

## Nyhedsbrev Februar 2015

### Nyt fra bestyrelsen

**Formand:** Pernille Thomsen

**Økonomiansvarlig:** Jytte Rotbøl

**Webansvarlig:** Helle Obbekjær

**Øvrige bestyrelsesmedlemmer:**

Bodil Fauerskov

Maria Larsen

Henriette Niemann

**Suppleant:**

Pia Nielsen

Den 7. maj kl 16.30 – 17.30 afholder vi generalforsamling i EFS Psykiatri og Psykosocial Rehabilitering på DanHostel Ishøj Strand, Ishøj strand 13, 2653 Ishøj. Vi har bl.a. valg til 3 pladser i bestyrelsen.

Pernille Thomsen, genopstiller Jytte Rotbøl, genopstiller Helle Obbekjær, ønsker at træde ud af bestyrelsen.

Hvis DU har lyst til at lave et spændende stykke arbejde, hvor der er fokus på ergoterapi og psykiatri, vil vi gerne have dig med i bestyrelsen. For at sikre bredden i bestyrelsen efterlyser vi specielt repræsentation fra socialpsykiatrien, fra undervisningsområdet og fra Jylland

### Seminar i Maj 2015

#### HOT SPOT på ergoterapi anno 2015

På årets seminar for ergoterapeuter, der arbejder inden for psykiatrien, er temaet kerneopgaver i vores fag, hvor vi følger op på temaer fra tidligere års seminarer.

**Tid:** Torsdag den 7. maj – fredag den 8. maj 2015

**Sted:** Danhostel Ishøj Strand, Ishøj Strand 13, 2653 Ishøj

**Pris:** Medlemmer af selskabet 1.200 kr., medlemmer af Etf 1.500 kr., ikke-medlemmer 2.000 kr.

#### Indhold:

- Velfærdsteknologi med opfølgning på projektet "min vej" v/cand.psyk. Solveig Roepstorff og en brugerkonsulent.
- "Gør noget, få det godt", ud fra Lifestyle Redesign v/lektor Christina Winge Jessen og forskningsassistent Siw Bjørkedahl
- Naturens, aktiviteters og omgivelsernes betydning i et rehabiliterende og sundhedsfremmende perspektiv v/ergoterapeut og Master i Nature Health and Garden Lise Nevstrup Andersen
- TRIV-faktorer

Tilmelding via [www.etf.dk/efs\\_psykiatri](http://www.etf.dk/efs_psykiatri) i marts og april måned.

Deadline den 30.4.

### TRIV

TRIV er 6 faktorer, som Etf sætter fokus på. Med baggrund i MOHO-teorier m.fl. omkring Tilgængelighed, Relationer og Roller, Interesser, Vaner og Vilje. Disse faktorer spiller ind i det, som er med til at motivere mennesket for aktivitet og deltagelse. Det er vigtigt, at vi i dag ikke kun lever det sunde liv, men også lever det gode liv. Det er TRIV-faktorerne med til at sætte fokus på. I kan læse mere om TRIV-faktorerne i Ergoterapeuten nr. 8 2014 samt December 2014-udgaven af Helse.

## Genoptræningsplaner i psykiatrien

1. januar trådte en ny bekendtgørelse og vejledning om genoptræning i kommuner og regioner i kraft. Af bekendtgørelsen fremgår det bl.a., at genoptræningsplanen skal angive, om patienten har behov for almen genoptræning, genoptræning på specialiseret niveau eller rehabilitering på specialiseret niveau, ligesom sygehuset som noget nyt skal angive en tidsfrist for opstart af genoptræningen efter udskrivning fra sygehus, hvis der er sundhedsfagligt begrundet behov for det. Det slås også fast, at kommunen ikke kan tilsidesætte den lægefaglige vurdering af patientens genoptrænings- eller rehabiliteringsbehov.

I forbindelse med revisionen af "Vejledning om genoptræning og vedligeholdelsestræning i kommuner og regioner" er formuleringerne omkring genoptræningsplaner for patienter med psykisk sygdom også ændret. Der står i den nye vejledning, at "Sundhedslovens bestemmelser om genoptræning efter udskrivning fra sygehus omfatter alle patienter uanset diagnose og alder, der på udskrivningstidspunktet har et lægefagligt begrundet behov for genoptræning, der relaterer sig til den aktuelle sygehuskontakt. Dette gælder altså også patienter, der udskrives fra en psykiatrisk afdeling." Tidligere stod der, at genoptræningsplaner alene retter sig til psykiatriske patienter med et somatisk begrundet genoptræningsbehov.

Ergoterapeutforeningen har haft rettet henvendelse til Ministeriet for Sundhed og Forebyggelse for at få en afklaring på, om ændringen betyder, at genoptræningsplaner nu gælder for psykiatriske patienter. Der er nu kommet svar fra ministeriet, og de ændrede formuleringer i vejledningen betyder ifølge ministeriet ikke, at der er sket nogle ændringer i forhold til genoptræningsplaner i psykiatrien. Folketingets Udvalg for Sundhed og Forebyggelse har også haft rettet henvendelse til Ministeriet for Sundhed og Forebyggelse, og i ministeriets svar til udvalget, står der blandt andet, at det skal "understreges, at de nye formuleringer i vejledning om genoptræning og vedligeholdelsestræning i kommuner og regioner i forhold til patienter, der udskrives fra psykiatrisk afdelings ret til genoptræning, ikke er udtryk for en ny rettighed."

Hele ministeriets svar til udvalget kan læses her: <http://www.ft.dk/samling/20141/almdele/SUU/spm/203/index.htm>. Har I spørgsmål til ovenstående, er I velkomne til at sende til mail til Etf, social- og Sundhedspolitisk konsulent Nina Bach Ludvigsen på mail [nbl@etf.dk](mailto:nbl@etf.dk) eller telefon 53 36 49 23.

## TRE (tension and trauma releasing exercises)

Er en effektiv metode til at håndtere stress, som kan praktiseres med 7 simple øvelser, som har til formål at afspænde iliopsoas-musklen. Når iliopsoas-musklen afslappes på denne måde, opstår der en naturlig vibration i kroppen, som modvirker en kronisk spændingstilstand, og kroppen bringes i balance efter en stresspåvirkning.

Metoden er udviklet af Dr. David Berceli, og der ses bemærkelsesværdige resultater, bl.a. ved behandling af overlevende efter naturkatastrofer og deres pårørende. Metoden baseres på et fundament af neurologi, anatomi og den menneskelige stress-response.

Hvis du er nysgerrig efter at vide mere og selv prøve øvelserne, kan Dr. David Bercelis bog The revolutionary trauma release process anbefales. Bogen indeholder bl.a. en beskrivelse af, hvordan øvelserne skal udføres. I Danmark er der nu flere, der udbyder kurser i metoden. Prøv fx Google-søgning på "TRE trauma release kurser i Danmark" Læs også mere på [www.traumaprevention.com](http://www.traumaprevention.com)

## Kompetenceflytning

Sundhedsministeriet havde d. 9. december inviteret de forskellige sundhedsfaglige organisationer til kick off-møde, idet der i regeringens langsigtede psykiatriveplan står: Regeringen vil indgå partnerskab om løsninger på udfordringen med speciallægemangel i psykiatrien og kompetenceflytning.

En repræsentant fra selskabet deltog sammen med Etf. Sundhedsstyrelsen lagde op til et åbent idé-møde og konklusionen på mødet blev, at ministeriet skriver et notat - referat af mødet, egne tanker, samt tanker om, hvordan processen fortsættes - og sender det i høring. Det afventer vi.

Et af de punkter, som var oppe på mødet handlede om rammer; sundhedslov, psykiatrilov, vejledninger fra SUM, hvem er bemyndiget til opgaverne - hvor meget kan der flyttes?

## Digital Mental Sundhed

Teknologisk institut har i efteråret 2014 udarbejdet en kortlægning Digital Mental Sundhed for Psykiatrifonden om digitale værktøjer til fremme af mental sundhed og selvhjælp ved psykisk sygdom. Kortlægningen kan downloades via:  
<http://www.teknologisk.dk/ydelser/digital-mental-sundhed-8211-kortlaegning-og-technology-roadmap-for-digiale-vaerktoejer-til-fremme-af-mental-sundhed-og-selvhjaelp-ved-psykisk-sygdom/35548>

## Anbefalelsesværdig læsning

*"Det gælder ikke om at finde sig selv, men om at affinde sig med sig selv."*

Svend Brinkmann i bogen Stå fast - Et opgør med tidens udviklingstvang, som vi varmt kan anbefale.

## Markedsanalyse for Etf, en analyse af det offentlige jobmarked.

Etf har i samarbejde med Operate lavet en markedsanalyse af det offentlige jobmarked. Man har valgt at tage udgangspunkt i Etf's medlemmer med fokus på deres faglighed, viden og ambitioner. Der er lavet semistruktureret interviews, kvantitativ spørgeskemaundersøgelse, workshops, mini-interviews m.m.

Alt dette er blevet bearbejdet og analyseret, og det er endt ud i 5 businesscases. Disse cases er valgt ud fra, hvor stort et potentiale der er for ergoterapeuter til at få skabt nye/flere jobs inden for området. Den ene af casene er: Udvikle hverdagsrehabilitering i socialpsykiatrien. Operate skriver: "at der er potentiale for, at tankegangen og arbejdsmetoder bag hverdagsrehabilitering i højere grad kommer i spil i socialpsykiatrien". De skriver også, at: "Det har stor værdi for arbejdet i socialpsykiatrien, at ergoterapeuter kan kombinere det sundheds- og det socialfaglige". Og videre, at: "i forhold til andre faggrupper, som arbejder inden for socialpsykiatrien, kan vi som ergoterapeuter arbejde systematisk med målsætning og udvikling på baggrund af en grundig udredning.

Ergoterapeutforeningen vil fremadrettet sætte fokus på de 5 businesscases og arbejde på at realisere disse resultater.

## Resiliens

Jeg stødte for nogle måneder siden på dette ord for første gang. Fik at vide, at det betød ukuelighed og handlede om psykisk modstandskraft, og min nysgerrighed var vakt. Jeg ville læse en bog om emnet og valgte blandt mange "Sådan tackler du modgang – hemmeligheden bag psykisk modstandskraft", skrevet 2013 af Christina Berndt, oversat 2014 til dansk.

Bogen beskæftiger sig med, hvad der kendetegner de mennesker, som tager kampen op, hvad der gør os modstandsdygtige, hvordan vi finder vores indre styrke frem og bruger den, hvordan vi får stærke børn, der hviler i sig selv. Den fortæller om den nyeste forskning inden for arv og miljø, hvor det er dokumenteret, at arvemassen – vores DNA – ændrer sig hele livet, og forandringer kan finde sted på få minutter. Du kan ændre dig, og især de af os, som kun er lidt resiliente, er særlig meget i stand til at ændre sig. At skaffe sig lidt hård hud på sjælen lykkes bedst, hvis man kender sig selv, sine styrker og svagheder. Men alle kan også miste resiliens, hvis de bliver tilstrækkelig rystet.

Det er en letlæst bog, meget interessant og opmuntrende.

*Bodil Fauerskov*

## STATEMENTS FRA TEMADAG I NOVEMBER

Vi arbejdede ud fra Daniel Suttons artikel om ergoterapi og recovery, hvor der præsenteres en ny terminolog med beskrivelse af 4 niveauer af engagement eller forskellige grader at deltage i aktiviteter. Opdelingen blev oplevet som meningsgørende, og som en vej til at styrke ergoterapeuter i organisationen over for andre faggrupper. Det gav en ny forståelse af aktivitetsbegrebet og NUZO, og det gav et fagligt sprog om, hvor borgeren er i sin udvikling/i sin recovery-proces.

Et af niveauerne er at være i non-engagement/ikke-aktivitet. Kan hospitalspsykiatrien tilbyde frirummet/asylet for patienten til at være i ikke-aktivitet? Skabe et rum hvor det er ok at være "undone" og aktivitet er i "bero"? Kan vi holde ud af "være" sammen med borgeren i det? Der blev stillet spørgsmål til, om vi som ergoterapeuter og system stiller for høje krav til patienter om at deltage i aktiviteter. Om stedets rammer og personalets ambitioner om aktivitet og udvikling skaber et pres på borgeren, som egentlig har brug for ro? Er det muligt at give mere plads til omsorg og det at være i ikke-aktivitet?

Det er vigtigt at have dialog om og formidling af aktivitetsengagement til tværfaglige kollegaer og derved tale aktivitetsengagement frem for - eller i tillæg - til diagnose.

I relation til Helle Andreas oplæg om eftermiddagen blev der udtrykt glæde over, at der bliver forsket i, hvad kreative aktiviteter kan. Et meget inspirerende oplæg om at "vende tilbage til de gamle dyder". Det har sin ret for det kan noget.

Tak for gode oplæg og aktiv deltagelse på dagen