere ved Modum. Hvis hun kan fortsette å utnytte de unike mulighetene det er for å drive klinisk forskning ved Modum Bad og bygge videre ut nettverk til andre kliniske forskningsmiljøer, vil Modum kunne bidra enda mer til vårt felles forskningsprosjekt: å få frem ny og holdbar kunnskap som kan forbedre resultatene av møtet mellom hjelpesøkende mennesker og deres terapeuter.

ONSDAG 14. JANUAR

Tine til topps



Kornettspiller i Skotselv skolekorps, Kristine Nævra Lie (t.v.), fikk møte trompetist Tine Thing Helseth.

Tine Thing Helseth (21) gjorde inntrykk da hun spilte i Festsalen i januar. Hos Kristine Nævra Lie (14) gikk hun rett til topps blant trompetfavorittene.

Tidligere har trompetist Ole Edvard Antonsen ligget på toppen av 14-åringens favorittliste. Denne gangen gikk Tine Thing Helseth til topps.

-Flinkere

- Jeg har hørt Antonsen tidligere, men synes Tine var flinkere, konkluderte Kristine etter konserten. Mamma Solveig Nævra Lie sa seg enig i datterens konklusjon. Hun lot seg også sjarmere av den unge musikeren og var svært imponert over hennes trompetspill.

På artistrommet bak scenen fikk 14-åringen møte den unge, fremadstormende musikeren til en liten prat. Selv spiller Kristine kornett

i Skotselv skolekorps. I 2007 ble hun kåret til Buskerud-mester i samspill med en venninne.

Gode råd

Tine Thing Helseth møtte sin unge fan med gode råd. I likhet med Kristine, begynte hun å spille da hun var sju år gammel. I korpsammenheng på Vålerenga i Oslo fikk hun sin første trompetdebut, deretter har snøballen bare rullet for musikkalentet.

- Ha det gøy når du øver. Det er selvfølgelig ikke gøy hele tiden, men det er viktig at øvingen er lystbetont, sa Helseth.

Selv har hun gjennom årene øvd litt stort sett hver dag.

Resultatene av øvingen er det ingenting å si på, det fikk Festsalens publikum erfare. Sammen med pianist Steffen Horn fremførte hun en rekke musikkstykker med en presisjon og en innlevelse som til fulle viste hennes store talent.

●●● Tekst: Unni Tobiassen Lie

MANDAG 16. FEBRUAR

Drømmerier fra Jan Erik Vold

Jan Erik Vold tok publikum med inn i sine drømmerier da han entret scenen i Festsalen mandag 16. februar. Sammen med pianist Egil Kapstad og strykekvartetten Quartet On the Corner skapte dikteren en spennende stemning. Volds lek med ord har moret og provosert i en årrekke. Temaene i verket "Drømmemakeren sa" spenner fra en død svigerfar via svarttrosten, røntgenstråler,

blåtrikken, kamelbreknager og til Vøringfossen. Med jazzmusiker Kapstads spesialkomponerte musikk til, ble det en opplevelse spekket med inntrykk. Sammen med den eminente strykekvartetten tryllet Kapstad fram svarttrostens lystige triller, vøringfossens brus, og flettet norsk folkemusikk sammen med orientalske toner. – Suverent å høre. Jeg levde meg virkelig inn i tekstene, sa Kari Bønsnes Moen, som hørte Jan Erik Vold for første gang denne mandagskvelden.

●●● Tekst: Unni Tobiassen Lie



Jan Erik Vold tryllet med ord og Egil Kapstad med toner fra scenen.



Margit Bakken (t.v.) og Rita Engedalen på scenen i Festsalen.

ONSDAG 4. MARS

Damer i blues

Modum Bad markerte årets kvinnetid med en blueskonsert onsdag 4. mars. Gjennom ord og toner tok Rita Engedalen og Margit Bakken publikum med over til Statene og inn i historiene til noen av de viktigste kvinnene i bluesen. Ved hjelp av bilder, ord og musikk synliggjorde de kvinnes kamp for å synge og fremføre sin bluesmusikk.

Engedalen og Bakken fremførte kjente og ukjente låter fra kvinnelige legender som Janis Joplin, Jessie Mae Hemphill, Memphis Minnie, Big Mama Thorthon og Bessie Smith. I tillegg fremførte de et knippe av egne låter. Engedalen vant spellemannsprisen i 2006 med albumet "Heaven Ain't Ready for Me Yet". Hun har også gitt ut "Hear my song" (2004) og "The Tree Still Standing" (2008). Margit Bakken gir ut sin debutplate denne våren.

●●● Tekst og foto: Unni Tobiassen Lie

Oh happy day!

På denne tiden begynner jeg så smått å se etter vårtegn. Det kan være snø som smelter og lager små bekker som klukker frem. Det kan være snøklommer, krokus eller hestehov.

I min oppvekst var det et sikkert vårtegn når folk begynte å pusse på båtene i båthavna. Det ga håp om varmere tider.

Vi skal snart feire påske, den av kirkens høytider som mer enn noe annet gir håp. Påskens beretninger i NT spenner fra svart mørke til blendende lys, fra fortvilelse til jubel, fra misforståelse til innsikt. Slik det var for Maria Magdalena. Hun hadde slett ikke ventet noen oppstandelse. I sin desperasjon gikk hun til Jesu grav grytidlig den første påskemorgen, fylt av sorg og bunnløs fortvilelse. Alt var slutt, og hun vandret til graven for å sørge og minnes. Og blir overrumplet av å møte en hun først tror er gartneren. Så taler han, sier navnet hennes, og hun kjenner ham igjen. "Oh, happy day!"

Påske er at Jesus sto opp fra de døde, og brakte håp inn i dødens verden. Et håp som er sterkere enn indre frost og mørke, sterkere enn tap og sorg. Et håp med livskraft i seg. Slik er påsken blitt vårtegnet i kirkeåret.

Den svenske forfatteren Ylva Eggehorn har formulert sin opplevelse av påskeevangeliet slik:

Oh happy day!

Morgen, morgen, lykkelige morgen!

Gråt ikke mer Maria!

Stå ikke der og stirr øynene dine tomme på gravmørket, på tomheten, på døden. Han er ikke der!

Fest opp håret ditt, tørr tårene — Maria, vend deg om!

Der i den levende hagen

Der i det frodige grønne

Der i gresset som er tungt av dugg og blomster

Der i blomstene blant fugler med hele byen for sine føtter

Med hele verden for sine føtter, med hele lyset i sine hender

Med hele himmelen forrykt av morgenvind, med fugler, barn, overlisterede vaktposter

stein veltet til side —

"Maria!"

"Herre!"

At ikke himmelen revnet av fryd denne morgenen!



God påske!

Inger Ma Bjønnes
Sykehusprest



"Take off"



Åse Dahl rakk akkurat å ønske god tur.



God tur hjem, Øystein...

imidlertid å rakne da sønnen døde av hjernehinnebetennelse, 22 år gammel. Det var i 1998.

- Jeg kom meg aldri opp på topp igjen. I 2002 fikk jeg hjerteinfarkt. Året etter ble jeg hjerteoperert, jeg opplevde at svogeren min døde og jeg ble skilt.

Med alt dette kom også barndommens traumer opp på overflaten. Etter det har det gått slag i slag med innleggelser og et selvmordsforsøk, før Møller kom til Modum Bad.

Misbruk

Møller ble misbrukt av sin alkoholiserende mor da han var liten. Samtidig måtte han tidlig ta ansvar for både moren og søsteren.
- Jeg ble veldig sliten, allerede som barn. Når kreftene forsvinner, mister en gløden, forteller han.

Møller fikk diagnosen PTSD (Posttraumatisk stressyndrom). Han er sin egen største fiende, og setter alle andre først. Han mener at hadde det ikke vært for tragediene som rammet han i godt voksen alder, ville han kunne gått i graven med barndommens traumer.

Ord på følelsene

- På Modum Bad var det godt å kunne begynne å ta tak i problemene. Sette ord på følelsene, og føle. Han føler seg rørt over personalets ivaretagelse. Det som ga ham mest var de individuelle terapitimene med terapeut Arild Jervell.
- Han har hjulpet meg på det dype, med det som sitter i kroppen av traumer både bakover i tid og i nyere tid, beretter Møller.

Fått verktøy

Å komme til Modum Bad som mann syntes han var rart. På traumeavdelingen var det nemlig flest kvinnelige pasienter. I begynnelsen opplevde de det skremmende å ha to menn med i gruppa.

-Men jeg fortalte dem at jeg også har vært liten. Jeg har vært en liten gutt - tynn, spinkel og redd. Å gi dem dette perspektivet, hjalp nok veldig, sier Møller.

Han mener prosessen såvidt har begynt. Fra oppholdet på Modum har han fått med seg "verktøy" til å takle traumene.

-Nå er det opp til meg å jobbe videre, men jeg kan ikke love verken meg selv eller andre hvordan det skal gå, avrunder Møller.

●●● Tekst og foto: Trine Kvalnes



Clara Hill mener terapeuter trenger å oppfordre pasienter til å snakke om sine drømmer. Her fra seminaret i Festsalen i januar.

Å arbeide med drømmer

Clara E. Hill, professor i psykologi ved University of Maryland, besøkte Modum Bad i januar 2009. Hun ledet seminaret "Om å arbeide med drømmer i psykoterapi".

-En ny modell for arbeid med drømmer er nødvendig, sa Dr. Hill innledningsvis.

Selv har hun integrert det beste av eksisterende teorier inn i en meningsfull ramme. Hun har utviklet en egen teori, basert på omfattende opplæring, forskning og praksis, og integrert både klientsentrerte og psykodynamiske

perspektiver, samt perspektiver fra atferdsforskning.

Forstå drømmer

Forskningen Hill presenterte på seminaret vitnet om et imponerende empirisk grunnlag for effektiviteten til modellen hennes.

-Å arbeide med drømmer vil være mest hensiktsmessig for pasienter som har høy psykologisk selvforståelse, har vanskelige drømmer eller ønsker å forstå sine drømmer, sier Hill.

Hun mener terapeuter trenger å oppfordre pasienter til å snakke om sine drømmer.

Hill kaller sin tilnærming til arbeidet en "kognitiv eksperimentell modell".

Følelser og bilder

Modellen består av tre etapper. En pasient gjenforteller sin drøm, som om det skjer i øyeblikket. Sammen vil terapeuten og pasienten deretter vie spesiell oppmerksomhet til følelser og bilder i drømmen og drømmens koblinger til det "våkne" liv.

Drømmebilder og følelser kan utløse minner og forbindelser med erfaringer

gjort i våken tilstand. Spørsmål som: Hva er (bildet)? Hva minner det deg om? Hva mangler?

Hill oppmuntrer til brainstorming rundt utvalgte bilder.

Tre etapper

Arbeidet med en drøm begynner med å lete, assosiere, å gjenoppleve følelsen drømmen ga, samt å identifisere forbindelser med det virkelige liv.

Den andre fasen består i å søke innsyn i drømmens mening - dens forbindelser til drømmeren selv, hans konflikter og hans åndelige og eksistensielle spørsmål.

I den tredje fasen vil innsyn lede til forestillingsevne og innsikt til å tenke og utforme tiltak med utgangspunkt i drømmen. Terapeuten kan foreslå for pasienten at han eller hun kan endre eller utvide drømmen, og pasienten kan rådes til å gjøre endringer i sitt virkelige liv. På denne måten kan en handlingsplan utarbeides.



FAKTA

Professor Hill har publisert mye forskning på drømmer i psykoterapi, inkludert "Dream Work in

Psychotherapy" (Washington, DC: American Psychological Association, 2003). Hun er nylig avgått president i Society for Psychotherapy Research.

●●● Tekst: John Roosevelt Boettiger

●●● Foto: Unni Tobiassen Lie

En hollandsk inspirasjonskilde

Sosiolog og terapeut Kees Cornelissen fra Holland inspirerte under sin gjensitt på Modum Bad i mars.



I fjor besøkte flere fagpersoner fra Korttidsavdelingen og forskningsleder Leigh McCullough, psykoterapisenteret de Viersprong i Holland. Vi hospiterte da i en avdeling ledet av Kees Cornelissen.

Faglig påfyll

En gjensitt ble til virkelighet i slutten av februar i år, da Cornelissen kom til Modum Bad. Cornelissen arbeidet to dager i avdelingen som veileder og gjesteterapeut, og hadde et dagsseminar for Modum Bads personale samt eksterne deltakere. I løpet av disse dagene fikk vi faglig påfyll, ble "sett i kortene", fikk formulert utfordringer, men fikk også mye tilbakemelding på godt terapeutisk arbeid.

Veiledning gruppeterapi

Noe som ble tatt opp som en utfordring for terapeutene var i større grad å kunne gjøre temaer til genuine gruppetema, i stedet for såkalt "turn-taking" - som ofte dreper dynamikken. Kornelissen var også klar på at en ikke bør tillate at noen av pasientene velger å være tause gjennom en hel gruppetime. Ved intensiv dynamisk korttidsterapi er terapeuten aktiv, ikke tilbaketrukket og avventende til hva pasientene vil bringe opp. Denne arbeidsmåten kan stå i sterk kontrast til holdninger som er utbredt innenfor gruppeanalyse, blant annet den holdning som kommer til uttrykk i maksimen "trust the group".

Individualterapi i gruppe

Kees hadde en terapisaftale på engelsk med en pasient. De øvrige pasientene i gruppa, samt gruppas personale, var

tilhørere til samtalen. Samtalen foregikk etter det samme særpregede mønster som anvendes ved avdelingen i Holland. Der gis ingen annen individualterapi enn den som gis med alle medpasienter og personale som tilhørere. Alle forholdet seg rent lyttende. For terapeuten blir da hver individualtime en "performance" av et helt annet kaliber enn ved individualtimer på terapeutens kontor uten tilhørere.

Glimrende demonstrasjon

Den store fordelen ved dette opplegget er at alt som tas opp blir fullstendig transparent. Dessuten blir pasientene kjent med hverandre på et langt dypere plan enn ved vanlig individualterapi, noe som skaper grunnlag for at de blir hverandres medterapeuter.

Fokus i slike individuelle samtaler er alltid å tydeliggjøre pasientens hovedproblemer og kjernekonflikt. Dette innebærer også å fokusere på hva pasienten gjør for å redusere ubehaget visse følelser vekker, det vil si pasientens unngåelse eller forsvar. Det er nettopp disse defensive væremåtene som hindrer pasienten i økt erkjennelse og aksept av egne følelser og behov. Terapisamtalen med pasienten ble en glimrende demonstrasjon på hvor virkningsfull denne type terapi er når den blir utført med høy kompetanse og høy intensitet.

Forløpsstudier og forskning

Ved avdelingen i Holland er det gjort en forløpsstudie som viser pasientenes symptomnivå ved innleggelse, ved

utskrivning og videre hvert år fram til 10 år etter utskrivning. Resultatet viser svært stor bedring i løpet av behandlingsoppholdet, betydelig større bedring enn hva vi finner hos pasienter generelt ved Modum Bad. Forklaringen ligger høyst sannsynlig i den store forskjellen i behandlingstid, i Holland seks til ni måneder, mot hos oss seks – ti uker. Forløpsdataene fra Holland viser også at den oppnådde bedring i stor grad opprettholdes ti år etter.

Under oppholdet på Modum Bad kom Kornelissen med sine refleksjoner rundt forskningsprosjektet Leigh Mc Cullough skal gjennomføre i samarbeid med Korttidsavdelingen. (Se s.6 og 7). Det er mulig at institusjonen i Holland vil kunne være interessert i et forsknings-samarbeid på litt sikt.

●●● Tekst: Avdelingsleder Kåre Thornes
●●● Foto: Unni Tobiassen Lie

FAKTA

- Kees Cornelissen
- Sosiolog/ISTDP- terapeut, avdelingsleder avdeling for Intensive Kortdurende Dynamische Psychotherapie (IKDP) Psychotherapeutisch Centrum de Viersprong
- Om Psychotherapeutisch Centrum de Viersprong: www.deviersprong.nl
- Om Modum Bads Korttidsavdeling: www.modum-bad.no



Familieavdelingens leder Bente Barstad holdt innlegg på fagdagen i Familieavdelingen ...

Engasjerende fagdag

"Don't give up" var budskapet som lød utover salen ved åpningen av Familieavdelingens fagdag på Modum Bad den 19. februar.

Til Kate Bush og Peter Gabriels vakre sang, ble bilder fra Modum Bad, tatt av en tidligere pasient, vist for de 90 fremmøtte. Pasienten ønsket å dele erfaringer fra en vanskelig, men livgivende prosess - for å gi andre håp og mot til ikke å gi opp.

Lytte

Og at det er viktig å lytte til pasientenes stemmer ble understreket på fagdagen - både av Familieavdelingens egne krefter, men også av professor Arne Holte og lege Arild Aambø som bidro med interessante innlegg.

- Vi ønsker å løfte frem betydningen av å integrere flere faglige perspektiv,

men også de mange stemmer som det er verdt å lytte til, ikke minst pasientenes, sa avdelingsleder Bente Barstad, da hun ønsket velkommen.

Hun ga i sitt innlegg innblikk i behandlingsmodellen ved hjelp av pasienthistorier, bilder og filmklipp av behandlere og pasienter.

“

- Vi ønsker å løfte frem de mange stemmer som det er verdt å lytte til, ikke minst pasientenes.

Bente Barstad

”

Pårørende – en ressurs

Arne Holte, professor i psykologi og divisjonsdirektør ved Folkehelseinstituttet, er opptatt av den krevende rollen pårørende til pasienter med alvorlige psykiske lidelser har. Han fortalte engasjert om hvordan han gjennom kvalitative intervjuer har fått en smertefull innsikt i deres situasjon:

- Jeg har møtt utslitte pårørende som følte seg dårlig behandlet og som ikke fikk den nødvendige informasjon og støtte for å kunne hjelpe pasienten.

Virksom hjelp

Modum Bads egen forsker og klinisk sosionom Terje Tilden presenterte funn fra sitt doktorgradsprosjekt basert på data fra Familieavdelingen. Og kort sagt: Hjelpen virker. Det er bedring på alle individuelle symptomskåre ved utskriving, etter ett og tre år. Tilden presenterte også et nytt multisenterstudium som skal igangsettes i avdelingen inneværende år.

- Sentral rolle

I en tid hvor psykiatrien desentraliseres, mener Holte de pårørende får en stadig mer sentral rolle både som omsorgspersoner og representanter for pasienten. De representerer kontinuiteten i pasientens liv og har verdifull informasjon om pasientens funksjonsnivå.



...det gjorde også Arne Holte og Arild Aambø.

- Mange pårørende trenger hjelp til å ta vare på egne behov. Det bør derfor utarbeides konkrete planer og avtaler hvor det avklares hva pasienten kan klare selv og hva de trenger hjelp til, og ikke minst hvor pasient og pårørende kan henvende seg når pasienten blir dårlig.

Flerkulturelle dialoger

Arild Aambø er lege og fungerende leder for Nasjonalt kompetansesenter for minoritetshelse. Han ga eksempler på utfordringer som rammer familier med minoritetsbakgrunn og la vekt på at mange opplever traumer som skriver seg fra tilværelsen i Norge. Aambø har jobbet mye for å få i stand dialog mellom familiemedlemmer på tvers av generasjoner. Han fortalte hvor viktig det er å snakke med én og én, for så gradvis å kalle sammen familiemedlemmer etter hvert som skillelinjene blir myket opp.

Egne nettverk

– Man må ikke tro at det er nødvendig å ha en egen terapiform for hver etnisk gruppe. Min erfaring er at familieterapifeltets metoder er egnet fordi de tar sikte på å skape dialog mellom mennesker som har nære bånd og motstridende posisjoner. Få minoritetsfamilier søker terapeutisk hjelp, men finner heller støtte innenfor egne nettverk.

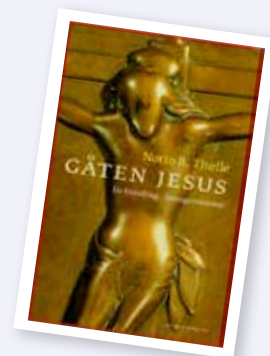
Aambø så dette som hovedgrunnen til at få familier med minoritetsbakgrunn i dag henvises til Modum Bad.

-I dag har jeg imidlertid sett at dere har metodene og verdiene som skal til for å lykkes med å hjelpe disse familiene, avrundet Aambø.

●●● Tekst: Kristin Tafford Lærum

●●● Foto: Unni Tobiassen Lie

Gåten Jesus



Seniorprofessor i teologi, Natto R. Thelle, ga i februar ut boken "Gåten Jesus. Én fortelling, mange stemmer". I den nye boka har over halvparten av kapitlene utgangspunkt i Olavskirken på Modum Bad, der han har holdt mange gudstjenester.

- Det er de som hevder at det er enklere å snakke om tro i dag enn for 20 år siden. Folk er åpnere for den åndelige dimensjon. Likevel er det påfallende taust om Jesus, sa Thelle til lokalavisen Bygdeposten ved utgivelsen av boken. I alternative miljøer er mange opptatt av Kristus, men ikke Jesus. Dette har opptatt Thelle, og han forsøker å løse opp mytene og forlegenheten i sin nye bok.

Thelle arbeidet 16 år i Japan i nærkontakt med Østens religioner, og har skrevet om øst-vestmøtet og kristen spiritualitet. Han har blant annet gitt ut bøkene: "Hvem kan stoppe vinden? Vandringer i grenseland mellom Øst og Vest" og "Kjære Siddhartha! Brev og samtaler i grenseland mellom Øst og Vest".

Ny bok fra Frode Thuen



Professor Frode Thuen, tilknyttet Samlivssenteret ved Modum Bad, ga på nyåret ut boka "All you need is love - og vilje til å kjempe for den".

- Beholder du kjærligheten, håpet og viljen til å arbeide for parforholdet, er sjansene store for at du får det godt sammen med partneren din, sier forfatteren.

Boka tar opp sentrale utfordringer i parforholdet, og hvordan en best kan takle eller løse disse utfordringen. Den er delvis basert på Thuens ukentlige spalte i A-magasinet.

Thuen er professor i psykologi og ansatt ved Høgskolen i Bergen og Samlivssenteret ved Modum Bad. Han har mange års erfaring som parterapeut og har skrevet flere bøker. I 2008 mottok Thuen Åse Gruda Skards pris for popularisering av psykologisk kunnskap.

Frode Thuens nye bok er gitt ut på Cappelen Damm forlag.

Roosevelts barnebarn støtter Obama

-Håpet ligger i å være på vei

- Min bestefar visste ikke hva som ventet da han ble president i USA. Mye av hans politikk ble til underveis. Med president Barack Obama er det annerledes. Han har allerede vist stor grad av målbevissthet og handlekraft.

Det har gått noen uker siden Obama ble president. Da han ble innsatt, hadde John Roosevelt Boettiger (69) noen hektiske dager. Pågangen fra lokale og nasjonale medier var så stor at informasjonslederen på Modum Bad til slutt måtte organisere alle forespørslene. Hele Norge ønsket å høre barnebarnet til president Franklin D. Roosevelt kommentere den historiske hendelsen.

Nå som pågangen fra mediene har stillet, sitter John R. Boettiger hjemme på Modum Bad og reflekterer over det som skjer med president Obama i USA. Naturlig nok sammenligner han den nåværende presidenten med sin egen bestefar.

Relasjonsbygging

- Jeg legger merke til at Obama er like flink som bestefar til å holde taler tilpasset dem han taler til, sier Boettiger.

Da Roosevelt var president, hadde de fleste hjem radio. Få politikere visste å bruke dette mediet. Bortsett fra presidenten. Hans radiotaler ble gjerne kalt

«Fireside Chat».

-Da bestefar holdt radiotalene sine, følte mange at han satt i stua deres og snakket med dem. Og bare dem. På den måten skapte han relasjoner til et helt folk i en vanskelig tid.

Boettiger mener president Obama har den samme evnen til å bygge relasjoner til et helt folk. Den nye presidenten bruker ikke så mye radio. Han benytter i stedet nyere kommunikasjonskanaler, særlig YouTube.

Handlekraft

John R. Boettiger påpeker at evnen til kommunikasjon og målbevissthet er særegent ved Obamas lederstil.

- I en situasjon der store deler av det amerikanske samfunn sliter, klarer Barack Obama å skape håp. Han gjør det ved å skape tillit og gode relasjoner til folket sitt, men også ved å vise handlekraft.

Obama dukker ned i en verden full av konflikter og manipulasjon. I stedet for å oppføre seg som en brølende løve, er han som en lur rev. Han går målbevisst til verks for å bedre livsvilkårene til de som har det verst. Han har allerede begynt å endre det amerikanske helsesystemet som favoriserer de med penger. Gjennom dette bidrar han til å realisere konstitusjonens tanke om likhet.

Tro på endring

Roosevelts barnebarn har ikke lagt skjul på at han tror president Obama vil



John R. Boettiger med bildet av seg og bestefaren i Det hvite hus.



John R. Boettiger holdt foredrag om Barak Obama i Festsalen på Modum Bad.

endre det amerikanske samfunn til det bedre.

- Jeg tror Obama vil skape endringer fordi han har vist han har kapasitet til det tidligere. Han er flink til å prioritere, en dyktig organisator og vet hvem han skal spørre om hjelp når nødvendig. Dessuten ligger Obama alltid et par trekk foran dem han jobber sammen med. Obama er tydelig på at det vil være krevende å endre kurs. Han lover ikke mer enn han kan holde. Det amerikanske folk har levd for lenge i det som ikke har fungert, til å kunne endre på alt med en gang.

Tiltakene som settes i gang vil ha svakheter, men de vil hjelpe, mener Boettiger.

Håp

Et tydelig uttrykk for at det har skjedd endringer i amerikansk politikk, er i følge John R. Boettiger at president Obama har lagt frem et 10-års budsjett.

- Ved å legge frem et budsjett som går 10 år frem i tid, formidler Obama at håpet ikke ligger lovnader som er innfridd. Håpet ligger i å være på vei til målet. Selv om det vil ta tid å komme dit.

Presidentens barn

Da John R. Boettiger ble intervjuet av norske medier, ble han spurt om oppveksten i Det hvite hus. Nå som president Obama har flyttet inn i Det hvite hus sammen med kone og to barn, er Boettiger særlig opptatt av barna.

- Jeg er opptatt av jentene til Obama. Jeg håper at de klarer å ta vare på sin indre integritet samtidig som de forholder seg til det å være døtre til verdens mektigske mann. Det er ikke lett, men det jeg har sett så langt, gir meg håp.

●●● Tekst: Jon-Erik Bråthen

●●● Foto: Unni Tobiassen Lie

FAKTA

John Roosevelt Boettiger

- Barnebarn av president Franklin D. Roosevelt
- F. 30.3. 1939
- Vice-President and Treasurer, Christopher Reynolds Foundation, New York, NY
- Gift m/forskningsleder på Modum Bad, Leigh McCullogh
- Rådgiver, Forskningsinstituttet Modum Bad



- Den eneste jeg
har er Inger, og
hun er mange

«Bare meg...» er romanen om Inger Eggen. Badeliv møter henne på oppfølgingsopphold på Modum Bad, og får del i hennes tanker omkring boken og livet hennes.

Inger Eggen, snart 56 år gammel, er tilbake på Modum Bad for å få oppfølging. Det er ett år siden hennes andre behandlingsopphold var over. Her har hun for første gang fått oppleve betydningen av ordet «trygghet».

Tolv personligheter

I 2008 utga hun boken «Bare jeg...», med undertittel: En dissosiativ identitetsforstyrrelse.

-Jeg håper på at jeg, i kjølevannet av boken, kan få en stemme, en mening med tilværelsen, og kan bidra til økt respekt for psykisk syke, sier Eggen. Hennes ytterste ambisjon og håp er at boken kunne blitt pensum for fagmiljøet.

I boken forteller hun livshistorien sin i romanform. Som femåring ble hun voldtatt av sin far gjentatte ganger. For å overleve og takle smerten, lagde hun seg venner som kunne håndtere de forskjellige situasjonene som oppstod i virkeligheten.

-Min første venn var Katrine. Hun var min drøm om frihet, og er den jeg er mest redd for å miste. Jeg måtte lage meg venner etterhvert som jeg trengte de, for å slippe å delta i livet.

Til sammen laget Inger seg 12 venner. Ni av dem har hun fortalt om i boken, tre av dem er hun ikke i stand til å snakke om ennå.

Tilpasser seg

Dissosiativ identitetsforstyrrelse vil si at en tilpasser seg til en langvarig overgrepssituasjon, blant annet ved å utforme flere identiteter. I en situasjon med frykt er man én person, mens i en annen situasjon er man en annen

person. Og så veksler man mellom de ulike personlighetene man utvikler.

Eggen veksler mellom tolv ulike personligheter, og mister mye tid, fordi hun ikke er tilstede når de andre personlighetene trer inn.

-Jeg måtte vekk, og smerten var så sterk at jeg brukte alle kreftene mine på å eliminere kroppen min. Jeg har levd adskilt fra kroppen. Alt gikk med på å fornekte hendelsen. Jeg har brukt alle kreftene på å fremstå som normal. Jeg har skjult det for alle, forteller Eggen.

Angsten styrte

Da hun var 18 år trodde hun at hun var schizofren, og overbevist om at hvis noen skjønte det, ville hun bli låst inne.

-Angsten styrte alt. Jeg måtte utdanne meg, gifte meg og få barn. Være normal. Hele livet mitt har vært styrt av plikt. Hvis jeg ikke gjør som alle sier, vil de drepe meg. Mennesker er farlige. Det er først nå jeg kan si at det ikke stemmer, sier hun.

Følelsesløst liv

Eggen har levd et følelsesløst liv som en løsning på å overleve. Følelser var for krevende.

-Jeg har fornektet følelser, for hvis ikke kommer smerten jeg tror jeg vil dø av. Jeg er veldig glad i musikk og toner, men jeg kunne ikke høre på musikk. Da fikk jeg hodepine. Jeg klarte ikke å forholde meg til følelser, og vakker musikk skaper følelser, forklarer Eggen.

Tåle å være Inger

Oppholdene på Modum Bad har vært beintøffe. Dette året, etter siste opphold, har Eggen prøvd å akseptere at situasjonen er som den er, registrere virkeligheten og hvem hun selv er.

- Jeg ser daglig hvor dårlig jeg er. Jeg er arbeidsufør, glemmer mye og hviler mye. Ting blir fort for mye, så mye av livet går med på å takle lidelsen.

Det er mye smerte ved å være Inger, men det er bare jeg som kan gjøre noe med det. Modum Bad har satt meg på sporet. Det var en lettelse å bli avslørt og få diagnosen, selv om det var tøft, sier Eggen.

Nå ønsker hun å tåle mer smerte, og å leve mer med seg selv.

- Jeg ønsker å tåle å være Inger og tåle det som har skjedd, beretter hun.

Alminneliggjøre

Med boken «Bare jeg...» ønsker hun å alminneliggjøre psykisk syke. Det ble tøft for henne å skrive boken, fordi hun måtte erkjenne at hun bare hadde seg selv å bruke.

- Erkjennelsen av at jeg ikke kjenner andre mennesker, ikke vet hvordan de



Inger Eggen forteller sin historie i romanform.

tenker eller er, var heftig å avdekke. Den eneste jeg har er Inger og hun er mange.

Eggen er glad for at hun ikke kunne mye om lidelsen da hun skrev boken. Først etter å ha skrevet ferdig boken, lærte hun det faglige ved diagnosen.

- Det var litt av vitsen også. For jeg ville skrive det slik jeg opplevde det. Senere skjønte jeg at mye stemte med det faglige, avslutter 56-åringen.

●●● Tekst og foto: Trine Kvalnes

Sammen- brudd, påske- vandring og et oppreist liv

Einar Nymoen møtte veggen, og måtte gå noen runder med seg selv og Gud. I etterkant har han skrevet en bok for dem som synes livet er noen numre for stort.



Einar Nymoen tilbrakte tre måneder på

Noen måneder er gått siden Einar Nymoen utga sin bok "Et oppreist liv", med undertittelen "Når troen møter veggen". Boken har gått rett hjem hos Nymoens "egne", som han kaller pinsebevegelsen. Men også blant ikke-troende, deriblant hans naboer, leses boka med stor interesse.

Et lite eventyr

- Hva handler boken om, i korte trekk?

- Boken handler om å vokse opp i et bedehusland på godt og vondt, forteller Nymoen.

Med bedehusland mener han den lav-kirkelige vekkellesbevegelsen i Norge. Nymoen har opplevd utgivelsen som et lite eventyr, og at bonusen er det tettepakkeprogrammet der han reiser rundt og får fortelle sin historie.

- Responsen, spesielt fra ukjente og fra andre sammenhenger enn min egen, har gjort sterkt inntrykk på meg, sier pinsepastoren.

Pastor i 35 år

Nymoen har vært pastor i pinsebevegelsen i 35 år, med unntak av ett år. I 2004 ble han sykemeldt, da møtet med veggen krevde all energi og oppmerksomhet fra han. Han tilbrakte tre måneder på Vita-avdelingen på Modum Bad, og kom derfra med deler av et manus til en bok, og en fornyelse i sinnet.

- Her fikk jeg en verktøykasse med et tenkesett som har fungert for meg. Vita var som hånd i hanske for mitt liv. Jeg dro derfra med praktisk veiledning for livet mitt, beretter han, tydelig takknemlig.

Påskevandring

- Hvordan var det å møte veggen?

- Det var veldig mørkt. En situasjon uten framtid og en situasjon med mye frykt og redsel. Det var mange destruktive tanker. På Vita fikk jeg hjelp til å våge å stå i denne smerten og samtidig få øye på at livet er større enn smerten.

Hvor var Gud?

-Teoretisk og læremessig var han der. Men jeg var uutholdelig usikker. Jeg lå en kveld på Vita og sa høyt ut i rommet: "Jeg greier ikke å være en ordentlig kristen". Samtidig spurte jeg meg selv hvordan jeg kunne si det, når jeg visste at det ikke er gjerningene som frelser. Men på Vita er det tilbud om sjelesorg for de som ønsker det, og i den forbindelse hadde jeg en dyrebare samtale med presten. Jeg spurte han:



Vita-avdelingen på Modum Bad, og kom derfra med deler av et manus til en bok, og en fornyelse i sinnet.

”Finnes det en Gud for de halvhjerte-
de?”. Svaret presten ga meg ble veldig
stort for meg. Han viste meg at Gud
vil ha hele meg, på godt og vondt.
Pastoren har mye på hjertet, og sam-
menligner Vitas vedkjennelse med
Bibelens bekjennelse.

- Jeg fant et evangelium på Vita. Et
evangelium som hører selve livet til.
Jeg ser på oppholdet der som min
påskevandring. Langfredag som møtet
med veggen, og påskemorgen der jeg
fikk et oppreist liv, beretter Nymoen.

Tydelighet og ærlighet

*- Hva tror du er årsaken til
sammenbruddet?*

- Mange års slitasje uten å ha tatt hen-
syn til grenser. Jeg har også trodd jeg
var sterkere, med et godt skuffesystem
i hodet. Å tilfredsstille krav resulterte
i noen rollespill, som ble slitsomt i

lengden. Det hjelper ingen å spille rol-
ler. Jeg har lært meg å være tydelig og
ærlig, med hensyn til grenser.

*Hvordan var det å skrive og utgi
historien din?*

- Jeg måtte stille meg selv spørsmålet:
Har jeg rett til å skrive bok? Da jeg
delte historien min muntlig fikk jeg
gode tilbakemeldinger og oppmunt-
ringer. Store deler av manuset forelå
allerede fra tiden på Vita, der vi skrev
tre forskjellige livshistorier. Men det
var en tøff prosess å gå gjennom alt
igjen. Jeg spurte meg selv om jeg orket
det. Men etter å ha gitt ut boken har
responsen vært overveldende, og det
har blitt et lite eventyr.

*Hva ønsker du å formidle, og hva er
hensikten bak boken?*

-Som pinsepastor ønsker jeg å formidle
at vi som pastorer lever

alminnelige, sårbare liv. Jeg ønsker
også å fortelle andre at livet fortset-
ter, og utfordre andre til å gi livet en
sjanse. ”Våge og ikke sette punktum
når livet har punktert”, som jeg skrev
til meg selv under Vita-oppholdet.
Boken er skrevet for folk som kan
synes at livet er noen numre for stort,
for alminnelige mennesker, alminne-
lige liv, som opplever at livet kan være
krevende. Noen må jo representere
dem også, sier Nymoen og smiler.

Nymoen returnerte etter Vita til
Salem i Sandefjord, der han har vært
pastor siden år 2000. Her så han at det
var en plass for han, og han har ikke
opplevd at sammenbruddet har blitt
brukt imot han. Tvert imot, det har
heller vært en positiv erfaring menig-
heten kan få nytte av.

●●● Tekst og foto: Trine Kvalnes

Fikk Ghandistipendet

Guro Hansen Helskog ved Samlivssenteret fikk tildelt Kultur- og kirkedepartementets Ghandistipend på 100 000 kroner før jul.

- Du får dette stipendet fordi ditt prosjekt er konkret og kan få betydning og vise verdier for mange mennesker i deres egen situasjon, sa Kultur- og kirkeminister Trond Giske overrakte stipendet 16. desember.

Kunnskap og respekt

Gandhistipendet er opprettet for å øke kunnskap om og bygge respekt mellom religioner og livssyn i det norske samfunnet. Det skal bidra til utvikling av praktisk kunnskap som er relevant for utøvelse av dialog, enten gjennom praktisk dialogarbeid eller forskningsarbeid som får praktisk anvendelse.

Dialog på tvers

Guro Hansen Helskog mottok Gandhistipendet for dialogprosjektet "Dialog på tvers". Målet er å samle unge mennesker med ulik kulturell, politisk og religiøs bakgrunn til



Kultur- og kirkeminister Trond Giske overrakte stipendet til Guro Hansen Helskog.

ti filosofiske samtaler i løpet av 2009. Samtalene i prosjektet vil ta utgangspunkt i fellesmenneskelige filosofiske tema og øvelser som er relevante for alle deltakerne. Hansen Helskogs tese er at man gjennom denne typen samtaler kan frembringe gjensidig respekt og forståelse for hverandre.

Bekreftelse

Konstituert leder av Samlivssenteret, Astrid Ljones Fjærestad er stolt av sin medarbeider.

- Overrekkelsen var en flott opplevelse. At Guro har fått Ghandistipendet er en god bekreftelse på at hun dyktig, sier leder Astrid Ljones Fjærestad ved Samlivssentret

••• Tekst: Unni Tobiassen Lie
••• Foto: Kultur- og kirkedepartementet



Fra v.: Kent Håpnes, Klinikkjef DPS, Ringerike sykehus, konserndirektør Bente Holm Mejdell i Helse Sør-Øst, Unn Teslo, administrerende direktør Ringerike sykehus, direktør Ole Johan Sandvand, Modum Bad og Ingunn Amble, leder av Poliklinikken Modum Bad.

Besøk fra Vestre Viken

- Vi har sett mye spennende. Interessant å høre hva som drives ved Modum Bad, både når det gjelder forskning og behandling. Nyttig i forhold til det vi skal diskutere og forhandle om videre i forhold til det nye sykehusområdet Vestre Viken, sier Bente Holm Mejdell.

Leger på visitt

En gruppe leger som utdanner seg til spesialister i allmennmedisin avla Modum Bad en visitt i vinter. De var spesielt interessert i Ressurssenteret Villa Sana, men ønsket også en orientering om hvilke behandlingstilbud som finnes på Modum Bad for øvrig.

- Leger trenger kunnskap om hvordan de skal forebygge utbrenthet, både for å ta vare på egen helse, men også med tanke på rådgivning til pasienter

og kolleger, sa gruppens veileder Bente Aschim. Villa Sanas leder Olav Lund, ergoterapeut Janette Kaggestad og direktør Ole Johan Sandvand ga de besøkende en god orientering om Modum Bad.

Allmennlege Ole Jacob Berge fra Stovner hadde noe kunnskap om Modum Bad fra før, men var overrasket over hvor mye aktivitet som finnes på stedet. -Selv om jeg har henvist pasienter hit, har jeg ikke visst hvor stort tilbudet



Ergoterapeut Janette Kaggestad ved Villa Sana (t.v.) og veileder ved Legeforeningens spesialistutdanning i allmennmedisin, Bente Aschim.

er og hvor flott det er her oppe. Det var også nytt for meg at Modum Bad hadde et forskningsinstitutt.

●●● Tekst og foto: Unni Tobiassen Lie

Institutt for Sjelesorg våren 2008

Vi ønsker velkommen til følgende arrangementer

Rekreasjonsopphold:

Dette er uker som tilbyr livsassistanse gjennom samtaler, hvile og fellesskap. Ukene kan også brukes til studieopphold.

Opplegget går normalt fra mandag ettermiddag/kveld til søndag middag.

Uke 14 (30.03. - 05.04.)	Uke 25 (15.06. - 21.06.)
Uke 18 (27.04. - 03.05.)	Uke 26 (22.06. - 28.06.)
Uke 19 (04.05. - 10.05.)	Uke 27 (29.06. - 05.07.)
Uke 24 (08.06. - 14.06.)	

Åpne kurstilbud:

Sjelesorgseminar ved Viken

– senter for psykiatri 12. mai – 15. mai

Dette er et seminar som Viken – senter for psykiatri og sjelesorg arrangerer sammen med Institutt for sjelesorg. Seminaret tar opp spørsmål om utstøtelse og psykisk press i religiøse fellesskap. Hva skaper avstand i våre fellesskap? v/ Arne Tord Sveinall, Berit Okkenhaug m.fl.

Påmeldingsfrist: 12. april.

Påmelding går til: Viken senter, Altevannsveien, 9360 Bardu, Telefon: 77 18 99 00, Telefax: 77 18 99 19, Epost: sjelesorg@vikensenter.no



Utfordringer i skjæringspunktet mellom nyreligiositet og kristen tro 18. mai – 20. mai

Det tradisjonelle maikurset sikter i år mot å gi konkret veiledning for kirkens møte med nyandeligheten, på ulike nivåer. Tematikken vil bli belyst gjennom forelesninger, plenumsamtaler og uformelle samtaler. Alle foreleserne har i flere år arbeidet med denne tematikken - gjennom forfatterskap, undervisning, sjelesorgarbeid og dialogmøter. Vi har derfor stor tro på at samlingen vil være både nyttig og meningsfylt for alle som er opptatt av denne tematikken.

Påmeldingsfrist: 14. april.

Innføringskurs i Sjelesorg:

Grunnkurs 2: Den gode samtalen 04. juni. - 07. juni

I undervisningsstoffet vil det bli lagt vekt på holdninger som nærhet og empati, respekt og evne til å lytte. Nødvendig grensesetting vil også være tema. Gjennom enkle øvelser vil deltakerne kunne trene seg på konkrete sjelesorgeriske situasjoner.

Påmeldingsfrist: 04. mai.

**Påmelding: Institutt for Sjelesorg
Modum Bad, 3370 Vikersund
Tel: 32 74 98 30, Fax 32 74 98 43
E-post: sjelesorg@modum-bad.no
www.sjelesorg.no**



Nordisk konferanse på Modum Bad

- Religiøse og eksistensielle tema i psykoterapi og sjelesorg

23. - 26. september 2009

Det er med stor glede vi presenterer noen av de fremste internasjonale kapasitetene på dette feltet som foredragsholdere.

Vi har også samlet nordiske forskere og klinikere som alle vil gi sine bidrag til at vi får en konferanse der den stadig økende kunnskapen om eksistensielle og religiøse tema i psykoterapi og sjelesorg bringes frem i lyset.

Internasjonale forelesere:

Ana-Maria Rizzuto - Emmy van Deurzen
Sebastian Murken - Göran Bergstrand
Ylva Eggehorn

For mer informasjon og påmelding www.modum-bad.no
Arr. Vitaavdelingen, Modum Bad og Institutt for Sjelesorg

Jubileumsboken

HISTORIER OM SÅRBARHET

"Modum Bad er stedet for mennesker som har erfart en tøff virkelighet. De har beveget oss"

Forfatterne: Catharina Jacobsen og Ketil Bjørnstad

Pris kr. **198,-**

Ordinærpris 298,- NB! Ved kjøp av 5 bøker eller flere 150 kr pr. stk.



SANGER OM SÅRBARHET

Modum Bads jubileums-CD "Sanger om sårbarhet".

Pris kr **120,-**

Ordinærpris 150,- NB! Ved kjøp av 5 cd eller flere 100 kr pr. stk.

CD-en ble spilt inn under en live konsert i Festsalen søndag 13. januar 2008. Hele 16 norske musikere stilte opp gratis for å bidra til platen.



Bok
og CD
290,-