



Af ergoterapeuterne Line Skaarup, Marie Kaas, Line Holdt og Stine Mose  
Alle uddannet fra University College Lillebælt i Odense, juni 2009

# Nu er jeg da kommet så langt, at jeg kan komme ned til postkassen

Aktivitetsorienteret genoptræning er afgørende for, at borgere med en senhjerneskade oplever, at genoptræningen kan bidrage til øget aktivitet og deltagelse i hverdagen

Bachelorprojektet "Nu er jeg da kommet så langt, at jeg kan komme ned til postkassen – Et praksisforskningsprojekt med udgangspunkt i borgerperspektivet" undersøger, hvordan borgere med en senhjerneskade oplever den genoptræning, der tilbydes i kommunalt regi. Problemformuleringen blev formuleret i samarbejde med de trænende ergoterapeuter fra Odense kommune, og vi indgik i et samarbejde med dem med henblik på udvikling af den ergoterapeutiske praksis.

Ergoterapeuterne ønskede viden om, hvordan borgerne oplever holdtræning på de respektive genoptræningscentre. Ergoterapeuterne oplevede, at borgerne har vanskeligt ved at overføre træningen til brug i hverdagslivet.

Ved at udforske borgernes perspektiver på holdtræningen ønskede ergoterapeuterne at opnå en viden om overføringsværdien fra holdtræning til borgernes hverdagsliv, med henblik på udvikling af genoptræningstilbuddet.

Projektets empiri består af deltagerobservationer og kvalitative semistrukturerede interview af tre borgere med senhjerneskade samt dialog med de involverede ergoterapeuter.

## OVERFØRINGSVÆRDI I TRE FASER

Det viste sig, at borgernes oplevelse af overføringsværdi kan ske i tre faser. Vi har udarbejdet en model, som illustrerer faserne. (Se model side 26.)

Borgerne kom med flere eksempler på, at deres oplevelse af overføringsværdi stopper ved opnåelsen af kropslige kompetencer og ikke videreføres til aktivitet og deltagelse i hverdagslivet. Eksempelvis beskrev en borger, hvordan den fysiske træning på holdet formentlig vil give ham øgede kropslige kompetencer, i form af bedre at kunne rejse og bukke sig.

Borgernes overføring af holdtræningen til hverdagslivet var enkelte gange en direkte proces. En borger fortalte, hvordan hun i kraft af holdtræningen nu er kommet så langt, at hun kan komme ned til sin postkasse.

Dog var der i de fleste tilfælde tale om, at borgerne først overfører holdtræningen til kropslige kompetencer for herefter at koble disse på hverdagsaktiviteter. Eksempelvis beskrev en borger, hvordan hun har opnået en øget kraft i hænderne, og at hun derved bedre vil kunne lyne sin jakke.

Ud fra borgernes oplevelser af overføringsværdi og relevant litteratur identificerede vi fremmende og hæmmende faktorer for overføringsprocessen fra holdtræning til borgernes hverdagsaktiviteter.

## ØVELSER KONTRA AKTIVITETER

Resultaterne viste, at borgernes evne til at overføre holdtræningen til hverdagslivet hæmmes, når den ergoterapeutiske intervention primært indeholder

genoptræning af dysfunktioner i maskiner og gangbarre, det den amerikanske ergoterapeut Anne G. Fisher definerer som *øvelser*. Ifølge Fisher placerer disse *øvelser* sig som opposition til det, hun betegner som *naturlige aktiviteter*. Når *øvelser* bruges i genoptræningen, er det vigtigt at forklare formålet med øvelserne til borgerne, da de skal kunne relatere øvelserne til aktiviteter i deres hverdagsliv.

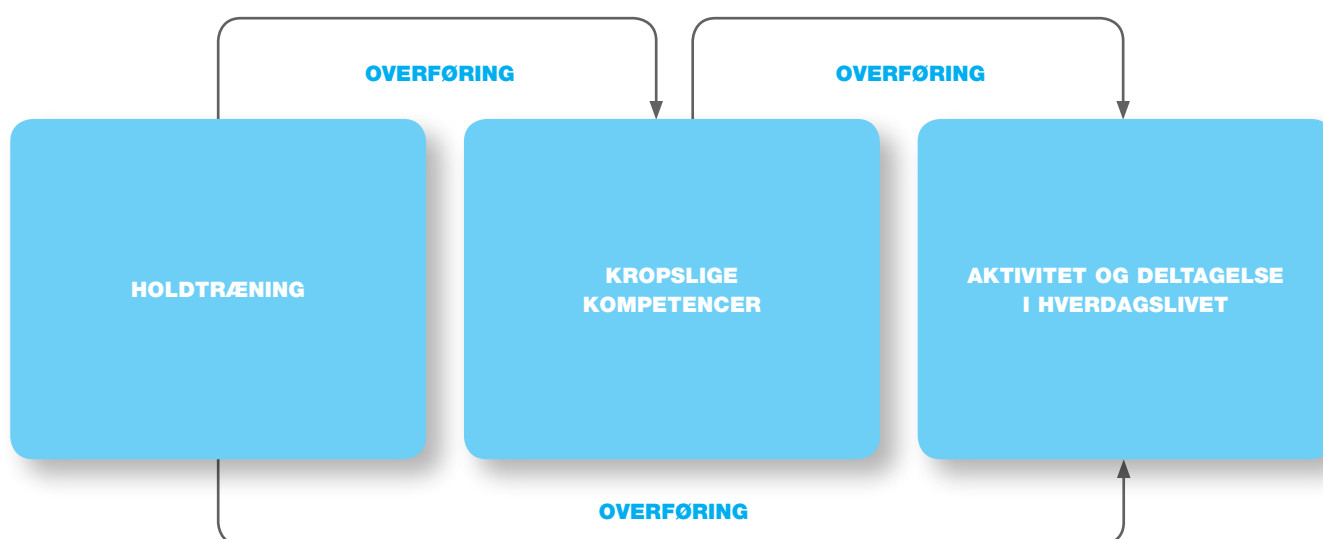
Udfører borgerne derimod selvvalgte aktiviteter med ægte genstande i naturlige omgivelser, som eksempelvis aktiviteter i køkken, havearbejde, brug af computer eller lignende, kan borgeren ofte selv se formålet, da værdien ligger i selve aktiviteten som både mål og middel. Det vil sige, at desto længere øvelsen er fra den naturlige og meningsfulde aktivitet og dermed formålet med genoptræningen, desto sværere bliver det for borgerne at overføre værdien af øvelsen.

## AFGØRENDE SAMARBEJDSPROCES

Samarbejdet mellem borgere og ergoterapeuter viste sig også at have stor betydning for borgernes oplevelse af overføringsværdi. Når der i samarbejdet mellem borger og ergoterapeut blev defineret aktivitetsbaserede mål for genoptræningen, for eksempel med udgangspunkt i aktivitetsproblematikker identificeret i COPM, havde borgerne lettere ved at se en sammenhæng mel-



### MODELLEN FOR OVERFØRING



*Holdt, Kaas, Mose og Skaarup, Juni 2009*

lem de øvelser, de udførte på holdet, og de forbedringer, de oplevede i hverdagslivet.

#### **BORGERINDDRAGELSE ER ET NØGLEORD**

Igennem samtale med borgerne og ergoterapeuterne blev vi opmærksomme på, at der er en stor udfordring forbundet med borgerinddragelse.

Det var ikke alle borgere, der opfattede deres egen viden og mening som værende værdifuld i relation til genoptræningen. Der ligger altså en udfordring i og et professionelt ansvar for at støtte borgernes oplevelse af medbe-

stemmelse som værende væsentlig og legitim i rehabiliteringsforløbet. Borgerinddragelse bliver dermed et nøgleord, når overføringsværdien fra holdtræning til hverdagslivet skal lykkes.

Vi kunne konstatere, at det er fremmende for overføringsværdien, når borgerne bliver direkte inddraget i tilrettelæggelsen af træningens indhold, og når ergoterapeuterne kontinuerligt taler med borgerne om deres hverdagsliv samt relaterer genoptræningen på hold til borgernes hverdagsliv. Hvis formålet med genoptræningen ikke er tydelig for borgerne, bliver det hæmmende for overføringsværdien, fordi de

får svært ved at relatere træningen til de aktivitetsproblematikker, de oplever i hverdagslivet.

#### **SOCIALE RELATIONER HAR BETYDNING**

Ergoterapeuterne lagde værdi i borgernes mulighed for socialt samvær til holdtræningen, hvilket borgerne også beskrev som værende vigtigt for motivationen og sammenholdet. De tillagde særligt kaffepausen til træningen stor betydning og fandt det betydningsfuldt, at de i kraft af fællesskabet havde mulighed for at støtte hinanden. Erfaringsudveksling mellem borgerne til



holdtræning vedrørende aktivitetsproblematikker i hverdagen og håndtering af disse er dermed fremmede for overføringsværdien.

Der var forskel på borgernes sociale netværk, og på hvor afhængige de var af deres sociale relationer for at klare dagligdagen. Det viste sig at være fremmede for overføringsværdien, når de pårørende eller andre sociale relationer inddrages i borgernes genoptræningsforløb vedrørende behandling og målsætning. Omvendt vil en hæmmende faktor være, når de pårørende eller andre sociale relationer overtager de aktiviteter, som borgernes genoptræning er rettet imod, hvilket kan forringe motivationen for overføring hos borgerne.

### **FOKUS PÅ AKTIVITETSBASERET GENOPTRÆNING**

Ved formidlingen af projektets resultater opfordrede vi de involverede ergoterapeuter til at bruge naturlige og meningsfulde aktiviteter i den ergoterapeutiske intervention, hvad enten denne måtte foregå individuelt eller på hold. Resultaterne peger mod, at en mere aktivitetsbaseret genoptræning fremmer borgernes opfattelse af overføringsværdi, hvilket forhåbentlig kan give anledning til implementering af en mere aktivitetsbaseret genoptræning i praksis.

### **KVALITETSUDVIKLING EN KONTINUERLIG PROCES**

Vi anser projektets resultater for relevante i forbindelse med den fortsatte kvalitetsudviklingsproces af sundhedsvæsenets ydelser. Vi mener, at projek-

tets resultater kan bidrage til debatten om genoptræningsplanernes indhold og udmøntning med et kvalitativt borgerperspektiv. Indsigt i projektet kan give mulighed for refleksion og diskussion i relation til egen praksis, hvilket kan bidrage til udvikling af den eksisterende ergoterapeutiske praksis. Dette

ved at sætte mere fokus på formålet med genoptræningen samt aktivitets- og deltagelsesperspektivet frem for fokusering på kroppens fysiske funktioner.

Se litteraturliste på [www.etf.dk](http://www.etf.dk)

### **RESUMÉ**

Bachelorprojektet er et praksisforskningsprojekt, der tager udgangspunkt i et samarbejde mellem ergoterapeutuddannelsen i Odense og Odense kommune. Formålet er at opnå viden om borgernes oplevelser af holdtræning, og der undersøges hvilke fremmede og hæmmende faktorer, der kan påvirke borgernes overføringsværdi fra holdtræningen til hverdagslivet med henblik på udvikling af den ergoterapeutiske praksis.

**Kontakt:** Marie Kaas, [mkaas@ofir.dk](mailto:mkaas@ofir.dk)

### **FAKTABOKS**

#### **Fremmede faktorer for overføringsværdien fra holdtræning til hverdagslivet**

- Brug af naturlige aktiviteter med ægte genstande i genoptræningen
- At der i samarbejdet mellem borger og ergoterapeut defineres aktivitetsbaserede mål for genoptræningen, for eksempel med udgangspunkt i aktivitetsproblematikker identificeret i COPM
- At borgerne bliver direkte inddraget i udarbejdelsen af træningens indhold
- At ergoterapeuterne kontinuerligt taler med borgerne om deres hverdagsliv og relaterer holdtræningen til borgernes hverdagsliv
- At de pårørende eller andre sociale relationer inddrages i borgernes genoptræningsforløb vedrørende behandling og målsætning
- Erfaringsudveksling mellem borgerne til holdtræning vedrørende aktivitetsproblematikker og håndtering af disse dannelsesforskning, pædagogik og pædagogisk praksis. Hans Reitzels Forlag

#### **Hæmmende faktorer for overføringsværdien fra holdtræning til hverdagslivet**

- At genoptræningen overvejende består af øvelser, der har fokus på at mindske dysfunktioner
- Når formålet med genoptræningen ikke er tydeligt for borgerne
- Når de pårørende eller andre sociale relationer overtager de aktiviteter, som borgernes genoptræning er rettet imod