

Nr. 2/2009 - 18. årgang

Helbredende kunst?
Drømmer om Clapton
Terapi i grønne fingre



hoved **TEMA:** Kunst og kultur



Livsutfoldelse ved bassenget

Presten og jeg var funksjonærer for Scrabble på Opplevelsesdagen. I løpet av to minutter skulle 100 isoporklosser påført en bokstav og poengtall lempes på land og bli til ord og ordkombinasjoner. 25 lag deltok, bestående av pasienter og personale fra mange forskjellige institusjoner.

Presten er ny her, og ventet seg vel ikke det helt store på denne posten. Villfarelsen varte ikke lenge. For i samme sekund som startskuddet gikk, kastet deltagerne – med ytterst få unntak – seg over oppgavene og utfordringene som en flokk sultne ulver. Det var som å skru på en bryter: motivasjon og engasjement var på topp, konkurranseinstinktene brøt gjennom uten hemninger, fantasien kjente ingen grenser!

Ikke vet jeg, men det virket som angsten slapp taket, vonde tanker ble borte, motløshet og tristhet forduftet. Og ble erstattet av mot og mestring, mening skapt i ord gjerning, fellesskap og lagfølelse, glede og begeistring. En flom av ressurser kom brått til overflaten, og utfoldet seg i fri flyt. Og derfor et sterkt og fortettet uttrykk for hvordan livet kunne og skulle være når vi får bukt med begrensningene og får leve i pakt de mulighetene som bor i oss.

Mon tro om ikke det er en rekke slike livsbejaende hendelser som skjer rundt på Opplevelsesdagens mange små og store arenaer. Og på mange andre arenaer. Slik dette Badeliv gir beretninger om en kunstner av en gartner som med vare fingre aler fram de fagreste blomster, en trofast husøkonom som med nennsom hånd og gode hjelpere skaper helsefremmende innemiljø, en kulturleder som tar tak i stemmen, får folk til å synge – og åpner nye veier til egen identitet, trivsel og fellesskap.

Jeg kunne fortsette å trekke frem beretninger fra mange rom og arenaer hvor det med raus hånd gis for å lokke fram livskraftene. Men beretningen stopper hvor den begynte, ved bassengkanten. Presten mente det var stort å være med og se hvordan det ble øst av kilder til liv, det var oppbyggelig! Det var det det var.

Ole Johan Sandvand
direktør

Badeliv
magasin fra
MODUM BAD

Årgang 18

Ansvarlig redaktør:
Ole Johan Sandvand

Redaktør:
Unni Tobiassen Lie

Redaksjonsråd:
Jon-Erik Bråthen
Gry Stålsett
Tone Skjerven

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



Først i Norden

Modum Bad tar i bruk datastyrt medisinautomat



Håkon Skagen tester ut den nye medisinautomaten.

- For å få tilgang til automaten må man bruke både strekkode og fingeravtrykk som passord, sier kvalitetsleder Håkon Skagen.

Sikkerhet, kontroll og tidsbesparelse er hovedgrunnene til anskaffelsen av den datastyrte medisinautomaten. Modum Bad har brukt mye tid og krefter på å registrere og dokumentere lagerbeholdning på medisiner.

- Sparer tid og penger

- Ved å ta i bruk den datastyrte medisinautomaten fra Health Tech vil sikkerheten og kontrollen økes. Det

vil bli mye mindre svinn og Modum Bad vil spare både tid og penger, sier Skagen.

- I dag brukes ett årsverk til registrering og dokumentering av medisiner. Det nye systemet vil forhåpentligvis redusere minst 25 prosent av denne tiden, samtidig som det frigjør et rom.

- Systemet vi har i dag krever et lukket rom til medisinerne. Nå vil automaten stå i et møterom, forklarer Skagen.

Loggføres

Alt blir logget og det er historikk på hvem som tar ut medisiner, når det

gjøres og til hvilke pasienter. Det er til enhver tid mulig å ta ut utskrift av logg.

Systemet holder også orden på hvor mye som er igjen og sender automatisk bestilling til apoteket for påfylling. Det er apotekets ansatte som skal fylle på med varer i automaten.

Først i Norden

Modum Bad er det første psykiatriske sykehuset i Norden som tar i bruk datastyrt medisinautomat på alle avdelinger.

●●● Tekst og foto: Unni Tobiassen Lie



Modum Bads eget hornband MBHB spilte glade marsjer.



Hilde Flesjø, Anne Barbro Aastorp fra LPP Moss og Tommy Sporsheim fra ACT i Moss bidrar til materialbildet.



Marit Grimnes får servert vann fra Olavs-kilden av Solveig Holm.



Modum Toradergruppe skapte stemning med musikk rundt bålet på Verdens Ende.



Studentene Gry Nygård Fredriksen (til venstre) og Martine Theie Hansen fra Norges Idrettshøyskole sto for oppvarmingen.



Gatesangerne (fra venstre): Steinar Ofsdal, Kari Svendsen, Lars Klevstrand og Kjetil Skaslien.



Lillian Eng fra Oslo var en av dem som hoppet i det under Opplevelsesdagen 2009. - Det virket ikke så høyt, men da jeg sto på kanten var det skummelt likevel, sier Lillian.



Traktortrekking var en utfordrende post i lagkonkurransen



Silje Svensen (5) prøvde seg i buldreveggen.



Lillian Eng kastet seg uti det og overvant skrekken.

Pasienten i traumeavdelingen tok likevel ikke skrekken av "bru hoppingen". Hun syntes det var spennende å overvinne skrekkefølelsen og kastet seg utfor enda et par ganger denne dagen.

For sjuende året på rad fyltes Modum Bad onsdag 10. juni med glade opplevelsesdeltakere. Fra hele østlandsområdet strømmet de på for å delta i fysisk aktivitet på Badet. Selv om været ikke var det beste, var humøret på topp hos de rundt 270 deltakerne. Sammen med Modum Bads egne ansatte og pasienter deltok bortimot 500 mennesker på Opplevelsesdagen.

Vandring i skogen med innlagte poster, lagkonkurranse med traktortrekking, bårerbæring og Scrabble i bassenget var bare noe av det som sto på programmet.

-Veldig bra opplegg, vi kommer nok tilbake neste år, sa Tommy Sporsheim, som jobber med pilotprosjektet Assertive Community Treatment i Moss.

Etter endt aktivitet, samt lapskaus, kringle og kaffe i parken, kunne deltakerne nyte en glad konsert med Gatesangerne fra utendørsscenen i parken.

●●● Tekst og foto: Unni Tobiassen Lie

Drømmer om Clapton på Badet...



Kulturleder Helge Harilas drømmescenario er Eric Clapton på en ny og stor amfiscene på Modum Bad. En annen drøm er Händels Messias fremført i Olavskirken.

Det siste er kanskje mer sannsynlig enn det første.

- Men det er jo lov å drømme, sier Harila.

Det rikholdige kulturprogrammet ved Modum Bad beviser at kulturlederen gjør mer enn å drømme. Nå har han akkurat lagt siste hånd på høstens offentlige konsertprogram, som er både variert og spennende. I tillegg står han i spissen for planleggingen av de ansattes cabaret som skal settes opp i oktober.

Opptrakkede stier

Siden våren 2007 har sunnmøringen beveget seg på godt opptrakkede stier når gjelder kultur på Modum Bad. Først i fotsporene til mangeårig kulturleder Øystein Naper. Det siste året har den nye kulturlederen stått på egne bein. Med føttene godt plantet i kulturjorden på "Badet" har han begynt å trække opp nye og spennende stier i dette landskapet.

Helge Harila står i en sterk tradisjon. Han var ikke klar over hvor sterk og bevisst kultursatsingen på Modum Bad var før han kom hit, men den helhetlige tenkningen rundt kunst, kultur og estetikk begeistret dirigenten og sangpedagogen.

- Modum Bad er opptatt av helheten - at mennesket består av både ånd, sjel og kropp. Det passet min bakgrunn og mine egne tanker godt, sier Harila.

Vidt spenn

Hans ansvarsområder spenner fra ansvaret for de offentlige konsertene, til kunstkomiteen som står for utsmykning, korøvelser for pasientene og organistoppgave i Olavskirken.

- Det er et vidt spenn med store variasjoner og spennende utfordringer, sier Harila.

Flaggskipet for den utadrettede kultursatsingen er de offentlige konsertene. Harila viderefører denne tradisjonen fra sin forgjenger Naper, men er samtidig opptatt av fornyelse. Han ønsker at tilbudet skal ha kvalitet, favne vidt og være folkelig.

- Hvor viktig er det at det også kommer publikum utenfra på konsertene?

- Et av våre mål er å bygge ned fordommene mot psykiatriske institusjoner. Å holde åpne konserter bidrar til dette.

“

- Mister vi kulturen på Modum Bad, mister vi mye av sjela vår. ”

Korøvelser

En av kulturlederens oppgaver er å skape et kulturelt rom for pasientene hvor de kan uttrykke seg. Korøvelsene for pasienter denne vinteren og våren har vært en nyskapning i så måte – med stor suksess. Under kyndig ledelse av sangpedagog Harila har pasientene gledet seg over å få bruke sangstemmen og synge sammen – og de etterspør mer!

- Hvorfor er det så viktig å synge?

- Når vi synger blir vi kjent med vår egen stemme. Den er en del av vår identitet og personlighet, og det ligger livskvalitet og utfoldelse i det å bruke den. Det gir også utløp for følelser.

- Men hvorfor synge i kor?

- Fordi det å synge sammen er en sterk sosial opplevelse. Man gjør noe sammen som gir fellesskap og glede uten at man trenger å bli for privat. For noen pasienter er det å stå sammen med andre også en utfordring, og dermed sosial trening.

Harila har et sterkt ønske om at kor og stemmebruk kan bli en del av behandlingstilbudet ved Modum Bad,

på lik linje med fysisk fostring eller kunst- og uttrykksterapi.

Pasientbidrag

På kulturkafeen er det også rom for pasientene til å uttrykke seg. Her møtes de med jevne mellomrom til quiz, allsang og poesi. Av og til hentes krefter utenfra, men kulturlederen oppfordrer pasientene til å bidra selv.

- De har ofte mye å by på når det gjelder kultur.

I Kulturgruppa møter han dem jevnlig for samtaler rundt det som har med kunst, kultur og estetikk på sykehuset å gjøre. Der kan pasientene komme med innspill og ønsker som kulturlederen tar med seg videre i arbeidet.

Kunst

Artoteket – kunstbiblioteket hvor pasientene kan låne kunst, er noe kulturlederen er stolt av. Det er ikke mange sykehus i Norge som kan vise til noe lignende.

- Vi tror det er medvirkende til økt trivsel og livskvalitet for pasientene, sier Harila.

Han har med seg en kunstkomité i valget av kunst. De står også ansvarlig for innkjøp og plassering av øvrig kunst på Modum Bad. I fjor vinter sørget de for belysning av de gamle trærne i parken vinterstid.

- Om jeg ikke skal huskes for noe annet på Modum Bad, så håper jeg at jeg blir husket for akkurat det, gliser kulturlederen.

Verdighet

Pasientundersøkelser og andre tilbakemeldinger fra pasienter viser at det settes pris på det kulturelle miljøet på Modum Bad.

- Det har et verdighetsaspekt. At det satses på kunst, kultur og vakre omgivelser viser at både pasienter og ansatte settes pris på, mener kulturlederen.

- Mister vi kulturen på Modum Bad, mister vi mye av sjela vår, slår kulturlederen fast.

●●● Tekst og foto: Unni Tobiassen Lie

Mestringsarena i Olavskirken

Mange pasienter gleder seg til torsdagene, for da er det korøvelse. Når det er så mye i hverdagen som man opplever ikke å mestre, er det godt å komme til Helge Harilas trygge atmosfære i Olavskirken og bli kjent med sin egen stemme.

Det er torsdag ettermiddag og sangøvelse i Olavskirken på Modum Bad. Tempoet er behagelig, litt afrikainspirert tidsperspektiv. Noen kommer, noen går – for så å komme tilbake igjen, og andre kommer litt senere, etter at øvelsen har begynt. Og det er helt i orden. Her er det romslig.

Pakke fram stemmen

Helge Harila, kulturleder og koransvarlig ved Modum Bad, starter øvelsen med avspenningsteknikker.

- Vi må stresse ned, bruke en del oppvarmingsøvelser og avspenningsmetoder, samt øve på pusteteknikker. Alt henger i hop. Det er viktig å gi slipp på anspenhet som vi har lagret gjennom dagen. Begynner du å gjespe, så er det helt lovlig, sier Harila.

Pasientene løsner opp. Etter hvert som skuldrene senkes, begynner de å finne stemmen sin.

- Vi må finne stemmen vår og pakke den fram, sier Harila, og viser til eksempelet med fiolinen som hentes ut av esken.

Korentusiast Helge Harilas engasjement kan spores tilbake til hans syn på stemmen.

- Stemmen er noe av det mest intime, private og identitetsskapende vi bærer med oss. Å oppdage egen stemme er en stor opplevelse og en viktig jobb. Forskjellen mellom vanlige instrumenter og stemmen er at den sistnevnte bærer vi i oss. Derfor er det viktig at vi pakker den fram.

Mestringsarena

De to første benkeradene i kirka er nå fylt opp av menn og kvinner som er ivrige etter å lære å ta i bruk stemmen sin. Wenche Roppen er en av flere som synes korøvelsene virkelig gir henne noe.

- Det er mye vi føler vi ikke mestrer, så det å komme hit på sangøvelse er veldig kjekt. Det gir meg en følelse av å mestre noe, og jeg gleder meg til dette hver uke, forteller Wenche Roppen.

- Helge skaper så mye trygghet rundt seg. Jeg har aldri møtt noen som har klart å skape en trygghet så fort, forteller Aina Pernille Svendsen.

Sangterapi?

Harila har drevet kor i over 20 år og er utdannet sangpedagog. Korøvelsene med pasienter på Modum Bad er blitt holdt jevnlig siden november i fjor. Harila er overbevist om at øvelsene er en viktig del av pasientenes terapi. Han har derfor et sterkt ønske om at dette med stemmeøvelser og kor skal komme med på timeplanen når det gjelder behandlingstilbudet.

- Målet med sangøvelsene er å lære å bruke stemmen, bli kjent med egen stemme og ha det sosialt kjekt sammen. Men et større mål er å vise at



Kulturleder Helge Harila inspirerer pasientene til å

dette fungerer, at det er en del av en terapiform. Modum Bad er opptatt av hele mennesket; ånd, sjel og legeme. Jeg er ikke i tvil om at kor og stemmebruk på timeplanen ville vært med på å gi et bedre helhetstilbud her, sier Harila.

Våge å være modig

Håvard Lindland er en av de flittige brukerne av ettermiddagstilbudet. Han forklarer at øvelsene har vært veldig viktige for han.

- Dette er en del av behandlingen min. En mestringsarena og en



synge ut på korøvelse i Olavskirken.

eksponeringsarena. Her kan jeg våge å være modig.

Lindland skriver alltid ned tid og dato for oppstart på korøvelser på hjemstedet når det blir annonsert lokalavisa, men han har aldri våget å stille på en øvelse. Etter oppholdet på Modum Bad vil han definitivt gjøre mer enn å skrive ned tid og dato. Han vil våge å stille opp på selve øvelsen også.

- Første gang jeg var med på korøvelsen her var jeg i tvil om jeg kunne klare å gjennomføre det, men jeg bestemte meg for at selv om jeg skulle

briste i gråt, kaldsvette eller besvime skulle jeg være her til Helge så vi var ferdige. Og slik ble det.

Nyter følelsen

Nå, flere måneder senere, nyter han den ultimate frihetsfølelsen han føler han får ved å bruke stemmen. Men mer enn det å synge, så ser han på det å være sammen med mennesker igjen, i en slik setting, som terapi.

- Her er min mulighet for å gå inn på arenaen igjen og bli tryggere. Dette har vært veldig viktig for meg

og jeg er veldig takknemlig for dette tilbudet, forklarer han.

Modig

Lindland blir beveget til tårene.

- Det gleder meg så mye å ta tilbake livet. Det gir meg tro på fremtiden; at jeg kanskje kan evne å leve "normalt" samtidig som jeg kan våge å være modig. Det å våge å bruke stemmen min er en stor del av det å være modig, fastslår Lindland.

●●● Tekst og foto: Trine Kvalnes

Kunst etter eget valg



Eva er veldig glad for artoteket - kunstbiblioteket hvor hun selv kan velge bilder å ha på veggen under oppholdet på Modum Bad. Selv har hun ikke lyst til å la seg avbilde, men viser gjerne fram de to bildene hun nå har som favoritter på pasientrommet.

Et fargesprakende papegøye-bilde som vitner om liv og håp, og et beroligende bilde som er godt å se på før hun legger seg. Det er valgene Eva har gjort når det gjelder utsmykning av pasientrommet sitt på Modum Bad.

- Jeg er glad for at jeg selv har mulighet til å velge bilder til rommet mitt, sier Eva.

- Rommet så litt nakent og institusjonspreget ut da jeg kom, litt sykehusaktig. Da jeg fikk vite om artoteket og utlån av bilder, var jeg ganske raskt ute for å få sikret meg noen bilder til å henge på veggene.

- Beroligende

Bildet hun liker best akkurat nå er et bilde av kunstneren Per Ung. Det viser et par i omfavelse. "Omfavnelse" er også tittelen på bildet.

- Jeg synes det er godt å se på. Det virker beroligende og har en positiv aura, sier Eva, som liker å se på bildet før hun legger seg om kvelden.

Sønnen fikk velge

Papegøyebildet var det egentlig sønnen hennes på 12 år som valgte for henne. Da han kom på besøk hadde hun hengt opp to svarthvitt bilder på veggen.

- De var kanskje litt psykedeliske, innrømmer Eva, som fikk stryk av sønnen for sitt bildevalg.

- Altfor kjedelige og triste, mente 12-åringen, som mente mamma måtte ha et fargerikt og morsomt bilde på veggen. Det fikk hun. Sammen gikk de til artoteket hvor en fargelad papegøye strålte mot dem fra veggen. Nå henger det på Evas rom.

Har bulimi

Eva er fra Oslo og er pasient på Avdeling for spiseforstyrrelser. Hun har samboer, to barn, utdanning innen markedsøkonomi og jobber med markedsføring.

Siden 18-årsalderen har hun slitt med bulimi og overspising, og har aldri klart å få bukt med problemene. Nå er hun midt i sitt opphold på Modum Bad og synes utsiktene til å bli bra ser bedre ut enn på lenge.

- Her ser man pasientene som et helt menneske! Jeg får et helhetlig tilbud. Jeg har fått hjelp til å ta tak i spisemønsteret mitt og har klart å gjennomføre programmet med fire faste måltider om dagen uten "mat-kick". Det at jeg får hjelp av lege, terapeut og samtidig får ta del i andre grupper og aktiviteter, betyr mye. Jeg får hjelp på tvers, med all problematikk samtidig.

- Liker stilen

Vektleggingen av kunst, kultur og estetikk ved Modum Bad overrasket Eva i positiv retning ved ankomst.

- Det er veldig pent her. Jeg er selv opp-tatt av farger og interiør. Hjemme pusser vi for tiden opp et gammelt hus og jeg liker den gamle stilen her med utskjæringer og flotte lysekroner. Det er et sus av fordums dager over stedet. Bare Festsalen er jo et smykke i seg selv!

Mer personlig

At stedet ikke ser ut som en typisk institusjon, mener Eva er veldig betydningsfullt.

- De fleste har jo hørt om slike steder som dette - for psykisk syke. Jeg syntes det var kjempeskummelt at jeg skulle til Modum Bad. At det var så flott her og så fine omgivelser, var en positiv overraskelse. Når man også kan velge hvilke bilder man kan ha på veggen, blir det mye mer personlig og hjemmekoselig, avrunder Eva.

●●● Tekst og foto: Unni Tobiassen Lie

Poesi stien



Det sorte hav – med sin paviljong og sine hvite broer, er omkranset av ti montre med like mange dikt - Modum Bads egen poesisti. Her kan pasienter, ansatte og andre turgåere hente påfyll for både kropp og sinn.

- Ved å lese dikt ute i naturen får man en annen opplevelse og forståelse av poesien, sa tidligere spesialrådgiver ved Modum Bad, Lisbet Borge, da stien ble åpnet høsten 2005.

Borge tok med seg ideen til poesistien fra dikteren Hans Børli's hjemsplass, der hans dikt er satt opp i en natursti.

-Dikt kan være med på å gi nye erfaringer og et utvidet perspektiv på livet. De berører på en egen måte, fordi de fleste forfattere tar opp eksistensielle tema som de fleste av oss kjenner seg igjen i. Men ofte kreves det konsentrasjon, en fred og ro for å åpne opp for innholdet i dikt. Da kan det å søke ut i naturen, hvor en får andre omgivelser, være en måte å finne denne roen på, mener Borge.

Gi en gave til artoteket (kunstbiblioteket)

Det er et ønske å utvide artoteket med flere bilder. Dersom du ønsker å gi en gave til dette pasientrettede tiltaket, tas små og store økonomiske bidrag imot med takk. Artoteket ble opprettet i 2004 og består av rundt 200 originale bilder. Pasientene får muligheten til å låne med seg ett eller to bilder som de kan ha på sine respektive rom samt å ta med seg bildene inn i terapirommet.

Konto: 2270 05 72262, merk inbetalingen med "Artoteket" .

Pasienter om kunst, kultur og estetikk på Modum Bad:

- Kunst og kultur gir vitalitet og livsglede

- En slik konsert bærer med seg både inspirasjon og livsglede, sier en fornøyd Birgitte Nicolaysen.

Sammen med medpasient Solveig Krigsvoll har hun nettopp opplevd musikerekteparet Tone Hulbækmo og Hans Fredrik Jacobsen i Olavskirken. I en fargerik forestilling har musikerparet servert melodier fra middelalderen, godt mikset med melodier fra moderne tid.

Humor

Hulbækmo og Jacobsen har benyttet seg av et utall ulike instrumenter og gitt publikum innblikk i mye spennende musikkhistorie. Alt godt krydret med humor og en god porsjon selvironi.

Flere pasienter har fylt benkeradene denne vakre vårkvelden, sammen med publikum fra bygda som også gjerne vil høre de to musikerne. Alle får de med seg noe å leve videre på når de forlater konserten.

- Inspirasjon

- Det var en fantastisk konsert. Å se noen som lever med musikk på den måten gir stor inspirasjon og livsglede, sier Birgitte Nicolaysen.

Sammen med Solveig Krigsvoll får hun møte de to musikerne etter konserten. De tar en nærmere titt på instrumentene og får en liten prat med Hulbækmo og Jacobsen.

De to pasientene gir musikerne gode tilbakemeldinger på den vitalitet sangen og musikken gir dem.

- En slik konsert bærer jeg med meg lenge etterpå, fastslår Birgitte.

Konsert i huset

Både Birgitte og Solveig har benyttet seg flittig av kulturtilbudene på Modum Bad. De skulle gjerne sett at det var flere tilbud.

I mars fikk de med seg "Damer i blues" med Rita Engedalen og Margit Bakken – en konsert som var midt i blinken for de to.

- Det er ikke mange som bare kan gå ned trappa fra rommet sitt og inn på en konsert i samme hus, smiler Solveig.



Birgitte Nicolaysen (til venstre) og Solveig Krigsvoll

Hun tror kulturopplevelsene kan inspirere pasienter som vanligvis ikke benytter seg av slike tilbud.

Kulturkafe

De to har også vært aktive på kulturkafe og i pasientkoret på Modum Bad. På kulturkafeen samles pasienter om allsang, diktlesning eller annen underholdning. Cafe Manilla – pasientenes egen spisesal er arenaen, der det serveres kringle og kaffe.

- Det å være pasient her er intenst på mange måter. Vi går gjennom en tøff periode i livet. Kulturtilbudene gir oss mulighet til å samles på en litt annen måte, sier damene.

Pasientkor

Tilbudet om pasientkor har betydd mer enn noe annet. Der får de mulighet til å lære mer om å bruke sin egen



(til høyre) fikk møte musikerne Tone Hulbækmo og Hans Fredrik Jacobsen etter konserten i Olavskirken, en konsert som formidlet livsglede og vitalitet.

stemme og pust mer naturlig. Fellesskapet i sangen - og muligheten til å gi hemninger og stivhet på båten, har gitt de to mye overskudd under kyndig og inkluderende, klok og humoristisk instruksjon fra dirigenten.

- Faktisk opplevde jeg at et migre-
neanfall forsvant under en korøvelse,
sier Solveig.

Korøvelsene gir dem begge anledning til å bli kjent med stemmene sine.

- Stemmen er det mest intime instrument vi har. Jeg kjenner at jeg bruker den ugunstig og anstrengt når jeg har det vanskelig, sier Birgitte. På korøvelsene får hun imidlertid kontakt med pust og stemmebånd.

- Der får jeg hjelp til å løse opp spenninger og kjenne at stemmen bærer og kan brukes hensiktsmessig. Begge kunne tenke seg flere sang- og musikktilbud på Modum Bad.

- Gjerne som en del av behandlingen, sier Solveig, som i tillegg ønsker seg mer av maling og kunst- og uttrykksterapi.

Artoteket

Artoteket – biblioteket hvor man kan låne bilder til eget rom, er også flittig benyttet av de to damene. De opplever det godt å kunne bestemme hvilke bilder de skal ha på veggen under oppholdet.

- Det er befriende å ha et bilde man liker selv. Særlig når man skal være her i flere uker. Jeg velger bilder etter sinnsstemninger, forteller Solveig.

- Omsorg

- Når man går gjennom en tøff periode i livet som vi gjør nå, er det godt å ha et ivaretakende miljø rundt seg, mener Solveig og Birgitte.

Estetikken, arkitekturen, de vakre utskjæringene på sveitservillaene, kunsten, konsertene, de friske blomstene på bordet – alt betyr noe i sammenhengen.

- Modum Bad ser ikke ut som noen institusjon. Det hjelper! Vi ser at det legges omsorg i omgivelsene og det gir glede. Blant annet ble vi møtt av blomstrende kvister da vi kom hit i februar, sier Birgitte.

Hun mener det er en raushet for å finne pusterom på Modum Bad. Selv har hun fått jobbe litt i gartneriet hos Wolfgang som en avkoblingsmulighet.

- De vakre omgivelsene gjør at vi får øvet opp sansene våre. Vi finner tilbake til det som gir oss "jording" og tilstedeværelse, avrunder Solveig.

●●● Tekst og foto: Unni Tobiassen Lie



Å spille i Festsalen var en drøm som gikk i oppfyllelse for Håvard Enstad.

Pianist Håvard Enstad er oppslukt av musikk:

-Den sterkeste kunstarten

- Musikk er den sterkeste kunstarten. Den når innerst i hjerterota, sier pianist Håvard Enstad, som var på hjemmebane da han spilte i Festsalen i mars.

Enstad er vokst opp på Modum Bad. Nå bor han i Spania hvor han lever av å være musiker. Denne våren var han

tilbake på "Badet" for å fremføre en klaverkonsert fra scenen i Festsalen – en sal hvor han selv har lyttet til andre musikere fra han var ganske liten.

Bergtatt

Som liten gutt ble han tatt med på mange konserter i Festsalen. Enstads far, Bjørn, var overlege ved Modum Bad, og selv om verken han eller hans

kone Svanhild spilte noe instrument selv, var de svært bevisste på å ta med seg de fem barna på konserter. Vesle Håvard ble fullstendig bergtatt av musikerne som spilte på scenen.

- Spesielt husker jeg en liten japaner eller kineser. Jeg var rundt 10 år og ble virkelig imponert over hans virtuose spill. Dessuten husker jeg Håvard Gimse godt, smiler Enstad.

Senere har han selv spilt for Gimse og blitt godt kjent med den norske stjernepianisten.

I hjerterota

De mange flotte konsertene i Festsalen og Olavskirken på Modum Bad satte følelser i sving hos den lille gutten. Han ble lidenskapelig interessert i musikk. Nå kan han ikke leve uten.

- Musikk er den kunstarten som har fått meg til å føle mest. Den rører ved noe, setter følelser i sving og bryter ned murer som stenger, sier Enstad.

Hans ønske er at musikken skal røre ved andre på samme måte når han spiller.

- Hva er dine tanker om konsertene på Modum Bad?

- Jeg synes det er flott at det holdes konserter på et slikt sted. For det første er det en eksepsjonelt fin sal å holde konsert i. Det er også berikende at man satser på kvalitet og har så mye bra på programmet. Ikke minst viser det at pasientene blir tatt seriøst som publikum.

Øvde i Olavskirken

Inspirert av de mange musikerne som besøkte Modum Bad, begynte den unge musikerspiren som åtteåring i pianolære ved Modum kulturskole. Olavskirken var et flittig benyttet øvingslokale.

- Jeg tilbrakte mange timer på pianokrakken der. Akustikken var så flott og det var morsomt å sitte og improvisere ved pianoet. Ofte ble jeg sittende til langt på kveld. Noen ganger kom det pasienter innom som ble sittende og høre på. Det var hyggelig. Jeg likte å ha publikum. Hvis jeg sluttet med øvingen, ba de meg ofte om å fortsette.

- Måtte foreldrene dine noen gang mase på deg for å få deg til å øve?

- De måtte nok heller mase om at jeg skulle slutte, ler Enstad.

- Hvor mye øver du i dag?

- Det kommer litt an på, men det



Håvard Enstad fikk tildelt en musikkpris fra Modum musikk- og kulturskole under konserten på Modum Bad. Her sammen med sine foreldre, Svanhild og Bjørn Enstad, (i midten) samt musikkskolerektor Aage Norman Eilertsen. (Foto: Per-Bjørnar Halås.)

blir gjerne tre-fire timer per dag, i alle fall før konserter.

- Er det blitt flere musikere i familien?

- Søsteren min spilte, men sluttet.

Broren min Sveinung derimot, som er prest, driver aktivt med musikk. Han spiller gitar og synger.

Flyttet til Spania

Som 16-åring flyttet Enstad fra Modum Bad. Studier ved Norges Musikkhøyskole i Oslo ventet. Etterpå satte han kursen mot Spania. I den spanske musikkverden spiller han på mange strenge; fra stilling som akkompagnør ved en kunsthøyskole, der han stortrives med å spille til flamencodans, til å spille cello i et popband – eller til å spille i brylluper i den norske sjømannskirken. En pianoelev gir også viktige bidrag til inntekten. Dessuten prøver han seg som komponist.

- Akkurat nå holder jeg på med en musikal som skal settes opp på Mallorca, sier Enstad.

- Du savner ikke Norge?

- Av og til. Matvanene i Spania er annerledes – det er mange norske mat-

varer jeg ikke finner substitutter for.

Folkemusikk

- Har du noen favorittkomponister?

- Bach og Grieg er nok mine favorittkomponister, selv om jeg varierer mitt repertoar veldig. Jeg er også veldig glad i norsk folkemusikk. Folkemusikken representerer noe av det urnorske, derfor har jeg holdt noen konserter sammen med Liv Ullvik som er kvedar. Man blir nok litt patriot av å bo i utlandet, smiler Enstad.

“

- Musikk rører ved noe, setter følelser i sving og bryter ned murer som stenger ”

Den unge musikeren tøyer piano-fingrene ekstra godt. Kveldens konsert venter. I Festsalen fylles stolene opp av et forventningsfullt publikum og musikeren gjør seg klar. Det er like før en av hans drømmer går i oppfyllelse – nemlig å entre scenen han selv en gang hentet inspirasjon fra.

●●● Tekst: Unni Tobiassen Lie



Gartner Wolfgang Müller, 30 år på Modum Bad

Terapi i *grønne fingre*





Bugnende blomsterbed, friske blomster i vase, vakker pynt i Festsalen - i hele 30 år har de grønne fingrene til gartner Wolfgang Müller (59) satt fargerike og helsebringende spor etter seg på Modum Bad.

- Han er en uunnværlig miljøarbeider for våre pasienter, sier leder Tone Skjerven ved Avdeling for traumelidelser og interpersonlig terapi.

Selv er gartneren beskjeden når det gjelder sin rolle i forhold til pasientene. Hans faglige yrkestittel er heller ikke av terapeutisk art - men det ligger uendelig mye terapi i det han gjør.

Mye av lite

Vi møter gartneren en vårdag i drivhuset. Luften under glasstaket er varm og fuktig. Det er rett før plantene skal ut i friluft. I et fargerikt blomstervell pusler gartneren rundt, kniper av visne blomster, luker ugress og sørger for at spirer som akkurat har stukket hodet opp av jorda får nok vann.

Mens han prater om den første tiden i Norge, da han kom fra Tyskland til en sommerleir i 1971 og traff sin

kone Jenny, napper han med vante fingre opp et par prydtobakkplanter som har forvillet seg inn mellom blomstrende pelargonia. Noen raske bevegelser senere står prydtobakken i egne potter, klar for livet på egenhånd.

- Det skal mye til før Wolfgang kaster en plante, ler gartnerens gode hjelper Bjørg Søråas.

Og det er kanskje hemmeligheten til de frodige omgivelsene på Modum Bad - for Wolfgang er gartneren som får mye ut av lite. Han gir de stusseligste planter både to og tre sjanser og ser verdien i den minste lille spire.

- Her tar vi vare på det meste. Ingenting er standard eller norm. Jeg pleier å kalle det usystematisk pent, forklarer han selv.

Grønne spor

Wolfgang Müller har ansvar for alt som vokser og gror på Modum Bad, både ute og inne. Fra Forskningsinstituttets potteplanter, via sykehusets mange avdelinger som prydes av planter og avskårne blomster, til villaenes balkongkasser og hagen rundt Institutt for Sjelesorg, én kilometer bort i skogen.

Noen turer blir det også til Urani-enborg i Oslo, der Modum Bad har sitt dagtilbud i en gammel herskapsvilla.

Der skal det nå anlegges en duft- og sansehage. Da kommer gartnerutdannelsen og den treårige ingeniørutdannelsen i landskapspleie godt med. Til og med endene ved Det sorte hav ligger under gartnerens ansvarsområde.

- Det er et ektepar i Åmot som låner oss endene i sommerhalvåret. Modum Bad er velsignet med gode relasjoner i bygda, sier Wolfgang.

Ingen statistikk

Hvor mange potter, balkongkasser og blomsterbed som finnes på "Badet", fører han ingen statistikk over. Eller hvor mange kilo tomater han høster i sommerhalvåret? Det nærmeste denne kreative mannen kommer tall og statistikker er budsjettet han må holde.

Men han fører dagbok - nesten hver dag. Kanskje mest for sin egen logistikk og for å huske alt han skal passe på. For det er mye som skal passes på. Planter skal vannes, stelles, plantes ut når sommeren kommer, beskjæres og berges inn før frosten ødelegger dem. Løker og knoller skal graves opp og ned. Lokaler skal pyntes til fest og høytid.

- Heldigvis er jeg ikke alene. Jeg samarbeider både med renholdspersonalet og husøkonomen (se side 22-23), forklarer Wolfgang.

- Ufarlig samtaleemne

Med sitt lune vesen og varme smil vinner Modum Bads gartner både pasienter og ansattes tillit. Å snakke om det som vokser og gror er ofte et greit og ufarlig samtaleemne å slå inn på for den som strever med tunge ting.

- Det er det nest enkleste samtaleemnet etter været, mener Wolfgang.

Nærmest pasientene kommer han på fredager når han driver vedproduksjon med en pasientgruppe.

- Det er god terapi, mener gartneren, som ikke hadde tatt i en motorsag for han kom til Norge og skulle ta hånd om Modum Bads 1000 mål med skog. Nå er han glad for at en egen skogansvarlig er tilsatt.

Levende prosess

Å arbeide med planter, er å arbeide med en levende prosess. Plantene vokser og gror, de forandrer seg, krever mer plass, blomstrer, avblomstrer, noen bærer frukt. Ting forandrer seg hele tiden.

- Slik er det å arbeide med det levende livet, sier Wolfgang.

Levende planter vitner om liv, vekst og muligheter. De er en del av helhetsinntrykket på Modum Bad. Det ligger mye arbeid bak og det er mange forberedelser for at helhetsinntrykket skal bli så pent som det er.

-Men jeg tror inntrykkene teller mye i prosessen med å sanse livet, sier Wolfgang.

Han elsker å drive fram planter til de står i sitt mest fargerike flor. Frø samler han flittig fra fjern og nær. Eksotiske planter som appelsin-, kaffe-, avokado- og fersken- tre har fått plass på Modum Bad. Orkideer, oleander og bogainvilla blomstrer også i drivhuset.

- Jeg kunne ikke tenke meg å drive fram blomster kun for å selge dem. Til det blir jeg for glad i plantene. Når de er på sitt peneste setter jeg dem frem så alle kan få glede av dem.

Motarbeides

- Går du aldri lei?

- Å jo. Det går i bølger for meg som for alle andre. Av og til er det litt frustrerende. En gartner motarbeides av naturen selv – jeg hadde nær sagt både av det overjordiske og det underjordiske, humrer Wolfgang.

-I vinter var det blant annet mange greiner som brakk på grunn av snømengden. Det er også ergerlig når jordrottene spiser opp røttene i løpet av vinteren. Vinteren er en tøff tid på mange måter. Den er risikofylt. Når vinterstormene herjer som verst ute, søker gartneren tilflukt i drivhuset.

- Det er som å komme inn i en oase når man er sugen på grønne opplevelser. Verdien i et grønt miljø kan man ikke telle i kroner og øre, kun i helse og velvære, mener gartneren.

●●● Tekst og foto: Unni Tobiassen Lie



Cabaretradisjon på Modum Bad:

- Cabareten gir oss positiv energi

De er som gamle sirkushester. Lukten av sagmugg får dem til å lengte til manesjen igjen. Nå har cabaratgjengen på Modum Bad lagt planer for høstens forestillinger.



Bak fra venstre: Finn Ellingsrud, Inger Moviken og Gro Severinsen, foran Helge Harila og Ingunn Amble.

Fredag 9. oktober braker det løs fra scenen i Festsalen.

- Da blir det premiere på cabareten "Slipp løs", opplyser kulturleder Helge Harila, som sammen med komiteen bobler over av ideer.

At de ansatte synger, spiller teater og setter opp cabaret på Modum Bad er en god, gammel tradisjon. Driftssjef Finn Ellingsrud er en de gamle "traverne". Han har vært med på mange forestillinger. Det har også en annen gammel "traver", overlege Ingunn Amble ved Poliklinikken. Sammen har de deltatt i personalkor, Theatercompagniet, Prøysencabaret, Evert Taube, Kildevell og Badespell.

- Jeg tror ikke jeg engang husker alt, sier Amble.

Avkobling

- Hvorfor er dere med?

- Det er gøy, utfordrende og sosialt, sier Ellingsrud, som stortrives med å formidle fra scenen. Det gjør også Amble.

- Jeg synes det er utrolig morsomt å lage forestillinger sammen med kol-

leger fra andre avdelinger og enheter. Det er en god avkobling fra det daglige som gir energi og glede. Man får vært sammen på en annen måte og brukt kreative sider av seg selv. Det gir et skikkelig kick når det tar av, sier Amble.

- Hva er det som gjør cabaretsjangeren så spennende?

- Kombinasjonen sang, musikk, humor og kommunikasjon med publikum fra scenen, mener Ellingsrud.

- Sjangeren gir rom for det meste. Man kan ha varierte melodier, tekster og sjangere, gags og sketsjer, kan veksle mellom humor og alvor, ting som berører eller bare morer. For oss som ikke er profesjonelle, gir det muligheter og rammer som dekker over det som måtte være av begrensninger i musikalske og teatrale ferdigheter, sier Amble.

Mestringsmekanisme

- Er det riktig av en institusjon som behandler depresjon og traumer å lage ablegøyer på denne måten?

- Ja, det kan være viktig å gjøre det også, mener overlege Amble.

- Som avdelingsleder/psykolog på den selvmordsforebyggende enheten vi besøkte i Salzburg i fjor sa det: "Her jobber vi med så alvorlige ting at vi må le mye". God humor kan være en veldig hensiktsmessig og godt fungerende mestringsmekanisme. Utover dette tenker vi jo at cabareten ikke bare skal være ablegøyer, noe litt mer seriøst hører også med.

Positiv energi

- Vi har stor tro på at dette frigjør positive krefter og følelser både hos publikum og aktører. Alle blir "litt friskere" av positive opplevelser, sier Ellingsrud.

Kulturleder Harila er enig.

- Noen ganger må det vanskelige livet få ligge og gi rom for andre tanker. Hvorfor da ikke gode og humoristiske tanker? Vi håper energien som kommer fra scenen vil nå inn til hver enkelt person som kommer til Festsalen på høstens cabaretfeststillinger.

●●● Tekst og foto: Unni Tobiassen Lie

Vår kulturelle røde tråd

”Jeg hadde innsett lenge før jeg kom hit at noe av det som manglet i livet mitt var nettopp kunst og kultur - her har jeg fått en utrolig mulighet til å oppleve det. Det som har vært så fint her, er at jeg har kunnet gå tilbake til kunsten og se noe nytt hver gang. Jeg blir mer og mer glad av det jeg ser”.

Slik uttalte en pasient seg i forbindelse med en empirisk undersøkelse blant 137 inneliggende pasienter ved Modum Bad i 2003. Intensjonen var å finne svar på om, og eventuelt i hvilken grad, opplevelsen av kunst, kultur og estetikk påvirker psykisk helse og utbyttet av oppholdet for pasienter med psykiske lidelser.

Omgivelser påvirker

En overveldende mengde litteratur peker entydig på hvordan omgivelser påvirker. Likedan hvilken positiv betydning opplevelse av kunst, kultur og estetikk har for så vel folks generelle helse, som psykiske helse, følelse av velvære og opplevelse av livskvalitet.

De siste årene er det også dokumentert mye positivt gjennom undersøkelser hvor pasienter med psykiske lidelser selv deltar aktivt med forskjellige kreative uttrykksformer.

Sitatet over blir derfor også en bekreftelse på de tankene som ligger til grunn for Modum Bads ”tunge” satsning på kultur – faktisk gjennom hele 150 år. For en helhetstilnærming til brukerne som inneholder et betydelig kunst- og kulturaspekt er slett ikke noe nytt.

Helhetsfilosofi

Modum Bad ble skapt av den kunnskapsrike og kunstnerisk begavede legen Heinrich Arnold Thaulow i

1857. Thaulow (1808 – 1894) var fetter av Henrik Wergeland og Camilla Collett og onkel til maleren Fritz Thaulow. I Thaulows helhetsfilosofi utgjorde medisin og kultur to sider av samme sak. Han var selv den kunstneriske kraft i utformingen av bygningene, parken og området for øvrig. Helt fra første stund inviterte han kjente kunstnere av alle slag til Badet – forfattere, musikere, skuespillere og malere. Han sørget også for at flere av bygdas egne talenter fikk utdanning, blant andre maleren Christian Skredsvig.

“Kultur er en nødvendig del av et godt arbeidsmiljø – ikke bare en god omgivelse for det.”

Kunst og musikk

Fra sine mange utenlandsreiser brakte Thaulow med seg hjem kunstgjenstander – skulpturer, malerier, møbler, brukskunst og antikviteter – som han samlet i et eget museum til glede for kurgjestene. En hornsekstett spilte i parken tre til fire timer daglig, foruten at det ofte var konserter i ”Kursalen” (Festsalen) med kjente musikere fra inn- og utland.

Samlet sett representerer historien om det gamle Modum Bad interessante blader av så vel norsk medisinske historie, som norsk kulturhistorie.

Ny tid

Modum Bad opphørte som kurbad da overlege Gordon Johnsen & Co kjøpte institusjonen av Røde Kors på 1950-tallet og åpnet Modum Bads Nervesanatorium i 1957. Også nå med et faglig tilbud som inneholdt en videreføring av, og betydelig satsning på gamle dagers overbevisning om kunstens, kulturens og estetikks viktige plass i helheten.

Store deler av den gamle bygningsmassen og parken ble bevart og restaurert. Nybygg ble utformet i datidens moderne arkitektur og kjente designere engasjert til å ta hånd om fargevalg og innkjøp av møbler av topp kvalitet. Man anskaffet originale kunstverk til utsmykning – og utfordring!

Musikk, drama, litteratur og ulike kreative aktiviteter ble tatt i bruk som del av behandlingsopplegget. Etter hvert ble også grunnen lagt for en omfattende utadventet kulturell virksomhet i form av åpne konserter og kulturarrangementer, slik det også fungerte i det gamle Badets tid. Gjennom de siste 40 årene har dette utviklet seg til å bli en sentral del av distriktets offentlige kulturtilbud, med kunstnere på nasjonalt og internasjonalt toppnivå. I tillegg til å være et tilbud til våre egne brukere, medvirker de åpne arrangementene til å bryte ned noen av de tersklene som eksisterer mellom en psykiatrisk institusjon og samfunnet.



Tidligere kulturansvarlig Øystein Naper ved busten av Modum Bads grunnlegger Heinrich Arnold Thaulow. Om Thaulow ble det sagt at han "besad slægtens egenskaper i lykkelig forening; livlig og energisk, udrustet med en varm skjønhedslængsel saavel som med praktisk sands".

Artotek

Også andre sider av dette området er i stadig levende og god utvikling. For å gi pasientene muligheten til et mer personlig forhold til kunst, ble det for noen år siden opprettet et kunstbibliotek, et artotek, hvor den enkelte kan låne inntil to originale kunstverk av gangen til rommet sitt.

En tydelig markering kommer til uttrykk i den overordnede strategiplanen for institusjonen, hvor det slås fast at Modum Bad i sitt menneskesyn legger til grunn at "nødvendig hensyn må tas til menneskets åndelige og kulturelle behov, ikke bare de biologiske og sosiale", og at "dette verdisynet tas på alvor ... ved å formidle mening og tilhørighet gjennom kulturelle verdier".

Kulturinstitusjon

Som ledd i dette strategiarbeidet, vedtok styret i 2005 en egen "Handlingsplan for Modum Bad som kultur-

institusjon". Her formuleres det klart "at kultur må forstås som en integrert del av terapien og annen fagbasert virksomhet rettet mot pasienter, klienter og andre brukere – ikke kun som rammefaktor", "at kultur er en nødvendig del av et godt arbeidsmiljø – ikke bare en god omgivelse for det", "at kultur er en integrert del av det bildet Modum Bad gir av seg selv til allmennheten".

Undersøkelsen som ble gjennomført i 2003 ga et "svar" og er et godt eksempel på de mange positive tilbakemeldinger og kommentarer som viser at vi er på riktig kurs.

Behandlingsarena

Både ut fra resultatene av undersøkelsen og på andre måter, får man et klart inntrykk av den store betydningen kunst, kultur og estetikk kan ha for folk flest og for mennesker med psykiske lidelser i særdeleshet. Ikke

bare som rammefaktor, utsmykking og pynt.

Brukt bevisst og planmessig som del av et samlet opplegg, skapes en utvidet arena for behandling. Slik kan kunst og kultur også bli et tema med naturlig plass i det tradisjonelle "terapirommet", sammen med fysiske, psykiske, sosiale og åndelige elementer.

Potensialet er stort. Ser man seg rundt, studerer mulighetene og er kreativ, vil man enklere kunne nå frem til nivåer i bevissthetsen som ligger dypere enn ord og intellekt. Gjort til mer enn et frivillig tilbud har man hånd om et godt instrument. Fortsatt helt i tråd med den kulturfilosofien som har eksistert ved Modum Bad i mer enn 150 år!

●●● Tekst: Øystein Naper
●●● Foto: Unni Tobiasen Lie



Det ligger mye terapi i de vakre omgivelsene på Modum Bad, mener husøkonom Helga Finsrud, som ønsker å sette prikken over i-en for pasientenes trivsel.

En finger med i det meste

Helga Finsrud (59) var bare 19 år da hun begynte på Modum Bad. Hun likte seg så godt at hun ble i 40 år.

- Og nå er det vel ingen andre som vil ha meg, så nå blir jeg her, smiler den blide husøkonomen.

Helga startet som assistent for daværende husøkonom Ruth Mathisen rett før julen 1969. Hun fikk tidlig mye ansvar og ble kastet ut i husøkonomoppgavene. I dag har hun en finger med i spillet i det meste som skjer når det gjelder renhold, innkjøp, interiør, innredning, samt forberedelser til store arrangementer og fester. Helga er også glad i tall og regnskap, derfor har jobben som husøkonom passet henne perfekt.

Respekt

Som ekte Vikersund-jente, med bosted kun et par steinkast fra, var det naturlig for den unge damen med husmorskole å søke jobb på sykehuset. I ferier og høytider ble Modum Bad fylt opp av gjester og husøkonomen hadde behov for hjelpende hender.

- Gordon var opptatt av at ingen

skulle sitte alene i høytidene, derfor inviterte han gjester hit, forklarer Helga, som tidlig kom på fornavn med den legendariske lederen.

- Vi hadde stor respekt for Gordon, han var inkluderende og oppmerksom overfor både pasienter og ansatte. Men noen ganger følte vi nok at psykiateren kunne se tvers igjennom oss, forteller Helga.

Badeavdeling

Mye var annerledes på Modum Bad på den tiden, både når det gjelder bygninger, uteområder og drift. Helga forteller om sykehuset som var moderne etter den tidens standard, men også om de falleferdige gamle sveitervillaene som omkranset sykehuset og som ikke skulle bli restaurert før det gikk mange år.

Sykehuset hadde blant annet badeavdeling med egen badekone. Der fantes det to badekar hvor pasienter og gjester fikk nyte furunålsbad.

- Det ble også gitt massasje og fysioterapi, samt at gjestene fikk tilbud om høyfjellssol. Det var nesten som en spaavdeling, litt forut for sin tid, smiler Helga.

Spa til renholderne

Renholdsavdelingen var blant dem som fikk nyte litt av spa-luksusen.

- Renholderne vasket med skurefiler på den tiden og hadde en tung jobb. Når de var slitne fikk de komme inn til vaskekona for å få det vi kalte "kortbølge" og litt høyfjellssol.

I dag er det ikke mye på Modum Bad som minner om den gamle spaavdelingen, bortsett fra en badstue i kjelleren og den kjente furunålsbalsamen som produseres av Helga og gartner Wolfgang etter god, gammel oppskrift.

Fargekoder

Tidligere var spisesalen med dekking og servering husøkonomens ansvar.



Helga fikk hilse på selveste kong Olav under 25-års jubileet i 1982.

Det var mange regler å forholde seg til, blant annet var det fargekoder for serviser.

- Til frokost skulle det dekkes med gult servise og grønt til de øvrige måltidene. Pasientene fikk maten servert ved bordene. De hadde også egne mapper med navn på til å oppbevare tøyservietene sine i, mimrer Helga.

Legebordet i spisesalen ble tatt hånd om på en spesiell måte. Her fikk legen som hadde helgevakt spise sammen med hele familien.

Syddde mye

De fleste på sykehuset var uniformert. Legene og det øvrige helsepersonellet hadde hvite frakker. På kjøkkenet hadde man blårutete kjoler med hvite forklær og hetter. Helga har ikke tall på de uniformer hun har sydd om og lappet. For ikke å snakke om alle gardinene.

Syr gjør hun fortsatt. I hjørnet på hennes store og lyse kontor står både symaskin og strykebrett.

-De siste gardinene jeg sydde var til Festsalen. Jeg var heldig og fikk tak i akkurat samme gardinstoff som vi hadde fra før, sier Helga.

Yrkesstolthet

I dag er det renholdspersonalet som er Helgas hovedansvar.

Utviklingen siden slutten av 60-årene har vært påtagelig også på dette feltet, både når det gjelder vaskeutstyr og - metoder, men også når det gjelder yrkesstoltheten.

- Renhold skulle liksom ikke synes før. Det var noe som skulle utføres når ingen andre var der. Dette medførte nok at noen følte seg mindre verdt, tror Helga.

“

I dag er renhold blitt et eget fag. Det har ført til en helt annen stolthet for yrket ”

Ufarlige

I dag er renhold blitt et eget fag. Det har ført til en helt annen stolthet for yrket og renholdspersonellet er like synlige i miljøet på Modum Bad som andre yrkesgrupper. Ofte kontaktes de av pasienter for en prat når de vasker rundt i korridorene.

- Renholderne oppleves nok som ufarlige og trygge å snakke med om dagligdagse ting.

Frihet under ansvar

Husøkonomens ansvar har ikke avtatt med årene, selv om oppgavene har endret seg noe. Modum Bad har vært i ekspansjon, bygningsmassen har økt og det er mer å gå over.

- Heldigvis har jeg et godt samarbeid med gartneren vår, (se s. 16-18), sier Helga.

- Du må ha likt deg godt i jobben på Modum Bad?

-Ja, jeg har det.

Selvsagt går man lei av og til, men det er en god arbeidsplass. Jeg har blitt vist respekt, fått utfordringer og stor frihet under ansvar.

Det å bidra til pasientens trivsel oppleves som svært meningsfylt for husøkomen. Hun er også glad for den økende åpenheten rundt psykiatrien.

- Direktør Ole Johan Sandvand har bidratt til dette her i bygda ved å senke terskelen og invitere folk til Modum Bad, avrunder Helga.

●●● Tekst og foto: Unni Tobiassen Lie

Kunstner Liv S. Grønlund om Modum Bad:

- Pasientene har gitt meg aha-opplevelser

Som en av de nærmeste naboene til Modum Bad har billedkunstner Liv S. Grønlund hatt kontakt med mange pasienter. - De har ofte gitt meg aha-opplevelser, sier hun.

Liv S. Grønlund har sitt atelier i Badeveien, bare noen hundre meter fra Modum Bad. Her har hun holdt til i nærmere 30 år. Med utsikt til bondens åkre gjennom skiftende vær og årstider, har hun malt sine bilder med abstrakte, surrealistiske motiver.

Friske farger er karakteristisk for Grønlund, som blant annet gjør bruk av tyntflytende maling når hun lager bilder. Den rennende fargen lager tilfeldige formasjoner hvor hun finner fram til symboler og fortellinger som skaper motivene gjennom langsomme prosesser og grundige oppbygninger av billedflaten.

Utsmykning av Manilla

Grønlund har solgt flere bilder til Modum Bad, hun har hatt pasientgrupper på besøk og har blant annet stått for utsmykningen av pasientenes spisesal Café Manilla – et oppdrag hun fikk i konkurranse med flere andre lokale kunstnere.

- Det var et spennende oppdrag. De store maleriene ble tilpasset rommet og veggene. Ideen var å få noe av det grønne landskapet inn i rommet – som en slags utvidelse mot naturen utenfor.

- Det var viktig for meg at ikke pasientene skulle miste matlysten av motivene, smiler Grønlund.

Motivene ble derfor glade og løftesrike, uten å være overflatiske og banale.

- De er hentet fra en bildeserie jeg holdt på med på den tiden som hadde

tittelen: "Når det umulige skjer". Jeg syntes det passet godt.

- Polyfoniske

Grønlunds bilder er polyfoniske, det vil si at de har mange stemmer. Ofte har pasientenes tolkning av bildene gitt henne mange aha-opplevelser.

-Pasientene har oppfattet bildene på en helt annen måte enn jeg hadde trodd og oppdaget ting som jeg selv ikke har sett. Vi ser og oppfatter alle ulike ting, alt ut ifra hvilken bakgrunn vi har og hva vi har opplevd. Det er det som er så spennende! Pasientene har ofte gitt meg aha-opplevelser fordi mange av dem har et annet utgangspunkt enn meg!

Selv om Grønlund setter titler på sine bilder, mener hun ingenting er feil når det gjelder tolkning av hennes kunst.

-Titlene angir en tone, men all tolkning er egentlig riktig, sier kunstneren.

Hun understreker at bildene ikke inviterer til en reise inn i hennes sinn, men en reise inn i tilskuerens eget sinn i møte med bildene.

Politisk undertone

Ofte har hun en politisk undertone i sine bilder.

- Den er der hvis man ønsker å se den, sier kunstneren.

Hun er levende opptatt av miljø, fellesskap og det å ta hensyn til hverandre, og mener altfor mye i denne verden handler om makt.

At pasientene på Modum Bad får behandling i vakre omgivelser, med vektlegging på kunst og kultur, mener Liv S. Grønlund er svært verdifullt.

- Omgivelsene gjør noe med oss. De påvirker oss. Kunst er viktig. Den sier noe annet enn det som kan sies med ord og når fram til oss på en helt annen måte. Slik er det med bilder og slik er det også med andre kunstformer.

●●● Tekst og foto: Unni Tobiassen Lie

FAKTA

- Navn: Liv Grønlund
- Født: 1945
- Bosted: Vikersund
- Sivilstand: Gift med Olav Sørensen, to sønner
- Utdannelse: The Victorian College of Arts og Melbourne State College, Australia
- Aktuell: Grønlunds kunst er representert på Modum Bad gjennom innkjøpt kunst og har stått for utsmykningen av pasientspisesalen Café Manilla. Hun har også hatt utstillinger på Modum Bad og tatt imot pasientgrupper i sitt atelier i Badeveien.



Liv S. Grönlund i sitt atelier.



*Fra utsmykningen i Café Manilla.
Bildetittel: Frukt i landskap*



Bildetittel: Seier



Bildetittel: Budbæreren

Betydningen av vakre og velholdte institusjonsmiljøer

Helbredende kunst



Omgivelsene, både de fysiske og de sosiale, påvirker velvære, sinnstilstand og helse.

I psykiatriske institusjoner er det særlig viktig med et tiltalende miljø der pasienter, pårørende og ansatte opplever å bli tatt vare på. Kunst kan bidra til dette. Men ikke all slags kunst og utsmykning. Derfor må vi stille spørsmålet: Hva skal kunsten i et sykehus "gjøre" med dem som er der, hvilke følelser og tanker vil vi utløse?

Kirkekunsten har alltid hatt til hensikt å forsterke følelsene i kirkerommet, også for å styrke troen. De gamle teater- og konsertsalene hadde som formål å sette publikum i stemning ved hjelp av gull, purpur og krystallysekroner. Men hvilke følelser skal styrkes på en psykiatrisk institusjon?

Akutfase

Det har vært "god latin" i psykiatrien at pasienter bør utsettes for minst mulig påvirkning. Spesielt i akutfasen bør de oppholde seg i stimulusfattige miljøer og ikke påvirkes av sterke farger, (abstrakt)kunst, planter, møbler og fargerike gardiner som kan styrke det indre kaos av følelser og tanker.

På Østmarka sykehus i Trondheim ble denne vanetanken utfordret. En skjermingsenhet ble innredet hjemmekoselig. Ved å sammenlikne behandlingsresultatet med tilsvarende pasienter behandlet i en tradisjonell stimulusfattig enhet, viste det seg at pasientene ikke trengte beskyttelse mot vennlige og vakre omgivelser selv i en psykotisk akutfase.

Positiv effekt

Andre har dokumenterte kliniske endringer i positiv retning og redusert psykopatologi i estetisk vakre omgivelser sammenlignet med omgivelser som ble oppfattet som "styggere", noe som viser at kunst og utsmykning kan være redskap i en terapeutisk prosess, fremme en både human og effektiv behandling, samt

gi bedre omsorg og støtte. Selv små endringer i kunstnerisk utsmykning, dekorering, møblering, tapet og farger har positiv effekt på pasienter og personale.

Påvirkning

Vi får mer lyst til å være sammen med og å hjelpe andre mennesker i fysiske vakre omgivelser (Russel and Mehrabian, 1978; Sherrod, et al., 1977; Maslow and Mintz, (1954). Studiene viser at kunsten og estetikken påvirker oss uten at vi er klar over det. Undersøkelsene bekrefter det vi intuitivt føler, at omgivelsenes utforming og utseende påvirker humør og følelse av velvære og glede.

Den subjektivt opplevde "kvaliteten" på det vi sanser er derfor viktig og får betydning for om vi er glade eller triste, positive eller negative, om vi føler overskudd og egenverdi, eller det motsatte. Vakre sanseinntrykk utløser gode følelser og tanker.

Sanseinntrykk

Vi forbinder det estetisk vakre med det gode og verdifulle og trekker slutninger fra en tings utseende til andre kvaliteter. Når sanseinntrykket forteller oss at noe er pent, vil vi tilskrive det andre gode egenskaper. Estetiske rom, elegant innredet med kunst for enhver smak, som er velholdte og ryddige, vil oppfattes som et godt og verdifullt sted å være, med mange positive egenskaper.

En tilfreds stemning utløst av estetiske omgivelser og smakfull kunst vil smitte over på det som skjer på stedet og menneskene vi er sammen med der. Kunsten har derfor ringvirkninger utover det rent estetiske behag. Gleden ved kunsten overføres til det som foregår i institusjonen og kan få stor betydning for holdningen til behandlingen og resultatet av den.

Det gjelder ikke minst i psykiatriske institusjoner. Pasienter i en nyoppusset psykiatrisk avdeling mente behandlingen de fikk var bedre og personalet mer kvalifiserte, enn i den samme avdelingen før den estetiske

opprustningen (Lawson and Phiri, 2003). I virkeligheten var personalet det samme. Også ansatte reagerte positivt på et vakrere og bedre miljø. Alle kom i bedre humør. Den gode stemningen smittet. Pasientene kom seg signifikant raskere etter oppussing. Liggetida ble redusert med 14 prosent og pasientene tilbrakte kortere tid i sikkerhetsavdelinger.

Hjemmekoselig

Mange pasienter liker en "hjemmekoselig" atmosfære der institusjonspreget ikke er for dominerende. Det virker beroligende og gir emosjonell trygghet. Et sykehus kan stimulere assosiasjonene til et hjem på mange måter, ved romdeling, farger, belysning, innredning og ved kunst. Pasientene på et overvåkningsrom på St. Olavs hospital ville ha bilder av båter, sjø, vill natur, fisk og fugler, fosser, fjell og blomstereng, altså naturmotive som vekket gode minner fra hjemstedet, og som skaper liv, optimisme og godt humør (Greåker, 2003). "Gode ferieminner" ble også nevnt som egnet motiv. Ferien ble forbundet med noe positivt og hyggelig å spekulere på.

Dette viser betydningen av "positiv distraksjon", at det er noe i omgivelsene som får pasientene til å tenke på noe annet enn sykdom, noe som reduserer bekymringsfulle tanker og dermed bidrar til ønskede fysiologiske reaksjoner (Ulrich, 1984).

Distraksjon fra det triste og negative er mentalhygienisk å foretrekke fremfor en stadig og ytterligere påminnelse om det. Kunsten gjør det mulig å komme på andre tanker, la idéene vandre og glemme for en stund det vonde og vanskelige. Det er neppe noe galt i å la kunsten også i psykiatriske institusjoner inspirere oss til å tenke på livets gleder og skjønnhet.

●●● Tekst: Professor dr.philos.og dr.ing. Arnulf Kolstad. Avdeling for psykologi, Universitetet i Trondheim

Et ekorn i altertavlen

Olavskirkens altertavle er enkel, vakker og levende.

Altertavlen er enkel ved at den bare er et stort, klart glassvindu. Midt i vinduet henger det et kors.

Altertavlen er vakker og levende ved at den viser Guds fargerike og skiftende skaperverk. Noen ganger er altertavlens himmel blå og solfylt, andre ganger grå og regntung. Nærmest i bildet sees noen små furuer, en hvit bjørk og et mørkegrønt eiketre med nesten sort stamme. Sammen med andre trær i bildet vil de samme trærne om noen måneder prege alterbildet med varme høstfarger. Nå som det er sommer, er bakken dekket med blåbærris og tyttebærlyng. Ikke sjelden flyr det fugler "gjennom" altertavlen.

I høst var det også et ekorn i altertavlen.

Det skjedde i gudstjenestetiden en søndag formiddag. Mens jeg deler ut nattverd, skjønner jeg det skjer noe morsomt bak ryggen min. På vei frem for å motta brød og vin, legger flere merke til et ekorn som lekent springer opp og ned i et av trærne utenfor. Ikke rart mange smiler. Det skjer ikke akkurat daglig at et levende ekorn preger en altertavle. Selv ikke i Olavskirken på Modum Bad.

Det er fornøylig å få glimt av ekorn ute i naturen. Enda mer fornøylig og meningsfullt når det skjer innenfor rammen av en altertavle.

Kelterne, som levde på de britiske øyer for flere århundrer siden, var seg særlig bevisst at Den treenige gud er nærværende i skaperverket. Naturen var for dem en slags hellig bok, et hellig bilde, som forteller om Gud. Fordi ekorn kan springe raskt fra treets krone til dets rot – og tilbake igjen – var ekorn for kelterne et uttrykk for alle mulighetene for kommunikasjon mellom himmel og jord.

Gjenoppdagelsen av den keltiske åndeligheten de siste årene har gjort at mange har begynt å se det hellige i det alminnelige. At Gud har uendelig mange måter å kommunisere på.

Den hellige Gud formidler seg selv gjennom det som er i kirken og skjer i kirken, men også et ekorn kan formidle noe av Guds vesen og nærvær.

Søndagen et ekorn var en del av altertavlen i Olavskirken, ga ekornet en ekstra dimensjon til nattverdfeiringen. Den ble i større grad en feiring. En glad feiring. Kanskje det nettopp denne søndagen var noen i kirken som hadde behov for å smile og kjenne glede?



● ● ● Tekst: Jon-Erik Bråthen,
ledende prest ved Modum Bad



Familieavdelingen sammen med den kjente terapeuten Salvador Minuchin (i midten). Foran fra venstre: Astri Johnsen, Minuchin, avdelingsleder Bente Barstad og Helén Christie.

Minuchin på besøk

Den argentinske legen Salvador Minuchin, kjent innenfor familierapifeltet for sitt bidrag til strukturell familierapi, besøkte Modum Bad fredag 5. juni.

Minuchin og kona Patricia kom på et uformelt besøk sammen med direktøren ved Regionsenter for barn og unges psykiske helse Helén Christie og psykologspesialist Astri Johnsen.

Minuchin startet sitt arbeid i slumområdene i Philadelphia på 60-tallet. Hans erfaringer førte til utviklingen av den strukturelle familierapien som dominerte i feltet på 70- og 80-tallet. Mannen som har arbeidet i Harlem i New York og gitt veiledning til helsepersonell i 26 ulike land, uttrykte møtet med Modum Bads familieavdeling som fascinerende og unikt.

Nysgjerrig

Minuchin var nysgjerrig på hvordan Modum Bad tenkte omkring bruken av tid, og viste til vårt intensive tre-måneders program. Foruten å arbeide med de målsettinger som paret og familien selv setter, gir behandlingsforløpet ofte rom til å se nærmere på sider som influeres av den prosessen som skjer.

Da vi beskrev innholdet av vårt be-

handlingstilbud, understreket han hvor viktig han mener det er å arbeide med det konkrete. Det innebærer allikevel ikke at bruken av metaforer er uviktig. Mange terapeuter kjenner Minuchins bruk av metaforen "Det gyldne buret" i familier der det forekommer en destruktiv binding.

På spørsmål om begrepet mentalisering som nå brer om seg, var han forbeholden om sin forståelse av det, men sa at det var lite trolig at han ville arbeidet på den måten. I sin siste bok; "Accessing families and couples", kommenterer Minuchin at utviklingen er gåtefull når det gjelder skifte av fokus fra familiens interaksjoner til den individuelle tenkningen han synes å se i den narrative tilnærmingen. Dette ble han bedt om å utdype, da han også hevder at denne dreiningen bærer i seg noen nye muligheter.

En god terapeut?

Det var ønske om at han skulle kommentere det som kjennetegner en god terapeut, slik han ser det nå etter mer enn 50 års arbeid.

- Å få paret til å snakke sammen, så jeg som terapeut kan trekke meg ut av samtalen, svarte Minuchin.

Terapeuten betoner fortsatt betydningen av å være direkte. Videre var

han opptatt av at veiledere må utfordre terapeuter til å utvikle sine mange faseterte sider.

- Som regel er vi terapeuter for smale i vår tilnærming, vi har for mange fordommer og vi har våre faste ting som vi som oftest intellektualiserer, sa Minuchin.

- Vi kan alltid bli både "richer and broader". Det er vår kapasitet til å utvikle oss og forandre oss som er viktig. Dersom du for eksempel har en tendens til å snakke mye, forsøk å lytte mer!

Ekspert

Det var morsomt å høre Minuchin omtale seg selv som en ekspert - på en tilforlatelig og selvfølgelig måte. Ekspert er et ord som har vært svært omdiskutert innen familierapifeltet, men dessverre gav ikke tiden rom for å utdype dette mer.

Ekspert eller ikke - Minuchin er uten tvil en mann som fortsatt har mye å bidra med. Han understreket det faktum at de fleste terapeuter i dag bruker en integrativ tilnærming. I sin siste bok minner han oss om at symptomer ofte er relatert til konflikter i familien, problemer er interaksjonelle og vi må behandle familien som helhet.

●●● Tekst: Anne Øren
●●● Foto: Unni Tobiassen Lie

Modum Bad-terapeuter i Malawi:

-Følelser er universelle

Hvordan snakke om samliv, familierådgivning og sorg i et av verdens fattigste land? Det var et av spørsmålene Bente Barstad og Oddveig Hellebust stilte seg før avreisen til Malawi.

Å reise fra et av verdens rikeste land til Malawi kan by på utfordringer. Især når man skal undervise om mellommenneskelige relasjoner og måter å takle livsproblemer på. At Barstad og Hellebust var spente er det ingen ting å si på, men det viste seg å være mindre problemfylt enn de hadde forestilt seg.

-Følelsene er de samme i Malawi som i Norge, de er universelle, selv om måten man fortolker dem på er ulik, sier Barstad.

Både hun og Hellebust opplevde at ytre ulikheter og fordommer ble visket bort når de kom inn til kjernen av problematikken.

-Da er det mer likt enn ulikt, bekrefter Hellebust.

Hospitering

Det er gjennom Kirkens Nødhjelps prosjekt "Vann for livet" at Modum Bad har knyttet kontakt med Ecuamenical Counselling Centre (ECC). Rådgivningssenteret som er tilknyttet ulike kirkesamfunn ønsker å få del i Modum Bads kompetanse. Hospitanter fra Malawi har derfor besøkt Norge og ansatte fra Modum Bad har undervist i Malawi.

Kunnskapshunger

Denne gangen var det Msamba Catholic Centre utenfor hovedstaden Lilongwe som ble besøkt. I tiden 16. – 27. april bidro Barstad og Hellebust med undervisning på et ukeskurs i regi av ECC, hvor også flere av ECCs ansatte underviste.

-Vi møtte en ivrig og kunnskapshungrig gjeng, forteller Barstad.

Gjennom timer med undervisning, rollespill og samtale ble de 20 deltakerne godt kjent. Afrikanerne var særlig ivrige i rollespillene.

Korteste strået

Barstad og Hellebust opplevde at kvinnene var litt tilbakeholdne til å begynne med. Gradvis kom også de aktivt med i samtalen.

- Malawi er et land hvor kvinnene ofte trekker det korteste strået. Det viste seg også i eksempler de kom med fra rådgivningen, sier Barstad.

Flerkoneri skaper også problemstillinger når det gjelder rådgivning. Skal man bringe alle konene inn til samtalen, eller kun én av gangen?

Fruktbart

Barstad og Hellebust mener ECC har en veldig viktig oppgave i Malawi og er ikke i tvil om at samarbeidet med Modum Bad er fruktbart.

-Å utvikle kompetanse, skape forståelse og holdningsendring tar tid. Slik sett er det en fordel med kontinuitet i samarbeidet, mener de to fagpersonene.

Vil tilbake

Til daglig jobber psykologspesialist Bente Barstad som leder av Familieavdelingen ved Modum Bad. Oddveig Hellebust er spesialpedagog og gruppeanalytiker, og jobber som terapeut/rådgiver ved Ressurssenteret Villa Sana. Malawi-turen var Hellebusts første til Malawi, Barstad har vært der tidligere.

-Jeg var selvsagt veldig spent. Det var spennende, fascinerende, opplevelsesrikt og slitsomt, men jeg reiser igjen hvis jeg blir spurt, slår Oddveig Hellebust fast.



Oddveig Hellebust sammen med personalet ved ECC.



Oddveig Hellebust (til venstre) og Bente Barstad (til høyre) sammen med seminardeltakere.



Pusterom langt ute i bushen. Et vakkert stille sted hvor folk fra hovedstaden kan komme for å oppleve kulturarrangementer.

●●● Tekst: Unni Tobiassen Lie
Foto: Bente Barstad / Oddveig Hellebust



Prest og psykoterapeut Bengt Thurffjell ved St.Lukas i Sverige (fra venstre) sammen med prest Berit Okkenhaug og instituttleder Arne Tord Sveinall.

Sjelesorg krysser grenser

I over fire år har norsk sjelesorg og svensk "själavård" krysset grenser. -Det har gitt oss det beste av Sverige og det beste av Norge, sier Liv Gjertz.

Gjertz er fra Södertälje i Sverige, hvor hun arbeider som diakon i Svenska Kyrkan. De to siste årene har hun deltatt i utdanningen "Sjelesorg krysser grenser" – en norsk/svensk videreutdanning i sjelesorg. Den svenske diakonen er full av lovord over det hun har fått ta del i.

- Det har vært utrolig nyttig for meg. I min jobb i menigheten har jeg et stort behov for kunnskap om sjelesorg. I dette utdanningsopplegget har jeg lært mye om både norsk og svensk sjelesorg. Nordmenn er blant annet flinke til å skille mellom terapi og sjelesorg. Det er viktig for oss i Sverige å lære. Jeg synes utdanningen har gitt oss det beste av Sverige og det beste av Norge, sier Gjertz.

Samarbeid

Det er Institutt for Sjelesorg i Norge (IFS) og St.Lukas Utbildningsinstitutt i Sverige – i samarbeid med Det

teologiske Menighetsfakultet som står for videreutdanningen i sjelesorg. Utdanningen er beregnet på prester, diakoner og kateketer i Den norske kirke og Svenska Kyrkan. Målet er å gi deltakerne mulighet til å utvikle sin identitet som sjelesorgere gjennom økt kunnskap, ferdighetstrening, personlig bearbeiding og åndelig fordypning.

- Stimulans

- Det har vært en helt spesiell stimulans å møtes over landegrensene. Vi har ulike språk og delvis en annen kultur. Like fullt kjenner vi et dypt verdifelleskap, sier Bengt Thurffjell,



Berit Okkenhaug (til venstre) var blant foredragsholderne da 20 tidligere deltakere var på gjensynstreff i Norge i april.



Deltakerne står i ulike tradisjoner i to forskjellige land, men har hatt mye å dele med hverandre på seminarene.

prest og psykoterapeut ved St. Lukas.

Sammen med instituttleder Arne Tord Sveinall og prest Berit Okkenhaug ved IFS har han ledet den spesielle videreutdanningen som startet opp i 2003. Gjennom kurs fordelt på fire uker over en toårsperiode har diakoner, prester og kateketer fra Tunsberg bispedømme i Norge og svenske Strängnäs stift møttes til undervisning og studier. To kull på 24 deltakere har avsluttet utdanningen. Undervisningen holdes annenhver gang i Sverige og Norge. Nå gir også utdanningen 20 studiepoeng.

Utbytterikt

De tre lederne er svært fornøyde med den interesse og deltakelse som utdanningen har fått. Så fornøyde at de til høsten starter opp et nytt kurs. Tilbakemeldingene har vært gode og deltakerne føler at de har et godt utbytte av undervisningen.

Siden det meste av læringsopplegget foregår gjennom gruppearbeid, blir deltakerne godt kjent. Det er også en viktig faktor at man reiser bort og har en intens arbeidsøkt sammen.

-Vi tror man lærer best ved det man selv arbeider med, sier Thurffjell.

Skjønnlitteratur

Det obligatoriske litteraturstudiet som inngår er noe spesielt.

- Vi legger opp til et pensum med både skjønnlitteratur og faglitteratur, opplyser Arne Tord Sveinall.

Selv har han flere undervisningsbolker om skjønnlitteratur hvor han mener det er mye lærdom å hente – også for den som arbeider med sjelesorg.

- Er det store forskjeller mellom svensk og norsk sjelesorg?

- Ikke store, men tilstrekkelig til at man kan bryne seg på hverandre, lære av hverandre og utveksle erfaringer, sier Berit Okkenhaug.

I slutten av april i år møttes 20 av de tidligere deltakerne til gjensynstreff på Institutt for Sjelesorg. Samlingen besto av forelesninger, veiledninger, andakter og mye sosialt samvær.

- En berikende og oppfriskende samling, sier Ottar Strand, sokneprest i Horten.

Han forteller at videreutdanningen har betydd mye for han, både faglig og personlig. I sin jobb som sokneprest i møter han mennesker i sorg og glede. Det utvidede perspektivet han har fått gjennom utdanningen, gjør at han nå går inn i sjelesorgsarbeidet med en ny glød.

- Å bli kjent med svensker som jobber med det samme over grensen, har

“

- En berikende og oppfriskende samling

Ottar Strand

”

vært morsomt, berikende og oppfriskende. Vi står i forskjellige tradisjoner, men har mye å dele med hverandre, understreker Strand.

●●● Tekst og foto: Unni Tobiassen Lie

FAKTA

- Norsk-svensk videreutdanning i sjelesorg
 - Nytt kurs (2009-2011) starter til høsten
 - Arrangør: Institutt for Sjelesorg, Norge og St. Lukas, Sverige - i samarbeid med Det teologiske Menighetsfakultet
 - Studiet gir 20 studiepoeng
 - Målgruppe: Prester, diakoner, kateketer
 - Mål: Å gi deltakerne mulighet til å utvikle sin identitet som sjelesorgere gjennom økt kunnskap, ferdighetstrening, personlig bearbeiding og åndelig fordypning.
- www.sjelesorg.no

Fikk millionstøtte

Vind i seilene

Institutt for Sjelesorg (IFS) opplever vind i seilene om dagen. Tre millioner i testamentariske gaver og én million i statsstøtte fikk jubelen til å stå i taket ved nyttår. Nå settes planene ut i livet.

En stor marsipankake ble delt da instituttet fikk bekreftet statsstøtten for 2009 like før jul. Millionkaken fikk til og med en liten dans rundt på gulvet, "trygt" plassert på hodet til stipendiat Therese Bue Kessel (lite bilde). Hun har nemlig bodd i Afrika og lært seg afrikanske kvinners balansekunst.

Muligheter

Instituttets leder Arne Tord Sveinall satte pris på både kakedansen og milliongavene. Det er

første gang i historien at IFS har fått driftsmidler over statsbudsjettet. Å ha penger på bok setter IFS i en helt ny situasjon. Det muliggjør både planene om utbygging, styrking av staben, bedre markedsføring og utlysning av stipend – for å nevne noe av det som står på programmet dette året.

- Først og fremst ønsker vi å styrke våre nåværende satsingsområder, sier Sveinall.

Sektutmeldte får hjelp

IFS føler de er på rett vei med mange av sine prosjekter. Statsstøtten var en

god bekreftelse av dette. Særlig har tiltakene for sektutmeldte fått gehør hos bevilgende instanser. Sveinall tror behovet for informasjon, forebygging og oppfølging er stort.

- Vi mottar ukentlig fire henvendelser om sekterisme. Henvendelsene kommer både fra personer som har meldt seg ut, men også fra pårørende, helse- og sosialansatte som trenger rådgivning og studenter som skal skrive om temaet.

Samarbeidsprosjekt

I 2007 ble det gjennomført et samarbeidsprosjekt med Nasjonalt kunnskapssenter om vold og traumatisk

stress. Det munnet ut i tiltak for sektutmeldte og kursing av helseansatte, et tiltak IFS nå ønsker å styrke.

Nylig gikk det ut et brev til alle sykehusområder/helseforetak med tilbud om gratis

kurs om sekterisme. Instituttet har også sendt ut informasjon om sine tilbud til alle legesentre og fysioterapeuter mellom Trøndelag og Lindesnes.

Sorg

Sorgbearbeidelse er et annet tilbud IFS ønsker å utvide. Det finnes mange ulike typer sorg, og den kan ha sitt utspring i ulike typer hendelser og ha mange ansikter. Blant annet kontaktes instituttet av foreldre som har opplevd at deres voksne barn har begått selvmord. Noen bærer på sorg etter skilsmisse. Andre er besteforeldre som opplever sorg fordi de mister kontakt med barnebarn



Instituttleder Arne Tord Sveinall og prest Sven Stray viser undervisningslokalet som skal reises ved Institutt for

etter skilsmisse. For disse menneskene ønsker IFS å utvide sitt tilbud.

- Disse menneskene trenger ofte ikke psykiatri, men noen å snakke med, sier Sveinall.

På områdene sekterisme og sorg vil IFS utlyse to stipender à 10 000 kroner med tilbud om å bo og jobbe på IFS for å jobbe med oppgaver om de aktuelle temaene.

Ressurs og beredskap

IFS ønsker også å bruke midlene de har fått til å styrke er det de kaller ressurs og beredskap (ROB) i forholde til norsk misjon og bistand. Per i dag har instituttet kontakt med 15 organisasjoner som nyttiggjør seg hjelp gjennom ROB.

Beredskapen innebærer at IFS kan sende ut egne ansatte eller hente inn folk dersom det skulle komme til hendelser hvor akutt hjelp behøves. På ressursiden kan IFS møte til samlinger i de aktuelle organisasjonene eller bidra med skypeveiledning (veiledning over internetttelefon). Det sistnevnte er spennende fordi IFS-personellet kan sitte hjemme i Norge og bidra med



Institutt for Sjelesorg høsten 2009

Vi ønsker velkommen til følgende arrangementer:

Rekreasjonsopphold:

Uke 35	(24.08. – 30.08.)
Uke 36	(31.08. - 06.09.)
Uke 40	(28.09. - 04.10.)
Uke 41	(05.10. - 11.10.)
Uke 44	(26.10. - 01.11.)
Uke 45	(02.11. - 08.11.)
Uke 48	(23.11. - 29.11.)
Uke 49	(30.11. – 06.12.)
Uke 50	(07.12. – 13.12.)

Åpne kurstilbud:

Klassisk sommeruke, 18. – 23. august

Klassisk sommeruke er, som navnet antyder, ingen nyskapning. Inga og Gordon Johnsen hadde i mange år slike sommeruker – inklusive utflukter, bibeltimer, "sjelesorgeriske smuler", hygge og fryd. Ledere for årets sommeruke er instituttprestene Berit Okkenhaug og Rune Stray. Klara Myhre skal ha bibeltimer. Det vil bli gitt anledning til sjelesorgeriske samtaler for de som ønsker det. Programmet avsluttes med Modum Bad-dagen - en årvisst begivenhet med masse program.

(Påmeldingsfrist: 20. juni)

Innføring i kristen mystikk og

dypmeditasjon, 15. – 17. september

Mystikk og meditasjon vinner fornyet interesse. Dette er klare trekk i samtidshistorien, i og utenfor kirken. Den kristne mystikeren Wilfrid Stinissen er blant de mest leste oppbyggelsesforfattere i Norge. Færre kjenner hans meditasjonsform, dypmeditasjonen. Jesusmeditasjonen og den ignatianske veiledningen har vært til hjelp for mange i Norge. Gjennom foredrag og praktiske øvelser vil kurset utvide kjennskapet til kristen mystikk og gi en innføring i dypmeditasjon. Kursledere er Per Mases og Eva Sköndahl.

(Påmeldingsfrist: 15. august)

"Eksistensiell lengsel - Religiøs søken"

Religionspsykologisk fagseminar i samarbeid med Vita-avdelingen ved

Klinikken, 23. - 26. sept

Dette er en fagkonferanse rettet mot alle som jobber i møte med mennesker innen helsevesen, undervisning og kirkelige sammenhenger.

Bidragstyttere er Ana-Maria Rizzuto (USA), Emmy van Deurzen (GB), Göran Bergstrand (S), Ylva Eggehorn (S), Sebastian Murken (D) m.fl.

Denne fagkonferansen er fulltøget

Drømmeseminar - bruk av drømmer som

redskap i sjelesorgen 12. – 14. oktober

En drøm er en personlig meddelelse fra vårt ubevisste. Drømmen gies også stor verdi i Bibelen. Det er ikke alltid lett å forstå drømmens kreative og symbolske måte å uttrykke seg på, men det finnes velprøvede metoder som kan åpne opp noen av drømmens hemmeligheter. Drømmeseminar vil bli ledet av Sven Hedenrud som er prest og psykoterapeut fra Sverige. Han har lang erfaring som drømmegruppeleder.

(Påmeldingsfrist: 12. september)

Kurs for sorgegruppeledere,

19. – 21. oktober

Kurset er beregnet på aktive legfolk og kirkelige ansatte som arbeider med mennesker i sorg – med særlig vekt på sorgegrupper.

(Påmeldingsfrist: 19. september)

PKU –fagseminar, 09. – 11. november

Dette fagseminaret er for tidligere PKU deltakere ved Modum Bad. Ta gjerne kontakt med Institutt for Sjelesorg v/ Gunnar Fagerli for mer informasjon.

(Påmeldingsfrist: 09. oktober)

Dager med fokus på livet og tjenesten

for pastorer/ledere, 16. – 19. november

Dette kurset, som er et samarbeid mellom Institutt for Sjelesorg og Synzygus, ønsker å gi pastorer og ledere et pusterom i en travel og krevende hverdag. Målet er å møte en del slitasjeproblematikk i forkant, og bidra til å motvirke at dypere utmattelse tar tak med påfølgende lidelser og sykkelmeldinger. Undervisningen tar sikte på å styrke den kritiske og konstruktive refleksjon over egen tjeneste og praksis, og søker å fokusere på sider ved det å være leder som predisponerer for utbrenthet.

(Påmeldingsfrist: 16. oktober)

Sjelesorg i møte med konflikt og

forsoning, 19. – 22. november

Kurset vil ta opp spørsmål omkring konflikter i menigheten og teologiens plass i konflikter. Konflikter kan handle om at "noen har gjort noe galt", men like ofte er det spørsmål om uklare ansvarsforhold, udefinerte følelser, misforståelser eller personlighetstrekk. En ser på sjelesorgens møte med mennesker som står i konfliktsituasjoner og på spørsmål omkring skam, skyld, forsoning og tilgivelse.

(Påmeldingsfrist: 19. oktober)

Den gode samtalen, 07. - 10. januar 2010

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: 07. desember)

Henvendelser:

Institutt for Sjelesorg
Modum Bad

3370 Vikersund

Tel: 32 74 98 30 Fax: 32 74 98 43

E-post:

sjelesorg@modum-bad.no

Hjemmesider:

www.sjelesorg.no



fram byggetegningene av det nye
Sjelesorg kommende høst.

veiledning, sjelesorg og rådgivning til de fjerneste himmelstrøk.

- Selv om vi ikke sitter ansikt til ansikt kan vi gjennom Skype snakke direkte med brukerne. Med tanke på fordums tider, hvor misjonærene kanskje var hjemme hvert tredje år, er dette store fremskritt, forklarer Sveinall.

Byggeplaner

Sist, men ikke minst jobbes det aktivt med utbyggingsplaner på IFS. Skissene er klare, og det arbeides med godkjenning. Om et års tid reises et nytt undervisningslokale med plass til 50 mennesker i tilknytning til Husfarboligen på Instituttet.

- Kjøkkenet skal også utvides med en del kvadratmeter, informerer Sveinall.

Det er ingen tvil om at aktiviteten er stor på Institutt for Sjelesorg. Alle ansatte har nok å henge fingrene i. Nå er håpet at myndighetene overbevises om at IFS bør bli en fast post på Statsbudsjettet. Da kan det bli mer bløtkakedans på instituttet i skogen ved nyttår.

Kollegavisitt fra England

Lege Andrew Tresidder fra Somersett i Sørvest-England lyttet interessert da Karin Rø la fram sine forskningsresultater om legers helse under den internasjonale legekongressen i London i november 2008.

I mars besøkte han selv Ressurssenteret Villa Sana på Modum Bad for å bli enda bedre kjent med arbeidet som gjøres for å fremme legers og sykepleieres helse i Norge.

- Jeg er imponert over arbeidet som gjøres ved Villa Sana. Den hjemlige atmosfæren, de vakre omgivelsene – og ikke minst måten man blir tatt i mot på – gjør at man føler seg trygg

her. I denne atmosfæren forstår jeg at leger som kommer hit for å få hjelp, klarer å åpne seg og ta imot råd og support, sier Tresidder.

Den engelske allmennlegen har stor interesse for legers helse og jobber spesielt med å utvikle et nettverk i hjemlandet for å støtte leger som står i fare for å slite seg ut.

- Det er noe vi virkelig trenger. Mange leger er stressede og utslitte. De er vant til å sette pasienten først og ivaretar ikke egen helse. Legene blir travle "human doings" i stedet for tilstedeværende "human beings".



Andrew Tresidder sammen med Villa Sanas leder Olav Lund og forsker Karin Rø.

Tresidder mener Modum Bad gjennom Villa Sana har lyktes med å skape et ivaretagende miljø for leger.

-Vi ønsker på sikt å få til noe lignende i England, avrunder den engelske allmennlegen.

●●● Tekst og foto: Unni Tobiassen Lie

Hedret jublanter

Modum Bad hedret 25 jublanter blant sine ansatte tirsdag 17. mars.

Under en høytidelighet i Festsalen fikk jublantene overrakt gaver og blomster av direktør Ole Johan Sandvand. Styreleder Gunnar Breivik holdt en innholdsrik tale til jublantene, hvor han blant annet minnet om den danske filosofen Søren Kierkegaards ord: "Livet forstås baklengs, men må leves forlengs".

Husøkonom Helga Finsrud fra Vikersund fikk naturlig nok mye oppmerksomhet under høytideligheten. Hun har vært ansatt på Modum Bad i hele 40 år. Under middagen for jublantene kunne hun blant annet fortelle



25-, 30- og 40-års jublanter på Modum Bad. Fra venstre: Helga Finsrud, Signe Thunestvedt, Wolfgang Müller, Kirsten Berg, Asle Hoffart og Astrid Mortensen.

mye fra grunnlegger Gordon Johnsen's tid.

Disse jublantene ble hedret under markeringen: **40 år:** Helga Finsrud, **30 år:** Kirsten Berg, Astrid Mortensen, Wolfgang Müller og Signe Thunestvedt. **25 år:** Asle Hoffart. **20 år:** Heidi Gravbråten, Terje Tilden, Ellen Røste og Arnhild Steinsland. **15 år:** May Berit Halvorsen,

Marit Høiesen, Reidun Stubhaug og Hanne Harstad. **10 år:** Liv Ellefsen, Tone Skjerven, Aud Rasmussen, Anne Berit Lilleås, Toril Opprud, Gro Thomasrud, Tron Svagård, Rune Rydgren, Karianne Vrabell, Tove S. Bergsrud og Svein Ove Myklebust.

●●● Tekst og foto: Unni Tobiassen Lie

PREP kommunikasjonskurs

for par berørt av rus

Kurset passer for par

- ♥ hvor den ene eller begge har livserfaring knyttet til rus
- ♥ som ønsker å styrke parforholdet
- ♥ som trenger oppfølging etter behandling/i ettervern og ikke er i aktiv rus
- ♥ fra Buskerud og Telemark
- ♥ for par både med og uten barn

Innhold

Kurset bygger på hovedelementer fra samlivsprogrammet PREP - men er tilpasset målgruppens behov og har vekt på rusrelaterte temaer.

- ♥ lær å se ressurser og muligheter i parforholdet
- ♥ lær nyttige metoder for konflikthåndtering
- ♥ lær nye måter å kommunisere på

Kurset legges opp som et helgekurs fra fredag kveld kl. 18.00 til søndag ca. kl. 14.00, Villa Sana - Modum Bad.

Kurs 1: 23. - 25. oktober - Kurs 2: 13. - 15. november

For mer informasjon om kurset eller påmelding:
www.samlivssenteret.no eller tlf. 32 74 94 00



**Tredagers kurs
for sykepleiere**

Nullstille for å omstille

*- Vi lærer deg teknikkene
som forebygger utbrenning,
fremmer din helse og bedrer
din livskvalitet!*

**Tre dager med fokus på livsmestring,
turer, hyggelige måltider, kulturopplevelser
og gode samtaler.**

- Dag 1. Mindfulness
- Dag 2. Stressmestring - fra gjøre til være
- Dag 3. Balanse - motstandskraft og engasjement
Sluttforedrag med Per Arne Dahl
"Å gjøre håpet konkret"

**Vil du vite mer om våre kurstilbud og Villa Sana, eller melde deg på kurs.
Gå inn på villasana.modum-bad.no eller ring 32 74 98 89**

Kulturprogram høsten 2009

Høstens musikalske perler..



AUGUST

Modum bad-dagen

Søndag 23. august

Veslemøy Solberg med band

Parken, kl. 15.00

SEPTEMBER

Mandag 7. september

Gjermund Larsen

Festsalen, kl. 19.30

Entré kr. 200,- barn gratis

Onsdag 23. september

Minneforelesningskonsert

Sara Lindvall Nyberg og musikere

Tekster av Ylva Eggehorn

Olavskirken, kl. 20.15

Entré kr. 200,- barn gratis

OKTOBER

Fredag 9. - søndag 11. - mandag 12. oktober

Cabareten "Slipp løs"

(De ansatte ved Modum Bads egen cabaret)

Festsalen kl. 19.30 - (11. okt. kl. 18.00)

Entré kr. 100,- barn gratis

Mandag 26. oktober

Anders Clemens Øien

Festsalen, kl. 19.30

Entré kr. 200,- barn gratis

NOVEMBER

Mandag 9. november

Kjell Inge Torgersen

Festsalen, kl. 19.30

Entré kr. 200,- barn gratis

DESEMBER

Onsdag 2. desember

Trio Mediæval

Olavskirken, kl. 19.30

Entré kr. 250,- barn gratis

Tirsdag 15. desember

Sigmund Groven og Iver Kleive

Festsalen, kl. 19.30

Entré kr. 200,- barn gratis

www.modum-bad.no

Forhåndsbestilling av billetter på telefon 32 74 97 00 . Mandag til fredag kl. 10.00 - 16.00.

Alle konserter arrangeres med økonomisk støtte fra Buskerud fylke og Modum kommune.