



Nyhedsbrev

HVORNÅR ER ET AFKLARINGSFORLØB EN SUCCES?

Kernen i et afklaringsforløb er at afdække, hvad den enkelte deltager er i stand til arbejdsmæssigt at præstere, og hvordan vedkommende fremover bedst kan forene sygdom og arbejdsliv.

De fleste deltagere i Erhvervspsykiatrisk Centers afklaringsforløb for mennesker med stress og depression har kunnet præstere meget. Efter deres sygemelding er de i tvivl om, hvad de vil kunne klare fremover. Et succesfuldt afklaringsforløb er netop en afklaring af en persons arbejdsevne.

Succeskriterier

Når det alligevel kan være svært at afgøre, hvornår et afklaringsforløb har været en succes for en deltager, er det fordi, der er meget forskellige – og ofte ubevidste – forventninger til, hvordan arbejdsevnen skal afklares, og hvornår man kan tale om, at en person er afklaret. Er det, når personen er tilbage i job, måske endda på fuld tid? Eller er det, når der er lagt en plan for, hvordan han eller hun kommer i arbejde? Er der tale om en succes, når afklaringen viser, at personen ikke aktuelt kan arbejde? Og

hvad med de deltagere, hvor man må afbryde forløbet, fordi deltageren er for syg og har brug for yderligere behandling eller udredning?

Definitionen af succes hænger sammen med holdningen til, hvad et afklaringsforløb skal resultere i. I Erhvervspsykiatrisk Center er alle de fornævnte resultater udtryk for et succesfuldt afklaringsforløb, idet forløbet er en proces, hvor formålet er at afklare, hvad den pågældende deltager kan præstere. Udgangspunktet er på sigt at skabe en tilknytning til arbejdsmarkedet ud fra en viden om, hvor betydningsfuldt det er at være en del af arbejdsfællesskabet. Men nogle mennesker har ikke de fornødne ressourcer til at varetage et job, og i de tilfælde er det lige så vigtigt at få en afklaring. Afklaringsforløbet succes afhænger altså ikke af et bestemt resultat.

Aktuel arbejdsevne

Mange deltagere bruger deres tidligere arbejdsmæssige erfaringer som sammenligningsgrundlag for det fremtidige arbejdsliv. Nogle deltagere håber på at kunne genoptage deres job. Andre har et ønske om at skifte til en anden branche og har specifikke ønsker til en fremtidig arbejdsplads. Fælles for de fleste mennesker, som har været sygemeldt med stress og depression, er tvivlen om, hvad de kan præstere nu og fremover. I første omgang er det vigtigt at erkende sin sygdom og måske skulle omstille sig til et anderledes arbejdsliv. Det tager f.eks. tid at omstille sig fra ansættelse på fuld tid til at skulle arbejde på nedsat tid, at skulle arbejde med andre typer opgaver eller inden for et nyt område. Afklaringen giver et billede af den aktuelle arbejdsevne, som kan ændre sig med tiden, og et vigtigt element er den handleplan, der udarbejdes og sættes i værk under og i forlængelse af forløbet. Den skal være en hjælp til fremover at støtte personens tilknytning til arbejdsmarkedet.

Erhvervspsykologens rolle

Alle deltagere i Erhvervspsykiatrisk Centers afklaringsforløb modtager seks ugers undervisning i stress og depression. Undervisningsforløbet varetages af psykologer, som underviser om sygdommene depression og stress, med fokus på forebyggelse og håndtering af sygdommen og betydningen for arbejdslivet. Deltagerne har sideløbende individuelle samtaler med en erhvervspsykolog, som sammen med deltageren skal skabe brugbare redskaber til at håndtere de sårbare sider og udfordringer, som de skal være opmærksomme på i arbejdslivet. De kognitive strategier fra

fortsættes på bagsiden

AFKLARING AF DELTAGERE

Indtil november 2008 har 61 mennesker været i et afklaringsforløb.

Af de 61 er:

- 4 raskmeldt og fastholdt i deres oprindelige job.
- 7 raskmeldt og ansat på praktikstedet efter endt forløb.
- 3 raskmeldt og ansat på anden arbejdsplads umiddelbart i forlængelse af forløb.
- 9 raskmeldt og arbejdsmarkedsparate.
- 2 raskmeldt og påbegyndt uddannelse.

Af de øvrige 36 deltagere er:

- 1 revalideret til uddannelse.
- 14 anbefalet optrænende forløb/revalidering.
- 5 henvist til yderligere fysisk udredning/behandling.
- 13 henvist til yderligere psykisk udredning/behandling.
- 2 afklaret med stærkt nedsat arbejdsevne, og kommunerne vurderer muligheden for fleksjob.
- 1 afklaret med stærkt nedsat arbejdsevne, og jobcentret vurderer muligheden for pension.



HVORNÅR ER ET AFKLARINGSFORLØB EN SUCCES? (FORTSAT)

undervisningen skal indarbejdes i arbejdslivet, så deltageren bliver i stand til at håndtere de situationer og forhold, som har medvirket til, at de blev sygemeldt i første omgang. Samtalerne skal bidrage til, at deltageren i højere grad får fokus på egne ressourcer og føler sig styrket i mødet med fremtidige udfordringer. Det er betydningsfuldt for afklaringsforløbets anvendelighed og succes at blive mødt respektfuldt og med en forståelse for sygdommen og dens betydning. Og med troen på, at det kan lykkes at afklare deltagerens arbejdsevne.

Fokus på processen

Hvordan processen forløber, og hvor lang tid den tager, afhænger i høj grad af, hvor godt udredt deltageren er, om der er iværksat eventuel sideløbende nødvendig behandling, samt hvilken diagnose eller grad af sygdom deltageren har. Processen med at afklare arbejdsevnen er en del af succeskriteriet. F.eks. kan det være nødvendigt at afbryde et forløb, fordi deltageren har behov for yderligere psykisk eller fysisk udredning. Ved længerevarende sygdom er erfaringen, at processen med at vende tilbage til arbejdsmarkedet tager længere tid. Derfor er det vigtigt, at fokus holdes på processen, så den giver mening for deltageren.

Virksomhedspraktik

Virksomhedspraktikken giver mulighed for at afprøve deltagerens arbejdsevne. Deltageren har mulighed for at få afprøvet nogle af de teknikker,

samtalerne med erhvervspsykologen og undervisningen har introduceret. Hvis deltageren ikke har de nødvendige ressourcer, eller arbejdsområdet ikke er velegnet, afbrydes praktikforløbet, og en ny praktikmulighed søges. Det kan efterlade virksomheden med en følelse af, at praktikken har været en fiasko, men det kan forholde sig lige omvendt. Deltageren når til en erkendelse af, at det valgte arbejdsområde eller opgavetyperne ikke passer til de ressourcer og skånebehov, som vedkommende har – og det sker i samråd med både virksomheden og erhvervsrådgiveren.

Mange af deltagerne med stress og depression er meget pligtopfyldende mennesker, så det er vigtigt for deltageren i praktikken at undgå en overpræsteren. I modsat fald risikerer de at få tilbagefald, fordi de ikke erkender deres begrænsninger. Afklaringsforløbet skal bidrage til, at deltageren får en klar fornemmelse af, hvad de kan præstere arbejdsmæssigt, så deres mulighed for at opnå en stabil tilknytning til arbejdsmarkedet bliver så god som muligt.

YDERLIGERE INFORMATION

Vil du vide mere om Erhvervspsykiatrisk Centers afklaringsforløb og undervisning, kan du kontakte centret på tlf. 3925 2590 eller læse mere på www.erhvervspsykiatriskcenter.dk under *Kernedydelser*.

FYRAFTENSMØDER FOR RÅDGIVERE

DEN PROFESSIONELLE SAMTALE

Tidspunkt: 29. januar 2009, kl. 14:00-16:30
Sted: PsykiatriFonden, Hejrevej 43, 2400 København NV
Pris: Gratis
Underviser: Cand.psych. Michael R. Danielsen

Et af rådgiverens vigtigste redskaber er samtalen. For at nå målet med samtalen er det vigtigt at kunne styre den i den rigtige retning og være bevidst om balancen mellem at yde støtte og stille krav. For rådgiveren er det afgørende at vide, hvordan man håndterer de udfordringer, man møder i samtaler, f.eks. reaktioner som vrede, gråd og tavshed.

På fyraftensmødet gennemgås den professionelle samtale og de forhold, man skal være særligt opmærksom på, for at samtalen bliver så konstruktiv og effektiv som muligt.

DEN KOGNITIVE TEORI OG METODE

Tidspunkt: 25. februar 2009 fra kl. 14:00-16:30
Sted: PsykiatriFonden, Hejrevej 43, 2400 København NV
Pris: Gratis
Underviser: Cand.psych. Michael R. Danielsen

Undersøgelser viser, at den kognitive teori og metode er en effektiv behandling af stresstilstande og depression. På fyraftensmødet vil den kognitive teori og metode blive gennemgået, og eksempler på, hvordan metoden bruges i praksis, bliver introduceret. For rådgivere er det vigtigt at kende til den kognitive tankegang og dens effekt i behandlingen af stresstilstande og depression.

Fyraftensmøderne henvender sig til rådgivere, virksomheder og andre professionelle, som arbejder med psykisk syge og sårbare mennesker og arbejdsmarkedet. Tilmelding til fyraftensmøderne på tlf. 3925 2590 eller på e-mail epc@psykiatrifonden.dk.

NYE HOLD I PSYKOEDUKATION

Undervisningstilbuddet Psykoedukation formidler viden om symptomer, årsager, forebyggelse og behandlingsmuligheder af stress og depression. Undervisningen er baseret på den kognitive teori og metode, og den giver konkrete redskaber til håndtering af stress og depression samt øger bevidstheden om egne negative tankemønstre. Der undervises også i krise- og konflikthåndtering. Der sættes fokus på de dilemmaer og udfordringer, der er ved en tilbagevenden til arbejdsmarkedet.

Undervisningen afholdes mandage, onsdage og fredage kl. 9-11.
Holdstart i 2009 er den 5. januar, 2. februar og 2. marts. Yderligere oplysning og tilmelding på tlf. 3925 2513 eller e-mail: kh@psykiatrifonden.dk.

SÆT KRYDS I KALENDEREN

Den 28. april 2009 er der kursus for sagsbehandlere om depression, angst og arbejdsmarkedet. Læs mere om det gratis tilbud i nyhedsbrevet til marts eller på www.psykiatrifonden.dk

NYE MEDARBEJDERE I EPC

Erhvervspsykiatrisk Center har ansat to nye erhvervsrådgivere i oktober 2008, Susanne Hinchely og Anette Bloch.

Visitation til afklaringsforløbet sker ved henvendelse til afdelingsleder Marianne Lund på tlf. 3925 2517 eller malu@psykiatrifonden.dk.