

Modum Bad 2012



INNHold:

2-5	Styret har ordet
6-8	Brukermedvirkning i praksis
9	Økonomisjefen rapporterer
10-11	Stor aktivitet i Oslo
12-13	Byggestart for Kildehuset
14	Samarbeid med det offentlige
15	Villa Cultura er åpnet
16-19	Pasientene har ordet
20	Helsesport - en "grønn lunge"
21	Helheten på Modum Bad





Foran fra venstre: styremedlem Kari Gran Bøe, styreleder Trond Tostrup og styremedlem Ingunn Dalaker Øderud. Bak fra venstre: styrets nestleder Halfdan Aass, styremedlemmene Berit Øksnes, Øivind Ekeberg, Kjersti Stenshorne (ansattes representant), Eivind Hansen, Kristin Hovland (ansattes representant) og administrerende direktør Ole Johan Sandvand.

Styret har ordet:

Visjonen er å være en kilde til liv.

Målet er å fremme psykisk helse og livskvalitet, gode familierelasjoner og samliv gjennom behandling, forskning og forebygging. Det er en utfordrende visjon og et ærgjerrig mål.

Men likevel oppnålig når virksomheten bygger på motiverte og dyktige medarbeidere, som innen et godt arbeidsmiljø bidrar med det beste i seg selv for å nå felles mål. Derfor er det også i 2012 mange mennesker med tunge belastninger som har fått et bedre liv. Derfor er mye ny kunnskap vunnet og formidlet. Derfor er det gitt mange impulser for å forebygge problemer og fremme livskvalitet. Behandlingsvirksomheten, Modum Bads hovedoppgave, har fulgt den utvikling og retning som ligger i avtalen med Helse Sør-Øst. Og har nådd målene som ble satt for 2012. Forskningsinstituttet er på offensiven med ny leder, god produksjon og initiering av nye, spennende prosjekter. Forebygging og formidling er på vei til å få et stort løft gjennom etablering av Kildehuset og ved helt nye eksterne samarbeidsrelasjoner.

Behandling - føringer innenfra, driven innenfra

Bevilgningen fra Helse Sør-Øst gav rom for en viss økning i volumet på døgnbehandling, fra 119 til 121 plasser. Det er likevel langt fra nok til å dekke etterspørselen, som fortsatte å øke i 2012. Det gjelder spesielt Helse Sør-Øst som nå står for 75 prosent av alle henvisninger, mens det var tilbakegang fra Helse Nord som nå utgjør kun fem prosent av henvisningene. Modum Bads landsdekkende funksjon opprettholdes imidlertid fortsatt. Kapasiteten har vært mer enn utnyttet med en beleggsprosent på 103 prosent.

Voksenpsykiatrisk poliklinikk har oppnådd sine mål for 2012, og har gjennom effektiv drift en god posisjon innen Vestre Viken helseforetak. Modum Bads traumepoliklinikk i Oslo har styrket sin posisjon betydelig i løpet av 2012. Helse Sør-Øst økte sin støtte med 20 prosent, og fra 01.06. godkjente Fylkeslegen i Oslo institusjonen som offentlig godkjent spesialistpoliklinikk. Sammen med effektiv drift og omfattende ekstern formidlingsvirksomhet innebærer dette at virksomheten har fått en sikker økonomisk basis. Styret vil også fremheve det veilednings- og undervisningsarbeidet poliklinikken driver for overgrepsofre i Øst-Kongo, og i det hele tatt det engasjementet ansatte ved Modum Bad har i dette sterkt rammede området.

Styret vil videre spesielt fremheve følgende:

- Gjennom effektivisering av ressursbruk og strukturelle tiltak har det vært mulig å styrke tilbudet til behandling av overgrepsofre og behandling av tunge depresjoner,

som det er sterk etterspørsel etter.

- Det er økt vekt på kvalitetsarbeid, med en vridning fra "å ha orden i eget hus" til fokus på effektiv og riktig behandling og resultatfokus. Innen alle kliniske områder skjer det i samarbeid med Forskningsinstituttet en kontinuerlig faglig utvikling for å oppnå og innføre nye behandlingsmetoder og oppnå bedre behandlingsresultater.

"En god stab, som jobber målrettet og hardt, og er villig til omstilling og nytenkning er gull verdt."

- Ulike former for målinger, og spesielt introduksjon av måling av pasientopplevelse, tyder på godt behandlingsutbytte. Dette bekreftes av et meget lavt antall klager på behandlingen, fem i hele 2012. Klagetallet er ikke høyt, men symptomatisk nok i overveiende grad på avslag på behandlingstilbud - 26 av 31. Modum Bad ligger også svært lavt på de aller fleste avviksmålinger.
- En har etter hvert lykkes godt med å integrere problemer knyttet til rus-/medikamentavhengighet i den "ordinære" behandlingen, men det gjenstår betydelig arbeid med å følge dette opp med forskning.
- Helhetstilnærmingen er styrket: Fysisk aktivitet står sterkere enn noen gang gjennom nytt trimrom, pasientenes mulighet for kulturell

utfoldelse er styrket gjennom "Villa Cultura", fire av ti voksne pasienter benytter seg av tilbudet om sjelesorg.

Forskning - ny giv

Gry Stålsett disputerte ved Psykologisk institutt, Universitetet i Oslo i 2012. Dermed har også Vita-behandlingen om eksistensielle og åndelige temaer i psykoterapien fått et akademisk stempel. Og dette følges opp ved nok et doktorgradsprosjekt innen Vita-området. Publiseringsaktiviteten er økt fra året før. Spesielt kan fremheves at artikkelen "Different processes for different therapies: Therapist actions, therapeutic bond, and outcome" med psykolog Pål Ulvenes som førsteforfatter vant prisen som den mest verdifulle artikkelen i det anerkjente tidsskriftet "Psychotherapy" i 2012.

Forskningsleder, professor Bruce Wampold, som har sin hovedstilling ved University of Wisconsin, US, har med sin kompetanse innen hva som virker i psykoterapien en unik bakgrunn og posisjon for å være forskningsleder på Modum Bad. Forskningsprosjektene har hatt god progresjon, og det vil i 2013 kunne bli tre disputaser. Nytt dobbeltkompetansestipend er tildelt fra Psykologisk institutt, Universitetet i Oslo. Med professor i sosialantropologi, Hallvard Vike, ved samme universitet er det innledet et samarbeid for å fokusere på døgninstitusjonen Modum Bad med sin fysiske, sosiale, kulturelle og åndelige egenart, og det er satt i gang arbeid for å måle opplevd helseeffekt og helseøkonomisk gevinst.

Kildehuset

- lavterskel for forebygging og faglig formidling

Modum Bad har gode erfaringer med forebyggende og helsefremmende arbeid, spesielt knyttet til Ressurs-senteret Villa Sana og til Senter for familie og samliv. Ved Villa Sana har aktiviteten vært høy spesielt med hensyn til leger, takket være samarbeidet med Den Norske Legeforening. Siden starten i 1998 har over 2200 leger vært på kurs eller rådgivning, og effekten er dokumentert gjennom forskning.

I løpet av 2011 vokste det fram en erkjennelse av at Modum Bad burde bruke sin kompetanse og øvrige ressurser til å satse vesentlig bredere på forebyggende arbeid, og at dette ville kreve en profesjonell organisasjon. Styret gjorde i juni prinsippvedtak om å etablere et kurs- og kompetansesenter, senere kalt "Kildehuset". Det skal være et lavterskeltilbud for de som opplever kriser og vanskelige livssituasjoner og et senter for formidling av kompetanse til fagpersoner. I februar 2012 gjorde styret vedtak om bygging av Kildehuset med en kostnadsramme på 26 mill kr. Helseminister Anne Grethe Strøm-Erichsen besøkte Modum Bad og markerte starten av planleggingen.

Leder av Stortingets helsekomité, Bent Høie, kom i august og tok det første gravmaskintaket for byggingen, og den nye helseministeren, Jonas Gahr Støre, kom i oktober og markerte at forebyggende helsearbeid skulle prioriteres, og at Modum Bad kunne ha en pionerfunksjon på sitt område. Bygging av Kildehuset skjer etter det velprøvede prinsippet om "stol på egne krefter", som har frembrakt "best og billigst" løsninger, og som bekrefter erfaringen med at det er mye helse i gode bygg.

Samarbeid med myndighetene

I løpet av 2012 utviklet det seg et nært samarbeid med offentlige myndigheter på kommune - og fylkesplan, spesielt med Modum kommune, som så Modum Bad som en god samarbeidspartner for å realisere visjoner om forebyggende psykisk helsearbeid.

Søknader om prosjektmidler nådde frem. Spesielt vil styret fremheve prosjektet "Rask psykisk helsehjelp" som plasserer Modum kommune og Modum Bad helt i fronten for etablering av lavterskeltilbud. Styret vil fremheve den tilliten spesielt Modum kommune har vist Modum Bad, som har åpnet en helt ny front for virksomheten.

Et stort antall fagpersoner fra Modum Bad har vært aktive i det oppfølgende, forebyggende arbeidet for overlevende og pårørende etter 22.07. tragedien. Det viser at Modum Bad kan omstille seg og at høy kompetanse fra forskning og behandling kan omsettes til forebyggende og psykososial oppfølging. Dette virker ansporende til økt innsats innen forebyggende arbeid. Det vil kreve mot og dristighet å lykkes med å etablere Kildehuset som et kraftsenter for forebygging og formidling. Styret er innstilt på å ta ansvaret for at Kildehuset kan bli et etterlenget og kompletterende bidrag til å realisere visjonen om Modum Bad som en kilde til liv.

Personer og pensjoner

Modum Bad hadde i 2012 god rekruttering, høy arbeidstrivsel, lavere sykefravær enn på lenge, lav turnover. En god stab, som jobber målrettet og hardt, og er villig til omstilling og nytenkning er gull verdt. Men ikke billig, og pensjonsutgiftene har eksplodert. Helse Sør-Øst mente at avtalen med Modum Bad - i likhet med for mange andre privat ideelle institusjoner - ikke gav grunnlag for å kompensere økte pensjonsutgifter. Dette er en forskjellbehandling fra offentlige sykehus som er uakseptabel, og som er en vesentlig del av forklaringen på underskuddet i resultatregnskapet for 2012. Gjennom effektiviseringstiltak er imidlertid budsjettet brakt i tilnærmet balanse i 2013 til tross for fortsatt udekkede pensjonskostnader, og styret mener dette er et uttrykk for at Modum Bad har en rimelig robust økonomi.



Behandling/tilbud ved Modum Bad:

AVDELING FOR ANGSTLIDELSER

Leder: Gro Nore

Pasientplasser: 18

Behandler: Panikk lidelse, sosial fobi og posttraumatisk stresslidelse som følge av hendelser/traumer i voksen alder. Invalidiserende tvangslidelse (OCD)

AVDELING FOR SPISEFORSTYRRELSER

Leder: Jorun Rosmer

Pasientplasser: 19

Behandler: Anoreksi, bulimi, sammensatte spiseforstyrrelser, spiseforstyrrelser og relasjonstraumer og spiseforstyrrelse hos foreldre.

AVDELING FOR TRAUMEBEHANDLING

Leder: Gun Abrahamsen

Pasientplasser: 24

Behandler: Senfølger etter tidlige relasjonstraumer/overgrep. Sammensatte traumelidelser, kompleks PTSD, dissosiative symptomer.

AVDELING FOR DEPRESSIVE LIDELSER

Leder: Anne Støten Winther

Pasientplasser: 26

Behandler: Stemningslidelser (depresjon og bipolare lidelser). Lettere personlighetsforstyrrelser og komplisert sorg. Vitaprogrammet.

SENTER FOR FAMILIE OG SAMLIV

Leder: Bente Barstad

Pasientplasser: 34

Behandler: Relasjons- og samspillsproblemer for familier og par.

RESSURSSENTERET VILLA SANA

Leder: Olav Lund

Tilbyr: Kurs og rådgivning til helsepersonell som har det vanskelig i forhold til yrke, samliv eller privatliv.

KILDEHUSET KURS- OG KOMPETANSESENTER

Leder: Heidi Albrigtsen

Tilbyr: Kurs, seminar, rådgivning, veiledning og lavterskeltilbud.

PSYKIATRISK POLIKLINIKK

Leder: Eli Tove Myrdal

Tilbyr: Dagtilbud for Modum, Sigdal og Krødsherad. Psykiske lidelser. Individualbehandling og gruppeterapi.

FORSKNINGSINSTITUTTET

Leder: Bruce Wampold - Ass.leder: Terje Tilden

Forskning på internasjonalt nivå innenfor alle Modum Bads hovedområder

TRAUMEPOLIKLINIKKEN, Modum Bad i Oslo

Leder: Ingunn Holbæk

Tilbyr: Gruppebehandling - Posttraumatisk stress og dissosiative symptomer, undervisning og veiledning.



Brukermedvirkning i praksis

Tilbakemelding fra pasientene har alltid vært viktig for Modum Bad. I flere avdelinger er behandlingen lagt om som følge av pasientenes tilbakemeldinger. Nå ønsker klinikkdirektør Tron Svagård målinger i større skala for å sikre effektiv og riktig behandling.

- Vi har alltid hatt målinger av behandlingseffekten, men ikke satt målingene i et enhetlig og helhetlig system, sier Svagård.

I samarbeid med kvalitetsleder Gunnar Paulson ble det i 2012 startet arbeid for å iverksette systematiske målinger i større målestokk.

- Vi har lagt inn gode rutiner for dette i alle avdelinger. Ved hjelp av PasOpp-systemet måler vi pasientenes opplevelser og erfaringer. I tillegg undersøker vi symptomer og plager via Check Ware-systemet.

Opplevelse av bedring

- Hva er forskjellen på disse måtene å måle på?

- Det er ikke nødvendigvis en sammenheng mellom pasientenes opplevelser av bedret livskvalitet og det vi måler ved psykometriske tester som eksempelvis CheckWare. En pasient kan kjenne seg bedre fordi opplevelsene er gode, men ikke ha redusert sine symptomer. En annen pasient kan ha opplevd behandlingen krevende og vanskelig, men kan like fullt ha blitt betydelig bedre med tanke på symptomer. Det kan handle om at man har fått en større forståelse for egen lidelse, noe som gjør at en kan leve med plagene sine på en bedre måte. Man forstår for eksempel at det er normale reaksjoner på unormale hendelser.

Bedre og mer målrettet behandling

- Hvorfor legges det så mye arbeid i disse målingene?

- Det er fordi det er viktig for oss å hjelpe pasientene.

FAKTA OM:

Modum Bads kliniske virksomhet består av: Avdeling for angstlidelser 18 plasser
Avdeling for spiseforstyrrelser 19 plasser - Avdeling for traumebehandling 24 plasser - Avdeling for depressive lidelser og komplisert sorg 26 plasser
Senter for familie og samliv 34 plasser
Poliklinikken Traumepoliklinikken Oslo

Hovedmålet er å gjøre behandlingen bedre og mer målrettet. Ved hjelp av de systematiske målingene kan vi lettere ta ut statistikker og danne oss et helhetsbilde av behandlingsresultatene, sier Svagård. Klinikkdirektøren forteller at Modum Bad alltid har ansett pasientenes tilbakemeldinger som svært viktige.

- I flere avdelinger er behandlingsopplegget lagt om som følge av pasientenes tilbakemeldinger. Undersøkelser etter omleggingen viser både bedre pasienttilfredshet og bedre behandlingsresultater.

Godt utbytte

Målinger som ble gjort høsten 2012 har foreløpig en lav svarprosent. Kvalitetsleder Paulson er opptatt av å øke svarprosenten.

- De foreløpige målingene er for små i omfang til å gi et totalbilde av behandlingen på Modum Bad, sier han.

Svarene som er gitt viser imidlertid at pasientene er fornøyde med behandlingen som er gitt. På spørsmålet om utbytte, alt i alt, av behandlingen ved institusjonen, ligger svarene på en skala fra 1 - 5 på 4,2.

For liten kapasitet på landsbasis

Modum Bad får som landsdekkende sykehus i spesialisthelsetjenesten søknader fra alle landets helseregioner. Pågangen av pasienter er stor til de 121 pasientplassene og det har vært en økning på 20 prosent i antall henvisninger.

- Økningen i antall henvisninger og det store antallet pasienter som har rett til prioritert helsehjelp, gjør at ventetiden øker, sier klinikkdirektør Svagård.

Behandlingskapasiteten på landsbasis er dessverre for lav. Vi ønsker å behandle flere innenfor traumefeltet, komplisert sorg og spiseforstyrrelser. Helse Sør-Øst har fått flere signaler om dette, men vi har dessverre ikke fått gehør for noen utvidelse.

Forsetter neste side



Lederne Anne Støten Winther og Lene Hallsteinsen (i midten) gjorde en stor jobb i sammenslåingen av de to avdelingene ved Modum Bad. Til venstre: adm.direktør Ole Johan Sandvand. Til høyre: klinikkdirektør Tron Svagård.

Effektivisering av virksomheten

To avdelinger ved Modum Bad er slått sammen. Dette for å effektivisere virksomheten.

Modum Bads styre ønsket i desember en prosess både på sammenslåing og budsjettinnstramming. Dette førte blant annet til at Vita-avdelingen ble slått sammen med Avdeling for depressive lidelser.

- Endringene var ikke så dramatiske at noen mistet jobben. Kvalitet og kapasitet i behandlingstilbud og service ved Modum Bad er også opprettholdt, sier administrerende direktør Ole Johan Sandvand.

Han mener prosessen ble gjennomført på en effektiv måte, både fordi Modum Bad har kultur og struktur for korte beslutningsveier og raske omstillinger.

- Og fordi ledere og personale stiller opp for å finne løsninger som er til vårt felles beste, sier Sandvand.

Fra 4. mars 2013

Sammenslåingen trådte i kraft 4. mars 2013. Anne Støten Winther er leder for den nye enheten. Tidligere leder i Vita, Lene Hallsteinsen, er hennes nestleder. Winther legger ikke skjul på at det har krevet mye arbeid å få fram det nye avdelingskonseptet. Hun har likevel tro på at resultatet blir bra.

Vita-behandlingen vil leve videre i én av de tre behandlingsgruppene i den nye avdelingen.

- Vita lever, men må videreutvikle seg. Dette gjelder begge behandlingsmodellene, sier Hallsteinsen.

- I front

Klinikkdirektør Tron Svagård mener evnen til endring er en nødvendighet.

- Vi må være i endring hele tiden. Nå må vi bruke sammenslåingen av Vita og Depresjon til å utvikle faget videre. Depresjon er i dag den største nasjonale og internasjonale utfordringen innen psykisk helse.

- For Modum Bad blir det viktig å være i front, sier Svagård.

Henvisninger:



Innleggelser:

Antall pasienter/avdeling	Ordinært opphold	Vurderings opphold	Oppfølgings opphold	Pårørende opphold	Totalt antall opphold
Traume	58	88	64	83	293
Angst	95	124	77	99	395
Spis	89	88	161	150	488
Depresjon	54	27	37	77	195
Vita	47	59	47	48	201
Familie	145	0	6	16	167
Sum	488	386	392	473	1739

Oppturer skyggelagt av finjuss om pensjonskostnader

Modum Bad fikk i 2012 et negativt resultat på 5,9 millioner kroner. Det var planlagt med aktiv bruk av egenkapital, blant annet for å bygge opp aktiviteten rundt Kildehuset kurs- og kompetansesenter.

- Hovedårsaken til det negative resultatet skyldes dog manglende dekning av økte pensjonskostnader, sier økonomisjef Gjermund Rønning.

Utdrettet virksomhet

Traumepoliklinikken i Oslo hadde et halvt år med lavere inntekter i 2012. Årsaken var at endelig godkjenning først forelå 1. juni.

- Det ble likevel jobbet aktivt med utdrettet virksomhet som resulterte i at Traumepoliklinikken gikk med overskudd, sier Rønning.

Midler til lavterskeltilbud

Med mange støttespillere er vi på god vei til å bygge opp vårt lavterskeltilbud ved Kildehuset kurs- og kompetansesenter. Det var budsjettert med aktiv bruk av fond tilsvarende 2,5 millioner kroner.

I løpet av 2012 ble det inngått en fireårig avtale med Forsvaret om salg av samlivskurs.

- Vi har også fått ekstern finansiering til etablering av ulike lavterskeltilbud; På nett med de fleste - kommunikasjonsplattform, Rask psykisk helsehjelp i samarbeid med Modum kommune, Ressurssenter for helsefremmende arbeid og Snarvei til hjelp.

Overbelegg

Sjelden har Modum Bad gitt behandling til så mange trengende innenfor de plassene vi har til rådighet.

- Overbelegget tilsvarer nærmere tre ekstra plasser utover de 121 plassene som er finansiert av Helse Sør-Øst (HSØ), opplyser Rønning.

Pensjon ga nedtur

Ved inngangen av året, og spesielt etter Stortingets behandling av Revidert nasjonalbudsjett 2012, var det forventninger om at økte pensjonskostnader i 2012 ville bli dekket av HSØ.

- Juristene ønsket det annerledes. Etter en lang høst med møter og forhandlinger måtte vi motvillig innse at slaget om sårt tiltrengte midler gikk tapt i denne omgang.

Driftsmessige grep

Grunnet de store pensjonskostnadene ble det nødvendig å iverksette driftsmessige grep for å møte en eventuell lignende situasjon i 2013. To kliniske avdelinger, som begge gir behandling til pasienter med depressive lidelser, ble besluttet slått sammen.

- I tillegg ble øvrige tilpasninger og endringer foretatt med henblikk på å spare kostnader i år og årene fremover. Med de grep som er foretatt, forventes det at driften omtrent vil balansere i 2013, avrunder økonomisjefen.



Økonomisjef Gjermund Rønning

Hovedtall 2012 (1000 kr)

Driftsregnskap

Driftsinntekter:

Salgsinntekter	10.336
Andre driftsinntekter	176.151
Sum driftsinntekter	186.487

Driftskostnader:

Lønn og andre personalkostnader	158.100
Ordinære avskrivninger	4.626
Andre driftskostnader	22.151
Sum driftskostnader	191.117

Driftsresultat -4.630

Netto finansposter -1.275

Årets resultat -5.905

Netto avsetninger 44

Underskudd -5.861

Balanse

Anleggsmidler	103.178
Omløpsmidler	12.446

Sum eiendeler 115.624

Egenkapital 23.753

Langsiktig gjeld 46.611

Kortsiktig gjeld 32.223

Sum gjeld og egenkapital 115 624



Stor aktivitet i Oslo

Ved Modum Bads traumepoliklinikk i Oslo har det vært et høyt aktivitetsnivå siden starten for fem år siden. Mye viktig arbeid gjøres for overgrepsofre med seksuelle traumer.

Våren 2008 etablerte Modum Bad poliklinisk behandling av overgrepsofre, lokalisert i egne lokaler i Oslo. Virksomheten fikk støtte over budsjettet til Helse Sør-Øst, og fra 2012 ble spesialistpoliklinikken offentlig godkjent. Tilbudet gir et høyst tiltrengt behandlingstilbud til en sterkt belastet gruppe.

Gruppebehandling

- Vårt behandlingstilbud er spesielt rettet mot pasienter som strever med senvirkninger av ulike typer traumatiske hendelser de har hatt i livet. De fleste er overgrepsofre med seksuelle traumer, sier leder Ingunn Holbæk.

Primært tilbyr avdelingen gruppebehandling. I 2012 doblet de antall stabiliseringsgrupper for pasienter med kompleks PTSD.

- Det ble også startet nye gruppetilbud som kultursensitiv traumegruppe, gruppe for traumatiserte småbarnsmødre, øvelsesgrupper og oppmerksomt nærvær-gruppe, opplyser Holbæk.

Ni ansatte

Totalt er det ni ansatte ved Modum Bads Oslo-avdeling. De to siste årene har antall henvisninger til klinikken doblet seg.

- For å holde tritt med mengden nye henvisninger har vi redusert antall timer utredning per pasient, samt økt vårt gruppebehandlingstilbud.

Antall konsultasjoner i 2012 var 4 500.

Ekstern virksomhet

I tillegg til poliklinisk behandling driver Modum Bads avdeling i Oslo utstrakt undervisnings- og veiledningsvirksomhet i egne kurslokaler i Eilert Sundtsgate 34. De har oppdrag både på regionalt og nasjonalt nivå.

FAKTA OM:

Traumepoliklinikken - Modum Bad i Oslo
Etablert i 2008 - Fikk godkjenning juni 2012
Ni ansatte: En psykiater - en psykiatrisk sykepleier - tre psykologspesialister - to psykologer - en kunst- og uttrykksterapeut og en sekretær - Tilbyr gruppebehandling for håndtering av posttraumatiske stress symptomer og dissosiative symptomer - Driver undervisnings- og veiledningsvirksomhet Tilbyr kurs til fagfolk i egne lokaler



De ansatte i Traumepoliklinikken, Modum Bad i Oslo. Foran fra v.: Annika With, Torunn Støren, Anita Moe, Anne Kongsness, Geir Modalen Ellingsen og Jørgen Rygh. Bak fra venstre: Erik Snilsberg, Ingunn Holbæk og Katinka Salvesen.

I 2012 ble mange oppdrag for RVTS Øst utført. Blant annet var Oslo-avdelingen en vesentlig bidragsyter inn i kompetansehevningsprogrammet Tryggere traumeterapeuter.

- Vi har også en fast veiledningsavtale med Kirkens ressurscenter mot vold og seksuelle overgrep, opplyser Ingunn Holbæk.

- En god modell

Administrerende direktør Ole Johan Sandvand er fornøyd med Oslo-avdelingens utvikling.

- Traumepoliklinikken i Oslo representerer en utvikling hvor den såkalte periferien (Modum) utvikler kompetanse som eksporteres til landets hovedstad, sier Sandvand.

Han mener avdelingen eksemplifiserer en modell for godt samarbeid mellom privat og offentlig virksomhet.

- Det er en virksomhet som preges mye av innovasjon, effektivitet og skapende arbeidsglede - og lite av byråkrati, kontroll og overdreven rapportering.

Bidrar i Kongo



Mama Jeanett og Mama Jeanne sammen med direktør Ole Johan Sandvand og sykehusprest Jon-Erik Bråthen. Foto: Oddvar Espegren, Join Good Forces.

Modum Bad er engasjert i hjelpeorganisasjonen JOIN Good Forces arbeid i Kongo.

Fagpersoner fra Traumepoliklinikken i Oslo har bidratt med kurs og rådgivning innenfor Joins ulike hjelpeprogrammer. Blant annet driver JOIN hjelpearbeid blant de mange voldtektsofrene i det krigsherjede landet. Modum Bads ansatte har undervist og veiledet terapeuter ved fire NORAD-støttede sentre i østlige Kongo.

Leder Oddvar Espegren i Join mener traumekompetanse ble kommunisert godt over kulturgrensene.

Ansatte gir

Modum Bads ansatte har i tillegg gjennom flere år samlet inn penger til humanitære hjelpeprosjekter. I 2012 bidro ansatte med over 220 000 kroner til Joins prosjekter i Kongo. Pengene går til hjelpearbeidet som drives blant voldtatte kvinner og foreldre-løse barn.

- Nøden er enorm, men det som gjøres hjelper, sier sykehusprest Jon-Erik Bråthen.

Evakuert

Sammen med administrerende direktør Ole Johan Sandvand var han til stede under åpningen av det nye Kyeshero Hospital i november 2012. Kontrasten var stor fra den flotte sykehusåpningen 16. november, til dramatiske kamphandlinger i området de neste dagene. Kamphandlingene førte til at de besøkende ble evakuert fra området.

På grunn av opprørstroppenes innrykk mot byen Goma, måtte planlagte besøk ved mottakssentrene for kvinner og barnehjemmene som JOIN driver avlyses.

Byggestart for Kildehuset



Helseminister Anne-Grete Strøm-Erichsen under besøket på Modum Bad, februar 2012



- Å kjøre gravemaskin av helsekomiteen Bent

Flere sentrale politikere besøkte Modum Bad i løpet av 2012.

Førstemann ut var helseminister Anne-Grete Strøm-Erichsen som i februar markerte starten av planleggingen. Den 21. august ble helse- og sosialkomiteens leder på Stortinget, Bent Høie, plassert bak spakene i en gravemaskin da han skulle markere byggestart for Kildehuset.

- Hjerter for Modum Bad

- Jeg har alltid hatt et hjerte Modum Bad. Stedet kommer til å ha en viktig og sentral rolle i helsevesenet også i årene som kommer, sa Bent Høie, som mente lavterskeltilbudet Kildehuset ville gå rett inn i et stort og utdekket behov.

- På samme måte som vi tar vare på vår fysiske helse, må vi også få bevissthet rundt å ta vare på vår psykiske helse, mente lederen av helsekomiteen.

Ny helseminister

På Verdensdagen for psykisk helse fikk den nye helseministeren, Jonas Gahr Støre, høre gripende historier da han besøkte Modum Bad. Det var Odd Runar Bråthen og Harry Øie som fortalt hvordan lavterskeltilbudet Frisklivssentralen har hjulpet dem til å komme videre i livet. De to brukernes historier un-

FAKTA OM:

KILDEHUSET: Lokalt og nasjonalt senter for helsefremmende arbeid - Kurs- og kompetansesenter - Lavterskeltilbudet - sted å komme til uten diagnose eller henvisning fra lege - Bygget skal inneholde: Undervisningslokale aula og samlings/oppholdsrom - Prislapp: 16,9 millioner. Overnattingsdel med 15 dobbeltrom - Prislapp: 10,1 millioner - Totalpris 27 millioner kroner



er alle gutters drøm, så dette var gøy, sa leder Høie (H).

Ved sitt besøk fikk helseminister Jonas Gahr Støre snakket med brukere av lavterskeltilbudet på Frisklivssentralen

derstreket hvor viktig det er å sette inn hjelp på et tidlig tidspunkt. Og det er nettopp noe av det Kildehuset skal gi - hjelp i rette tid. Dette skal skje blant annet gjennom tilbudet Rask psykisk helsehjelp som Modum kommune og Modum Bad samarbeider om. I tillegg skal det i Kildehuset holdes kurs og seminarer for fagpersoner som ønsker å utvikle sin kompetanse.

Lavterskeltilbud

Utviklingsleder Kristin Tafjord Lærum understreker at Kildehuset skal være et lokalt og nasjonalt senter for helsefremmende arbeid.

- Et senter med lav terskel og høy kompetanse, sier Lærum.

For tiden bygges en nettportal som skal synliggjøre Kildehusets tilbud. En av ideene er at barn, ungdom og foreldre skal kunne chatte med fagpersoner. Nettportalen skal være ferdig høsten 2013, samtidig med åpningen av Kildehuset.

To byggetrinn

Første byggetrinn av Kildehuset skal stå ferdig høsten 2013. Det vil omfatte et undervisningslokale samt et stort oppholdsrom - Kilderommet. Kilderommet vil være formet som et åttekantet bygg, inspirert av det gamle kildehuset ved St.Olafskilde på Modum Bad. Det neste byggetrinnet omfatter et overnattingsbygg med 15 rom. Prislappen er på 27 millioner kroner.



- Lokalt og nasjonalt kurs- og kompetansesenter
- SATSINGSOMRÅDE: helsefremmende arbeid innen psykisk helse
- KOMPETANSEFELT: Angst, depresjon og komplisert sorg, eksistensielle problemstillinger, familie- og samliv, traume, allmennpsykiatri, sjelesorg, helsesport, utbrenthet, kultur og forskning
- ULIKE TILBUD: Kurs, seminarer, samtalegrupper, rådgivnings-samtaler og veiledning
- HJELP MED LAV TERSKEL: for mennesker som opplever kriser og vanskelige livssituasjoner
- LÆRINGS - OG MESTRINGSKURS: for par, foreldre og enkeltpersoner
- KOMPETANSEUTVIKLING: for fagpersoner, fagkurs, seminarer, opplæring, skredder sydde tilbud og veiledning for fagpersoner
- Bygget skal inneholde:
 - UNDERVISNINGSLOKALE: 173 m2 med sal til 70 personer som kan deles i to. I bygget vil det være et kjøkken, kontor, toalett og garderobe.
 - KILDEROMMET: 100m2. Et åttekantet bygg med store glassflater og peis i sentrum av rommet. Her er resepsjon og samlingssted i pauser og på kveldstid. Skal også kunne brukes til gruppeopplegg. Prislapp: 16,9
 - OVERNATTING: 250 m2 x2 med 15 dobbelt rom. Med omkringliggende hus vil vi kunne tilby overnatting til 25 enkeltpersoner eller par. Prislapp: 10,1 millioner

Samarbeid med kommune og fylkeskommune



Både kommune og fylkeskommune ønsker å gå inn i et samarbeid om lavterskeltilbudet Kildehuset. Fra v.: leder av helsekomiteen Bent Høie (H), folkehelserådgiver Åse Marit Hovden i Buskerud fylkeskommune, rådmann Aud Norunn Strand i Modum kommune, Jorunn Killingstad fra Frisklivssentralen, ledende helsesøster i Modum kommune, Hilde Øverby, folkehelsekoordinator Hege Fåsen, Modum kommune, adm.direktør ved Modum Bad Ole Johan Sandvand og utviklingsleder for Kildehuset, Kristin Taffjord Lærum.

I 2012 ble det innledet et fruktbart samarbeid med kommune og fylkeskommune.

Modum kommune er kjent som en foregangskommune innen folkehelsearbeid. Allerede for 16 år siden etablerte de en frisklivssentral som den første kommunen i landet.

- I dag har mange av landets kommuner etablert tilsvarende tilbud etter Modum-modellen, opplyser rådmann Aud Norunn Strand fra Modum kommune.

Hun understreker at kommunen også trenger et lavterskeltilbud inne psykisk helse og vil samarbeide med Modum Bad om dette. Buskerud fylkeskommune har bevilget midler til samarbeidsprosjektet.

Rask psykisk helsehjelp

Koblingen mellom det innovative folkehelsemiljøet i kommunen og kompetansen ved Modum Bad resulterte i oktober 2012 i en bevilgning på 1,7 millioner kroner fra Helsedirektoratet til prosjektet "Rask psykisk helsehjelp".

I mai 2013 åpner lavterskeltilbudet til Modum befolkning, lokalisert på Modum Bad, i første omgang til Modums innbyggere.

- Etter hvert håper vi at nabokommunene vil kunne benytte seg av dette tilbudet, og at vi også på dette området utvikler en modell her i Modum som vil kunne tas i bruk av kommuner rundt i hele landet, sier Strand.

Pilotprosjekt

Den storstilte fellessatsingen er noe som gleder helseminister Jonas Gahr Støres samhandlingshjerte. Han tror mange vil følge suksessen i Modum, og ser fram til å følge med på fortsettelsen.

- Vi håper de tolv pilotprosjektene som er etablert, inkludert det som blir etablert her i Modum, kan få en "rull ut"-effekt for hele helse-Norge, sa Støre under sitt besøk på Modum Bad i oktober.

Åpnet pasientenes eget kulturhus



Villa Cultura ble åpnet med stor deltakelse fra pasientene. Foto: Alexandra Brauchle

Fredag 2. november åpnet pasientenes eget kulturhus Villa Cultura på Modum Bad.

Villa Cultura har vært et sterkt ønske fra pasientene lenge. Et hus hvor de kan boltre seg med kunst og kultur, få øve på instrumenter og lage egne fremføringer. Og det var naturlig nok pasientene selv som var i rampelyset på åpningsdagen. De bidro i snorklipping, diktlesning, sang samt egenkomponert musikk.

Høyt under taket

Kulturleder Helge Harila innledet og uttrykte stor glede over at Villa Cultura endelig kan åpne dørene for pasientene.

- Selv om takhøyden fysisk sett ikke er så stor, så skal det være høyt under taket i dette huset, sa Harila.

Villa Cultura er en gammel enebolig som ligger kun et steinkast fra selve hovedbygningen på Modum Bad. I løpet av det siste halvåret har huset blitt pusset opp til formålet.

Stuen og kjøkkenet fremstår nå som en liten kafé med barløsning og små runde bord som innbyr til å sitte ned og prate. I hjørnet av stuen er det bygget en liten scene.

- Her skal pasientene selv stå for underholdningen, sier Harila.

Kulturråd

Villa Cultura inneholder for øvrig flere øvingsrom, et atelier og et skriveverksted som også kan fungere som stille-/lytterom.

- På sikt håper vi også å få til bandrom og lydstudio i kjelleren, sier Harila.

Kulturlederen jobber selv tett på pasientene med stemmebruksøvelser. Et par ganger i måneden inviterer han også til kulturkafé, som nå skal foregå i Villa Cultura. Pasientenes eget kulturråd fungerer som rådgivningsgruppe for kulturlederen.

KULTUROPPLEVELSER/KONSERTER 2012

Onsdag 25. januar kl. 19.30 FLIFLET OG HAMRE ♥ Mandag 6. februar kl. 19.30 TOM ARE SKINSTAD ♥ Torsdag 16. februar kl. 19.30 i Olavskirken GAUTE ORMÅSEN med band ♥ Mandag 20. februar kl. 19.30 WOLFGANG PLAGGE ♥ Tirsdag 13. mars kl. 19.30 GJERTRUDS SIGØYNERORKESTER med Ernö Kállai Kiss jr ♥ Torsdag 29. mars kl. 19.30 i Olavskirken MARIA SOLHEIM trio ♥ Tirsdag 17. april kl. 19.30 STEINAR RAKNES trio ♥ Onsdag 9. mai kl. 19.30 HEKLA STÅLSTRENGA ♥ Onsdag 26. september kl. 19.30 YAMMA ENSEMBLE ♥ Tirsdag 9. oktober kl. 19.30 GISLE BØRGE STYVE trio ♥ Tirsdag 30. oktober kl. 19.30 EVA BARTHOLDSSON, GREGER SILJEBO & LARS KLEVSTRAND ♥ Tirsdag 20. november kl. 19.30 SILJE NERGAARD trio ♥ Onsdag 28. november kl. 19.30 OSLO STRYKEKVARTETT ♥ Tirsdag 11. desember kl. 19.30 Årets julekonsert TRE SOPRANOS



Søk hjelp hvis du føler at du trenger hjelp. Det er ikke så farlig som du tror det er. Alle fortjener å ha et godt liv, sier Monica Eero Hove. Foto: Patric Nordqvist.

-Det var normalt å drikke mye

Monicka Eero Hove (23) drakk mye alkohol, men visste ikke at hun hadde et alkoholproblem før hun kom til Modum Bad.

-I min alder er det normalt å drikke mye. Jeg forsto imidlertid ikke at jeg brukte drikkingen for å komme unna andre problemer, forteller Monicka.

Alle drakk

Inngangen til rusproblematikken var en langsom prosess for Monicka. Som helt ung var hun del av en gjeng som drakk mye.

- Jeg drakk også, for ikke å skille meg ut. Etter hvert drakk jeg for å slippe å føle og tenke.

Monicka hadde slitt med bulimi og angst i over 10 år. Rusen ble en pause fra alt som var vanskelig. Fyllesyken dagen etterpå ble en god unnskyldning for å bli hjemme og ikke takle livet der ute.

Rustest

Rustesten på Modum Bad åpnet øynene til Monicka.

- På alkohol skåret jeg veldig høyt. Da takket jeg ja til å delta i behandlingsgruppen for rus. Etter min mening er det mange som kunne trengt å delta i en slik gruppe, for det er utrolig mange unge i dag som drikker mer enn de burde. De bør stille seg spørsmålet "hvorfor"?

Monicka hadde i mange år gått til forskjellige leger, psykologer og terapeuter. Hun var lei av å kjempe mot systemet.

- På Modum Bad følte jeg at jeg ble tatt på alvor og ble forstått. En enorm bør ble løftet av skuldrene mine. Jeg visste at jeg kom til å få den hjelpen jeg trengte for å begynne min reise mot et friskere liv.

- Tid er min mirakelkur

Behandlingen ved Avdeling for spiseforstyrrelser var hovedfokuset. Men Monicka fikk også hjelp med rusproblemet og angsten.

Hun har ikke klart å legge fra seg rusen for godt. Enkelte dager er det beinhard jobbing.

- Det tar tid å gjøre en snuoperasjon som denne. Før ventet jeg på en mirakelkur. Nå har jeg innsett og akseptert at ting tar tid. Tid er min mirakelkur. Jeg jobber enda med å forstå mitt forhold til alkohol, og hvilket forhold jeg vil ha til alkohol i framtiden. Jeg har enda noen skritt å ta i den retningen, men jeg kommer dit.

Tone er blitt et helt menneske



Begge foreldrene til Tone Steen og overgriperne er i dag døde. Saken mot faren ble henlagt på grunn av foreldelsesfristen, en frist Tone i dag jobber for at skal oppheves. (Foto: Privat)

Tone Steen (47) ble utsatt for grove overgrep fra foreldrene i barndommen. Takket være helhetlig terapi på Modum Bad er hun i dag blitt en ressurs for andre.

Tone opplevde svært grove seksuelle overgrep fra faren fra hun var fire til hun var femten år. Moren misbrukte henne psykisk og verbalt. Tone fortrenget opplevelsene fram til 2002.

- Da ble jeg ekstremt deprimert. Gjennom alternativ behandling og massasje begynte bilder, lukter og lyder fra barndommen å dukke opp. Jeg ble satt tilbake i tid.

Ned for telling

I november 2005 smalt det. Da så Tone en mann som lignet på sin avdøde far.

- Det var som å gå inn i et svart hull, jeg husker ingenting.

En runddans innen psykiatrien var i gang, og 2006 ble hun søkt inn på sitt første opphold på Modum Bad. Der fikk Tone en allsidig oppfølging. Det ga henne flere innganger til sorgen og smerten, men også mange utganger.

- Bevegelsesterapien var kjempetøff. Jeg lærte at kroppen ikke glemmer.

En annen følge av overgrepene var spiseforstyrrelser.

- Jeg hadde tolket mine mangeårige magesmerter som sult og veide 136 kilo. Terapien viste meg at følelsene sitter i magen. Nå har kiloene har rast av, sier Tone.

Fikk kontroll

I uttrykksterapien skulle hun tegne, noe hun ikke skjønte vitsen med.

- Men så begynte de andre i gruppen å gi tilbakemeldinger. De så noe i bildene mine som jeg selv ikke så. Det ga både selvinnsikt og selvtillit, sier Tone.

En av de største utfordringene var hestetterapi.

- Det var som om jeg så overgriperen min i hesten.

Jeg ble først livredd, men erfarte at hesten gjorde det jeg ville. Jeg fikk kontroll og lærte mye om nærhet og kroppsspråk.

I tillegg til terapien betydde omgivelsene på Modum Bad mye for Tone. Kirkerommet, stillheten, naturen, kulturen - hun mener alt hjalp henne å bli fortere frisk.

- En rettete ryggrad

Overgrepene har kostet Tone både utdanning, karriere, helse og relasjoner.

- Men hjelpen jeg har fått har gitt meg nye muligheter, nytt nettverk og ny selvtillit. Hun har fått en overveldende respons etter å ha fortalt sin historie.

- Åpenheten har gitt meg rettete ryggrad, sier Tone som nå vil hjelpe andre.



Ved Avdeling for angstlidelser på Modum Bad har den tidligere FN-soldaten Arve Marcelius Aasbak endelig fått hjelp til å ta tak i sine problemer.

Hjelp med krigstraumer etter 23 år

Alt ble svart da FN-soldat Arve Marcelius Aasbak (45) ble reddet ut av en svært presset situasjon i Beirut i 1989. Etter flere års medisiner og fortrenkning av problemene, har han endelig fått hjelp til å takle traumene sine.

Aasbak var eneste nordmann i FN-gruppen på syv personer som ble isolert i Beirut i 1989. I området var det flere tusen bombenedslag i døgnet.

- Det var en forferdelig situasjon. Vår gruppe hadde ikke kommunikasjon med omverdenen på et par måneder, forteller Arve.

Da de til slutt ble reddet, ble alt svart for Arve. Han mistet hukommelsen. I etterkant husket han ingenting.

Sliter med ettervirkninger

I dag, 23 år etter, sliter FN-veteranen fortsatt med ettervirkningene. Han har vært gjennom år med store traumer og PTSD (posttraumatisk stress).

- Det ble vanskelig å møte den normale hverdagen hjemme. Jeg kom hjem med et høyt beredskapsnivå og klarte ikke å fungere.

Lyder, lukter og situasjoner som minnet om stressituasjonen i Beirut, kunne sette Arve helt ut.

Alkohol og piller

Alkohol og medisiner ble en måte å takle utfordringene på. Det hjalp kun en stund. Via andre veteraner ble han anbefalt Modum Bad.

Etter et behandlingsopphold ved Avdeling for angstlidelser er han medisinfri og har fått bearbeidet mye.

- Jeg er på rett vei. Åpenhet og erkjennelse har vært noen av nøklene.

Arve kjenner at han kunne trenge et opphold til. Dessverre er det ventetid for å få oppfølging lokalt. Likevel har han større tro på livet nå. Symptomtrykket er redusert og livskvaliteten bedre.

- Jeg må kanskje leve med PTSD resten av livet, men nå skal jeg klare å leve med den, sier FN-veteranen.

En tung bør av skyld og skam

Kaja-Regine Sætermo Bientie (24) sto på terskelen til tenårene da familien ble rammet av et hardt slag. Hennes fem år eldre søster tok sitt eget liv.

Dødsfallet var et stort sjokk for hele familien fra Mo i Rana, som også teller en eldre bror og en eldre søster. Årene etterpå ble svært vanskelige for dem alle.

- Jeg mistet ikke bare min søster, men også mine foreldre på et vis, sier Kaja-Regine.

Depresjon

Etter dødsfallet gikk veldig opp og ned for Kaja-Regine, som utviklet bulimi.

- Etter hvert gikk sorgfølelsen over til depresjon.

Bedre ble ikke situasjonen da hun ble gravid. Den unge jenta valgte etter mange tunge overveielser å ta abort - en vanskelig avgjørelse.

Etter en tid ble Kaja-Regine innlagt på sykehus med alvorlig depresjon. Skyldfølelsen for aborten hun hadde gått gjennom veltet innover henne. Mange innestengte og uoppgjorte følelser i forhold til søsterens dødsfall lå også under og murret.

Tatt på alvor

Da hun til slutt kom til behandling ved Modum Bad fikk 24-åringen hjelp til å plassere skyld og skam.

Aborten ble berørt på en god måte av terapeuten.

- Hun omtalte barnet som et lite liv, ikke bare en celleklump. Jeg fikk til og med lov til å si hvilket navn jeg hadde tenkt på til barnet.

Kaja-Regines sorg ble forløst. I møtet med sykehuspresten fikk hun også hjelp med sin troskrise.

-Jeg følte meg ikke verdig til å tro fordi jeg hadde begått et mord.

Seremoni

På slutten av oppholdet ved Modum Bad hjalp terapeuten og presten Kaja-Regine til å holde en seremoni for det ufødte livet i Olavskirken. Salmer ble sunget, tekster lest - og presten leste fred over prosessen.

- Det gjorde meg veldig godt, sier 24-åringen.

At hun også fikk lese opp et brev til søsteren i Olavskirken - på det som skulle vært hennes bursdag, forløste mye i Kaja-Regine.

Livet svinger fortsatt for den unge jenta fra Mo i Rana. Hun har kontakt med psykolog og går i gruppeterapi.

- Men jeg kjenner meg selv bedre nå og har fått med meg noen verktøy. Det gir meg bedre forutsetninger for å møte dagene. Viktigst er det at jeg har lagt av meg skyld og skam for det som skjedde. Jeg bar på en tung bør, men fikk legge den av. Det utgjør en stor forskjell i livet mitt.

- Ritualer kan hjelpe

Sykehusprest Jon-Erik Bråthen bekrefter at ritualer i kirken kan hjelpe pasienter som har stagnert i sorgen.

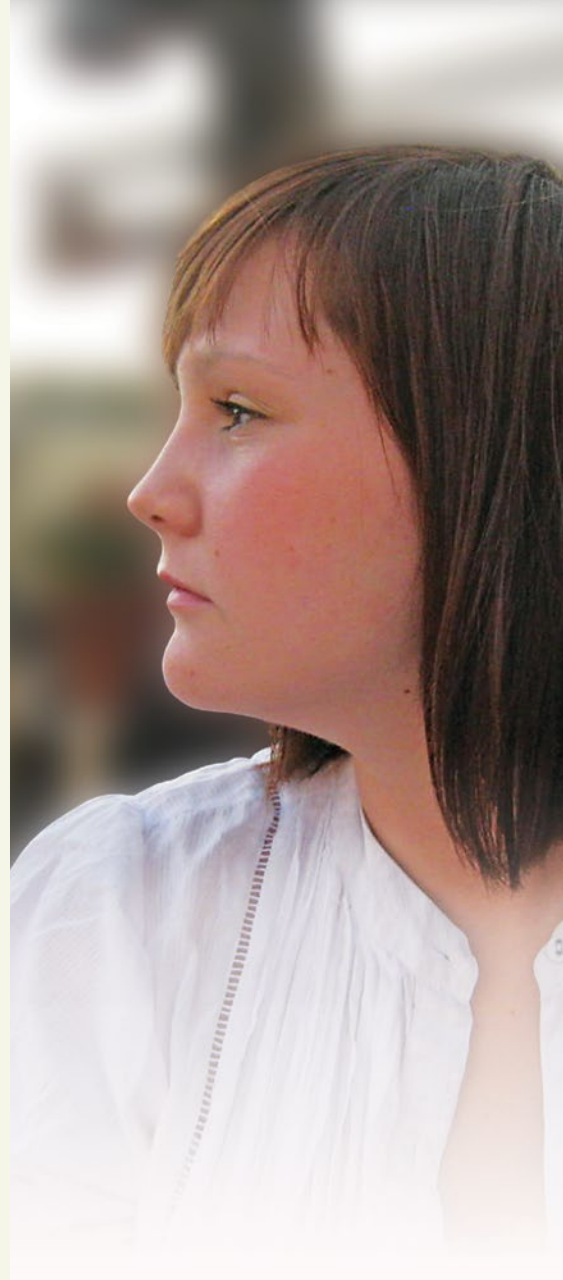
- Mange kommer til oss med en fastfrosset og ubearbeidet sorg. Som regel er den knyttet til tap av mennesker, men det kan også handle om et ulevd eller istykkerlevd liv, sier Bråthen.

Ritualene er tilpasset det enkelte tilfelle og pasientens deltakelse er viktig.

- Ritualene berører på dypet, mer enn ord ofte kan.

- Kan alle få en slik seremoni?

- Ønsket må vokse fram hos den det gjelder, og det er viktig at det blir en god prosess med terapeut og prest. Noen pasienter merker en endring etter ritualaet, andre ikke, sier Bråthen.



FAKTA OM:

Prestetjenesten på Modum Bad - To sykehusprester - Tilbyr sjelesorgssamtaler - 38 prosent av pasientene hadde samtale med prest - Samarbeider med terapeuter og øvrig personale Underviser på avdelingen om skyld og skam, tap og sorg Underviser personalet på terapi - møter - Holder livsynggrupper - Ga i 2011/12 ut boken "Ord til deg" Har nytt bokprosjekt på gang.



Det nye treningsrommet brukes mye, selv om de to helsesportpedagogene Veslemøy Bråten og Bjørnar Johannessen mener naturen er den beste treningsarena.

FAKTA OM:

Helsesport på Modum Bad
Alle pasienter deltar i fysisk aktivitet to ganger hver uke
Uteaktivitet: gå, jogge, stavgang, ballspill, lek, koordinasjon, styrketrening - Helhetstenking i sammenhengen mellom psyke og somatikk
- Startet av Johan Kaggstad på 70 - tallet. Først frivillig nå som en del av behandlingen - I dag to fulle stillinger - Felles fysisk aktivitet på avdelingene og individuell oppfølging ved behov - Undervisning er også et viktig arbeidsområde

En "grønn lunge" i en tøff hverdag

-Vi ønsker å gi pasientene en pause fra den knallharde mentale jobbingen. Samtidig ønsker vi at de skal finne glede i å være i aktivitet, sier Bjørnar Johannessen og Veslemøy Bråten.

De to helsesportpedagogene tilbyr fysisk aktivitet til alle pasienter et par ganger i uka. Da brukes uteområdene flittig, men det nye treningsrommet er også mye i bruk.

fysisk aktivitet som en god arena.

-En del av de som kommer til oss har dårlige erfaringer som har gitt avsmak for fysisk trening. Vi forsøker å hjelpe dem til å finne en aktivitet som passer dem.

Naturen - en perfekt arena

Pasientene blir godt kjent med de myke skogsstiene over furumoen og de bratte åsene opp fra Kaggefossen som får pulsen til å øke. Fotball, tennis og klatring i buldreveggen er også populære aktiviteter. Selv om det nye treningsrommet brukes flittig, holder Johannessen og Bråten en knapp på aktivitet ute i naturen.

- Naturen er en perfekt arena som også gir gode sanseinntrykk for kroppen, sier de.

- Bygger på det friske

Johannessen og Bråten ønsker å ta tak i det som allerede er bra hos pasientene, og som de kan bygge videre på.

- Vi møter pasientene på den friske delen, og overlater til terapeutene å hjelpe til med det som er ødelagt, sier Johannessen.

Noen pasienter føler seg mislykket, at mye i livet har gått galt, at det er mye de ikke mestrer eller at de er påført mange mentale skader som gjør livet vanskelig å leve. Øktene med fysisk aktivitet gir mange en nødvendig pustepause. Da oppleves mestring som kan skape balanse i den harde terapihverdagen.

- Når pasientene opplever mestring gjør det noe med selvbildet deres. Dette kan de ta videre inn i terapien, sier Johannessen, som synes det er gledelig når pasienter kan reise hjem med en fornyet tro på trening og aktivitet.

Bevegelsesglede

Variasjon er stikkordet for de to helsesportpedagogene. Ofte legges lek og konkurranse inn for å øke bevegelsesgleden.

- Det skal være artig å bevege seg, nesten slik at man glemmer at man trener, mener Johannessen og Bråten.

Mange av pasientene som kommer til Modum Bad kjenner på nettopp dette. De gleder seg over å bruke kroppen og ha kontakt med den. Mange gjenoppdager



Forskningsleder Bruce Wampold mener helhetlige opplevelser på Modum Bad kan ha innvirkning på behandlingsresultatet.

-Når helheten er mer enn summen av delene

Leder av Forskningsinstituttet Bruce Wampold er levende opptatt helheten ved Modum Bad, og hva som er virkningsfullt - utover terapirommet.

- Hva er dine tanker om helheten ved Modum Bad?

-Det er mye ved det å være pasient ved Modum som kan ha innvirkning. Pasientene deltar selvfølgelig i behandling som er basert på den beste kunnskapen vi har. Men pasientene opplever mye mer. De bor i vakre omgivelser både natur- og bygningsmessig, samt at de kan få flotte musikkopplevelser i Festsalen. Og det er enda mer enn det. Pasienter samhandler med de ansatte og opplever å bli behandlet med respekt og omsorg. Til sammen er "behandling" på Modum Bad mye mer enn den terapien som gis innen det fastlagte terapiprogrammet. Det innebærer hele opplevelsen. Slik sett er «helhet» ved Modum Bad mer enn summen av delene.

- Kan troen på den helhetlige opplevelsen ha en innvirkning på behandlingsresultatet?

- Ja. Når personalets tro på behandlingen blir kommunisert til pasienter, vil disse også få styrket sin tro på behandlingen. Vi vet fra forskning at tro på at noe er hjelpsomt bidrar til terapeutisk framgang. Disse

pasientene får dermed positive forventninger til behandlingen, og de vil delta med større iver. Jeg mener ikke at pasienter bør tro blindt på behandlingen. De bør også oppfordres til å stille spørsmål. Gjennom dette kan behandler og pasient komme til enighet om mål og oppgaver for terapien, noe vi vet er sentrale komponenter.

- Hvordan kan vi få økt vitenskapelig kunnskap om dette?

- Det er viktig at tjenestene som tilbys er basert på best tilgjengelig kunnskap. Ved Forskningsinstituttet forsker vi for å få mer kunnskap om hva som er hjelpsomt med vår behandling. Det er imidlertid en komplisert oppgave å identifisere hvordan konteksten bidrar til bedring for pasientene. Vi har flere prosjektplaner for en slik forskning.

Fortsetter neste side

- Du er en internasjonalt anerkjent forsker fra USA. Hvordan vurderer du Modum Bad i forhold til andre behandlingsinstitusjoner du kjenner til?

- Jeg ser på Modum Bad som unik, nettopp på grunn av konteksten. Vanligvis er en innen psykisk helsevern kun fokusert på behandling, og konteksten blir ignorert. Ved Modum Bad er behandling vektlagt innenfor en kontekst. Det er en bevissthet og oppmerksomhet på begge områdene, noe jeg verdsetter.

- Modum Bad har en lang og tradisjonsrik historie med stor vekt og bevissthet omkring kontekstens betydning. Hvilken rolle tror du vår kontekst kan spille i framtida i lys av ny vitenskap om psykoterapi?

- Jeg er overbevist om at vi må fortsette å forske og utforme våre tjenester på en optimal måte. Slik er vi med på å bestemme vår framtid. Ved å holde våre sinn åpne og anstrenge oss for stadig å bli bedre, kan vi fortsette å skape noe nytt som vi kan teste ut gjennom forskning. Alt dette må skje i respekt og samarbeid med våre pasienter, som er de vi skal tjene. Ved å utnytte den unike muligheten vår kontekst gir, vil Modum Bad ha et fortrinn innen psykoterapifeltet i framtida.

Forskning på kontekst

De to sosialantropologene Halvard Vike og Heidi Haukelien har fattet interesse for å undersøke kontekstens betydning ved Modum Bad.

Planen er at de fra nyttår 2014 vil gjøre feltstudier i et halvt år. Gjennom observasjoner og samtaler med pasienter og personale i daglige aktiviteter, vil de danne seg en forståelse av den betydning som konteksten har for behandlingen. Forskningsleder Bruce Wampolds forskning på hvordan en kan forstå kontekstens betydning i psykoterapi, gir et teoretisk grunnlag for studien. Fordi pasientene er innlagt i ca. 12 uker, og fordi de har gått i annen behandling før innkomst til vårt sykehus, er det mulig å sammenligne ulike behandlingskontekster. Prosjektet vil munne ut i en rapport og bok.



Dr. psychol Gry Stålsett har i sin doktorgrad evaluert en behandlingsform som gir oppsiktsvekkende gode resultater på depresjon.

Åpner terapidøren for Gud

- Pasienter kan ta med seg Gud inn i terapirommet.

Det mener Dr. psychol Gry Stålsett, som sammen med kolleger på Modum Bad har gitt hjelp til dypt deprimerte mennesker som strever med Gud, andre og seg selv.

Sterke resultater

Vita-modellen kan vise til uvanlig sterke resultater. Dette i følge Stålsetts doktoravhandling som ble forsvart ved Psykologisk institutt, Universitetet i Oslo, 19. januar 2014: En stor andel av Vita-pasientene kommer tilbake i jobb. Angsten og depresjonen blir mindre og de slutter med medisiner. Resultatene er betydelig bedre enn med tradisjonelle behandlingsmetoder. De gode resultatene holder seg i flere år etterpå.

Tuftet på religionspsykologien

Behandlingen skjer på psykologifagets trygge grunn. Terapeutene er ute etter hvilken emosjonell og kognitiv funksjon forestillingen om Gud eller åndelige vesener har i den enkeltes liv - ikke den filosofiske eller teologiske sannhetsverdien.

- Hvorfor er psykologer skeptiske til religion?

- Fra gammelt av hadde man en regel om ikke å diskutere politikk eller religion med pasientene. Dette for å unngå uro og påvirkning. Så har vi holdninger som stammer fra Freuds tid, dette med religion som opium for folket. I Norge var det på 70-tallet stor diskusjon om nytteverdien av religionspsykologi. Marxister og kristne havnet i hver sin ideologigrøft, uten å ta inn det faglige perspektivet.

Nytteverdi

Gry Stålsetts doktoravhandling fremhever nytteverdien i at terapeuter er sensitive for eksistensielle og religiøse temaer, og at de undersøker hvordan pasientenes følelser er koblet til disse temaene. Avhandlingen peker også på at Vita-modellen lett kan overføres fra miljøet på Modum Bad til andre psykiatriske institusjoner og polikliniske virksomheter.

Ferdigstilte prosjekter ved Forskningsinstituttet 2012



- Gry Stålsett disputerte for PhD-graden 19.01.12. Tittel på avhandlingen: *"Existential and religious issues in psychotherapy: Development and evaluation of a new treatment model (VITA) for comorbid depressive disorders."*
- Mona Thelle er ferdig med behandlingsmanualen *"Hestekrefter hjelper"*.

Utmerkelser:

- Asle Hoffart var månedens forsker i Helse Sør-Øst for februar.
- Pål Ulvenes og medarbeidere (Lene Berggraf, Asle Hoffart, Bruce E. Wampold, Leigh McCullough, Tore C. Stiles og Martin Svartberg) fikk pris for beste artikkel i Psychotherapy for 2012.

Pågående prosjekter

(Tema - avdeling - prosjektleder/ stipendiat - type prosjekt):

- Langtidsoppfølging etter agorafobibehandling (Angst - Asle Hoffart/ Liv Hedley - post doc.-prosjekt)

FERDIGSTILLES I 2012

- Pasienter som ble seksuelt misbrukt som barn (Traume - Ellen Jepsen - PhD-prosjekt)
- Hvorfor samboerskap? (SFS - Helle Myrvik - PhD-prosjekt)
- Bruk av tilbakemeldingsverktøyet OQ-45 (Polikl. - Ingunn Amble - PhD-prosjekt)

FERDIGSTILLES I 2012

- Eksistensielle temaer og tilknytning i terapi (Vita - Kari Halstensen - PhD-prosjekt)
- Prosesser i psykoterapi (Depresjon - Pål Ulvenes - PhD-prosjekt)
- Prosesser i psykoterapi (Depresjon - Lene Berggraf - PhD-prosjekt)
- Bruk av tilbakemeldingsverktøyet STIC (SFS - Terje Tilden - post doc.-prosjekt)

- Posttraumatisk stressforstyrrelse (Angst - Tomas Formo Langkaas - PhD-prosjekt/ dobbeltkompetanse)
- Posttraumatisk stressforstyrrelse (Angst - Tuva Øktedalen - PhD-prosjekt/ dobbeltkompetanse)
- Forebygging av utbrenthet hos leger (Sana - Tuva Hertzberg - PhD-prosjekt)
- Kartlegging av 2. linjetjenestens bidrag etter 22/7-terroren (FI - Pål Ulvenes - forskningsprosjekt)

Påbegynte nye prosjekter:

Pål Ulvenes og Asle Hoffart fikk midler fra Helse Sør-Øst til kartlegging av DPS'enes befatning med klienter etter 22. juli-angrepene. Tidsrommet er ett år fra august 2012.

Modum Bad:

MODUM BAD - GORDON JOHNSENS STIFTELSE ER EN ØKUMENISK, DIAKONAL STIFTELSE. Siden Modum Bad ble etablert i 1957, har virksomheten blitt utvidet betydelig - Modum Bad har et landsdekkende behandlingstilbud for mennesker med psykiske lidelser - Institusjonen har 121 pasientplasser - Behandlingsområdene er angst, spiseforstyrrelser, traumer, alvorlig samlivsproblemer, familiebehandling, visse depressive lidelser og i noen tilfeller "second opinion"- vurderinger Pasienten må søkes inn fra spesialisthelsetjenesten (DPS/psykiatrisk sykehus) - Driften er finansiert gjennom tilskudd fra Helse Sør-Øst.

Modum Bad - 3370 Vikersund - Tlf: 32 74 97 00 - Fax: 32 74 97 97
post@modum-bad.no - www.modum-bad.no