

# DELTAGERERFARINGER

MENINGSFULDE  
AKTIVITETER OG  
RECOVERY (MA&R)

NANNA KAAS TEPAVICHAROV



**SDU** 



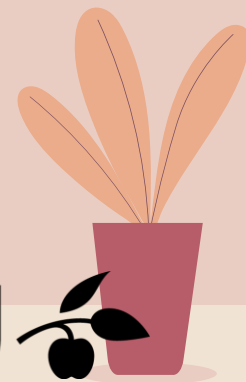
## BEGREBER

Aktivitetsengagement  
Personlig Recovery (CHIME)



## FORMÅL

At undersøge hvordan MA&R påvirkede engagement i meningsfulde aktiviteter samt recovery-processen ud fra et deltagerperspektiv.



# METODE

1

## REKRUTTERING

KØBENHAVN OG ODENSE

2

## INTERVIEWGUIDE

MED AFSÆT I

EVALUERINGSREDSKABER POES-S  
(ENGAGEMENT) OG MANSA  
(LIVSKVALITET)

3

## INTERVIEW

SEMISTRUKTUREREDE  
ONLINE OG FYSISK

4

## SYSTEMATISK TEKSKONDENSERING

4-TRINSANALYSE AF MALTERUD  
(2017)



(Deltager nummer) Køn	Alders-interval	Diagnose	Arbejdsstatus	Måneder siden MA&R
(1) Mand	40-45	Skizofreni	Førtidspension	4
(2) Kvinde	45-50	ADHD, PTSD, Borderline personlighedsforstyrrelse	Førtidspension	12
(3) Mand	25-30	Skizofreni	Overførselsindkomst	12
(4) Kvinde	30-35	Depression	Jobprøvning	2
(5) Mand	50-55	Depression	Job	4
(6) Mand	20-25	Obsessive Compulsive Disorder (OCD), Stress, generaliseret angst	Studerende	0
(7) Mand	50-55	Ukendt	Førtidspension	0
(8) Mand	25-30	Skizotypisk personlighedsforstyrrelse	Studerende, jobsøgende	4
(9) Mand	35-40	Skizotypisk personlighedsforstyrrelse	Jobsøgende	12
(10) Mand	45-50	Obsessive Compulsive Disorder (OCD)	Førtidspension	0
(11) Mand	30-35	Skizofreni	Studerende, jobsøgende	0
(12) Mand	30-35	Psykose, Stress	Studerende	0
(13) Kvinde	45-50	Depression	Førtidspension	3

# DELTAGER- DEMOGRAFI

Kvinder: 3

Mænd: 10

Variierende diagnoser

Variende afstand til MA&R

**SDU**



# RESULTATER

At have opdaget en mere praktisk måde at opnå recovery på, som ikke havde omdrejningspunkt i psykoedukation

- men om hverdagsliv, håb og fremtid. For at nå dertil; turde øve sig, acceptere eget funktionsniveau og kunne have det godt med det man laver.

Hverdagens aktivitetsrepertoire blev ikke nødvendigvis udvidet

- Men fornyet opmærksomhed på tilstedeværelse og FLOW-tilstande og heraf en opfattelse af normalitet.

## En praktisk tilgang til recovery

### En mulighed for re-orientering

Et kursus, ikke terapi  
Jeg tager imod råd fra mennesker, der ser mig  
Lige ved hånden


### Meningsskabelse i det umiddelbart banale

De små ting betyder noget  
Skabe en base  
Jeg er ikke et problem jeg skal løse  
Min værktøjskasse med ressourcer


### På mine præmisser - et nyt udsyn på hverdagslivet

Det samme, men et ændret perspektiv  
Bare (pr)øv det  
Jeg kan have det godt med det jeg laver  
At komme tilbage til en åben verden


# Tema 1: En mulighed for reorientering

	TEMA	CITAT
Deltager 9 Mand Skizotypi	<b>Jeg tager imod råd fra mennesker, der ser mig</b>	<i>'Én af de største ting, det var, at de var meget dygtige til at se én. Altså da vi var færdige fik vi et lille kort om, hvordan de oplevede os og det var ligesom de også pointerede nogle ting, som man ikke lige selv kendte og det var meget rørende, altså det var på en måde rigtig behageligt, at der også var lidt varme i det, at det var ikke sådan en klinisk oplevelse, og så bare [...] den tryghed.'</i>
Deltager 4, Kvinde Depression	<b>Lige ved hånden</b>	<i>[...] jeg har fået en bredere forståelse af det (recovery red.) og det her med at jeg syntes det er en ret opløftende tanke at det ikke kun er psykologsamtaler og medicin, der kan hjælpe til at holde mig stabil, men at planlægning og indretning – altså også bare sådan noget – sådan nogle meget mere konkrete ting, at man kan skrue på nogle af de der knapper, helt oplagte knapper tæt på en, kan betyde at ens symptomer de bliver lagt i dvale.'</i> (deltager 4)

## Tema 2: Meningsskabelse i det umiddelbart banale

	TEMA	CITAT
Deltager 8 Mand Skizotypi	<b>De små ting betyder noget</b>	<i>'Det er ikke enten sove eller skydiving, men det kan være ind imellem.' &amp; 'Det har givet mig mere livskvalitet at have et andet perspektiv på mine aktiviteter, hvor jeg ikke længere er på autopilot i de der vanlige aktiviteter, men at det kan være mere end det'</i>
Deltager 9 Mand Skizotypi	<b>Jeg er ikke et problem jeg skal løse</b>	<i>'Jeg har givet mig selv lov til at sjuske. Hvor jeg bare godt kan lide princippet i at sjuske [...]. Så når jeg gør rent, så skal jeg ikke ind i alle kroge, men bare også at der er noget der hedder overfladisk rengøring, så det øver jeg mig på - at sjuske.'</i>

## TEMA 3: PÅ MINE PRÆMISSER – ET NYT UDSYN PÅ HVERDAGSLIVET

	TEMA	CITAT
Deltager 9 Mand Skizotypi	<b>Det samme, men et ændret perspektiv</b>	<i>' I morgen skal vi for eksempel vaske. Det glæder jeg mig til, at bare skulle gå derned, og så nogen gange sidder vi og venter på vaskeriet, også selvom der før i tiden har været meget angst involveret, så er det blevet meget bedre [...] det dér med at kunne sidde, bare, med en ven og egentlig også bare lave ingenting. Det nyder jeg og jeg vil egentlig bare forbedre dét, jeg har nu, mere end jeg vil tilføje noget.'</i>
Deltager 1 Mand Skizofreni	<b>Jeg kan have det godt med det jeg laver</b>	<i>'Jeg er blevet bevidst om processen (FLOW red.), jeg tror nok det er det vigtigste. Jeg er blevet bevidst om at jeg faktisk godt, glimtvis, kan være lige som alle andre og have det ligesom alle andre og være beskæftiget med noget og kunne gå ind i det. Altså det er nok det jeg er blevet mere bevidst omkring, den proces.'</i>



# STUDIETS BEGRÆNSNINGER

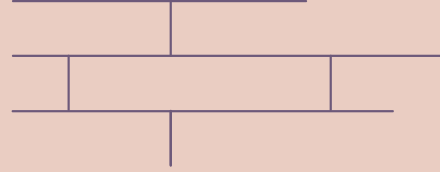


**Positive erfaringer?**

**Disengagement**

**Ergoterapeut x 3**

**COVID-19**



TAK!

Jeanette Reffstrup Christensen  
Siv T. B. Bjørkedal &  
Deltagere

