

Verdigrunnlag

for rus- og psykisk helsearbeid
i Rogaland og Sunnhordland



Mange aktører i ulike roller

Vi er personer med psykiske helseutfordringer eller avhengighetsproblematikk, pårørende, bruker- og pårørendeorganisasjoner, erfaringskonsulenter, likepersoner, ansatte i kommuner, fastleger, NAV, helseforetak, medlemmer i ideelle og private lag og foreninger.

Mange av disse aktørene har deltatt i KS` recovery læringsnettverk i Rogaland og Sunnhordland i 2016 og 2017.

Ulike roller, men samme verdigrunnlag!

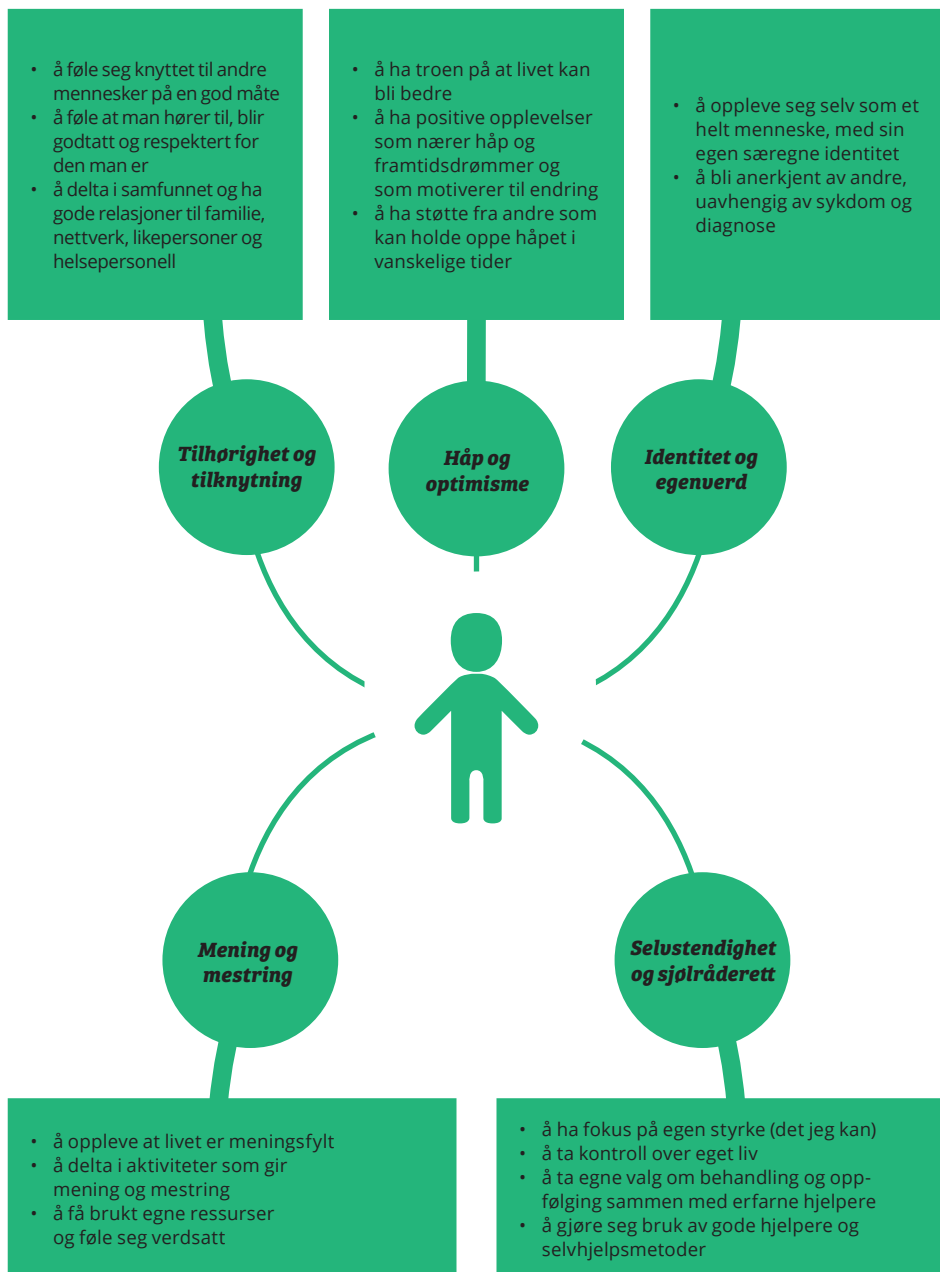
Læringsnettverket har kommet fram til et felles verdigrunnlag for rus- og psykisk helsearbeid. Det er dette vi presenterer i denne brosjyren. Vi håper at et felles verdigrunnlag kan bidra til gode møtepunkter, felles forståelse, god tjenesteutvikling og godt samarbeid mellom alle på rus- og psykisk helsefeltet.

Vi anbefaler alle som har en rolle innen rus- og psykisk helse i vår region å slutte seg til verdigrunnlaget.

Mange personer med rus og psykiske helseutfordringer er i ulike forskningsprosjekt spurt om hvilke elementer som har vært viktige i deres recovery (bedringsprosess). Svarene kan oppsummeres i behovene for

***Tilhørighet og tilknytning • håp og optimisme
• identitet og egenverd • mening og mestring
• selustendighet og sjølråderett¹***

¹ Kilde: Conceptual framework for personal recovery in mental health: Mary Leamy, Mike Slade, Victoria Bird, Clair Le Boutillier og Julie Williams.



Læringsnettverket mener at alle aktører, uavhengig av roller, må være opptatt av å forstå hva disse elementene betyr i den enkeltes liv og hvordan de skal prege relasjonen mellom den som er i recovery og den som skal gi recoverystøtte.

Å være i recovery handler særlig om å...

- ta ansvar og ta valg i livet – «være skipper på egen skute»
- ta i bruk egne ressurser og muligheter
- benytte seg av ressurser og muligheter i omgivelsene, nettverket og samfunnet forøvrig
- finne ut av hva jeg kan gjøre selv og hva jeg trenger hjelp til
- tørre å spørre seg selv – «hvorfors er jeg ikke der jeg ønsker å være»?
- invitere andre inn i sitt liv – «ingen skipper kan seile alene, uten mannskap»
- be om hjelp til å finne fram til nyttig informasjon, ting å gjøre eller aktiviteter å delta på
- be om støtte fra andre for å mestre det som er vanskelig
- forvente at det en kan, det en ønsker seg, frykter eller sliter med, blir tatt på alvor av den som skal hjelpe
- forvente at det ikke er diagnoser som avgjør hvordan andre ser på en og møter en
- kunne velge mellom ulike mulige behandlingsalternativer og forvente respekt for slike valg

Å være pårørende handler særlig om å...

- erfare at helsetjenestene innser og tar på alvor at hele familien rammes når noen blir syke
- kunne bruke sin kunnskap, kompetanse, historie og erfaring til å støtte den enkeltes bedringsprosess og valg, og også kunne delta i valgene i samarbeid med helsetjenestene
- få informasjon om de ulike aktørene sine tilbud
- få veiledning i å være en best mulig støtte
- få støtte og hjelp til å mestre egen livssituasjon og ivareta egen helse

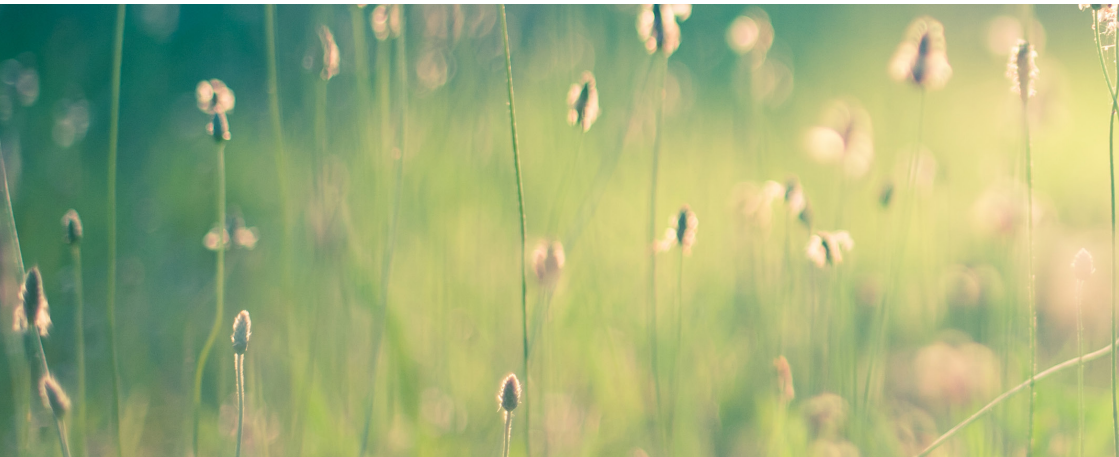
Å gi recoverystøtte handler særlig om å...

- respektere grunnleggende menneskerettigheter og sikre at de følges i møte med den man skal støtte
- kjenne til hva de ulike elementene i recovery handler om for den enkelte og gi og justere støtte på grunnlag av dette
- forstå mangfoldet i den enkeltes liv her og nå, inkludert familie og nettverk
- spørre «Hva er viktig for deg?» og «Hva har skjedd med deg?» i stedet for «Hva feiler det deg?»
- erkjenne at en god relasjon ofte er det viktigste i behandling og oppfølging
- inkludere pårørende i samarbeidet og ta hensyn til deres egne behov
- være grunnleggende nysgjerrig og åpen for at det finnes flere veier til bedring
- bistå den som trenger hjelp til å få oversikt over ulike alternativer som finnes og alltid forsøke å forstå bakgrunnen for og respektere valgene
- kunne praktisere samvalg
- kombinere praktisk hjelp og samtaler
- bruke et klart språk med kjente ord og uttrykk

Å være en recoveryorientert leder

handler særlig om å...

- ansette nok antall personer med erfaringskompetanse
- arbeide for at hjelpen blir gitt når det er behov for den og uten unødige forsinkelser
- utvikle tjenester på grunnlag av tilbakemeldinger fra den som mottar tjenestene
- sørge for at ansatte regelmessig får reflektere over egne holdninger og handlinger ut fra recovery-elementene
- sørge for at ansatte regelmessig kan samarbeide systematisk med alle aktører
- bidra til at ansatte har kompetanse og ferdigheter til å gi recoverystøtte
- forankre recoveryorienterte tjenester på toppledernivå
- sørge for at tjenester fra ulike aktører henger sammen og oppleves helhetlige av den det gjelder og pårørende
- etablere team og arbeidslag på tvers for å gi best mulig hjelp og unngå overlapp av tjenester
- utvikle tjenester basert på den enkeltes behov framfor standardiserte opplegg



Å fremme recoveryperspektivet som samfunnsaktør, organisasjon eller politiker handler særlig om å...

- bidra til at alle innbyggere – også personer med rus- og psykiske helseutfordringer har myndighet og kontroll over eget liv og kan delta i samfunnet i verdsatte roller
- legge vekt på menneskerettigheter, antistigma og holdningsskapende arbeid innen rus- og psykisk helse
- verdsette egenerfaring og pårøndererfaring ved å gjøre det mulig å ansette personer med erfaringskompetanse
- legge til rette for at ansatte innen psykisk helse og rus har kunnskap og kompetanse til å jobbe recoverystøttende
- påse at recovery-tenkningen blir reflektert i planer og arbeid innen rus- og psykisk helsefeltet, og fatte vedtak og rammebetingelser som muliggjør dette
- sørge for at det finnes reelle behandlingsalternativer
- legge til rette for at forskningen er i tråd med recoveryelementene.



