

# Midtvejsmøde om psykologprojektet

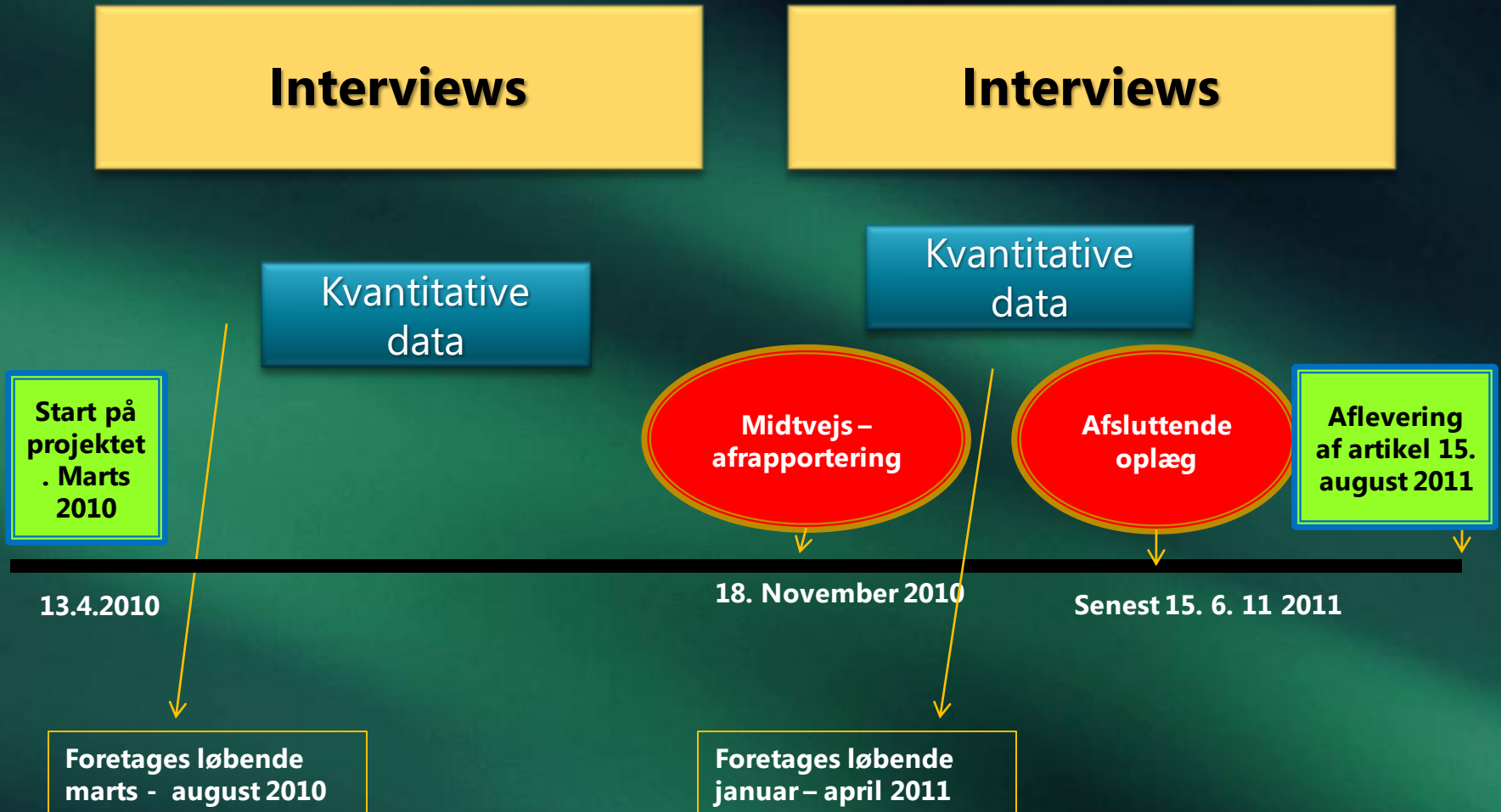
Vestervænget 18. november 2010

Sara Vafai-Blom  
&  
Eva Kragh

# Evalueringsprojektets fokus:

At skabe viden om effekten og betydningen af indførelsen af tilbud om psykologbistand, set i et recovery-perspektiv, for såvel den enkelte borger som for Vestervænget som fællesskab og organisation.

# Tidslinje for evaluering af psykologprojektet, Vestervænget



# Temaer i evalueringen:

**Håb og drømme**

**Konkrete erfaringer med psykologtilbuddet**

**Samarbejdet på Vestervænget omkring projektet**

**Hvordan er det gået med håbene og drømmene?**

# Håb og drømme

**Tre omdrejningspunkter ift., hvad modtagerne af psykologstøtten håbede og drømte om at kunne opnå:**

- Redskaber til håndtering af konkrete, på forhånd identificerede problemstillinger
- Et andet blik
- Sammen med psykologen at nærme sig en drøm om at leve på en anden måde

# Håb og drømme

*"Jeg havde brug for, at der var nogen, der kunne se mine problemer med deres øjne, sætte sig i mit sted, jeg har svært ved at træffe beslutninger selv. Jeg har svært ved at sige fra. Så jeg havde brug for at snakke med en psykolog om, hvordan jeg kunne takle det, hvilke redskaber hun kunne give mig."*

# Håb og drømme

*"Jeg er meget selvmorderisk i perioder og har ikke noget håb for fremtiden. Det kaos jeg har indvendigt, det har jeg ikke lyst til at leve med."*

*"Jeg vil gerne blive rask. Jeg vil gerne have et normalt liv."*

*"Det at komme til at håndtere min sygdom så godt, at jeg kan bevæge mig ud i verden, så jeg kan møde nogle folk, som jeg kan have lyst til at være sammen med. Jeg vil gerne bruge min hjerne. Jeg vil gerne bruge de evner, jeg har fået til et eller andet."*

# Konkrete erfaringer med psykologbistanden

**To omdrejningspunkter ift., hvad psykologstøtten bidrager til – set fra modtagernes perspektiv:**

- **Konkrete råd til håndtering af vanskelige situationer**
- **Samtalerne giver indsigt i sammenhænge og reaktionsmønstre**



## Konkrete råd til håndtering af vanskelige situationer

*"Jeg synes, jeg får nogle valgmuligheder og nogle gode råd og idéer til, hvordan jeg kan løse de problemer jeg har, hvordan jeg kan komme videre."*

*"At hun er god til at lytte, og hun er god til at give respons, når jeg stiller nogle spørgsmål, og fortæller om, hvad der er mine problemer, så er hun god til at komme med, ikke med løsninger, men måder jeg kan komme videre på, idéer jeg kan komme videre med."*

## Konkrete råd til håndtering af vanskelige situationer

*"Det er psykologen, der har sagt, at når XX taler grimt til mig, eller behandler mig dårligt, så skal jeg bare tænke indeni mig selv, at nu støjer hun igen. Og bare prøve at ignorere det. Hvor jeg før har haft tendens til, at fortrænge det inde i mig selv, og så er det kommet til udtryk på et senere tidspunkt. Hvor, når jeg så ikke kunne bære det længere, så har jeg været selvskadende. "*

*"Psykologen er i gang med at lære mig et helt nyt tænkesystem, et resourcesystem."*

## Indsigt i sammenhænge og reaktionsmønstre

Eva: *"Er det psykologen, der har hjulpet dig med at se den her kobling mellem at du brænder inde med noget vrede og noget du bliver ked af, og så at det kommer ud som selvskadende adfærd?"*

*"Jeg talte med min psykolog om forskellige problemstillinger (...). Og fortalte, at jeg skar mig selv for at få vreden ud af kroppen. Og hun fortalte så, at det hænger sammen sådan."*

Eva: *"Og hvordan lød det i dine ører?"*

*"Jamen jeg kunne godt høre, at det lød logisk, at det hængte sammen. Og var opsat på, at det skulle jeg lave om på. Det skulle der gøres noget ved."*

## Indsigt i sammenhænge og reaktionsmønstre

*"Måske har det meget at gøre med, at hun (psykologen) hele tiden har været meget opmærksom på at skille tingene ad. At skille sygdom fra normalitet, og gøre mig opmærksom på, at mange af de ting jeg oplever er noget, som mange mennesker oplever. Og som også folk, som arbejder her oppe, oplever. Og at jeg måske ikke er så anderledes, som jeg tror, og at jeg måske ikke er så syg, som jeg tror. At jeg i høj grad bare er et normalt menneske, der bare har nogle kvaler ligesom alle andre mennesker."*

# Samarbejdet omkring psykologtilbud

Samarbejdet involverer:

Modtagere af tilbuddet, nuværende og kommende

Personale og ledelse

(Psykolog)

# Citater fra modtagere af tilbuddet

Sara: *"hvad har det betydet, at hun ikke var ansat på Vestervænget?"*

*"Det har betydet meget. Hun kom som sådan en ren person, kan man sige, som ikke var inficeret af noget som helst. Det synes jeg da var en stor fordel. Og jeg har stadigvæk sådan, at hvis hun skulle snakke med personalet om mig, så ville jeg ikke snakke med hende. Fordi det er vigtigt for mig, at det er et frirum, og at det er mit. Vi har så aftalt at holde et møde med personalet om hvordan tingene går, hvordan de kan hjælpe mig bedre. Men hun er ligesom min, ikk."*

Sara: *"hvad kunne hun være inficeret med?"*

*"Et eller andet .. det kunne være hun havde fået nogle holdninger om, at jeg skulle håndteres på en bestemt måde, fordi personalet havde sagt, at jeg var sådan og sådan. "*

## Citater fra modtagere af tilbuddet

*"Hun var tilknyttet derovre og jeg fik at vide, at hvis kemien ikke passede så kunne jeg vælge en anden. Det er jo fantastisk. Det er ikke altid man får valgmulighed – heller ikke i hverdagen".*

*"Jeg tror, at for de fleste er det væsentligt, at psykologen er uvildig. Fordi for man tør – man skal jo arbejde for det – for man tør lukke sig selv op og begynde at komme med nogen ting – det kræver tillid. I høj grad, Og det kræver at man har, det man har med sin psykolog, det er sådan et safe place, et sted, hvor man bare kan gå ind og være, ha det som man har det, sige hvad man har lyst til at sige, og ikke hvad man tror folk gerne vil ha man skal sige. "*

# Citater fra personale

*"Det er det, jeg forstår er meningen med den her ordning, at det er præcis hans timer. Jeg har det fint med, at der foregår sådan et parallelt samarbejde, hvor jeg ikke er en del af det, hvor hun har en kontakt til ham, og har nogen samtaler. "*



## Citater fra personale

*" ..Så kan man sige omkring det private rum, har det private rum lidt en krank skæbne, for der er ikke noget specifikt sted, hvor de samtaler kan finde sted. Jeg ved ikke, om der er nogen, der foregår i beboernes egne boliger. Jeg har oplevet en psykolog rende rundt på gangene, med nogen af beboerne for at finde et sted at være."*

*"Men vi har også prøvet, at én af psykologerne opsøgte os for at tale om en borger. Og det er ikke i orden!"*

# Citater fra personale

*"Jeg synes også, det er et fantastisk godt tilbud (..) det jeg synes kunne være interessant at vide, det er hvordan den pågældende psykolog arbejder. For det er jo lidt forskelligt fra psykolog til psykolog. Der er de psykologer, der arbejder ud fra teorien om, at vi går kun efter de positive ting, og vi går kun fra dagen i dag og vi ser kun frem, og der er dem, der går helt tilbage fra barndommen, og virkelig får rusket op i nogle ting. Og der ved jeg ikke, der har jeg svært ved, hvis der er nogen, hvor der bliver revet virkelig op i nogle ting. "*

*Eva: "Hvad vil det betyde for dig, at du havde den viden?"*

*"At man måske kunne samle op på beboeren på bedste vis, når psykologen er gået. Hvis man virkelig får dykket ned i nogen ting, så er den time jo hurtigt gået, og så står man der med en boer, der har det rigtig rigtig skidt bagefter. "*

# Citater fra personale

*"..for det første så synes jeg, at de psykologer, der er tilknyttet, de skal kende lidt stedet, og kende lidt dagligdagen. På en eller anden måde, uden at man fortæller en hel masse personligt om en borger, men at de får lidt indblik i, sådan er hverdagen og sådan betragter vi som medarbejder for den borger, vores opgave ift den borger."*

*Eva: "hvad kunne det være vigtigt, at de fik at vide? Om stedet her og jeres hverdag? Eller om den konkrete borger?"*

*"... det skal være, hvordan vi opfatter vores arbejde ift at imødekomme de specielle ønsker for den borger ift at udvikle sig. Som vi kan stå inde for, og som er en samtale om den borger. Hvad ser vi som vores opgave. Ift den borger. Og hvordan kan man støtte, så der bliver et eller andet form for samarbejde. Skal vi snakke psykologisk, skal vi vide noget om, hvad der skal foregå? Selvfølgelig med borgerens viden – eller er det et lukket rum?"*

## Citater fra personale

*"... jeg synes i den position, kan vi ikke stille krav til nogen rammer. Det er jo beboerens psykologhjælp på hans eller hendes præmisser. Hvis vi nu tænker os til, at vi havde den situation, at vi havde en flok velhavende beboere, som selv kunne betale psykologbistand, som kom her i huset, jamen hvordan var vi så stillet? Så ville vi jo ikke sidde her og tale om det. Om effekt eller ikke effekt. Så derfor er vi ikke i stand til at stille krav til nogen rammer. Det er beboerens hjælp det her, det er dem, der sætter rammerne for det."*

## Citat fra ledelse

Sara: *"Det lyder som om du i alt det her er meget optaget af roller og ansvarsområder?"*

Mette Toft Olsen: *"Jeg holder tungen lige i munden og holder skarpt på, hvad det faktisk er, vi gerne ville, og det er beboernes eget ønske om de her vandtætte skodder."*

# Hvordan er det gået med håbene og drømmene?

- Nogle er indfriet
- Andre er ikke indfriet
- Nogle har formeret sig – der er kommet nye drømme til
- Uventede forandringer

# Indfrieede håb og drømme

*"Jeg øver mig i at sige fra, og synes selv, at jeg er blevet bedre til at træffe beslutninger"*

*"Hun har givet mig et lille håb, tænk, hvis jeg kan slippe for noget af alt det man har, så kunne livet blive lettere og så kan vi jo begynde at tænke videre"*

*"Jeg begynder at se lyset i dagligdagen og begynder at få det godt med mig selv"*

*"Jeg ønsker at stoppe med psykolog. Jeg er nået dertil, hvor jeg ikke kan komme videre. Jeg har ikke noget at snakke med hende om. Der er ikke noget, der går mig på nu. Medicin og samtaler hos psykologen, det har hjulpet tilsammen"*

# Håb og drømme, der ikke er indfrieede

- Øget mængde medicin
- Drømmene er ikke nødvendigvis indfriet, men det opleves som meget vigtigt at være på vej.



# Noget er svært

*"Jeg er blevet mere syg, når jeg er syg. Jeg bliver mere vred, når jeg er vred. "*

*"Man kan føle sig ked af det og deprimeret et par timer efter samtalen med psykologen. Mange ting, som jeg ønsker at fortrænge kommer op. Jeg kan også opleve, at få tanker om selvskadende adfærd."*

*"Man skal være stærk for at være blød, og tale om følelser hos psykologen"*

# Nye håb og drømme, der er kommet til

*"Det skal helst stoppe helt, min selvskadende adfærd. Det er mit mål i hvert fald"*

*"Jeg er allerede 5 år ude i fremtiden, jeg fiser rundt i Danmark og holder foredrag om recovery og alt muligt"*

*"Jeg har lavet en plan sammen med personalet for at få gælden ud af verden."*

*"Jeg er begyndt i fysioterapien for første gang i 36 år for at undgå at skulle have et iltapparat"*

*"Jeg er utålmodig. Jeg kan mærke, at det bliver bedre, jeg får overskud til mere, jeg tør springe ud i tingene. Jeg vil have mere."*

# Uventede forandringer

- At føle sig som et menneske
- At være glad og kompetent
- At være bedre til at tåle skuffelser, og at få flere nuancer på det at være menneske
- At kunne sige, hvad man har brug for
- Mindre selvskadende adfærd

# At føle sig som et menneske

*"Og jeg er nok kommet til at opfatte mig selv som på en eller anden måde som bare et menneske, og fået den der, en følelse af at være mig. Fordi man kan altså ikke være mig, når man er skizofren. Hvis man ser sig selv som skizofren, så kan man ikke være mig. Så kan man ikke være nogen. Så er man skizofren, så er man syg. Så er man et anderledes væsen, så er man ikke det samme som de andre. Så, der kan man ikke være mig. Og det at være mig, det er meget væsentligt, for at leve et liv. Hvis man ikke er mig, så er man ingenting, for det er det eneste et menneske kan være, det er mig. Det kan ikke være andre eller anderledes, det kan kun være mig. Og hvis man ikke er mig, så er man ingenting. Det er det der er, når man er skizofren, så har man følelsen af at være ingenting. Du har følelsen af at forsvinde ud i den blå luft, og der sker alle mulige mærkelige ting, som er helt forkerte."*

# At føle sig som et menneske

Sara: "hvis jeg havde fulgt dig tæt de sidste 3 måneder, hvilke forandringer tror du så, jeg ikke ville kunne undgå at lægge mærke til?"

"Jeg er blevet et meget mere følelsesfuldt menneske. Et menneske, som gradvist er blevet gladere, men også et menneske, som er blevet, på en vis måde, endnu mere syg, når jeg er syg. Kortvarigt. Og endnu mere angst, når jeg er angst. Kortvarigt. Men generelt bedre humør, som kan slå over i dårlighed. Jeg tænker mig, man ville se en person, som netop er mere en person. En person som reagerede på forskellige måder."

"Når jeg er sammen med psykologen", bliver jeg mig selv, jeg føler, at jeg ikke er en syg og psykisk syg mand"

## At være glad og kompetent

*"Jeg er mere lattermild. Jeg har ikke det stive ansigt, blikket og alt det. Før, når folk sagde noget morsomt var jeg bare helt stivnet, jeg kan grine af det nu, og jeg kan gå på gaden og lægge mærke til at buskene er sprunget ud"*

*"Jeg er blevet et gladere menneske, der er længere og længere imellem, at jeg har nej-hatten på. "*

*"Jeg er begyndt at udvikle mig og forandre mig"*

*"Jeg tror godt personalet lægger mærke til, at jeg er blevet lidt mere afklaret. Lidt mere glad. Et lidt mere tilfreds menneske. Jeg er ikke blevet en anden mand; det er noget indvendigt, der er sket. Indvendigt har det hjulpet på mig. Det giver noget mere styrke."*

# At være glad og kompetent

*"Jeg er blevet vild med kram. Jeg har aldrig brudt mig om at røre ved folk. Jeg havde min cirkel og den var dér ude. Nu har jeg den herinde, og der er huller i den. Jeg har altid syntes, at det var akavet og mærkeligt at røre ved andre, men nu er det blevet mere naturligt og jeg skal bare have det og jeg skal ikke bare have et kram, jeg skal have flere!"*

# At være glad og kompetent

De andre deltagere i interviewene lægger mærke til:

*"Det allerbedste er, at X er begyndt at få rigtig gode relationer med ikke-misbrugere."*

*"Nogle gange, når vi sidder og snakker, så kommer X ud i noget, som slet ikke har med samtalen at gøre, når så man siger det til ham, så siger han "nå ja", og så finder han meget hurtigere tilbage til det vi snakkede om, det gjorde han slet ikke før, det tog meget længere tid."*

*"X har fået mod til at stille sig op, og mod til at stille sig op og tale med fremmede mennesker"*



# At tåle skuffelser og at få flere nuancer på det at være menneske

*"Tidligere, da kunne jeg gå helt i spåner, hvis personalet ikke kunne forstå, hvad jeg sagde. Blive fuldstændig ulykkelig og desperat, hjælpeløs og grædende, hvor jeg nu.. Her forleden dag oplevede jeg en situation, hvor jeg tænkte, nå, men det kan de åbenbart ikke forstå, det er der så ikke noget at gøre ved. Det føles rart, jeg lukker mig selv, og tænker, nå det her kommer jeg ikke nogen vegne med, det er bare ærgerligt, og jeg skal ikke lade det ødelægge alt muligt andet ift. personalet, fordi de fleste af de ting de gør, er udmærkede, og behagelige og alt muligt, og så lade det ligge."*

# At tåle skuffelser og at få flere nuancer på det at være menneske

De andre deltagere i interviewene siger:

*"Når personalet skulle til møde på et tidspunkt, hvor X regnede med, at den pågældende personale var på arbejde, så oplevede X, at det var vendt mod hende. Nu – da det skete sidst sagde hun bare: "Nå – så bytter vi bare om på det vi skulle" Der er en rummelighed og forståelse for, at andet kan være vigtigt, der er en grund, der ikke har noget med at være efter hende."*

*"Vi (personalet) oplever, at X er blevet meget bedre til at overholde aftaler. F.eks. tidspunkter, hvor vi går hjem, når vi er nede i byen, jamen så går vi hjem på det tidspunkt."*

# At kunne sige, hvad man har brug for

De andre deltagere i interviewene siger:

*"X er blevet mere åben og beder om flere ting og siger tingene mere direkte og lige ud end han gjorde før. Det er blevet lettere at hjælpe X. Det er rart."*

# Mindre selvskadende adfærd

*"Jeg har meget med, at hvis jeg bliver vred eller ked af det, så skader jeg mig selv, og der har jeg valgt, at det vil jeg ikke gøre fremover."*

# Perspektiver, der rejser sig midtvejs i projektet

- Modtagerne udtrykker positive erfaringer og oplevelse af større grad af mestring af eget liv efter brug af psykologtilbuddet.
- Størstedelen af modtagerne udtrykker, at det er svært og hårdt, men umagen værd at gå til psykolog.
- Personalet har et ønske om at vide, hvordan det er at være modtager af psykologtilbuddet.
- Dele af personalet efterspørger en samarbejdsaftale ml. Vestervænget og Psykolog. Dette står i modsætning til modtagernes ønske, her vægtes af flertallet, at tilbuddet er helt uafhængigt.

# Perspektiver, der rejser sig midtvejs i projektet

- Opmærksomheden rettes mod at spørge modtagerne af tilbuddet.
- Modtagerne vil gerne spørges. Især når det respekteres, at man ikke fortæller detaljer om indholdet, men hvordan det opleves at tale med psykologen.
- Flere modtagere af psykologtilbuddet er bekymrede for, om de kan få lov at fortsætte med at tale med psykologen.