

Återhämtningsinriktad psykiatri i Jönköpings län

Sammanfattning 2010 - 2014

Sara Thil och Annika Sköld Landberg

2015-05-21

Fortsatt arbete med Återhämtningsinriktad psykiatri i Jönköpings län

Innehåll

Fortsatt arbete med Återhämtningsinriktad psykiatri i Jönköpings län.....	1
Inledning.....	3
Teoretisk bakgrund och perspektiv	3
Återhämtning.....	3
Återhämtningsinriktat arbetssätt	3
Sammanfattning av aktiviteter 2010-2014	4
Utbildningar	4
Dialogutbildning.....	5
Föreläsningar	5
Seminarier och workshops	5
Forskningsanknytning	6
100 sätt att stödja återhämtning.....	7
Diskussion och fortsatt arbete	7
Syfte med det fortsatta arbetet.....	8
Mål	8
Referenser.....	9

FoU-ledare: Sara Thil

Utvecklingsledare: Annika Sköld Landberg

Inledning

Den 1 mars 2010 startade projekten Återhämtning och Samordnat kontaktmannaskap i Jönköping-, Habo- och Mullsjö kommuner samt på psykiatriska kliniken i Jönköping. Projektet varade i ett år och finansierades av statsbidrag från Socialstyrelsen. Syftet var att höja kompetensen för baspersonal inom psykiatrin. 2011 fortsatte arbetet men då i regi av FoUrum, Regionförbundet i Jönköpings län. Projektledare har varit Annika Sköld Landberg och Sara Thil. På uppdrag av Region Jönköpings län vill vi ge en översikt av vad som gjorts inom området Återhämtning i Jönköpings län sedan 2010 samt delge våra tankar om det fortsatta arbetet.

Teoretisk bakgrund och perspektiv

Återhämtning

Återhämtning är en process som ägs av individen själv. Återhämtning är inte en modell eller metod för professionella att arbeta utifrån, inte heller en insats som kan erbjudas eller en åtgärd som kan rymmas i en vårdplan. Återhämtning är många små steg mot ett mer meningsfullt liv där sjukdomen får allt mindre inverkan. För en person i återhämtning handlar det om att återta eller skapa hopp, mening, identitet och att ta makten över sjukdomen och det egna livet. Det handlar om att skapa relationer och ett fungerande nätverk. (Bogarve, Ershammar m.fl. 2012)

Individens uppgifter i återhämtning:

- Omdefiniera bilden av sig själv och den psykiska ohälsan
 - Ta ansvar för och hantera sjukdomssymtom och andra problem
 - Skapa kontakt och ta emot stöd från andra
 - Återta värderade sociala roller och bli involverad i något meningsfullt
- (Bogarve, Ershammar m.fl. 2012)

Återhämtningsinriktat arbetssätt

Återhämtningsinriktat arbetssätt är ett förhållningssätt som främjar hälsa. Den professionelle arbetar tillsammans med individen genom att undersöka vad i individens liv som kan främja återhämtning. Om återhämtningsprocessen ska gå framåt behöver personalen bli medveten om betydelsen av sin egen roll som stöd. Om inte, riskerar förhållandet mellan personal och brukare att konservera beroendet. Personalen behöver finnas med som bärare av hopp, genom att uppmuntra och stärka individens vilja och förmåga att ta över kontrollen över sitt liv (Slade 2009). Det innebär ett annat fokus i praktiken, en process där människor som arbetar med psykiska funktionsnedsättningar behöver ges tid att förändra sina värderingar. Ett

återhämtningsperspektiv kan inte läggas ovanpå den ordinarie praktiken utan genomsyrar praktikens innehåll i grunden. (Bogarve, Ershammar m.fl. 2012)

Ett återhämtningsinriktat arbetssätt består bland annat i

- Att stödja hopp
- Att stödja personens aktiva jag och hennes självhjälpsstrategier
- Att stödja möjligheter, risktagande och avslut

(Bogarve, Ershammar m.fl. 2012)

Man kan aldrig återhämta någon annan.

”Återhämtning är det som människor som drabbats av psykisk ohälsa gör.

Rehabilitering, behandling, stöd m.m. är det professionella gör för att stödja återhämtning.”

(Cheryl Gagne, Center for Psychiatric Rehabilitation, Boston University)

De utbildningar som hållits i länet vände sig i början till enbart personal och benämningen var ”Ett Återhämtningsinriktat arbetssätt”. Syftet var att implementera ett återhämtningsinriktat förhållningssätt och ge kunskap om vad som hjälper i en återhämtningsprocess och hur personalen roll förändras från expert till coach.

Sammanfattning av aktiviteter 2010-2014

Utbildningar

Under 2010 anlätades RSMH(Riksförbundet för Social och Mental Hälsa) för att utbilda personal i en tvådagarsutbildning med rubriken Ett återhämtningsinriktat arbetssätt. Det var två utbildningsledare varav en hade egen erfarenhet av psykisk ohälsa. Totalt utbildades ca 140 personal i blandade grupper med personal från både kommun och landsting. Utvärderingarna visade att mer än 70 % var nöjda eller mycket nöjda. Mest intryck hade berättelsen från personen med egen erfarenhet gjort. Att gruppen varit blandad och att det getts möjlighet att reflektera över bemötande och värderingar var också positivt.

Mellan 2011 och 2014 fortsatte utbildningsinsatserna men nu i FoUrums regi.

Personal från hela länet, inom landsting och kommun, erbjöds utbildning.

Sammanlagt har ca 250 personer deltagit i utbildningen. Den självupplevda berättelsen har genomgående gjort störst intryck. Det man önskade ytterligare var mer stöd i hur man ska arbeta återhämtningsinriktat samt att patienter och brukare skulle få möjligheter till att utbildas i återhämtning.

Under 2012 och 2013 genomfördes utbildningar för återhämtningsombuden som finns i Jönköping-, Habo- och Mullsjö kommuner samt på psykiatriska kliniken i Jönköping. Dessa var mycket uppskattade. Grupperna var blandade med både personal och personer med egen erfarenhet av psykisk ohälsa. Det deltog 28 personer vid första tillfället och 14 vid det andra.

Under 2014 deltog 16 enhetschefer från Jönköpings kommun samt psykiatriska kliniken i Jönköping vid en utbildning. Ytterligare utbildningar genomfördes för 25 Supported Employment-coacher från länet samt 15 personal från AMA(Arbetsmarknadsavdelningen) i Jönköpings kommun.

Dialogutbildning

För att kunna erbjuda en variant av utbildningar, men också för att på ett annat sätt få in perspektivet från egenerfarna, köptes konceptet Dialogutbildningar in från psykiatri Skåne. I vårt län har sammanlagt 26 personer med egenerfarenhet av psykisk ohälsa utbildats för att kunna genomföra dessa utbildningar. Under 2013 och 2014 har 36 utbildningar genomförts i länet, 9 inom landstinget och 27 inom kommunerna.

Föreläsningar

Camilla Bogarve och Anna Glistrup från Lund hade 2010 och 2012 flera inspirationsföreläsningar i Jönköping. Vid första tillfället var det fyra föreläsningar på två dagar och det var ca 320 personer som kom och lyssnade. 2012 var inbjudan riktad till hela länet, både till personal och personer med egen erfarenhet av psykisk ohälsa. Då deltog ca 100 personer.

Seminarier och workshops

Under 2011 och 2012 genomfördes workshops efter återhämtningsutbildningarna i Jönköping och på Högländet. Syftet var att diskutera den fortsatta implementeringen av ett återhämtningsinriktat arbetssätt.

I april 2013 anordnades två seminarier med tre inbjudna gästföreläsare från England; Jed Boardman psykiatriker och forskare, Glenn Roberts psykolog och forskare och Waldo Roeg peer-support. Vid första tillfället träffade de 12 psykiatriker från länet. Dag två var ämnad för personal från kommun och landsting samt egenerfarna. Sammanlagt 54 personer kom och lyssnade. Gemensamt för föredragen var att lyfta fram individens egen kraft och hur den kan tillföra den psykiatriska vården och omsorgen en unik kunskap.

I november 2013 genomfördes en workshop i Nässjö med rubriken ”Ett återhämtningsinriktat arbetssätt i Jönköpings län. Hur får vi till det?” Ett 50-tal

personer deltog, från landstinget, kommunrepresentanter från samtliga länsdelar och personer med egenfarenhet.

Vid Återhämtningsseminariet i september 2014 redovisades bl.a. forskningsresultat från en studie kring arbetet med återhämtning i länet (se rubrik nedan). På seminariet deltog ca 130 personal och personer med egenfarenhet av psykisk ohälsa från hela Jönköpings län. Ytterligare föreläsningar handlade om forskning kring ”Delat beslutsfattande” i Sverige och två representanter från BISAM (Brukarinflytandesamordnare) i Stockholm berättade om sin utbildning för medarbetare med egenfarenhet.

Efter en workshop i december 2014 i länsnätverket angående det fortsatta arbetet om återhämtning i Jönköpings län har en referensgrupp bildats med representanter från åtta kommuner samt en representant från psykiatrin.

Forskningsanknytning

Under 2014 kopplades två forskare till projektet för att undersöka om instrument som mäter ett återhämtningsinriktat arbetssätt kan användas och bidra till en förändringsprocess i Jönköpings län. (Recovery Knowledge Inventory, RKI, INSPIRE och Recovery Self-Assessment, RSA).

Syftet med studien har varit att;

- 1) testa några instrument som har översatts till svenska, för att mäta personalgruppens kunskap om återhämtning och brukarnas upplevelse av deras arbetssätt utifrån ett återhämtningsperspektiv.
- 2) Utvärdera effekterna av Dialogutbildningen med ett urval av psykiatrins personal
- 3) Undersöka hur dialogutbildarna kan bidra till och stödja en sådan process.

Rapporten har redovisat de resultaten som hittills har kommit fram i Jönköping och kan förhoppningsvis bidra till den förändringsprocess som pågår sedan länge med syftet att utveckla ett återhämtningsinriktat arbetssätt. Projektet har också bidragit till utvecklingen av kunskap om hur ett system kan jobba med återhämtning och kommer att ge effekter på en nationell plan. Det nationella forskningsprojektet som drivs främst av CEPI (Centrum för Evidensbaserade Psykosociala Insatser), siktar på att fortsätta att forska om hur kunskap om återhämtning och delaktighet kan överföras till personal och verksamheter och om metoder som kan konkret bidra till ett återhämtningsinriktat arbetssätt.

- Personalgruppens svar på RKI bekräftar en kunskapsbas och värderingar som stämmer väl med hur ett återhämtningsinriktat arbetssätt beskrivs. Samtidigt pekar vissa frågor på ett behov av vidare diskussion, helst inom ramen för dialog med personer med egen erfarenhet av psykisk ohälsa

- Resultaten från INSPIRE och RSA visar att patienterna som har svarat på enkäten anser att personalgruppens bemötande och relationer stämmer med ett återhämtningsinriktat arbetssätt
- Ingen specifik enskild insats kan lyftas som orsak till att patienterna som svarade på enkäterna ställde sig så positiva till personalens återhämtningsinriktade arbetssätt. Troligtvis är det den långsiktiga satsningen på ett återhämtningsinriktat arbetssätt som sammantaget har visat resultat. Liknande erfarenheter har beskrivits i litteraturen, där många författare har skrivit om de viktiga element som ingår när man vill omvandla ett system

http://plus.rjl.se/info_files/infosida43033/Ett_aterhamtningsorienterat_arbetssatt_i_jonkopings_lan_2014.pdf

100 sätt att stödja återhämtning

Dokumentet ”100 ways to support recovery” författat av Mike Slade, 2009, har i projektet översatts och tryckts upp. Dokumentet har distribuerats till samtliga kommuner i länet, antal efter kommunstorlek. Psykiatrienheterna i länet har också fått ett stort antal för att dela ut på olika enheter. Det finns även att hämta och skriva ut via länken <http://plus.rjl.se/news.jsf?nodeId=42978&childId=22577>

Diskussion och fortsatt arbete

Införandet av en återhämtningsinriktad psykiatri är en process som tar att ta tid. Denna process kommer ständigt att behöva påfyllning av reflektioner kring vad det verkligen innebär för, både personal och personer med erfarenhet av psykisk ohälsa. Begreppet återhämtning blir mer och mer vedertaget i länet och det skulle behövas göra en tydlig definition av vad som menas med återhämtning och vad det innebär att arbeta återhämtningsinriktat. Hur går återhämtning ihop med andra begrepp inom vården? Hur kan personcentrerad vård kopplas till återhämtningsinriktat arbetssätt?

Återhämtning är individens egen resa och professionen kan på olika sätt stödja denna process. Det är av stor vikt att fortsätta med utbildningar inom återhämtning och återhämtningsinriktat arbetssätt. Personal och personer med egen erfarenhet av psykisk ohälsa behöver kunskapen för att kunna mötas och ta tillvara de olika perspektiven. Utbildningsgrupper med en blandning av profession och personer med erfarenhet av psykisk ohälsa har varit mycket givande och bör eftersträvas fortsättningsvis. Dialogutbildningarna kan utvecklas genom att utöka temat som handlar om återhämtning De skulle också kunna marknadsföras och anpassas till andra målgruppers behov som t.ex. försäkringskassans eller arbetsförmedlingens. Där finns också personal som i sitt arbete möter personer med psykiska funktionsnedsättningar. Fortsättningsvis behövs fler sätt att arbeta på för att utbildningarna inte ska stanna vid att bara vara en utbildning, utan att det också blir

en fortsatt utveckling mot ett förändrat förhållningssätt. Ett sätt skulle kunna vara att genomföra lärandeseminarier. Det vore även intressant att knyta forskning till det fortsatta arbetet.

Patienter/brukare och anhöriga/närstående har erfarenheter som är viktiga att ta tillvara. På vilket sätt detta ska göras behöver diskuteras, planeras och förankras hos huvudmän, intresseorganisationer, politiker m.fl. Någon form av gemensam plattform, en uppdragsförmedling, är ett förslag som kommit upp. Dit skulle personer med egen erfarenhet rekryteras och få utbildning som är relevant för olika uppdrag samt erbjudas handledning. Olika verksamheter och personal skulle ha möjlighet att vända sig till förmedlingen då de önskar kontakt med personer som kan bidra i fokusgrupper, förbättringsarbeten, föreläsningar m.m.

En naturlig samverkanspart skulle kunna vara projektet ”Center till stöd för återhämtning” gällande utbildningar för personer med erfarenhet av psykisk ohälsa, matchade mot verksamheters behov och önskemål.

Syfte med det fortsatta arbetet

Syftet är att öka kunskapen kring ett återhämtningssinriktat syn-och förhållningssätt inom psykiatrisk vård och omsorg i Jönköpings län och fortsätta utveckla ett förändrat förhållningssätt som ger individen bättre stöd i sin återhämtningsprocess. Syftet är också att genom implementering av ett återhämtningssinriktat arbetssätt förhindra stigmatisering samt förändra attityder i samhället.

Mål

Att genom planerade aktiviteter fortsätta arbetet med implementeringen av ett återhämtningssinriktat arbetssätt i Jönköpings län.

- Erbjudna tvådagars återhämtningsutbildningar för personal och personer med egen erfarenhet av psykisk ohälsa i länet
- Anpassa längd och innehåll efter verksamheternas önskemål
- Erbjudna utbildningar i återhämtning för egna och närstående
- Kartlägga vilken form av uppföljning som önskas
- Använda skriften 100 sätt för att stödja återhämtning
- Starta förbättringsarbeten i team på de olika enheterna i länet
- Lärandeseminarier
- Inspirationsföreläsning
- Knyta forskning till området

Referenser

Bogarve Camilla, Ershammar David, Rosenberg David (2012). *Rehabilitering och stöd till återhämtning vid psykiska funktionshinder*. Stockholm. Gothia Förlag.

Slade (2009). *Personal Recovery and Mental Illness. A Guide for Mental Health Professionals*. Cambridge Medicine.

<http://www.1177.se/Jonkopings-lan/Tema/Psykisk-halsa/Att-ma-battre/Behandlingar/Aterhamtning-fran-psykisk-ohalsa/>

http://plus.rjl.se/info_files/infosida43033/Projektrapport_2014_En_aterhamtningsinriktad_psykiatri_i_Jonkopings_lan.pdf

http://plus.rjl.se/info_files/infosida43033/Ett_aterhamtningsorienterat_arbetsatt_i_jonkopings_lan_2014.pdf