

Modum Bad 2013



INNHold:

2-5	Styret har ordet
6-8	Satsing på traumefeltet
9-11	Doktorgrader
12-13	Pasientene har ordet
14	Helseministerhonnør
16	Gir familien et språk
17	Økonomisjefen rapporterer
18-19	Kildehuset nærmere målet
20-21	Modum Bad-konferansen
22	Opplevelsesdagen 2013

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 oppnåelig 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 2013 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. Målene som ble satt for 2013 er nådd. Betydelig omstrukturering måtte imidlertid gjennomføres som følge av manglende dekning av økte pensjonskostnader. Ved Forskningsinstituttet er det god progresjon med pågående prosjekter og initiering av nye, spennende prosjekter. Men det er vanskelig å få eksterne midler til forskning. Forebygging, lavterskeltilbud og formidling av kompetanse får et løft gjennom etableringen av Kildehuset. Dette er et krevende og fremtidsrettet prosjekt, ikke minst gjennom etablering av nye samhandlingsmodeller.



Foran fra v.: Styremedlemmene Berit Øksnes og Ingunn Dalaker Øderud. Andre rekke: Styrets nestleder Halfdan Aass, ansattes representant Solveig Nævera Lie, styreleder Trond Tostrup, styremedlem Kari Gran Bøe, administrerende direktør Ole Johan Sandvand. Tredje rekke: styremedlemmene Eivind Hansen og Øivind Ekeberg samt ansattes representant Bjørnar Johannessen.

Behandling - stor pågang, større kapasitet, stort utbytte

Bevilgningen fra Helse Sør-Øst ble holdt på samme nivå som i 2012. Det er langt fra nok til å dekke etterspørselen, som fortsatte å øke i 2013. 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 5 prosent av henvisningene. Modum Bads landsdekkende funksjon opprettholdes imidlertid fortsatt. Kapasiteten har vært utnyttet med en beleggsprosent på 99 prosent. For 2014 utvides behandlingskapasiteten med åtte plasser (fra 121 til 129) gjennom tilleggsbevilgning til psykisk helse. Dette vil spesielt bety utvidelse for behandling av overgrepsofre, hvor ventetida er ekstrem.

Voksenpsykiatrisk poliklinikk har oppnådd sine mål for 2013, og har gjennom effektiv drift en god posisjon innen Vestre Viken helseforetak. Gjennom samarbeid med Modum kommune er en åpen for utvidelse av virksomheten. Modum Bads traumepoliklinikk i Oslo har utvidet virksomheten i 2013. I 2014 vil det skje en ytterligere utvidelse, og virksomheten vil fylle hele huset i Eilert Sundtsgate 34. Traumepoliklinikken har etablert seg som et viktig spesialisert tilbud for en hardt belastet pasientgruppe og med omfattende eksternt formidlingsvirksomhet. Myndighetenes anerkjennelse kom til uttrykk i helseminister Jonas Gahr Støres deltakelse ved Traumepoliklinikkens femårsjubileum i februar 2013. Styret vil også fremheve det veilednings- og undervisningsarbeidet poliklinikken driver i forhold til overgrep og vold i Øst-Kongo, og i det hele tatt det engasjementet ansatte ved Modum Bad har i dette sterkt rammede området.

Styret vil videre spesielt trekke frem følgende:

- Gjennom effektivisering av ressurs bruk og strukturelle tiltak har det vært mulig å styrke tilbudet til behandling av overgrepsofre, 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. ISO-sertifiseringen av Modum Bad ble fornyet til 2017. Innen alle kliniske områder skjer det i samarbeid med Forskningsinstituttet en kontinuerlig faglig utvikling for å innføre og prøve ut nye behandlingsmetoder og oppnå bedre behandlingsresultat.
- Det drives et imponerende og meget intensivt sjelesorgarbeid på Modum Bad. Over en tredjedel av pasientene får oppleve svært gode møter med prest, og erfarer derved betydningen av Modum Bads helhetstilnærming.
- Ulike former for målinger og spesielt introduksjon av måling av pasientopplevelse, tyder på godt behandlingsutbytte. Dette bekreftes av at det kun var to klager på behandlingen i 2013, og et høyt antall klager på avslag på behandling, 47. Modum Bad ligger også svært lavt på de aller fleste avviksmålinger.
- Gjennom "Samdata" dokumenteres at Modum Bad driver kostnads-effektivt. Døgnprisen ved Modum Bad er 1/3 av hva den er for spesialisthelsetjeneste/psykisk helsevern innen Helse Sør-Øst, og 1/2 av døgnbehandling ved DPS'er, som driver mindre intensiv behandling enn hva Modum Bad gjør.

Forskning på nye områder

Pål Ulvenes og Lene Berggraf disputerte ved Psykologisk institutt, Universitetet i Oslo i 2013 - begge med internasjonal anerkjennelse. Dermed er det lagt et godt grunnlag for at også utviklingen av depresjonsbehandling ved Modum Bad vil være forskningsbasert og åpen for metodeutvikling og evaluering. Det samme har skjedd innen traumeområdet, hvor Ellen Jepsens doktoravhandling vurderes som et viktig bidrag til det internasjonale fagfeltet.

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, det publiseres i anerkjente tidsskrifter, og det igangsettes nye, spennende prosjekter som sammenlikner ulike behandlingsopplegg. Dette gjelder ikke minst innen de såkalte dobbelkompetansestipendiene, hvor det er meget fruktbart samarbeid med Psykologisk institutt, Universitetet i Oslo. Det er imidlertid også et faktum at det viser seg vanskelig å få gjennomslag i konkurransen om eksterne midler. For Modum Bads utvikling ser likevel styret forskning som svært viktig, og vil fortsatt prioritere interne midler til forskning.

Styret vil også fremheve det samarbeidet som er innledet med professor Halvard Vike og post. doc. Heidi Haukelien for å studere egenarten ved Modum Bad innen en sosialantropologisk forståelsesramme.

Kildehuset

- lavterskel for forebygging og faglig formidling

Modum Bad har gode erfaringer med forebyggende og helsefremmende arbeid, spesielt knyttet til Ressurssenteret Villa Sana og 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 2 500 leger vært på kurs eller rådgivning, og effekten er dokumentert gjennom forskning. Etter at virksomheten for sykepleiere har ligget nede noen år, er det svært gledelig at det nå er etablert ny avtale med Norsk sykepleieforbund om gjenopprettelse av tilsvarende tilbud for sykepleiere.

Rammen for forsterket satsing på forebygging og formidling er Kildehuset kurs og kompetansesenter. Dette viderefører og utvider kurs- og formidlingsvirksomhet, blant annet innen samlivs- og familieområdet. Ikke minst fremheves det konstruktive samarbeidet med Forsvaret og Viken senter for psykiatri og sjelesorg. Videre er en betydelig fagkursvirksomhet under utvikling. Planen er at mye av virksomheten etter hvert skal foregå på Modum Bad, når bygget Kildehuset står ferdig med en betydelig overnattingskapasitet. Men mye vil også foregå utenfor Modum Bad, slik en i 2013 oppnådde ved konferansen om "Skamlidelser - en folkehelseutfordring" i Litteraturhuset i Oslo - med kronprinsen som en av mange deltagere.

Et fremtredende kjennetegn ved Kildehuset er at det bygger på en samhandlings- og nettverksmodell mellom Modum Bad, Modum kommune (og etter hvert flere kommuner) og Buskerud fylkeskommune. Dette har utløst nyskapende og fremtidsrettet virksomhet, og det har utløst prosjektmidler. Blant annet til pilotprosjektet "Rask psykisk helsehjelp". Dette lavterskeltilbudet, som er kommunalt, men utføres i samarbeid med Modum Bad, har utløst en etterspørsel og et effektivt hjelpetilbud som det er god grunn til å tro blir modellskapende. Styret vil også fremheve prosjektene "Snarvei til hjelp" og utvikling av fagbasert chatte-tjeneste, med sterk støtte fra Sparebank1 Modum.

Det er også en visjon for Kildehuset å være "et sted å komme til når katastrofen inntreffer" - med andre ord et fagbasert lavterskeltilbud for å forebygge at en vanskelig livssituasjon utvikler seg til behandlingstrengende lidelse. Slike tilbud kan ikke i det lange løp baseres på prosjektmidler. De krever offentlig bevilgning - og hardt arbeid for å oppnå det.

I det hele tatt vil det 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.

"Det drives et imponerende og meget intensivt sjele-sorgarbeid på Modum Bad"

Personer og pensjoner

Modum Bad hadde i 2013 god rekruttering, høy arbeidstrivsel, forholdsvis lavt sykefravær og lav turnover. En god stab, som jobber målrettet og hardt, og er villig til omstilling og nytenkning er gull verdt. Men det koster. Pensjonsutgiftene eksploderte i 2012, og holdt seg på samme nivå i 2013. Myndighetene har hittil ikke villet kompensere økte utgifter, med henvisning til avtalerettslige forhold. Modum Bad har måttet kostnadseffektivisere, og har fått budsjettene i balanse.

Styret mener at Modum Bad har en rimelig robust økonomi, som kan bli styrket gjennom utvidelse av virksomheten i 2014. Ved årsskiftet går imidlertid avtalene med Helse Sør-Øst ut. De blir avløst av løpende avtaler. Det er et fremskritt. Og det bør gi muligheter for å fremme forslag om bevilgninger som er i samsvar med kostnadene. Med en fagbasert, kvalitetsbevisst, kostnadseffektiv virksomhet på et sterkt etterspurt område med økt offentlig oppmerksomhet, ser styret det slik at det bør ligge til rette for en oppslutning om Modum Bad som er i samsvar med institusjonens ambisjoner.



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 SPISEFORSTYRRELSE

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 samspillproblemer for familier og par.

TRAUMEPOLIKLINIKKEN, Modum Bad i Oslo

Leder: Ingunn Holbæk

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

PSYKIATRISK POLIKLINIKK

Leder: Eli Tove Myrdal

Tilbyr: Dagtilbud for Modum, Sigdal og Krødsherad.

Psykiske lidelser. Individualbehandling og gruppeterapi.

KILDEHUSET KURS- OG KOMPETANSESENTER

Leder: Kristin Tafjord Lærum

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

RESSURSSENTERET VILLA SANA

Leder: Olav Lund

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

FORSKNINGSINSTITUTTET

Leder: Bruce Wampold - Ass.leder: Terje Tilden

Forskning på internasjonalt nivå innenfor alle Modum Bads hovedområder.



Leder i Avdeling for traumelidelser, Gun Abrahamsen (t.v.) og klinikkdirektør Tron Svagård gleder seg over å kunne tilby flere plasser til traumepasienter.

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 26 plasser
- Senter for familie og samliv 34 plasser
- Poliklinikken
- Traumepoliklinikken Oslo

Større satsing på traumefeltet

Etterspørselen er stor når det gjelder behandlingstilbudet på Modum Bad. Det har blant annet medført lang ventetid for å få behandlet traumelidelser. Nå utvides kapasiteten for å avhjelpe på køen.

-Vi utvider med åtte pasientplasser og får også større kapasitet ved Traumepoliklinikken i Oslo, sier klinikkdirektør Tron Svagård.

Etter forslag fra den blå regjeringen ble statsbudsjettet for 2014 styrket for økt kjøp fra private innen psykisk helsevern, rusbehandling og rehabilitering. Totalt 255 millioner kroner ble satt av, og Modum Bad fikk 13,2 millioner kroner av Helse Sør-Østs andel.

Størst lidelsestrykk

Den største økningen i behandlingskapasitet blir ved Traumeavdelingen.

- Denne avdelingen har pasienter med svært stort lidelsestrykk og lengst ventetid, sier Svagård.

Tilleggsbevilgningen er videre øremerket til utvidelse med én behandlingsplass ved Avdeling for spiseforstyrrelser. Det vil også bli en viss utvidelse og styrking av behandlingstilbudet ved de øvrige avdelinger. Bevilgningen vil også muliggjøre økt satsing på forskning og forebygging, samt intern veiledning og kompetansebygging.

Dårlige pasienter

-Noen kritiske røster har ment at den nye regjeringens satsing gikk til pleie av såkalte "psykiske forkjølelser". Medfører dette rettighet?

- Det er en grov fordreining av fakta. Det er ikke lettere å behandle pasienter med 10-20 års sykehistorie enn psykoselidelser. Vi har eksempelvis pasienter som har vært feildiagnostisert med psykose, men som egentlig har posttraumatisk stresslidelse. Dette er lidelser som behøver spesialiserte og omfattende behandlingsopplegg.

- Kan ikke disse lidelsene behandles poliklinisk?

Nei, mange av disse pasientene trenger innleggelse over uker. Det er et krevende behandlingsopplegg som trenger god og tett oppfølging. Alle har ikke et reelt tilbud for dette i nærheten. Et spesialisert tilbud som Modum Bad kan gi, blir derfor helt nødvendig.

Ekspansjon i Oslo

Helse Sør-Øst fortsetter å satse på ekspansjon for Modum Bads tilbud i Oslo til traumatiserte pasienter. Denne gangen med en tilleggsbevilgning på over 700 000 kroner.

- Det har vært økende antall henvisninger og derfor etter hvert betydelig ventelister også i Oslo. At Helse Sør-Øst også dette året gjør det mulig med en utvidelse av dette behandlingstilbudet, viser at satsingen vår på dette feltet var riktig. Traumepoliklinikken er blitt et viktig spesialisert tilbud, sier Svagård.

Landsdekkende

Helse Sør-Øst sto i 2013 for 75 prosent av alle henvisninger til Modum Bad. Tidligere har Helse Nord ligget høyt på statistikken, men antall henvisninger derfra ligger nå kun på fem prosent.

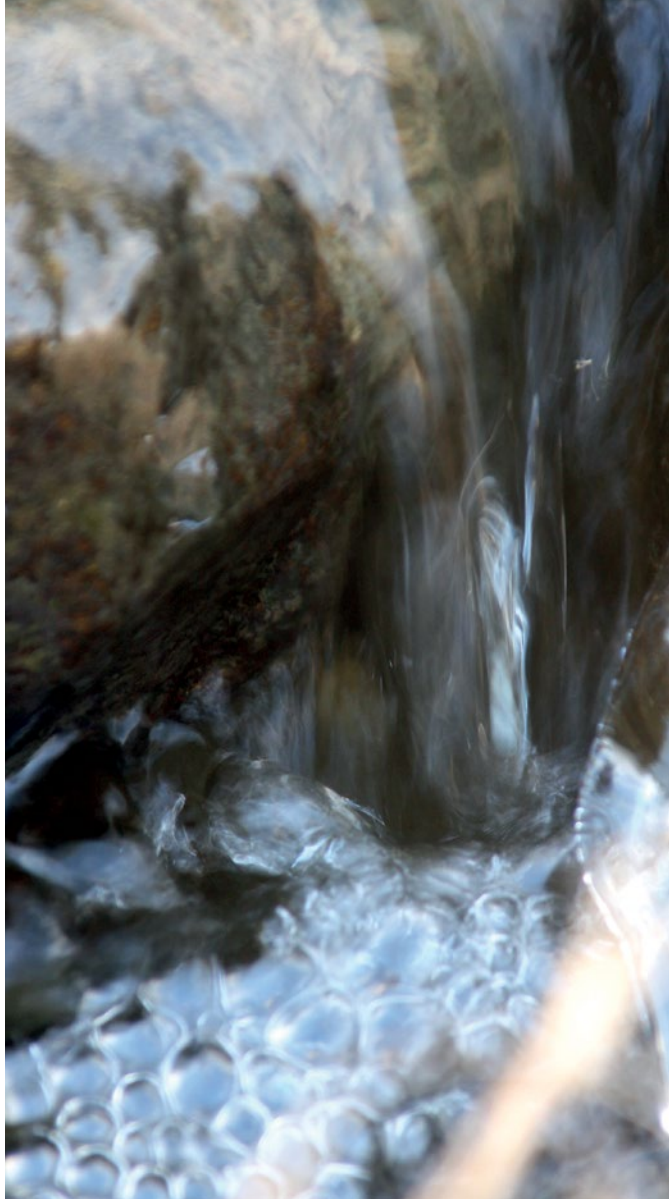
Modum Bads landsdekkende funksjon opprettholdes imidlertid fortsatt. Kapasiteten har vært utnyttet med en beleggsprosent på 99 prosent.

Billig behandling,

Tall fra Samdata viser at Modum Bad driver kostnads-effektivt. Døgnprisen ved Modum Bad er en tredjedel av hva den er for spesialisthelsetjenesten/psykisk helsevern innen Helse Sør-Øst og halvparten av døgnbehandling ved distriktpsykiatriske sentre. Klinikkdirektør Svagård mener grep som for eksempel å samle fellesfunksjoner knyttet til bemanning kveld/natt og i helger i én enhet, gjør dette mulig.

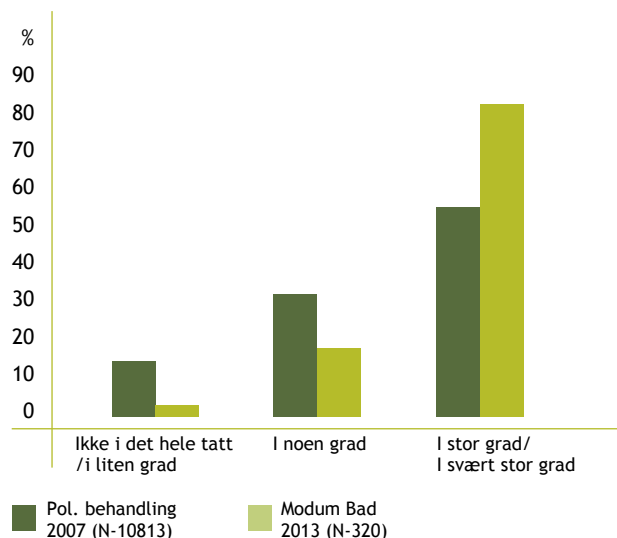
Lite klagesaker

Ulike former for målinger tyder på godt utbytte av behandlingen på Modum Bad. I 2013 var det kun to klager på behandlingen. Det var imidlertid et høyt antall klager fra pasienter som ønsket behandling, men som fikk avslag. Modum Bad ligger også svært lavt på de fleste avviksmålinger.



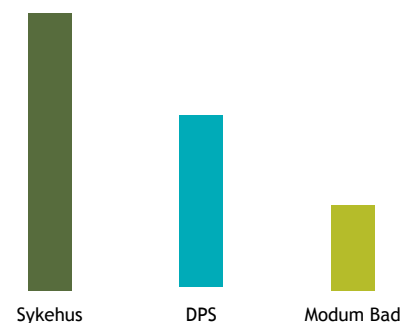
”Tall fra Samdata viser at Modum Bad driver kostnadseffektivt.”

Utbytte av behandling



Ulike former for målinger og spesielt introduksjon av måling av pasientopplevelse, tyder på godt behandlingsutbytte ved Modum Bad. Dette bekreftes av at det kun var to klager på behandlingen i 2013, og et høyt antall klager på avslag på behandling, 47. Modum Bad ligger også svært lavt på de aller fleste avviksmålinger.

Hva koster det?



Kostnad pr. døgn psykisk helsevern, Helse Sør-Øst 2012

Gjennom "Samdata" dokumenteres at Modum Bad driver kostnadseffektivt. Døgnprisen ved Modum Bad er 1/3 av hva den er for spesialisthelsetjeneste/psykisk helsevern innen Helse Sør-Øst, og 1/2 av døgnbehandling ved DPS'er, som driver mindre intensiv behandling enn hva Modum Bad gjør.

Åtte av ti har stort utbytte av behandlingen

Åtte av ti pasienter som har svart på PasOpp-undersøkelsen, opplever stort utbytte av behandlingen.

På spørsmålet: Hvilket utbytte har du hatt, alt i alt, av behandlingen på institusjonen?" viser resultatene for 2013 (n=324) et gjennomsnitt på 4, 2 (skalabredde 1-5). Det vil si at 80 prosent opplever utbytte av behandlingen i stor eller svært stor grad.

- Et veldig bra resultat, mener kvalitetsleder Gunnar Paulson.

Forbedringsarbeid

Paulson står i spissen for kvalitetsarbeidet ved Modum Bad. En ny kvalitetsstrategi 2013- 2015 ble ferdigstilt og vedtatt i mai 2013.

- I tråd med blant annet vedtatt "økt fokus på resultatbevissthet" arbeides det med å etableres en web-basert kvalitetsportal. Målet er å hente ut aggregerte data på gruppe og avdelingsnivå. Dette kan brukes som grunnlag til forbedringsarbeid, sier Paulson.

Resertifisert

Modum Bad ble i 2013 resertifisert etter ISO-standard 9001 nov-13. Det betyr at institusjonen nå har ISO-sertifikat frem til 10. januar 2017.

I 2013 er følgende aktiviteter gjennomført etter planen:

- Internrevisjoner
- ROS vurderinger; spesielt medisinhåndtering.
- Behandling av avvik og uheldige hendelser. I 2013 er totalt 144 avvik lukket.
- Klagebehandling. 49 saker i 2013. Det store flertallet av saker dreier seg om klage på avslag.
- Kvalitetsrapportering og monitorering (blant annet epikrisetid og vurderingsfrister)
- Dokumentkomiteens gjennomgang av DIPS-maler
- Diverse gjennomganger av arbeidsbeskrivelser blant annet ved suicidalvurdering, akuttinnleggelser og ved gjennomføring av restriktive tiltak.

-Pasienter må undersøkes for dissosiasjon

Forskningsresultater kan gi bedre behandling til seksuelt traumatiserte pasienter.

Psykiater og forsker Ellen K. K. Jepsen har forsket på senvirkninger av seksuelle overgrep. I sin doktorgradsavhandling viser hun at det er viktig å undersøke tidlig traumatiserte pasienter for dissosiasjon. Dette for å kunne gi en adekvat behandling.

Hva er dissosiasjon?

- Dissosiasjon er et vanlig symptom i kjølvannet av seksuelle og andre overgrep i barndommen, opplyser Jepsen.

I følge Jepsen har det ikke vært fast rutine å undersøke tidlig traumatiserte pasienter for dissosiasjon når disse søker hjelp innen psykisk helsevern.

- Konsekvensen kan bli feil diagnose og feil behandling. Pasienter kan bli gående i behandling i mange år uten å bli bedre.

Negativ innvirkning

I sin avhandling Inpatient Treatment of Early Sexually Abused Adults: Dissociation and Outcome har Ellen K. K. Jepsen og hennes medarbeidere undersøkt symptomer hos henholdsvis 34 og 56 pasienter innlagt på Modum Bad. Pasientene var mellom 2003 og 2007 innlagt til et tremåneders traumeprogram for voksne som sliter med senvirkninger

av seksuelle og andre overgrep i barndommen.

Undersøkelsen viser at alvorlig grad av dissosiasjon hadde negativ innvirkning på effekten av en behandling som ikke tar sikte på spesielt å inkludere dissosiasjon. Relasjonelle vansker i pasientens vanlige omgivelser hjemme, i kombinasjon med alvorlig grad av dissosiasjon, har også negativ innvirkning på forløpet av symptomene ett år etter at pasienten er utskrevet.

Studien konkluderer derfor med at det før oppstart av behandling er viktig å kartlegge pasientene for eventuelle traumer og traumerelaterte plager som dissosiasjon. Pasienter med alvorlig grad av dissosiasjon trenger behandling som til dels adskiller seg fra annen traumebehandling. Behandlingen bør rette seg spesielt mot dissosiasjon. Den bør også ta sikte på å bedre pasientens relasjonelle ferdigheter.

Hva er dissosiasjon?

- Dissosiasjon handler om problemer med bevissthet, hukommelse, identitet og sansing. Eksempelvis kan dissosiasjon føre til at personen ikke kjenner seg selv igjen i speilet. Noen kan periodevis ikke kjenne smerte som blir påført kroppen, eller man kan ikke huske en episode som man har vært med på, selv om andre forteller om den.



Ellen K.K. Jepsen har forsket på senvirkninger av seksuelle overgrep. Hun disputerte for sin doktorgrad 6. februar 2014.

”Det er viktig å undersøke tidlig traumatiserte pasienter for dissosiasjon. Dette for å kunne gi en adekvat behandling.”

Forskningsinstituttet, Modum Bad.
Etablert i 1985.
Antall årsverk i 2013: 11,4.
Ledes av: Bruce Wampold.
Assisterende leder: Terje Tilden.
Åtte PhD kandidater og ni studier
på doktorgrads- og postdoktornivå
som pågår. Flere samarbeids-
prosjekter med nasjonale og
internasjonale partnere.



Medfølelse kan bedre relasjoner

Økt grad av medfølelse og nyansert opplevelse av seg selv og andre, reduserer relasjonelle vansker i korttidsdynamisk terapi.

Dette er noe av det psykolog Lene Berggraf kom fram til i sin forskning på psykoterapi. Den 18. september disputerte hun for sin doktorgrad ved Psykologisk Institutt i Oslo. Berggraf har på mikronivå undersøkt ulike endringsprosesser som fremtrer i psykoterapi for pasienter med særlig unnvikende, tvangspreget eller avhengig personlighetsstil (kluster C personlighetsforstyrrelser). Pasientene mottok enten kognitiv eller korttidsdynamisk terapi.

Bidrag til bedring

- Mer kunnskap om hvilke prosesser som bidrar til bedring i terapi, kan hjelpe behandleren å fremme mer effektiv behandling, sier Berggraf.

I dag finnes lite kunnskap om hvilke prosesser som bidrar til bedring innen ulike psykoterapimodeller.

- Det er flere grunner til dette. Blant annet er prosessforskning med observasjon som metode svært ressurskrevende, sier Berggraf.

Testet måleinstrument

Doktoravhandlingen har hatt som mål å teste kvaliteter ved måleinstrumentet Achievement of Therapeutic Objective Scales (ATOS).

- Flere repeterte målinger ble inkludert i forskningsdesignet for å kunne måle hva som skjer fra en time til en annen, forklarer Berggraf.

Videre ble utbedret bruk av statistiske analysemetoder benyttet for å undersøke hva som virker i terapi.



Lene Berggraf var i sitt forskningsprosjekt tilknyttet Psykologisk Institutt ved UiO. Hun disputerte for sin doktorgrad 18. september.

Resultater fra arbeidet viser:

- At ATOS er et psykometrisk solid instrument, samt at flere fenomen kan måles samtidig uten å forringe kvaliteten på observasjonene.
- At pasienter som fikk økt opplevelse av sunne følelser i en terapitime rapporterte mer nyansert, med følelse og realistisk opplevelse av seg selv og andre ved neste målepunkt.
- Økt grad av medfølelse, nyansert og realistisk opplevelse av seg selv og andre, predikerte bedring av spesifikke relasjonelle vansker som fiendtlig-dominerende og -underkastende atferd. Men dette var kun gjeldende for pasienter som mottok korttidsdynamisk behandling.

Fokus på følelser

- Resultatene tyder på at det kan være gunstig å fokusere på pasientens opplevelse av følelser i psykoterapitimen, sier stipendiat Berggraf.

Dette for å fremme mer aksepterende, medfølelse og realistisk opplevelse av seg selv og andre. For pasienter som mottar korttidsdynamisk terapi, vil slik endring i opplevelse av seg selv og andre kunne forbedre relasjonelle problemer.

- Hvorfor det her var slik forskjell mellom terapigruppene er fremdeles noe uklart, men det synliggjør behovet for mer kunnskap og videre prosessforskning, sier Lene Berggraf.

Disputas - og pris på Hawaii

Psykolog Pål Ulvenes disputerte for sin doktorgrad 22. april. I august tok han imot en prestisjetung pris for en av sine forskningsartikler.

I sitt doktorgradsarbeid har Ulvenes sett på hva som virker i psykoterapi. Når terapien fokuserer på følelser, må terapeuter være oppmerksomme på pasienters selvbilde. Ulvenes' forskning viser at følelser virker forskjellig i ulike terapimetoder.

Omfattende studie

Ulvenes sammenlignet to psykoterapimetoder; kognitiv terapi og korttids dynamisk terapi for Cluster C pasienter (med unnnvikende, avhengig, tvangspreget, passiv aggressive og selvutslettende personlighetsforstyrrelser). Studien er blant de mest omfattende av sitt slag. Ved å analysere nesten 1 000 psykoterapisesjoner med flere måleinstrumenter, ble utviklingen til 50 pasienter nøye kartlagt.

Følelser

Forskningsfunnene viser blant annet at hvor godt terapeuten tilpasser seg pasientens selvbilde er viktig for hvor mye følelser pasienten vil oppleve dersom terapeuten fokuserer på følelser.

- Men følelser virker også forskjellig i ulike terapimetoder, sier Ulvenes.

I korttids dynamisk terapi kan et fokus bort fra følelser gjøre forholdet



Pål Ulvenes fra Ålesund disputerte med sin avhandling: Understanding Affect in Psychotherapy; A Process Study.

mellom terapeut og pasient bedre, men dette bidrar ikke til et godt utfall.

- Å unngå følelser gjør dermed at pasienten liker terapeuten bedre, men pasienten blir ikke noe bedre av den grunn.

I kognitiv terapi kan derimot et fokus bort fra følelser gjøre at forholdet mellom terapeut og pasient blir bedre, og at utfallet blir bedre.

Forsker på 22. juli

En av Pål Ulvenes' forskningsartikler ble kåret til "The annual Most Valuable Paper Award" i det internasjonalt anerkjente tidsskriftet *Psychotherapy* i 2012. Ulvenes er opprinnelig fra Ålesund, men jobber til daglig ved Forskningsinstituttet ved Modum Bad. I sitt doktorgrads-arbeid var han tilknyttet Universitetet i Oslo (UiO).

Ulvenes var også blant de første psykologene som ankom Sundvollen den 22. juli i 2011, der han bisto overlevende og pårørende. I fjor høst satte han i gang et nytt forskningsprosjekt rundt hjelpetiltakene som ofrene og deres nærmeste har fått etter terrorhandlingene.

Hva betyr helheten?



Sosialantropologene Heidi Haukelien og Halvard Vike, her sammen med assisterende forskningsleder Terje Tilden.

Sosialantropologene Halvard Vike og Heidi Haukelien vil fra nyttår 2014 gjøre feltstudier ved Modum Bad.

Professor Halvard Vike ved Sosialantropologisk institutt, Universitet i Oslo, og hans kone, Heidi Haukelien, også sosialantropolog, vil undersøke kontekstens betydning for Modum Bad. Fra nyttår 2014 vil de bo på sykehusområdet i et halvt år for å møte pasienter og personale i daglige aktiviteter.

Forskningsleder Bruce Wampolds modell for kontekstens betydning i psykoterapi, gir et teoretisk grunnlag for studien.

Forskning på kontekst

Modum Bad har siden Thaulows tid hatt høy bevissthet om at bruk av natur, kunst, kultur og estetikk skal inngå i behandlingstenkning og - omgivelser.

- Er en bevissthet på denne fysiske konteksten en foreldet kunnskap, eller har det betydning for pasientenes bedringsprosess mens de er i behandling, spør Terje Tilden.

Sett og møtt

En annen kontekstuell faktor er den relasjonelle.

- Mange pasienter opplever seg sett og møtt på en omsorgsfull og respektfull måte av vårt personale under oppholdet. Vi ønsker å få kunnskap om hva som inngår i denne typen kontekstuelle faktorer. Vi ønsker også å finne ut hvilken innvirkning de eventuelt har på pasientenes bedringsprosess i behandlingen, sier Tilden.

Prosjektet til Harald Vike og Heidi Haukelien vil munne ut i en rapport og bok.



May Bente Hagen mener behandling av psykiske lidelser som følge av vold i nære relasjoner er mangelfull. Først da hun kom til Modum Bad snudde livet.

"I mange år foraktet jeg det barnet jeg så på disse bildene. Jeg ville skjære dem i stykker."

Utviklet spiseforstyrrelse og drev med selvskading:

Skammen ble en del av livet

May Bente Hagen (52) ble utsatt for vold og krenkelser i oppveksten. Skamfølelsen satt dypt - helt opp i voksen alder.

Helt fra tidlige barneår skammet May Bente seg over den hun var. Emosjonell vold og krenkelser fra nære omsorgspersoner førte til at den vesle jenta følte seg utenfor og at ingen brydde seg om henne.

-Det er vondt når omsorgspersoner møter en med forakt. Som barn tror man det er ens egen skyld. Man overtar de andres øyne på seg selv - som en som ikke fortjener å bli elsket, sier May Bente.

Spisevegring og selvskading

Vonde minner fra unge år, samt at hun igjen ble utsatt for overgrep, gjorde at May Bente utviklet spiseforstyrrelse. Selvskading ble også en del av hennes hverdag.

- Det var min måte å regulere vonde følelser på.

Selvskadingen skjedde som oftest i en ikke-bevisst, såkalt dissosiativ tilstand.

- Helt fra jeg var liten hadde jeg lært meg å koble ut virkeligheten, fordi ingen andre så, aksepterte og gjorde min virkelighet gyldig.

Avskamming

Skammen fikk et ansikt og begynte å bli konkret for May Bente da hun på Modum Bad fikk høre at hun hadde normale reaksjoner på unormale erfaringer.

- Det ble begynnelsen på det jeg kaller avskamming.

Miljøterapeutene på Modum Bad bød på en varme og en omsorg som May Bente opplevde ekte. Undervisningen hun fikk var også viktig.

- Vi fikk se hvilken betydning "den annens blick" har i relasjonen mellom barnet og omsorgspersonen i tidlige leveår. Det får faktisk konsekvenser for hjernens utvikling, men kan også repareres gjennom å bli sett på en god måte av andre senere i livet.

-Riktig retning

Nylig fullførte May Bente et masterstudium med tittelen: Vold i nære relasjoner i lys av barnets menneskerettigheter og statens ansvarsforpliktelser. Hun mener det er for lite undervisning om vold mot barn og for lite kunnskap hos helsepersonell som arbeider med traumatiserte pasienter, derfor skriver hun nå en fagbok. Boken blir utgitt på Universitetsforlaget i 2015.

- Det går i riktig retning nå. Nå kan jeg også se på bildene av meg selv som liten og synes jeg var riktig så søt.

Elin Therese har slitt med spiseforstyrrelse hele livet:

Skammet seg over kroppen

"Smørklump", "fettklump". Ordene ble slengt etter Elin Therese Lystad (38) i skolegården. - Helt fra jeg gikk i barnehagen har jeg skammet meg over kroppen min, sier hun.

Elin Therese ble mobbet helt fra tidlige barneår. Hun var stor av vekst - og glad i mat- Jeg hadde ikke magemål. Mitt problem var at jeg ikke klarte å regulere sult- eller metthetsfølelsen. I dag forstår jeg at jeg døyvet følelsene med mat når noe plaget meg.

Slankepiller

Allerede som 12-åring fikk hun tak i slankepiller. Ettersom årene gikk utviklet hun alle typer spiseforstyrrelser - bulimi, anoreksi og overspising. Elin Therese var aldri fornøyd.

- Kroppen var i veien for meg, den hindret meg i å leve et godt liv. Skammen ble en sort, tung klump som lå som en stein i magen. Den låste kroppen min og hindret meg i å puste.

I oppveksten var ikke spiseforstyrrelser noe tema man snakket om. En dag leste hun i et ungdomsblad om en jente som hadde fått diagnosen.

- Det var som å lese om meg selv. Jeg fikk nesten sjokk, og tenkte: Er det en sykdom? Er det flere som har det sånn? På biblioteket fant hun mer informasjon.

Alvorlig

For 13-14 år siden så det mest alvorlig ut for Elin Thereses helse. Da var hun inne i en anorektisk periode og ble fryktelig tynn. Familie og arbeidsgiver ble bekymret og satte i gang tiltak. I august 2012 avsluttet hun sitt tredje behandlingsopphold ved Avdeling for spiseforstyrrelser ved Modum Bad.

- Det har vært mange nedturer, men jeg har fått god hjelp. Nå føler jeg at jeg kan takle og stabilisere min spiseforstyrrelse. Med rett mengde mat, tåler jeg bedre det vanskelige som av og til "buldrer" inni meg.

Andres skam

Den store klumpen av skam er også blitt mindre. Elin Therese forstår i dag at det er mobberne som burde skamme seg.

Det er sårt. Jeg har båret på skam som andre har påført meg.

Akkurat nå er livet godt. Elin Therese har flyttet sitt fokus fra spiseforstyrrelsen til andre ting i livet.

- Jeg er i ferd med å ta tilbake hverdagslivet mitt og har egentlig aldri hatt det så bra som nå!



- Skammen min er uforskyldt, men jeg har prøvd å sulte den bort, spy den bort og til og med overspist for å tette hulrommet rundt den.

Helseministerhonnør til Traumepoliklinikken



Helseminister Jonas Gahr Støre overrakte leder Ingunn Holbæk (til venstre) ved Traumepoliklinikken i Oslo en blomst.

Helseminister Jonas Gahr Støre ga honnør til Modum Bads avdeling i Oslo som han besøkte ved femårsjubileet torsdag 6. juni.

- Modum Bad får god anerkjennelse blant fagfolk, noe som også er uttrykt gjennom Helse Sør-Østs økende engasjement for Traumepoliklinikken her i Oslo, sa helseminister Jonas Gahr Støre.

Dyktige fagfolk

I sin hilsen til femårsjubilanten understreket han viktigheten av å ta psykisk helse på alvor og den vekting dette helseområdet trenger i vår tid.

- Jo mer jeg blir kjent med fagfeltet, dess mer ser jeg at det krever veldig dyktige fagfolk, sa Støre.

Helseministeren ble berørt av pasient Inger Eggens livshistorie, som hun formidlet under politikerbesøket. Eggen ble i barndommen utsatt for grove seksuelle overgrep, men har fått god hjelp til å bearbeide sine traumer ved Modum Bad.

Eksport av kompetanse

Under besøket var også nestleder i helsekomiteen, Kjersti Toppe, og Per-Olaf Lundteigen til stede. De to Sp-politikerne uttrykte stor tilfredshet med Modum Bads engasjement for utsatte grupper i samfunnet.

- Modum Bad innehar en viktig funksjon i dagens helsevesen som et godt supplement til det offentlige. Dere har ikke et fortjenestemotiv, men et ideelt motiv. Det offentlige trenger samspill med slike som dere i tiden fremover, sa Lundteigen.



Pasient Inger Eggen har skrevet to bøker om det hun har opplevd. Hennes historie gjorde inntrykk på helseminister Jonas Gahr Støre.

FAKTA OM:

Traumepoliklinikken - Modum Bad i Oslo. Etablert i 2008 - fikk godkjenning i juni 2012. Tilbyr gruppebehandling for håndtering av posttraumatiske stresssymptomer og dissosiative symptomer - driver undervisnings- og veiledningsvirksomhet - Tilbyr kurs til fagfolk i egne lokaler. - Ti ansatte: En psykiater - en psykiatrisk sykepleier - fire psykologspesialister - en psykolog - en kunst- og uttrykksterapeut og halvannen sekretærstilling.

Bryter vonde sirkler

Foreldre med traumer fra barndommen møter mange utfordringer når de selv skal oppdra barn. Modum Bads traumepoliklinikk i Oslo gir veiledning som bidrar til å hindre at det vonde går i arv.

- Traumer som omsorgssvikt, vold eller seksuelle overgrep gjør noe med mellommenneskelige relasjoner. Blant annet blir det vanskeligere å fungere som foreldre, sier Torunn Støren, spesialist i barne- og ungdomspsykologi.

Sammen med traumespesialist Helen Johnsen Christie, spesialrådgiver i Regionsenter for barn og unges psykiske helse, gir hun foreldreveiledning ved Traumepoliklinikken i Oslo.

- De vi veileder ønsker å være gode foreldre, men er redde for å gjenta det de selv har opplevd. Men de fleste utsatte blir ikke overgripere selv, påpeker psykologene.

Nærhet og distanse

Behandlingsprogrammet psykologene bruker heter Circle of Security- Parenting (COS-P). Det er rettet mot å forebygge, redusere og stoppe utviklingen av psykiske lidelser og adferdsproblemer hos barn og unge. Målet er å hindre at overgrepshistorier og omsorgssvikt blir generasjonshistorier.

- Foreldre med traumebakgrunn kan ofte veksle mellom å være overbeskyttende og fjerne, noe som kan føre til

en ustabil tilknytning til barnet. Deres angst kan smitte over slik at barnet blir engstelig, sier Christie.

Dersom foreldre i sin barndom ikke har hatt noen å dele sine følelser med, kan det være vanskelig å identifisere seg med barnet. Ofte oppleves barnas følelser som skremmende.

- For å speile andre, må vi selv ha blitt speilet. Overgrepsofre har ofte blitt lest feil. Det kan gjøre det vanskeligere og mer strevsomt å lese seg selv og andre senere, også sine barn, sier Christie.

Verktøyet virker

Psykologene ser at Circle of Security- Parenting er et verktøy som virker. Foreldrene får gode tilbakemeldinger og bedre selvtillit på det de mestrer.

- Foreldre har høye krav til seg selv. Men vi må huske at vi ikke kan møte barnets behov til enhver tid. Klarer du det tretti prosent av tiden, er det godt nok. Det er en trøst for mange, sier Støren.



Helen Johnsen Christie (t.v.) og Torunn Støren er imponert over innsatsen mødre med traumebakgrunn legger ned i å bli gode foreldre.

Gir familien et språk



Familieterapeut Mariane Skakstad (t.v.) og miljøterapeut Anne Margrethe Skagen ønsker å se barna, bekrefte dem og benevne det usagte i familier som kommer til behandling.

FAKTA OM:

Senter for familie og samliv:

- Tilbyr døgntil behandling, familie- og parbehandling
- Inntil 12 ukers innleggelse
- 34 pasientplasser
- 30 ansatte
- Familiene bor i villaer på Modum Bad
- Egen barnehage og skole
- Ledes av: Bente Barstad

- Mange barn tar mye ansvar når foreldrene har en psykisk lidelse. Vi ønsker å hjelpe familien til å finne gode måter å snakke om dette på, sier Mariane Borge Skakstad og Anne Margrethe Skagen.

De to er henholdsvis familieterapeut og miljøterapeut ved Senter for familie og samliv - et senter som er unikt i verdenssammenheng. Her innlegges hele familier for å få helsehjelp.

- I utgangspunktet er de voksne som er inne til behandling, men vi ser hele familien som en enhet, sier Skakstad og Skagen.

-Et øye på barna

De to mener det er avgjørende

å ha et spesielt øye på barn som kan ta skade av å leve så tett på sykdom og konflikt i familiene.

- Man må bekrefte dem og benevne det usagte, sier Skakstad. Foreldre er premisleverandører for familieatmosfæren. Er atmosfæren utfordrende, utvikler barn ofte mestringsstrategier. De kan være symptomførere for noe foreldrene sliter med. Når barn lager støy, kan det være for å avlede for de voksnes konflikter. - Det er viktig å gi disse barna en opplevelse av virkelig å bli sett, sier Skagen.

Styrke foreldrene

Familiene som kommer til behandling har ulike behov og det må kartlegges hva hver familie trenger hjelp til. Målet er å bevisstgjøre foreldrene til å se hva som er deres utfordringer i forhold til barnas situasjon.

-Sammen kommer vi fram til hva de trenger hjelp til og lager en samarbeidsavtale, sier Skakstad.

- Hvordan får dere foreldrene til å se utfordringene?

- Ved å være gode rollemodeller, uten å bruke pekefingeren. Det beste er når foreldrene gjennom undervisning får mer kunnskap og selv ser barnas perspektiv.

- Er tre måneder nok til å endre en familie?

- Ikke alltid, men det motiverer, skaper håp om endring og en prosess startes opp. Med å etablere gode rutiner og struktur. Noen ganger må hjelpeapparatet inn i bildet, til beste for barna.

Underskudd ble til overskudd

Etter underskudd de to siste årene, ble det økonomiske resultatet snudd til et lite overskudd i 2013.

Modum Bad fikk ikke dekning for de store pensjonskostnadene i 2012. For å imøtekomme dette måtte det tenkes nytt.

- Dette resulterte blant annet i sammenslåingen mellom Avdeling for depresjonslidelser og Vita-avdelingen, sier konstituert økonomisjef Solveig Holm.

I 2013 ble pensjonskostnadene noe lavere enn prognosene i utgangspunktet tilsa.

- Med de endringene som allerede var gjort, hadde vi tilpasset oss dette nivået. Hovedorganisasjonen Virke jobber fortsatt aktivt for at private ideelle institusjoner skal ha like forutsetninger.

Investeringer

Kildehuset kurs- og kompetansesenter var den store investeringen i 2013.

- Første byggetrinn av det nye kurs- og kompetansesenteret resulterte i et lån på 15,5 millioner kroner, opplyser Holm.

Kildehuset ble tatt i bruk i februar 2014. Snart settes andre byggetrinn i gang - et overnattingsbygg finansiert gjennom nytt låneopptak.

IKT kostnadene har økt betydelig

de siste årene, spesielt når det gjelder serviceavtaler. Det er også flere nyanskaffelser som tvinger seg fram for å tilfredsstille kravene til elektronisk kommunikasjon.

Aktiv virksomhet

Traumepoliklinikken i Oslo har hatt høy aktivitet og har vært en positiv bidragsyter til overskuddet i 2013. De har hatt et høyere antall konsultasjoner enn det som er budsjettert for virksomheten.

Fremtidsutsikter

De økonomiske utsiktene for 2014 er på mange måter forutsigbare, mener Holm.

- I tillegg til ordinær ytelsesavtale har vi fått en tilleggsavtale fra Helse Sør-Øst på 13,2 millioner kroner, noe som medfører en økning av antall kurdøgn.

Avtalen er kun gjeldende for 2014. Ordinær ytelsesavtale skal reforhandles i løpet av 2014 og vil bli gjeldende fra 2015.

- Det store usikkerhetsmomentet framover vil fortsatt være pensjonskostnadene, slår Holm fast.



Konstituert økonomisjef Solveig Holm.

Hovedtall 2013 (1000 kr)

Driftsregnskap

Driftsinntekter:

Salgsinntekter	10.144
Andre driftsinntekter	183.379
Sum driftsinntekter	193.523

Driftskostnader:

Varekostnad	6.008
Lønn og andre personalkostnader	159.598
Ordinære avskrivninger	4.610
Andre driftskostnader	21.473
Sum driftskostnader	191.689

Driftsresultat	1.834
Netto finansposter	-1.589

Årets resultat 245

Netto avsetninger	12
Overskudd	267

Balanse

Anleggsmidler	111.277
Omløpsmidler	18.056

Sum eiendeler 129.333

Egenkapital	42.383
Langsiktig gjeld	56.500
Kortsiktig gjeld	30.450

Sum gjeld og egenkapital 129.333



Staben i Kildehuset gledet seg til åpningen den 21. februar. Fra venstre: leder Kristin Tafjord Lærum, Egil Halleland, Jone Solberg Vik, Gry Ødegård Bekken, Turid Kristiansen og Lene Berggraf.

Kildehuset nærmere målet

*Kildehuset sto ferdig før jul 2013.
I februar 2014 ble åpningen markert.*

Halvannet år etter at oppføringen av de nye kurslokalene på Modum Bad ble igangsatt, sto første byggetrinn med den store aulaen og det åttekantede glassbygget ferdig. Etter planen ble Kildehuset tatt i bruk som kurslokale i februar 2014.

Topp moderne

Driftssjef Finn Ellingsrud er svært fornøyd med å kunne tilby et topp moderne kurslokale på Modum Bad. Selve aulaen vil ha plass til rundt 100 mennesker, og kan by på det beste av lyd, lys og teknisk utstyr. I tillegg har salen et galleri. Bygget inneholder rom for kontorfellesskap, et godt utstyrt kjøkken og en stor garderobe.

-Det åttekantede Kilderommet er på 100 kvadratmeter og vil fungere som et møtested, men kan også brukes til egne arrangementer, sier Ellingsrud.

Neste byggetrinn - et overnattingshus med 15 dobbeltrom, vil påbegynnes i 2014.

Stor aktivitet

Kristin Tafjord Lærum, konstituert leder for Kildehuset kurs- og kompetansesenter, ser fram til å fylle huset med liv.

- Vi gleder oss til å ta huset i bruk, og til å ta imot både fagpersoner og private som ønsker å komme for å få påfyll, sier Lærum.

Selv om Kildehuset ennå ikke er tatt i bruk, har det vært stor aktivitet i kurs- og kompetansesenteret



Kildehusets åttekantede glassbygg er lyst og innbydende.

på Modum Bad. Det siste årets samarbeid med Forsvaret om samlivskurs har gitt gode evalueringer.

Avtale med NSF

Nylig kom også en avtale med Norsk Sykepleierforbund på plass.

- I løpet av våren vil vi komme i gang med rådgivning og kurs for å forebygge utbrenthet blant sykepleiere, sier Lærum.

- Vi kan by på mange spennende kurs og seminarer neste år, men skreddersyr også gjerne et tilbud, eller bidrar med foredragsholdere for å dele av den kompetanse Modum Bad har å by på.

Nye nettsider og nettprat

Kildehusets nye nettsider ble ferdigstilt i desember 2013.



Informasjonsleder Unni Tobiassen Lie (f.v.), leder Kristin Tafjord Lærum og kurs- og prosjektkoordinator Helle Myrvik i Kildehuset foran den nypubliserte nettsiden.

På nettsidene vil publikum til enhver tid finne oversikt over Kildehusets kurs- og seminartilbud. Nettsidene skal også gi informasjon om psykisk helse og vise vei til ulike hjelpetilbud utenfor Modum Bad.

Våren 2014 lanserer Modum Bad psykologisk rådgivning via nettprat (chat). Via nettpraten vil man få anledning til å skrive direkte med fagpersoner og stille spørsmål rundt eksempelvis spiseforstyrrelser, angst, traumer, depresjon eller samlivsproblemer.

- Det er nytt på landsbasis at fagpersoner fra spesialisthelsetjenesten også vil kunne bidra med sin kompetanse gjennom nettprat. Fra februar 2014 vil vi kunne tilby dette i alle fall én gang per uke, sier psykolog Lene Berggraf som er faglig ansvarlig for tjenesten. Det aktuelle temaet for nettpratjtjenesten vil variere fra uke til uke og vil være betjent av fagpersoner med mye kunnskap og erfaring om temaet. Via en SMS-tjeneste som publikum kan melde seg på, vil man få tilsendt informasjon om åpningstid og tema for nettpraten. Tjenesten er finansiert gjennom prosjektmidler fra Buskerud fylkeskommune, Bergesenfondet og Sparebank1 Modum.

Ressurssenter for helsefremmende arbeid

Kildehuset er et knutepunkt for Ressurssenter for helsefremmende arbeid innen psykisk helse (Sesam). Buskerud fylkeskommune har bevilget til sammen én million kroner til etablering av dette nettverksorganiserte samarbeidet som har ledet til igangsetting av flere viktige prosjekter og tiltak:

- Rask psykisk helsehjelp
- Snarvei til hjelp
- List-prosjektet

Kronprinsen kastet glans over åpningen

- Et flott program med et veldig interessant tema, sa kronprins Haakon da han kastet glans over åpningen av Modum Bad-seminaret "Skamlidelser - en folkehelseutfordring" 27. september.

Kronprinsen kom til åpningen sammen med Oslo-ordfører Fabian Stang. De to fikk blant annet med seg foredraget til spesialistpsykolog Gry Stålsett ved Modum Bad - et foredrag som handlet om hvordan skamfølelser fører til depressive tanker hos mange i dagens samfunn.

Depresjon - en folkeepidemi

- Skam handler om følelsen av ikke å strekke til og ikke være god nok, sa Gry Stålsett.

Den kan føre til ensomhet og en lidelse som gjør seg gjeldende på mange ulike plan. Statistikk og forskning viser at depresjon er en utbredt lidelse i dagens samfunn - nærmest en folkeepidemi. Det er Norges dyreste lidelse og koster samfunnet 60-70 milliarder årlig. Ifølge Gry Stålsett er skam en sterkt medvirkende årsak. En ny studie fra Folkehelseinstituttet viser blant annet at skam øker risiko for forlenget sykefravær.

- Men skam er en følelse og ikke hele vår identitet, understreket Stålsett. Hun mener mange kan finne veien tilbake til tilfriskning og verdighet dersom de får hjelp til å redusere skammen de bærer på.

170 deltakere

Rundt 170 mennesker var til stede på konferansen om skamlidelser på Litteraturhuset. De fikk høre Kristian Fjellanger snakke om kroppsskam, forsker Mona-Iren Hauge snakke om skam knyttet til kjønnslemlestelse og skam knyttet til selvskading ved psykologspesialist Didrik Heggdal.

Svensk-kurdiske Mustafa Can tilførte konferansen et bilde av skam knyttet til etnisitet. Konferansen ble avsluttet med en panelsamtale om skam og mannsrollen i dagens samfunn. I samtalen deltok skuespiller Nils-Ole Oftebro, leder i Alternativ til vold Hanne Eriksen samt kunsthistoriker og forfatter Tommy Sørbø.

Årlig arrangement

Tilbakemeldingene på konferansen var svært gode og Kildehusets leder Kristin Tafjord Lærum håper et arrangement av denne størrelsen kan bli en årlig foreteelse for Modum Bad.

- Modum Bad-konferansen skal være noe folk biter seg merke i og ser fram til. Vi vil bringe kompetansen på Modum Bad ut, sier Lærum.



H.K.H. kronprins Haakon og ordfører Fabian Stang ankommer



Oslo-ordfører Fabian Stang åpnet seminaret.



Litteraturhuset



Kronprins Haakon hilser på forsker Mona-Iren Hauge og forfatter Kristian Fjellanger. Til venstre: adm.direktør Ole Johan Sandvand ved Modum Bad.

Nesten 700 samtaler med sykehusprestene



Sykehusprestene, Jon-Erik Bråthen og Inger Ma Bjønnes.

De to sykehusprestene på Modum Bad blir jevnlig benyttet som samtalepartnere og sjelesørgere.

I 2013 hadde prestene Inger Ma Bjønnes og Jon-Erik Bråthen til sammen nesten 700 samtaler med pasienter. I forhold til tidligere år er dette en klar økning.

- Det viser at det er behov for denne typen samtaler i behandlingen, sier ledende prest Jon-Erik Bråthen.
- *Hvordan markedsføres tilbudet?*
 - Vi presenterer oss for nye pasienter på fellesmøter i avdelingene. I tillegg er vi innom ulike grupper for å gi informasjon om prestedtjenesten og hvordan de kommer i kontakt med oss. Avtaler med oss går alltid via terapeut eller miljøpersonalet.
- *Hvordan er samarbeidet med terapeutene?*
 - Vi har et veldig godt samarbeid med dem. Ofte er det terapeutene som foreslår en samtale med oss fordi de ser at det kan være nyttig for pasienten.
- *Hva kan prestene tilby som pasientene ikke får i terapien?*
 - Sjelesorgen er et annet rom. Prestene hverken kan eller skal stille diagnoser eller skåre symptomer. Vi er ikke bare opptatt av det "syke", men det allmennmenneskelige. Vårt rom skal være et fritt og åpent rom å snakke i. Til forskjell fra terapien kan vi i en sjelesorgsamtale be en bønn, lese fra Bibelen eller gå sammen med pasienter til kirken.
- *Kan man få flere samtaler?*
 - Absolutt. Man kan ha én samtale eller flere. Det er opp til pasienten selv.
- *Hvilke problemstillinger tas opp?*
 - Grunnleggende eksistensielle utfordringer som vi alle står overfor: Hva gir livet mening? Hvordan forholde seg til skyld og skam. Hva tror jeg om livet etter dette? Tap og sorg er ofte et tema. I tillegg er det naturligvis mange som snakker med oss om forhold knyttet til tro og religion. Vårt mål er å møte den enkelte ut fra deres eget livssyn og verdier.

Helsedirektoratet la fagdag til Modum Bad

-22 ansatte fra Helsedirektoratet, Avdeling for psykisk helse og rus i primærhelseseksjonen, la en av sine fagdager til Modum Bad.



Kildehusets leder Kristin Taffjord Lærum (foran fra v.) og klinikkdirektør Tron Svagård viste de besøkende fra Helsedirektoratet rundt på Modum Bad. Videre mot høyre: prosjektleder Freja Ulvestad Kärki og avdelingsdirektør Anette Mjelde fra direktoratet.

- Et veloverveid valg, sa avdelingsdirektør Anette Mjelde, som sammen med sine kollegaer fikk anledning til å bli bedre kjent med institusjonen, behandlingstilbudet, forskningen - og den mangeårige historien og tradisjonen Modum Bad står i.

- Et ønske

- Da vår avdeling i høst skulle ha fagdager, var det et stort ønske fra samtlige om å legge turen innom Modum Bad. Det var virkelig et veloverveid valg. Etter 22. juli er vi blitt mer bevisst på hvilket fagmiljø institusjonen representerer. Modum Bad var sterkt representert i det utstrakte arbeidet som ble gjort med å følge opp de etterlatte, sa avdelingsdirektør Anette Mjelde.

De besøkende fikk en orientering om virksomheten av klinikkdirektør Tron Svagård. Blant ønskene fra Helsedirektoratet var å høre hvordan kvalitetsarbeidet ved Modum Bad ledes og organiseres.

Kildehuset

De fleste av de besøkende hadde aldri tidligere vært på Modum Bad og var interessert i å se både institusjonen og omgivelsene.

- Vi er fra før kjent med Modum Bads gode behandlingsresultater. Det var derfor veldig interessant, både å lære mer om det faglige innholdet, men også å se omgivelsene. Vi er umiddelbart veldig fornøyde med det vi har sett og hørt, sa Mjelde.

Sumobryting - årets hit

Sumobryting ble årets hit på Opplevelsesdagen.

Og det var ikke bare bicepsen som fikk prøve seg på sumomatten - også lattermusklene fikk seg en skikkelig treningsøkt.

- Dette var utrolig morsomt - og varmt, lo Liv Astrid Rosenlund, en av Modum Bads ansatte som hadde en "sumorunde" med tidligere kollega Lill Foss Arnesen. De forsøkte begge å få hverandre over ende innpakket i de tykke sumodraktene.

- Vi er jo så godt polstret at vi merker ikke noe om vi velter. Problemet er bare at vi nesten ikke kommer opp igjen.

-Nesten som ferie

De rundt 400 deltakerne på Opplevelsesdagen kunne velge å delta i lagkonkurranse eller opplevelsesvandring. Begge aktiviteter gir deltakerne en god naturopplevelse i det flotte området på Modum Bad.

CC Cowboys-vokalist Magnus Grønneberg avrundet dagen med en times konsert i parken for et lydhørt publikum. Alene på scenen med sin gitar leverte Grønneberg en magisk time hvor han trollbandt publikum med sine poetiske tekster.



-Varmt, men utrolig morsomt, sa Liv Astrid Rosenlund (fra v.) og Lill Foss Arnesen som prøvde kreftene i sumobryting.



Oppvarming i parken.



Johan Kaggestad har trent både Grete Waitz og Ingrid Kristiansen. Under Gordon Johnsens minneforelesning viste han bilder fra tiden da han trente de to maratonløperne. Foto: Jon-Erik Bråthen

Gordon Johnsens minneforelesning 2013:

Skapt til bevegelse

Johan Kaggestad ble utfordret til å få pasientene i aktivitet. I dag er tilbudet etablert med to heltidsansatte.

Siviløkonom Kaggestad er kjent for de fleste som trener for Grete Waitz og Ingrid Kristiansen, og som TV2s profilerte reporter i Tour de France. Men det er først og fremst hans langvarige relasjon til Modum Bad som gjorde ham ønsket som gjesteforeleser. Onsdag 4. september holdt han Gordon Johnsens minneforelesning 2013. Temaet var: Skapt til bevegelse.

Ble utfordret

Det var overlege Hans Jørgen Holm som i sin tid utfordret Johan Kaggestad til å etablere et tilbud om fysisk aktivitet for pasientene. Starten var ikke enkel, men det fantes støtte for at dette var viktig, blant annet i Petter F. Hjorts tenkning om at "helse er å fungere til tross for". Senere kom Egil Martinsens banebrytende doktorgradsarbeid om betydningen av fysisk aktivitet for pasienter med psykiske lidelser. I dag er fysisk aktivitet en integrert del av behandlingstilbudet på Modum Bad.

- Variasjon

Forskning viser at det å være fysisk aktiv har svært positiv betydning for helse og læringsevne. Konsentrasjon og kreativitet påvirkes.

- Dessverre er aktivitetsnivået blant barn og unge jevnt nedadgående. Dette er en samfunnsutfordring, sa Kaggestad.

Han trakk fram visjonen for helsesport ved Modum Bad: formidle og skape bevegelsesglede.

- Fysisk aktivitet må bli mer enn en kuriositet. Her har helse-Norge en stor utfordring. Det må utvikles en positiv tankekultur - se mulighetene, ikke begrensningene.

Frisklivssentralen

Kaggestad har selv sett mulighetene. Han har blant annet stått bak utviklingen av Frisklivssentralen i Modum kommune - et konsept som skulle vise seg å bli en suksesshistorie og et forbilde for andre kommuner. Etter hvert kom også "trening på resept".

OLAVSKIRKEN

Onsdag 16. januar kl.19.30

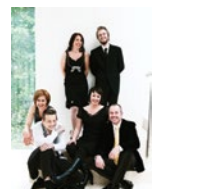
Iver Kleive &
Knut Reiersrud



OLAVSKIRKEN

Tirsdag 5. februar kl.19.30

Nordic Voices



FESTSALEN

Onsdag 20. februar kl.19.30

Ragnhild Hemsing
& Sveinung Bjelland



FESTSALEN

Onsdag 13. mars kl.19.30

Tord Gustavsen kvartett



FESTSALEN

Tirsdag 9. april kl.19.30

Novgorod



FESTSALEN

Tirsdag 7. mai kl.19.30

Per Andreas Tønder
& Håvard Gimse



FESTSALEN

Onsdag 25. september kl. 19.30

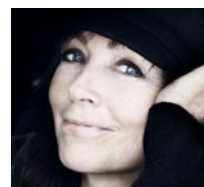
Anita Skorgan
med musikere



FESTSALEN

Onsdag 9. oktober kl. 19.30

Strömkarlen



OLAVSKIRKEN

Onsdag 23. oktober kl. 19.30

Oslo Kammerkor

FESTSALEN

Tirsdag 5. november kl. 19.30

Christianssand
Ensemble



FESTSALEN

Mandag 25. november kl. 19.30

Iver Kleive

FESTSALEN

Mandag 9. desember kl. 19.30.

ÅRETS JULEKONSERT
Garness



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