

Gennem øjnene af psykiske kriser

En kortlægning af den oplevede værdi
af psykiatrisk behandling, støtte i hverdagen
samt lokale fællesskaber

PIXI
version

PEER  PARTNERSKABET

2024

Gennem øjnene af psykiske kriser

– den oplevede værdi af psykiatrisk behandling, støtte i hverdagen samt lokale fællesskaber

Når hverdagen holder op med at fungere på grund af en psykisk krise, hvad gør andre som er virksomt og værdifuldt?

En interviewundersøgelse af Mo Dorthea Nørgaard for Peer-Partnerskabet i samarbejde med Klavs Serup Rasmussen, Peer-Partnerskabet

Om rapporten

Rapporten 'Gennem øjnene af psykiske kriser' er en kortlægning af den oplevede værdi af regionale og kommunale indsatser samt deltagelse i civilsamfundet, der baserer sig på ti interviewpersoners erfaringer med kriser og med at komme sig, også kaldet recovery.

Formålet med kortlægningen er at styrke vilkårene for menneskers recovery, ved at øge den gensidige forståelse mellem region, kommune og aktører i civilsamfundet om hvilken rolle man hver især spiller i menneskers tilværelse.

Kortlægningen kan også læses som konkrete eksempler på, hvad recovery og recovery-orientering indebærer i praksis, da der er fundet en tæt overensstemmelse mellem interviewene og centrale temaer i recovery-litteraturen.

Vores håb er, at rapporten kan styrke den tværgående forståelse af, hvilken rolle de forskellige former for behandling og støtte spiller i menneskers tilværelse og recovery.

De ti personer, der er blevet interviewet til rapporten, har alle erfaring med indlæggelser på døgnafsnit i psykiatrien, ambulant behandling og støtte fra det specialiserede voksenområde i kommunerne. Dertil har interviewpersonerne erfaring med beskæftigelsesindsatser samt deltagelse i foreningslivet i civilsamfundet, enten som brugere eller frivillige.

Interviewene er gennemført af en erfaringskonsulent, for at understøtte interviewpersonernes egne forståelser og perspektiver, frem for at spørgsmål og svarene skulle placeres inden for konventionelle faglige forståelsesrammer.

Kortlægningen tager udelukkende udgangspunkt i interviewpersonernes forståelser og oplevelser af, hvad der var værdifuldt for dem. Der er ikke medtaget faglige vurderinger af, hvilke oplevelser og behov der er mest relevante at forholde sig til i overensstemmelse med den tilgang, der ofte anvendes i recovery-forskning (Slade, 2010). Tak til alle, der delte jeres personlige historier og erfaringer.

Tværgående temaer

En væsentlig del af interviewpersonernes erfaringer går på tværs af behandling, støtte og hverdagsliv, og handler om, at den måde, mennesker kommer sig på, ofte ikke svarer til den måde, hjælpesystemerne arbejder på. Som konsekvens oplever interviewpersonerne hyppigt at stå alene med det, som egentlig er vanskeligt, og skulle få tilværelsen til at fungere.

Interviewpersonerne har ikke i væsentlig grad har oplevet koordination og opfølgning på tværs af indsatser. De har derfor selv været ansvarlige for at opsøge behandling og støtte baseret på formodninger om, hvad der kunne gavne deres recovery-proces. Pårørende og netværk tillægges ikke væsentlig betydning i processen med at navigere gennem kriser og videre i ens recovery.

På trods af lejlighedsvis god behandling og støtte, beskriver interviewpersonerne, at den hjælp de har fået samlet set har marginaliseret dem over tid. Samtidig er de, ifølge dem selv, 'nået langt i deres recovery-proces,' hvilket afspejler en central pointe i recovery-litteraturen: At mennesker primært kommer sig 'på trods af' den behandling og støtte, man modtager.

Den regionale psykiatri

I interviewene beskrives det som særdeles værdifuldt, at der i den regionale psykiatriske behandling er nogen, der tager hånd om en, især i de mest akutte situationer, hvor man ikke kan klare sig selv. Det opleves også som værdifuldt at få hjælp til at beskrive den krise, man er i.

I forhold til indholdet af behandlingen er den væsentligste faktor, om den øger eller reducerer følelsen af at stå alene i krisen. Ingen af interviewpersonerne beskriver behandlingen af symptomer som væsentlig. Peer-medarbejdere har skabt vigtige vendepunkter i fleres recovery og opleves som værdifulde i deres kapacitet af at møde ens reelle behov, samt ved at man har følt sig hørt.

Det væsentligste ved den regionale psykiatri var dog en gennemgående erfaring med, at man skulle have det meget dårligt for at få adgang til den, hvorfor regional psykiatrisk behandling ofte ikke var en relevant mulighed.

De kommunale indsatser

Ifølge interviewpersonerne handler den mest værdifulde støtte, man kan få i sin kommune, om at udvikle sine evner, så man i sidste ende kan overtage ansvaret for sig selv og sin fremtid.

Alle interviewpersoner beskriver dog, at hvis man ikke kontinuerligt får det bedre, bliver samarbejdet med kommunen mindre virksomt. Recovery-processer er uundgåeligt svingende, men der beskrives vedvarende erfaringer med manglende fleksibilitet i samarbejdet med kommunen til at rumme dette, hvilket typisk bidrager til forværring.

Som noget nyt kaster kortlægningen lys over den tætte sammenhæng mellem værdien af de kommunale indsatser og ens egen kapacitet til at klæde medarbejderne på til at arbejde med det, som kan gøre en meningsfuld forskel for en. At få den rette hjælp, handler i høj grad om at kunne kommunikere sine behov og erfaringer til medarbejdere.

Endelig nævner alle interviewpersonerne mødet med *den helt særlige medarbejder*, der gennem respekt, tillid og realistiske forventninger havde hjulpet dem i deres recovery. Dette møde beskrives som tilfældigt, men kortlægningen taler for, at der er en systemisk faktor på spil.

Deltagelse i civilsamfundet

Civilsamfundet har for alle interviewpersoner spillet en betydningsfuld rolle i deres recovery, ved at være noget at stå op til og en vej til at føle sig mindre isoleret. Samtidig beskrives civilsamfundet som unikt ved at være gensidigt og gøre det muligt at bidrage med ens stærke sider alt efter ens overskud.

Frivilligheden er en arena, hvor man kan træde ind i nye roller, der skaber læring og indsigt i ens situation, hvilket beskrives som vigtigt for at styrke ens identitet og handlekraft. Disse forandringer er særligt udtalte, når man er sammen med andre, som også har erfaring med psykisk sårbarhed og psykiske lidelser.

At frivilligheden er frivillig, betyder dog også, at det er helt op til en selv, om man lykkes med deltagelse, og der var bred enighed blandt interviewpersonerne om, at det kræver et betydeligt personligt initiativ at deltage i civilsamfundet.

Konklusion og perspektivering

Konklusionen på kortlægningen er, at den mest værdifulde forandring, der kan skabes, er, at mennesker i krise ikke er så alene med lige netop det, man har mest brug for hjælp til. Både interviewpersonerne og forskningslitteraturen beskriver, hvordan denne samarbejdsrelation kan fungere.

Dernæst viser kortlægningen de mange konsekvenser af manglende fleksibilitet i de nuværende tilbud, som ofte er det, som skaber afstand mellem den hjælp, man kan få, og det, som kan gøre en meningsfuld forskel. Problematikken er kendt i litteraturen, der anbefaler en omstilling til mere personcentrerede tilgange.

Fordi borgerne ofte står alene, konkluderer kortlægningen, at det bør prioriteres at styrke borgernes forudsætninger for at indgå i samarbejdet med de professionelle indsatser og dermed i højere grad være rustet til at have en medskabende rolle i samarbejdet.

Endelig konkluderes, at menneskers recovery-proces sandsynligvis er mest truet i de perioder, hvor man har det for godt til at blive indlagt, men for dårligt til at have gavn af andre tilbud. I denne gråzone er interviewpersonerne tilsyneladende overladt til enten at vente på at få det dårligere og blive indlagt eller på at få det tilstrækkelig godt til at genoptage samarbejdet med de kommunale indsatser.

Det er sandsynligvis i denne gråzone, at et bedre samarbejde mellem regioner, kommuner og civilsamfund kan skabe størst værdi. Litteraturen beskriver, at det, som kan opbygges sammen, bør have fokus på håb, empowerment, selvbestemmelse og selv-defineret recovery.

© 2024 Peer-Partnerskabet

Indholdet må citeres, med tydelig kildehenvisning. Find den fulde rapport samt andre rapporter og artikler på www.peerpartnerskabet.dk.

Litteratur: Slade, M. (2010). Measuring recovery in mental health services. *Israel Journal of Psychiatry and Related Sciences*, 47(3), 206-212. Forsidefoto: Sidney Perry, Unsplash