

Drømmen om forskningsprojektet blev født for flere år siden

Kimen til forskningsprojektet blev lagt tilbage i 2015 med et pilotprojekt, hvor 15 tidligere udsendte og PTSD-ramte deltog i et kombineret pilotstudie og Manuvision-forløb med både behandling, træning, meditation og udvekslinger.

Formålet var at undersøge virkningen af kropsbehandling. Baseret på spørgeskemaer og interviews viste pilotstudiet, at selv med et kort forløb, kunne Manuvision kropsbehandlingen både reducere symptomer, styrke klienternes evne til at håndtere symptomer i dagligdagen og som resultat forbedre den oplevede livskvalitet hos de tidligere udsendte. Med det afsæt voksede visionen om et forskningsprojekt, som for alvor kan sætte kropsterapien på landkortet over blåstemplede behandlingstilbud i Danmark.

Behandlingen påvirker følelser, tanker ... og tid

Forsker i folkesundhedsvidenskab på Københavns Universitet Christina Schnohr stod for de validerede skalaer PROMIS (Patient-Reported Outcomes Measurement Information System), der målte selvvurderet helbred, livskvalitet, aggression, angst, depression, søvn og sociale aktiviteter i pilotstudiet.

- 13 af de 15 deltagere gennemførte behandlingsforløbet.
- 9 af de 13 personer, der gennemførte forløbet oplevede forbedringer i forhold til negative følelser og tankemønstre
- 7 personer oplevede forbedring i forhold til træthed, bekymring, depression og irritation
- 6 personer oplevede forbedring i forhold til sociale kompetencer, søvn og helbred.
- 5 af deltagerne reducerede brugen af medicin, alkohol eller hash (heriblandt 1, der helt stoppede sit misbrug)
- 10 ud af de 13 deltagere oplevede, at det forløbet hjalp dem.

Som supplement blev der også gennemført kvalitative interviews med nogle af deltagerne både dem, der gennemførte, og dem, der faldt fra, for at få et nuanceret billede af de tidligere udsendtes oplevelser undervejs i forløbet.

Deltagerne oplevede, at spændinger, de ikke selv var opmærksomme på, og undertrykte følelser blev forløst. Men den største forandring var, at de tidligere udsendte med PTSD havde forøget deres responstid på negative følelser. Den øgede responstid gjorde dem i stand til bedre at håndtere PTSD-symptomer bedre i hverdagen.