

REHPA

Videncenter for
Rehabilitering og Palliation



PRAKSISBESKRIVELSER FORSKNINGSKLINIK REHPA

- Standard rehabiliteringsforløb for mennesker med eller efter kræft



REHPA

Videncenter for
Rehabilitering og Palliation

**Praksisbeskrivelser – Forskningsklinik REHPA.
Standard rehabiliteringsforløb for mennesker med eller efter kræft.**

Redaktion: Annette Rasmussen, Eva Jespersen, Tina Backmann & Lene Jarlbæk

Copyright©2020 REHPA, Videncenter for Rehabilitering og Palliation

Mindre uddrag, herunder figurer, tabeller og citater, er tilladt med tydelig kildeangivelse.
Skrifter, der omtaler, anmelder, citerer eller henviser til nærværende, bedes sendt til REHPA.

Design: Company:k
Foto: Fotograf Finn Brøndum, fotograf Nils Lund og REHPA
Tryk: Print & Sign, SDU
Oplag: 200 stk.

ISBN: 978-87-93356-43-6 (trykt udgave)
ISBN: 978-87-93356-44-3 (online)

REHPA, Videncenter for Rehabilitering og Palliation
Vestergade 17
5800 Nyborg
Telefon 21 81 10 11
Mail: rehpa@rsyd.dk
www.rehpa.dk

Rapporten er fagligt godkendt af videncentrets medarbejdere og eksternt reviewet.
Udarbejdelsen af og baggrunden for rapporten fremgår af forordet.

Rapporten kan downloades fra www.rehpa.dk.

Redaktion- og forfatterpræsentationer



Annette Rasmussen
Sygeplejerske, klinisk leder
Cand.cur.
REHPA, Videncenter for
Rehabilitering og Palliation



Marianne Boll Kristensen
Ph.d.-studerende, klinisk diætist
Cand.scient.
Ernærings- og Sundheds-
uddannelsen, Københavns
Professionshøjskole og REHPA,
Videncenter for Rehabilitering og
Palliation



Dorthe Søsted Jørgensen
Sygeplejerske
Master i Sundhedsantropologi
REHPA, Videncenter for
Rehabilitering og Palliation



Mette Tikjøb Grymer
Sognepræst
Cand.theol.
Nyborg Kirke



Eva Jespersen
Fysioterapeut
Ph.d.
REHPA, Videncenter for
Rehabilitering og Palliation
og Forskningsenheden for
Rehabilitering, Odense
Universitetshospital



Nina Rottmann
Psykolog
Lektor, ph.d.
REHPA, Videncenter for
Rehabilitering og Palliation og
Institut for Psykologi, Syddansk
Universitet



Graziella Zangger
Fysioterapeut,
Cand.scient.san.
REHPA, Videncenter for
Rehabilitering og Palliation



Rikke Tornfeldt Martens
Fysioterapeut, MSA
Master i Sundhedsantropologi
Efteruddannelser i neurofysioterapi,
medicinsk træningsterapi,
pilatesinstruktør og personlig træner
REHPA, Videncenter for
Rehabilitering og Palliation



Jan Tofte
Socialrådgiver
Efteruddannelser i kognitive
behandlingsformer og
arbejdsmarkedsforhold
REHPA, Videncenter for
Rehabilitering og Palliation



Susan Dybkjær Johansson
Fysioterapeut, yogalærer og
mindfulness instruktør
REHPA, Videncenter for
Rehabilitering og Palliation



Lene Jarlbæk
Læge
Ph.d., overlæge, onkolog
REHPA, Videncenter for
Rehabilitering og Palliation



Tina Backmann
AC-konsulent, fysioterapeut
Cand.scient.san.
REHPA, Videncenter for
Rehabilitering og Palliation

KLINISK INDSATS 16: Afslutning på ophold

Dorthe Søsted Jørgensen

Program for 5-dagesopholdet

MANDAG	TIRSDAG	ONSDAG	TORSdag	FREDAG
7.45-8.15 Morgenmad				
Hver morgen 8.45 Morgensamling				
9.45-10.15 Ankomst til REHPA og indkvartering	9.00-10.30 Valgfri session Hvad med arbejdslivet? v. socialrådgiver	9.00-12.00 Min fysiske form Test og introduktion v. testholdet	9.00-11.30 Kræft og psyke v. psykolog	9.00-10.00 Krop og bevægelse v. fysioterapeut
10.45-11.15 Velkomst og introduktion v. forløbsleder	10.45-12.00 Træthed v. sygeplejerske		10.30-11.30 Krop og bevægelse fortsat	9.00-10.15 Træning efter dagbog v. fysioterapeuterne
11.15-12.00 Walk and talk				9.00-10.30 Valgfri session: Mad og måltider eller Intimitet og seksualitet v. sexolog
				10.45-12.15 Valgfri session Mad og måltider eller Intimitet og seksualitet v. sexolog
				11.00-12.15 Træning efter dagbog v. fysioterapeuterne
				09.00-10.00 Motivation og forandringsprocesser v. socialrådgiver
				10.30-11.10 Min handleplan
				11.10-12.00 Gruppedialog om handleplan
12.00 Frokost (torsdag kl. 12.15)				
13.00-14.15 Fælles præsentation	13.00-16.00 Min fysiske form Test og introduktion v. testholdet	13.00-14.15 Træthed v. sygeplejerske	13.00-14.00 Krop og bevægelse v. fysioterapeut	13.00-15.30 Kræft og psyke v. psykolog
14.45-16.15 Søvnbesvær v. sygeplejerske		14.45-16.15 Valgfri session Hvad med arbejdslivet? v. socialrådgiver	14.30-15.30 Krop og bevægelse fortsat	13.00-17.00 Massage og Individuelle samtaler
17.45-18.00 Velkomst v. aftenværtinde				
				12.45-13.00 Check ud fra værelser
				13.15-14.00 Afslutning og på gensyn
				14.00 Afrejse
18.00 Aftensmad				
19.30-21.00 Musik og sang	19.30-21.00 At være menneske v. præst		20.00 Gåtur/spilleaften/filmaften	

Program for 2-dagesopfølgningen

TIRSDAG	ONSDAG
	7.30-8.15 Morgenmad
9.45-10.15 Ankomst til REHPA og indkvartering	8.45-9.00 Morgensamling og intro til individuelle samtaler
10.45-11.00 Velkommen, praktiske oplysninger og præsentation af program	9.00-10.30 Individuelle samtaler
11.00-12.00 "Siden sidst" v. forløbsleder	9.00-10.15 Yoga og mindfulness v. fysioterapeut
	10.45-12.00 Yoga og mindfulness v. fysioterapeut
	10.30-12.00 Individuelle samtaler
12.00 Frokost	
13.00-14.30 'Livet i bevægelse' Samtalegruppe v. psykolog	13.00-13.15 Check ud fra værelser
15.00-16.30 Min fysiske form Fysisk test v. testholdet	13.15-14.00 Min videre vej og farvel for denne gang
18.00 Aftensmad	

Baggrund

Hvert ophold afrundes med en afslutningsseance, hvor deltagerne, som ved præsentationsrunden på første dag, igen samles.

Sessionen giver mulighed for refleksion over forløbet: Udbyttet af viden – og læringsdelen; hvad har jeg lært og kan jeg noget nu, som jeg ikke kunne før? Samtidig er det ved afslutningen, at tanker, om det at komme hjem til hverdagen, får mulighed for at blive taget op, hvor nyerehvervet 'viden' og 'kunnen' tilskrives mening og kan bringes i funktion i hjemmet. Også relationelle aspekter deltagerne imellem, og betydningen af disse, adresseres.

Netop hverdagslivet, som deltagerne skal vende hjem til, er et fokusområde i afslutningen. Deltagerne er introduceret til, forventelig, ny viden og har fået mange erfaringer og skal nu hjem og teste, om deres forventede handlekompeterencer og tro på egne evner til at skabe forandring rækker. Dette i en grad, så det er muligt for dem at arbejde videre med de fysiske, psykiske, sociale og eksistentielle aspekter af rehabilitering.

At deltage i sociale fællesskaber er en aktiv proces, hvor engagement og samspil får betydning for de involveredes oplevelse af mening (Wenger, 2004). Det fysiske fælleskab ophører, idet deltagerne forlader rehabiliteringskonteksten, og deltagerne går fra én 'handlesammenhæng' til en anden, nemlig den hjemlige. Handlesammenhænge er lokale, afgrænsede kontekster, og nogle byder på flere muligheder for deltagelse og relationer med andre (Kruse, 2018).

Rehabiliteringsopholdet er en afgrænset handlesammenhæng og adskiller sig fra deltagernes øvrige handlesammenhænge. Det kan for nogen være svært at anvende ny viden og erfaringer i de hjemlige handlesammenhænge, hvor støtten fra mulige pårørende/netværk kan variere (Kruse, 2018). Det er nogle af disse refleksioner, som afslutningen kan give rum til.

Formål

- At give deltagerne mulighed for mundtligt at reflektere over, hvad de har lært, hæftet sig ved, tilskrevet mening.
- At italesætte handlesammenhængenes forskellighed og betone vigtigheden i at finde støtte om muligt.
- At give deltagerne mulighed for mundtligt at evaluere ophold og forløb.
- At tilbyde deltagerne en ramme for at tage afsked ved 5-dagesopholdet eller mere permanent ved 2-dagesopfølgningen, hvor forløbet afsluttes.

Indhold

Sessionen faciliteres af forløbslederen, som sætter rammen som en mere uformel gruppesamtale. Første dag vælger deltagerne et billedkort, som siger noget om, hvad de håber på at kunne, når forløbet er slut. Refleksioner, over hvor langt deltagerne er nået i denne proces, tages med i afslutningen. Med baggrund i viden om, at det kan være svært at komme hjem i en anden handlesammenhæng med andre, starter forløbslederen med at stille spørgsmål og heri anlægge en tone om sessionen som et refleksivt rum.

Refleksionerne vil ofte indeholde tanker om:

- at skulle hjem til hverdag og families muligheder og forventninger
- at komme hjem uden familie/netværk
- at skulle i gang med det, man har planlagt
- at formidle oplevelser og erfaringer til familie/netværk
- at savne samme forståelser i familie/netværk, som i gruppen på REHPA.

Afslutningen indeholder også spørgsmål, som relaterer sig til indhold og udbytte af opholdet:

- Har du fået det ud af opholdet, som du gerne ville?
- Hvad tager du i særlig grad med herfra?

Der kan her føres en tråd tilbage til præsentationsrunden, hvor ønsker for udbytte blev fremsagt. Når alle har fået mulighed for at komme til orde, afrunder forløbslederen med at reflektere over deltagernes udsagn og fremhæver områder, der særligt træder frem. Slutteligt indsamles evalueringsskemaerne, og der siges et fælles farvel. Ofte har deltagerne ønsket etablering af en Facebook-gruppe, hvilket er faciliteret ud fra gældende GDPR praksis.

Tids- og læringsrum

Sessionen foregår på henholdsvis 5- og 2-dagesopholdenes sidste dag, lige inden deltagerne tager hjem. Stolene i rummet er placeret i en rundkreds, og deltagerne tager en tilfældig plads.

Kompetencer

Sessionen varetages af forløbslederen for det pågældende hold. Forløbslederne har særlige kompetencer i forhold til sundhedspædagogisk virksomhed samt grundlæggende terapeutiske kompetencer. Alle har social- og/eller sundhedsuddannelse på professionsbachelorniveau som minimum og gerne med akademisk videreuddannelse.

Referencer

Kruse, E.-M. R. (2018). *Tilbage til hverdagen: En kvalitativ undersøgelse af sociale relationers betydning i kræftrehabilitering*. Institut for Psykologi, SDU. Kandidatspeciale, ikke publiceret materiale.

Wenger, E. (2004). *Praksisfællesskaber: læring, mening og identitet*. København: Hans Reitzel.

REHPA

Videncenter for
Rehabilitering og Palliation

Vestergade 17
5800 Nyborg
Telefon 21 81 10 11
Mail: rehpa@rsyd.dk
www.rehpa.dk



[linkedin.com/company/rehpa](https://www.linkedin.com/company/rehpa)



twitter.com/REHPA_DK



facebook.com/REHPA.DK