

REHABILITERINGSPSYKOLOGI

– EN INTRODUKTION TIL OG AKTUEL STATUS PÅ FELTET I DANMARK

Chalotte Glintborg¹, Cecilie Marie Schmidt Thøgersen²
& Tia G.B. Hansen³

Internationalt har rehabiliteringspsykologi eksisteret i mere end 50 år, men det er endnu et ungt forsknings- og praksisområde i Danmark. Den første omfattende brug af begrebet på dansk kom i 2015 med ph.d.-afhandlingen "Grib mennesket" (Glintborg, 2015). Siden har feltet været i vækst og blandt andet påvirket nationale anbefalinger på handicapområdet med forstærket fokus på de psykosociale aspekter. Artiklen introducerer rehabiliteringspsykologien og giver en aktuel status på feltet i Danmark.

Nøgleord: rehabiliteringspsykologi, rehabilitering, psykosocial, psykoterapi.

Keywords: rehabilitation psychology, rehabilitation, psychosocial, psychotherapy.

1. Introduktion til rehabiliteringspsykologien

Når et menneske rammes af alvorlig sygdom, bør der ikke kun være fokus på de somatiske symptomer og følger, men også på de psykologiske konsekvenser ved at blive ramt af svær sygdom. At livet pludselig forandres af sygdom, kan betragtes som et traume. Det, at skulle leve et liv, der pludselig er forandret, og at skulle forson sig med midlertidigt eller varigt nedsatte

1 Chalotte Glintborg, ph.d., lektor i rehabiliteringspsykologi. Center for Developmental and Applied Psychological Science, Institut for Kommunikation & Psykologi, Aalborg Universitet. cgl@ikp.aau.dk

2 Cecilie Marie Schmidt Thøgersen, cand.psych., er ph.d.-studerende samme sted. ceciliemst@ikp.aau.ku

3 Tia G.B. Hansen, ph.d., er lektor i kognitionspsykologi samme sted. tia@ikp.aau.dk

funktioner, kan afstedkomme psykologiske reaktioner, som f.eks. depression, nedsat livskvalitet og skam. Det er derfor vigtigt at forstå de psykologiske processer, der er forbundet med at få og leve med en kronisk eller læn- gerevarende sygdom, og det er vigtigt, at der i rehabiliteringsindsatser indgår adressering af de psykologiske konsekvenser, det kan medføre.

Rehabiliteringspsykologi har udviklet sig gennem de sidste 60 år, primært i USA, men også i europæiske lande som Tyskland, Norge og Sverige. En af de mest anerkendte definitioner på rehabiliteringspsykologi stammer fra American Psychological Association og lyder som følger:

”Rehabiliteringspsykologi er et specialområde inden for psykologien, som fokuserer på studiet og anvendelsen af psykologisk viden og kompetence i forhold til personer med en funktionsevnededsættelse eller med kroniske sygdomme. Formålet er at fremme sundhed og velfærd, uafhængighed og valg, funktionsevne og social deltagelse gennem hele livet.”
(American Psychological Association, 2015 – egen oversættelse).

2. Rehabiliteringspsykologiens snitflader med beslægtede psykologiske specialer

Rehabiliteringspsykologi er nært beslægtet med eksempelvis neuropsykologi og sundhedspsykologi, men adskiller sig dog på en række områder og udgør derfor et selvstændigt psykologisk speciale i flere europæiske lande og i USA – dog endnu ikke i Danmark.

Neuropsykologers primære område er i sagens natur neurologiske lidelser, og deres ærinde i den akutte og subakutte fase er især at frembringe viden om de rantes kognitive funktionstilstand og at bidrage til rehabilitering af kognitive funktioner, hvor det er muligt. Rehabiliteringspsykologien trækker i højere grad på almenpsykologiske principper, og rehabiliteringspsykologer fokuserer på at støtte sygdomsramte og pårørende i at leve med forandrede livsomstændigheder, herunder at håndtere traume- eller krisetilstande gennem f.eks. samtaleforløb. Rehabiliteringspsykologi adskiller sig også fra sundhedspsykologi, idet denne beskæftiger sig med, hvordan psykologiske, sociale, kulturelle og adfærdsmæssige faktorer generelt hænger sammen med sundhed og sygdom, eksempelvis hvad livsstil betyder for sundheden.

3. Rehabiliteringspsykologi som del af det interdisciplinære felt rehabilitering

Væksten indenfor rehabiliteringspsykologi skyldes hovedsageligt udvikling af teknologier (operative og medicinske), der medfører, at flere end tidligere

overlever svære sygdomme og traumatiske begivenheder. I takt med det stigende antal overlevende, stiger også forekomsten af traumereaktioner og emotionelle følger. Den stigende gennemsnitlige levealder er en anden faktor, idet øget levealder betyder, at vi vil se flere aldersrelaterede mentale og emotionelle tilstande, der kalder på rehabiliteringspsykologi, f.eks. demens. Fælles for mange funktionsnedsættelser og sygdomme er, at de påvirker personens hverdagsliv og familie og kan resultere i psykosociale følger. Ifølge Brown et al. (2008) kan der arbejdes for disse målgrupper med brug af almenpsykologiske principper og rehabiliteringspsykologiske interventioner.

Rehabiliteringspsykologi bygger på en biopsykosocial forståelse af sundhed, den såkaldt biopsykosociale model (Engel, 1977), der oftest operationaliseres ved hjælp af WHO's International Classification of Functioning, Disability and Health (ICF). Selvom denne anvendes som referenceramme for rehabilitering i Danmark, synes den psykosociale del af modellen fortsat underudviklet i forhold til dens fulde potentiale. Det er netop denne del, rehabiliteringspsykologien kan bidrage med. Rehabiliteringspsykologer kan være involveret i en række interventioner: tilbyde psykoterapi, reducere stress, forbedre livskvalitet, reducere katastrofetænkning, arbejde med normalisering af reaktioner og tilbyde psykoedukation undervejs i et rehabiliteringsforløb.

Ofte sker rehabilitering i et interdisciplinært samarbejde. Anvendelsen af rehabiliteringspsykologiske teorier er dermed ikke eksklusivt for psykologer, men kan med fordel inddrages af andre relevante fagområder i den tværfaglige rehabilitering, blandt andet medicin, sygepleje, fysio- og ergoterapi samt af sociale og pædagogiske faggrupper. Netop dette interdisciplinære felt af rehabilitering er nationalt såvel som internationalt fortsat underbelyst. Derfor er der brug for mere forskning og praksisviden om, hvordan andre faggrupper kan bidrage med rehabiliteringspsykologiske indsatser inden for rammerne af deres respektive faglige kompetencer.

4. Rehabiliteringspsykologiens status i Danmark

Startskuddet for indførelsen af rehabiliteringspsykologien i Danmark var ph.d.-afhandlingen "Grib Mennesket" (Glintborg, 2015; Glintborg & Hansen, 2016). I undersøgelsen indgik fire nordjyske kommuner (82 borgere og 40 pårørende), og det blev tydeligt, at de psykosociale følger efter en hjerneskade blev utilstrækkeligt adresseret hos både ramte og deres nære pårørende.

Hvis vi fortsat anskuer rehabilitering ud fra en biomedicinsk genoptræningsoptik, vil vi også fortsat kun være i stand til at yde fysiske, kognitive og praktiske indsatser til personer med behov for rehabilitering.

Projektet "INDTRYK & UDTRYK" var et nationalt udviklingsprojekt inden for hjerneskaderehabilitering og støttet af Sundhedsstyrelsen (2019-

2021). Projektets formål var systematisk at undersøge tilfredsheden med rehabiliteringen hos personer med hjerneskade efter eksempelvis sygdom eller ulykke, samt hos deres pårørende. Analysen viste blandt andet, at både personer med erhvervet hjerneskade og pårørende har et ønske om i højere grad at få talt om de svære følelser (Glintborg, 2021). Rehabiliteringspsykologiske interventioner vil kunne håndtere og løse de psykosociale udfordringer, som f.eks. en kronisk eller længerevarende sygdom medfører for den ramte og dennes pårørende.

På Aalborg Universitet arbejdes der forsknings- og uddannelsesmæssigt med konsolidering af rehabiliteringspsykologien. I 2015 blev det første kandidatprogram i rehabiliteringspsykologi oprettet under betegnelsen Klinik for Handicap og Rehabiliteringspsykologi (KHARE, https://www.cedaps.aau.dk/klinik_uddannelse/khare/). KHARE er et professionsprogram på kandidatdelen af psykologiuddannelsen på Aalborg Universitet, og programmet har et tæt forsknings- og praksisfællesskab med Hjerneskadecenteret i Aalborg, hvor også KHARE-klinikken ligger.

Den første dansksprogede grundbog i rehabiliteringspsykologi udkom i 2020, og i maj 2021 blev Videnscenter for Psykologisk Rehabilitering og Interdisciplinært Samarbejde (VIPRIS, <https://www.cedaps.aau.dk/research/khare/vipris/>) etableret. VIPRIS er et samarbejde mellem det specialiserede socialområde i Region Nordjylland, og KHARE ved Aalborg Universitet. Siden 2021 har Aalborg Universitet også udbudt ”Introduktion til Rehabiliteringspsykologi” som et efter- og videreuddannelsesmodul på kandidatniveau.

Den øgede opmærksomhed på feltet ses også i andre landsdele. I 2021 åbnede det nye Videnscenter for Neurorehabilitering (VNR) på Rigshospitalet. Her arbejder man med vidensformidling og praksisnær forskning, der omhandler patienter med erhvervet hjerneskade eller rygmarvsskade. Konsekvenserne efter en erhvervet hjerneskade eller rygmarvsskade kan være mange og have stor indflydelse for både den ramte og de pårørende. Forskningsgruppen i VNR arbejder derfor helhedsorienteret og undersøger konsekvenserne af en skade på hjerne eller rygmarv på tre niveauer: individniveau, familieniveau og samfundsmæssigt niveau. Aktuelt er der på VNR aktive forskningsprojekter med afprøvning af familieterapeutiske interventioner (<https://www.rigshospitalet.dk/afdelinger-og-klinikker/neuro/VNR/Sider/default.aspx>).

På Syddansk Universitet findes Videncenter for Rehabilitering og Palliation, REPHA. REHPAs forskningsklinik arbejder med at udvikle forskningsbaseret viden om helhedsorienterede indsatser inden for rehabilitering og palliation for mennesker med livstruende sygdomme. Et standardrehabiliteringsforløb for kræfttramte består ved REHPA's forskningsklinik af et fem dages ophold på klinikken, efterfulgt af tolv ugers hjemmearbejde og derefter to dages opfølgning på klinikken. Personalemæssigt inkluderes også rehabiliteringspsykologer (<https://www.rehpa.dk/udgivelser/rehpa-rapporter/>).

Nationalt ses således flere initiativer, der sætter fokus på øget adressering af det psykosociale perspektiv som en del af rehabiliteringen, og i 2022 udkommer ”Hvidbog II om Rehabilitering”. Heri præsenteres en ny definition af rehabiliteringsbegrebet, som i højere grad end tidligere har fokus på hverdagslivet og det gode liv/livskvalitet.

Rehabilitering er målrettet personer, som har eller er i risiko for at opleve begrænsninger i deres fysiske, psykiske, kognitive og/eller sociale funktionsevne og dermed i hverdagslivet.

Formålet med rehabilitering er et meningsfyldt liv med bedst mulig aktivitet og deltagelse, mestring og livskvalitet.

Rehabilitering er en samarbejdsproces mellem en person, pårørende, professionelle og andre relevante parter.

Rehabiliteringsindsatser er målrettede, sammenhængende og vidensbaserede med udgangspunkt i personens perspektiver og hele livssituation.

Kilde: ”Hvidbog om Rehabilitering 2.0”, under udgivelse.

Nationalt vinder rehabiliteringspsykologien således frem, og i dette særnummer af Psyke & Logos samles bidrag fra nogle af forskerne, der beskæftiger sig med feltet. Vi hilser bidragene velkomne og ønsker god læselyst.

5. Temanummerets bidrag

Artiklerne i dette nummer præsenterer en række danske eksempler og perspektiver på rehabiliteringspsykologi. Både somatiske og psykiske sygdomme er repræsenteret. Mens alle artikler behandler en problemstilling, der kan anses for at være central i rehabiliteringspsykologisk sammenhæng, har nogle af artiklerne en tilgang til forståelse og intervention, der stammer fra andre dele af psykologien eller fra et andet fag. Det giver nummeret en vis bredde. Hovedparten af artiklerne er dog rehabiliteringspsykologiske i såvel tilgang som problemstilling, hvilket giver kontinuitet i forhold til feltet, og læseren får mulighed for at lære feltet at kende.

Nummeret indledes med Cecilie Marie Schmidt Thøgersens systematiske review, *Psykologisk intervention til personer med erhvervet hjerneskade*, der søger at belyse effekt og betydning af 3. bølge kognitiv-adfærdsterapeutiske interventioner til personer med erhvervet hjerneskade. Psykoterapeutiske forløb til borgere med erhvervet hjerneskade er en ret ny type rehabiliterende indsats, hvorfor der findes begrænset forskning på området.

Ida Hejlesen og Chalotte Glintborg sætter i artiklen *Tilbagevenden til arbejde og identitetsrekonstruktion efter erhvervet hjerneskade* fokus på identitetstab og rekonstruktion af identitet, som kan følge efter erhvervet hjerneskade og udgøre en af de helt store psykosociale udfordringer efter skaden. Artiklen belyser, hvilken betydning tilbagevenden til arbejde kan have for rekonstruktion af identitet efter erhvervet hjerneskade. Identitet forstås her ud fra en narrativ tilgang, der lægger vægt på den betydning, som sproget, kontekstuelle og relationelle processer har for identitetsrekonstruktion

Katrine W. Rasmussens, Christian Ø. Knudsens og Anne Norups artikel *Livskvalitet efter erhvervet hjerneskade – Sammenhæng mellem livskvalitet og funktionsniveau* præsenterer en empirisk followup-undersøgelse af patientdata fra Rigshospitalets Afdeling for Hjerneskader. Formålet var at undersøge 145 danske patienters livskvalitet en til tre år efter moderat til svær erhvervet hjerneskade samt sammenhængen mellem livskvalitet og funktionsniveau. Studiets resultater indikerer, at en funktionsnedsættelse har størst indflydelse på livskvaliteten den første tid efter skaden, mens den får mindre indflydelse over tid.

Hana Malá Rytter sætter fokus på hjernerystelse (commotio cerebri) i *Hjernerystelse og rehabilitering af langvarige symptomer efter hjernerystelse*, som udgør op til 90 % af alle hovedtraumer. Adskillige præ-, peri- og postmorbide faktorer har betydning for prognosen. Forskning i behandling af langvarige symptomer efter hjernerystelse er fortsat i sin spæde start, og kun få studier er veludførte med et stærkt design. Men der synes at være lovende resultater, hvor indsatser rettet mod psykologiske faktorer kan reducere den samlede symptombyrde, forbedre emotionelle symptomer og have positiv indvirkning på livskvalitet.

Støtte til pårørende er en voksende del af rehabiliteringspsykologien. Cecilie Marie Schmidt Thøgersen, Lærke B. Back, Pernille L. Nielsen, Anna S. Møller og Chalotte Glintborg undersøger i *At finde hinanden igen – En kvalitativ undersøgelse af pars oplevelser af parsamtaler* oplevelsen af parsamtaler i familier, hvor en person er ramt af erhvervet hjerneskade. Studiet bygger på interviews med par, der modtog terapeutiske samtaler i forbindelse med helhedsorienteret rehabilitering på et døgnbaseret rehabiliteringstilbud.

Lis D. Hammond præsenterer i artiklen *Integrative Model of Adjustment to Chronic Condition (IMACC) – En biopsykosocial transitionsmodel* sin model for kroniske tilstande. Modellen er et forsøg på at lancere en integrativ teoretisk forståelse af de biopsykosociale transitionsprocesser, der forekommer, når personer rammes af længerevarende sygdom og/eller funktionsevnenedsættelse og skal forsones sig med en ny livssituation.

Anne Maj Nielsens bidrag *Psykotераpeutisk rehabilitering ad forældre til unge anoreksi* benytter autoetnografisk metode til at belyse et terapeutisk forløb med en mor til en person med spiseforstyrrelse. Forløbets kybernetiske tilgang og omfattende længde er ikke typisk for rehabiliteringspsykolo-

gi, men problemstillingen, pårørendebehov for terapeutisk støtte, er typisk. Artiklen søger at fremanalysere nogle pointer af mere generel relevans.

Ulla J. Setterberg præsenterer et casestudie i *At blive et helt menneske med en hjerneskade – Guided Imagery and Music (GIM) som psykoterapeutisk metode til mennesker med erhvervet hjerneskade i et regionalt rehabiliteringstilbud*. Artiklen fokuserer på betydninger af ”de personlige faktorer”, som er beskrevet i International Classification of Functioning, Disability and Health (ICF), for den enkeltes gennemlevelse af krisereaktioner og livsforandringer i rehabiliteringsforløbet. Musikken i GIM kan stimulere indre billeddannelse og kropslige sansninger. Billeder, metaforer og kropslige sansninger hjælper med at bevidstgøre og sætte ord på processer, der ellers kan være svære at gøre eksplicitte og svære at tilgå.

Aase Marie Ottesen argumenterer i artiklen *Målrettet brug af sang, musik og musiske elementer som psykosocial metode i demensrehabiliteringsindsatsen* for, at der er behov for at udvikle psykosociale metoder, der kan medvirke til at personer med demens får et tåleligt og værdigt liv trods sygdommens uundgåelige udvikling. Artiklen præsenterer et aktionsforskningsprojekt med fokus på brugen af sang og musik som kommunikativ interventionsform og psykosocial metode hos personer med demens, med det formål at forebygge udadreagerende adfærd og vanskelige plejesituationer.

Nummerets sidste artikel blev indsendt som bidrag ”under strengen” (dvs. uden for nummerets tema, rehabiliteringspsykologi), men problemstillingen ligger tæt på rehabiliteringspsykologi, skønt tilgangen ikke gør. Annette Esbensen spørger i *Hvilke forestillinger har børn med sproglige vanskeligheder om deres sproglige færdigheder?* hvordan sproglig udviklingsforståelse (DLD) tager sig ud fra barnets perspektiv, og hun anlægger en psykoanalytisk tilgang i sine fortolkninger af tegninger og udsagn fra tre børn med DLD.

6. Referencer

- American Psychological Association (n.d.). *Rehabilitation psychology – Life fully realized*. <https://division-rehabpsych.squarespace.com/>
- Brown, K.S., Deleon, P.H., Loftis, C.W. & Scherer, M.J. (2008). Rehabilitation Psychology: Realising the true potential. *Rehabilitation Psychology* 53(2), 111-121. <https://doi.org/10.1037/0090-5550.53.2.111>
- Engel, G.L. (1977). The need for a new medical model: A challenge for biomedicine. *Science*, 196(4286), 129-136. <https://doi.org/10.1126/science.847460>
- Glintborg, C. (2015). *Grib mennesket. En konceptuel og empirisk undersøgelse af koordineret rehabilitering: objektivt bio-psyko-social udbytte for voksne med erhvervet hjerneskade samt klienters og pårørendes oplevelse af rehabiliteringen med og uden kommunal koordination*. Ph.d.-afhandling. Aalborg: Det Humanistiske Fakultet, Aalborg Universitets Forlag. http://www.hcci.aau.dk/digitalAssets/129/129472_chalotte_glintborg_phd-afhandling.pdf

Glintborg, C. & Hansen, T.G.B. (2016). Bio-psycho-social effects of a coordinated neurorehabilitation programme: A naturalistic mixed methods study. *NeuroRehabilitation* 38, 99-113. DOI:10.3233/NRE-161301

Glintborg C. (2021). *Analyse af kvalitative data indsamlet i forbindelse med projekt INDTRYK & UDTRYK i perioden 1.10.2019 til 1.10.2020*. Upubliceret. <https://doi.org/10.3233/NRE-161301>