

Ergoterapeuter rehabiliterer soldaterveteran med PTSD

Tidligere soldat får målrettet, ergoterapeutisk indsats i socialpsykiatrisk bofællesskab i Kgs. Lyngby

Af Karen Kjærgaard, journalist

Foto Sif Meincke

I et år har ergoterapeuterne i DSI NETTETS bofællesskab Danmarksvej i Kgs. Lyngby arbejdet med målrettet rehabilitering af en soldaterveteran fra Eks-Jugoslavien, som lider af posttraumatisk stress-syndrom, PTSD.

Den tidligere soldat på 39 år er visiteret til bofællesskabet, fordi han har en kompleks problemstilling med indlæggelse på psykiatrisk afdeling, brudte familieforhold og et narkomisbrug bag sig.

Formålet med opholdet i bostedet er, at han skal indgå i et målrettet rehabiliteringsforløb mod et mere selvstændigt liv, hvor han selv kan regulere sin PTSD.

– Dette er et oplagt felt for ergoterapeuter, fordi vi har så meget fokus på dagligdags aktiviteter og støtte til at få opgaverne struktureret, siger ergoterapeut Helle Obbekær.

Hun er eks-soldatens primære kontaktperson. Hos den PTSD-ramte eks-soldat forholder ergoterapeuterne sig primært til hans funktionsproblematik.

I rehabiliteringsindsatsen er fokus først og fremmest på at skabe ro, tryghed og rammer om hverdagen. Der er også fokus på strategier til at regulere sig selv og håndtere stress.

– Han kan have svært ved at forholde sig til andre menneskers små problemer, fordi han har stået med liv og død mellem hænderne som soldat. Det har han svært ved at lægge fra sig. Han er også meget observerende og registrerende i forhold til alle forandringer og uro i omgivelserne. Han har alle antenner ude, og det er utroligt stressende. Derfor træner han på at regulere sig selv på en mere hensigtsmæssig måde i de mest stressede situationer her i bofællesskabet. Det at kunne tage ansvar for at kunne passe på sig selv er en kompetence, han kan tage med sig videre i livet, fortæller Helle Obbekær.

SÆRLIG PROBLEMATIK FOR EKS-SOLDATER

På Danmarksvej er udgangspunktet, at beboerne kun skal være i bofællesskabet i en periode med det formål at komme videre i deres liv og stå på egne ben med egen bolig og job.

Det er også det, som denne PTSD-ramte ønsker, men udfordringerne for ham er specielle, fordi han samtidig er tidligere soldat.

– Der er et kæmpe arbejde for tidligere soldater i at skabe en helt ny identitet og et nyt, meningsfuldt liv. De skal turde se sig selv og tage ansvar i nye roller for at komme ud og blive anerkendte i andre sammenhænge i samfundet. Opgaven her er at finde meningsfulde aktiviteter, som de kan holde ud at være i, fortæller Helle Obbekær.

Eks-soldaten er uddannet maler, en rigtig dygtig håndværker og en kæmpe ressource, når der eksempelvis skal gives en hjælpende hånd til beboere, der flytter ud af bostedet. Men han er bange for at komme ud og blive ansat i et firma, hvor mester stiller for konkrete og store krav til ham, fortæller Helle Obbekær.

– Han føler, at han altid skal yde en 100 procents indsats og være 100 procent ansvarlig, men han skal lære at acceptere, at det kan han ikke, eller det behøver han ikke. Her er han meget enten-eller-typen. Jeg kan godt forestille mig, at det hænger sammen med hans militære baggrund, siger Helle Obbekær.

FORKERTE RAMMER

Veteranen adskiller sig ligeledes fra de ni andre beboere ved ikke at have en psykiatrisk diagnose, såsom psykose eller skizofreni. Og det gør kravet til rammerne anderledes.

– De socialpsykiatriske rammer er dybest set helt forkerte. ●●●





Han har jo aldrig været psykotisk. Han har som sagt en meget lav stress- og angsttærskel og bliver meget påvirket af uro og uforudsigeligheder. Derfor kan det være meget kaotisk at være sådan et sted som her, forklarer Helle Obbekær.

Ifølge Helle Obbekær bør PTSD-ramte eks-soldater rehabiliteres sammen med andre med samme baggrund, for eksempel i veterancentre.

– Erfaringen er, at det socialpsykiatriske miljø ikke er gavnligt for PTSD-ramte som ham. Hvis man skal udvikle sig eller genvinde fodfæste i tilværelsen, skal man være sammen med personer med problematikker, som man kan identificere sig med, og en adfærd, som man bedre kan afkode, siger hun.

Da der ikke findes den slags tilbud i dag, er der i stedet sat mest fokus på den individuelle indsats og på at få drejet ham henimod at deltage i de sociale aktiviteter i veteranforeningen for tidligere udsendte soldater og andre aktiviteter uden for de socialpsykiatriske tilbud.

– Det er hans mål nu, oplyser Helle Obbekær.

MÅLRETTET REHABILITERINGSINDSAT

De tre fastansatte ergoterapeuter arbejder med beboerne i dagtimerne, mens beboerne stort set klarer sig selv om aftenen og om natten. Derudover er der tilknyttet yderligere en deltidsansat ergoterapeut og en socialpædagog på hver otte timer om ugen om aftenen og i weekenden.

Konkret arbejder terapeuterne på den måde, at beboererne henvises med en handleplan fra kommunen, som skal revurderes en gang om året.

– Vores opgave er herefter at pille målene i handleplanen fra hinanden og lave en individuel rehabiliteringsplan med meget små delmål. Det er så beboeren, der selv har ansvar for forløbet, men vi spørger hele tiden beboerne om, hvordan de har det, og om det, de laver, er en del af deres delmål. På den måde doserer og justerer vi løbende vores indsats, forklarer Helle Obbekær.

Terapeuterne arbejder samtidig med et feedback-skema, kaldet FIT, som beboeren udfylder mindst en gang om måneden.

Et FIT-skema består af fire spørgsmål, som skal besvares på en skala. Tallene herfra indgår i en graf, der giver et billede af udviklingen i, hvordan det går over længere tid.

– FIT-skemaerne har gjort, at vores indsats er blevet mere målrettet og tager mere udgangspunkt i beboeren. Det gjorde vores indsats selvfølgelig også tidligere, men dette redskab hjælper os til i højere grad at holde fokus på beboerens behov, mål og ønsker, siger Helle Obbekær.

Ifølge Helle Obbekær er det særlige ved ergoterapeuter, at de hele tiden analyserer aktiviteter, graduerer og vurderer forskellige grader af formåen.

Alle beboerne er forskellige, så det er vigtigt at kunne gradue, så alle kan bidrage med det, som de nu kan. Det er noget af det, vi ergoterapeuter er gode til og bruger hele tiden, konkluderer hun.

Læs en uddybet beskrivelse af rehabiliteringsindsatsen på etf.dk/ptsd

FAKTA OM VETERANER

21 procent af de danske veteraner føler, at de har fået fysiske eller psykiske mén af at være udsendt på internationale missioner som soldater. Det viser en spørgeskemaundersøgelse blandt flere end 3.000 veteraner, som er foretaget af Socialforskningsinstituttet.

Deltagerne i undersøgelsen har været udsendt en eller flere gange mellem 1992 og 2009 til for eksempel Eks-Jugoslavien, Irak eller Afghanistan.

- 4 procent af veteranerne mener, de har fået større, varige psykiske mén af deres udsendelse
- 13 procent føler, at de har fået mindre, varige psykiske mén

Det er særligt flergangsendte og dem, som ikke længere er ansat i forsvaret, der beretter om psykiske mén.

Undersøgelsen viser dog, at veteranerne gennemgående klarer sig godt, efter at de kommer hjem. Størstedelen lever i parforhold og har børn, tre af fire bor i ejerbolig, og sammenlignet med mænd i befolkningen er der flere, der tager en længere uddannelse.

Veteranerne drikker også mindre end befolkningen generelt. Til gengæld er der flere rygere blandt veteranerne, og flere har eksperimenteret med stoffer.