

Fræðsluþættir frá Geðhjálp:

# Dagdeild geðdeildar Borgarspítalans

Þann 27. október sl. var Páll Eiríksson, geðlæknir, með fyrirlestur á vegum Geðhjálpar á geðdeild Landspítalans. Fyrirlesturinn var mjög vel sóttur og var virkilega fróðlegur. Fyrirlestur Páls var um Dagdeild geðdeildar Borgarspítalans og þar sem við teljum að það séu margir sem ekki viti um þá stafsemi sem þar fer fram, þykir okkur rétt að kynna hana í þessum þáttum.

Dagdeildin er ein af deildum Geðdeildar Borgarspítalans og hófst starfsemi hennar 22.11.'79. Var það í fyrsta skipti sem dagdeild fyrir fullorðna var stofnuð innan vébanda geðlækninga hér á landi. Deildin var fyrst í húsi Hvitabandsins við Skólavörðustíg og þar var einnig Göngudeild Geðdeildar Bsp. sem annaðist eftirmeðferð.

Í desember '81 var Dagdeildin flutt að Eiríksgötu 5, þegar Hvitabandið var tekið undir öldrunardeild og dagvistun.

## Starfsemi/viðhorf

Starfsemi Dagdeildar hefur fyrst og fremst verið byggð upp á hópmeðferð ýmis konar en auk þess hafa þátttakendur fengið fjölskyldumeðferð, hjónameðferð og einstaklingsmeðferð, þeir sem þess hafa þurft. Unnið er út frá þeirri forsendu, að geðrænir erfiðleikar eigi rætur í hjógun á tengslamyndun einstaklinga við nánasta umhverfi sitt, einkum þó við vissar „lykilpersónur“ snemma á æviferlinum. Þessar truflanir koma fram síðar á ævinni með ýmsum hætti en í hópum speglast þær einkum í tengslum þeim, sem þátttakendur mynda sín á milli.

Markmið hópstarfseminnar er að kanna þessi tengsl og hjálpa þannig einstaklingum til aukins innseis í eigin vandamál. Gefur þetta þátttakendum aukna möguleika á að breyta óheppilegu hátt-ernisformi sem þeir hafa fest í og auka skilning þeirra á orsökum eigin vandamála.

Mikilvægi dagdeildarfyrirkomulagsins felst einkum í því, að

þátttakendur slitna aldrei úr tengslum við umhverfi sitt heima fyrir. Þeir geta þannig stöðugt reynt upplifun sína í hópnum úti í fjölskyldunni og fengið þar viðbrögð sem hægt er að vinna með áfram innan deildar og utan, lítilmál við á sem einn meginkost dagdeildarstarfseminnar. Annar er sá, að dagdeildarstarfsemi af þessu tagi beinist að því að laða fram aukna ábyrgð og virkni sjálfra þátttakendanna. Frá upphafi hefur verið reynt að stefna út í því, að einstaklingar, sem hér koma, geti unnið að varanlegum lausnum á sínum geðrænu vandamálum. Með því höfum við vonast að unnt væri að koma í veg fyrir sífelldar endurinnlagnir. Gefur því augaleið, að dvalartími hér reynist oft á tíðum nokkuð langur.

Við höfum orðið vör við, að þess misskilnings hefur gætt út í frá, að hér væri fólk, sem alveg eins gæti stundað sína vinnu. Það er ekki svo, en hins vegar stunda margir vinnu í lok meðferðar og þá oft með áframhaldandi stuðningi í viðtalsformi um einhvern tíma. Einnig hefur heyrst, að meðferðin væri það erfið og krefjandi, að það þyrfti sterka einstaklinga til að þola hana. Í hverju einstöku tilviki er reynt að meta þetta af gaumgæfni í forviðtölum og inntökuhöpi.

Á þeim þremur árum, sem deildin hefur starfað, hefur aðeins örfáum umsóknum verið vísað frá. Starfsemi hefur smám saman þróast í núverandi form, dagskrárformið er endurskoðað og metið á minnst hálfárs fresti og árlega hafa auk þess farið fram kannanir meðal sjúklinga, þ.e. spurningalisti, sem starfsfólk hefur síðan unnið úr og tekið tillit til breytinga á starfsliði, svo sem því, að iðjuþjálfari var í fyrsta starfsfólk hópnum en hætti, og hefur ekki tekist að ráða aftur í þá stöðu.

Á tímabili var enginn geðhjúkrunarfræðingur og fleira mætti telja. Starfsfólk í dag er deildarlæknir, 2 sálfræðingar, 2 félags-

ráðgjafar, 1 geðhjúkrunarfræðingur, ½ sjúkráþjálfari, læknafrítari og ráðskona í eldhúsi. Eru þá ekki fylktar stöður aðstoðarlæknis, geðhjúkrunarfræðings og iðjuþjálfara.

Fjöldi sjúklinga hefur sveiflast nokkuð á þessum árum, en með fullu starfsliði er hægt að hafa hér 20 manns. Það starfsfólk, sem er á deildinni hverju sinni, myndar eitt teymi og sinnir umsóknum, samhlíða því sem það er stjórnendur í hópnum og sinnir eftirmeðferð í formi einstaklings-, hjóna- eða fjölskylduviðtala.

## Umsóknir/forviðtöl

Umsóknir skulu vera skriflegar. Í umsókn skal geðhorfi sjúklings lýst stuttlega svo og þeim sálrænu og félagslegu þáttum, sem ætla má að komi að gagni við mat á einstaklingnum. Helstu tilvísunaraðilar hafa verið Kleppspítali, Borgarspítali, Félagsmálastofnun og heimilislæknar. Einstaklingur kemur fyrst til mats í nokkur forviðtöl. Sé dagmeðferð talin æskileg er viðkomandi tekinn í sérstakan inntökuhöp.

## Dagskráin og innihald hennar

Á fyrsta starfsári deildarinnar unnu hóparnir frá kl. 9.00 til 15.00. Sá háttur er nú á dagskránni, að starfið í hópnum fer eingöngu fram eftir hádegi, en önnur vinna teymisins fer fram eftir hádegi, svo sem einkaviðtöl, forviðtöl o.fl. Þetta fyrirkomulag hefur reynst vel og gefið þátttakendum tækifæri til að stunda hálfu vinnu. Nú eru hóparnir 3, inntökuhöpur og 2 langtímahópar.

## Inntökuhöpur

Þessi hópur starfar fyrir hádegi 5 daga vikunnar. Tíminn nýtist að mestu í það að hver og einn kynnist starfsemi Dagdeildarinnar, geri sér nokkra grein fyrir vandamálum sínum og ákveði hvort hann vill hefja lengri meðferð. Í þessum hópi er lágmarksdvalartími hálfur mánuður.



## Framhaldshópar

Í þessum hópi er töluverður stöðugleiki, enda hafa þátttakendur nú yfirleitt ákveðið að gefa sér tíma til meðferðar. Fólk fer að skoða sjálft sig og viðbrögð í hópnum og utan hans. Dvalartíminn hér er mjög einstaklingsbundinn, frá vikum upp í nokkra mánuði. Lengst hefur fólk verið hér í rúmt ár.

## Dagskrá

Dagskráin hefur verið töluvert breytileg þessi 3 ár og hefur hún hyggst á þeim starfskröftum, sem hafa verið á deildinni hverju sinni. Tímarnir hafa byggst á því, að þátttakendum gefst færi á að tjá sig með ýmsum hætti. Beitt er mismunandi aðferðum, sem skapar fjölbreytni og möguleika á að nálgast vandamál þátttakenda frá ýmsum hlutum.

Í samtalstímum er lögð aðaláhersla á hið talaða orð sem tjáningarform. Þessir tímar eru daglega og eru burðarás meðferðarinnar.

Í hreyfimeðferð er gjarnan unnið með það sem upp kemur í samtalstímum og megintilgangurinn er líkamsmátt og samspil líkama og tilfinninga. Í hreyfimeðferð er sjúkráþjálfari annar stjórnandinn og deildarlæknir hinn.

Í myndtímum er ýmist unnið með leir eða liti, hver þátttakandi fyrir sig eða hópurinn að sameiginlegu verkefni. Seinni hluti tímans fer í að ræða þær tilfinningar sem upp koma á meðan unnið er að verkefninu.

Í markmiðatímum ræða þátttakendur markmiðin með starfi sínu á deildinni. Er ýmist um langtíma- eða skammtíamarkmið að ræða. Menn eru hvattir til að skrá markmiðin á blað eða spjald og hengja upp svo hægt sé að visa til þeirra í öðrum tímum.

Í hreyfingu og slökun fá þátttakendur í upphafi nokkra fræðslu um líkamann og starfsemi hans auk ýmis konar æfinga og kennslu í slökunartækni. Síðan tengjast þessir tímar meira öðrum hlutum dagskrárinnar og velja þátttakendur þá verkefni í tengslum við líðan sína hverju sinni.

Í valtímum setja þátttakendur sér verkefni sem síðan er hrint í framkvæmd. Það getur verið þjálfing, sundferð, akstur í strætisvagni eða annað það, sem þeir eiga í erfiðleikum með að framkvæma. Á meðan deildin var til húsa í Hvitabandinu voru einnig á dagskrá tímar sem snerust um innkaup og matartilbúning. Þessir tímar hafa því miður fallið niður vegna breyttra aðstæðna.

Á miðvikudögum er dagskráin allfrábregðin því sem er aðra daga vikunnar. Þá er öllum hópnum stefnt saman og tíminn notaður til fræðslu um ýmis efni. Hingæð til hefur fræðslan snúist um kreppu, kynlíf, þroskaferli barna, kvíðisþjálfun, sorg og dauða, ofbeldi og fjölskyldumótun. Stuðst hefur verið við fyrirlestra, myndir, segulbandsspólur og ýmis konar hópverkefni með umræðu í kjölfarið.

Dagdeildinni harst nýverið rausnargjöf frá Hvitabandskonum. Það voru vönduð myndsegulbandstæki sem ætluð eru bæði til upptöku og afspilunar. Þau eru notuð þannig, að meðferðartímarnir hafa verið teknir upp og einstaklingarnir síðan fengið tækifæri til að skoða sjálfa sig og viðbrögð sín á skjánum eins oft og þörf er á. Einnig gefa þessi tæki mikla möguleika í sambandi við fræðslu. Einn sinni í viku eru haldnir húsfundir þar sem hóparnir þrjú og starfsliðið koma saman og ræða málefni sem varda alla þá sem á deildinni starfa.

## Framhaldsmeðferð

Framhaldsmeðferð felst í einstaklings-, hjóna- og fjölskylduviðtölum eftir þörfum þátttakenda. Þá hefur sérstakur hjónahópur verið starfræktur allt síðastliðið ár og loks hafa þátttakendur átt þess kost að starfa í svokölluðum eftirmeðferðarhöpi sem hist hefur vikulega.

## Lyf

Notkun lyfja á deildinni er haldin í lágmarki og er að því stefnt að þeir, sem hér dveljast geti lifað lyfjalausu lífi.

## Framtíðin

Eins og áður hefur komið fram, hefur starfsemi breyst og þróast þessi þrjú ár. Nýverið hefur Göngudeild Geðdeildar Bsp. flust í húsnæði að Eiríksgötu 5 og mun teymi dagdeildar annast þá starfsemi að hluta. Við þetta opnast ýmsir möguleikar á aukinni geðmeðferð án innlagnar sem er okkur fagnadarefni.

Heilræði vikunnar: Verum jákvæð.