

Recovery

Ottar Ness: [Introduksjon til recovery](#) - forståelser og praksiser

Ottar Ness (Førsteamanuensis ved Senter for psykisk helse og rus, Høgskolen i Buskerud) med en introduksjon om hva recovery er - forståelser og praksiser.

Innspillingen ble gjort i forbindelse med ROP-dagen 2015, den 13.01.15.



Recovery:

Forståelser & praksiser

—
Marit Borg og Ottar Ness

Marit.borg@hbv.no

ottar.ness@hbv.no

ROP-dagen 13. januar 2015

Recovery:

Historikk

Begreper

Perspektiver

Recovery - røtter

1. Røtter i bruker- & aktivistmiljøer – *erfart kunnskap* «nedenfra»
 2. Forskningsbasert kunnskap utviklet gjennom levde erfaringer
 3. Forløpsstudier – dokumenterer at personer med alvorlige psykiske lidelser «kommer seg»
 4. Begrep utviklet i forsknings- og fagmiljøer
-

Beslektede begrep:

- Forebyggende & helsefremmende samarbeid
 - Salutogenese; resilience; helsebegrep; endringsstrategier, sosialt nettverksarb – Åpen dialog, empowerment, hverdagsrehabilitering
 - Verdigrunnlaget i Opptrappingsplanen
-

Opptrappingsplanen

“En person med psykiske problemer må ikke bare ses som pasient, men som et helt menneske med kropp, sjel og ånd. Nødvendig hensyn må tas til menneskets åndelige og kulturelle behov, ikke bare de biologiske og sosiale. Psykiske lidelser berører grunnleggende eksistensielle spørsmål. Brukernes behov må derfor være utgangspunktet for all behandling og kjernen i all pleie, og dette må prege oppbygging, praksis og ledelse av alle helsetjenester”

Politikk & kunnskapsperspektiver

- Internasjonal politikk & satsning
 - WHO: «Mental Health Action Plan 2013-2020».
 - *FNs Konvensjonen om rettigheter til personer med funksjonshemming* er nå ratifisert i Norge
 - Norsk helse- og velferdspolitikkk
 - Aktiv bruker/ pasientrolle
 - Personens plan
 - Samarbeidsorientering
 - ROP-retningslinjen 2012 (nr 37)
 - Veileder for lokalt psykisk helsearbeid og rusarbeid for voksne
 - Hverdagsrehabilitering
-

Recoverykunnskapens bidrag....

- ***Personens liv i fokus, ikke problemer/lidelse***
 - Hva hverdagslivet innebærer
 - Det å leve m det som er vanskelig & det som hender
 - Leve med alt og alle rundt deg
 - ***Personer som aktive & kompetente***
 - Motsatt 'kronisk schizofren' – 'rusmisbruker'
 - Jobben med livet –aktører
 - Oppgjør med kronisitetets-tenkning
 - Håp og muligheter
-

Hvordan beskrives recovery?

- **Uensartet:** erfaringsbasert kunnskapsfelt, filosofi, paradigme, bevegelse, visjon, holdning, modeller; myte eller slogan.
 - **To kilder:**
 1. røtter i bruker- & aktivistmiljøer – *erfart kunnskap* «nedenfra» & forskningsbasert kunnskap knyttet til erfaringer.
 2. psykiske helsetjenesters outcome/resultatorientering
 - **Tre (fire) orienteringer:** personlige-, sosiale-, kliniske prosesser, naturlige prosesser
-

Personlig prosess

- Recovery som en personlig prosess beskrives med *ulike dimensjoner*; håp og tro på egne muligheter, opplevelse av mening, ta kontroll og anerkjenne at psykisk helseproblemene kun er en begrenset del av en selv.
 - *Håndtere psykiske problemer* – både personlig og sosiale, arbeide for et godt liv, oppleve tilhørighet, læring og utvikling og relasjoner og samarbeid med andre.
 - Recovery kan foregå *med eller uten hjelp fra profesjonelle*.
-

Personlig prosess

«Recovery handler om å skape seg et meningsfullt og tilfredsstillende liv, slik som personene selv definerer det, med eller uten symptomer og problemer som kan komme og gå.» (Shepherd, Boardman & Slade, 2008)

Bill Anthony

Recovery er en dypt personlig, unik prosess som innebærer endring av ens holdninger, verdier, følelser, mål, ferdigheter og/eller roller. Det er en måte å leve et liv på som gir håp, trivsel og mulighet til å bidra, på tross av begrensningene som de psykiske problemene representerer. Recovery innebærer ny mening og nye mål for livet, og muligheter til å vokse og utvikle seg»

(Anthony, 1993).

...mer kontekstuell...

«'Å komme seg' eller recovery foregår på hverdagslivets ulike arenaer og er uavhengig av varierende behandlingsideologier. Recovery handler om å utvikle måter å håndtere psykiske problemer på og ikke minst de sosiale konsekvenser av problemene. Dette arbeidet gjør den enkelte gjerne sammen med sitt sosiale nettverk, dvs fagpersoner, venner eller pårørende, som støtter på ulike vis. Recovery-prosesser kan føre til utvikling og bedring og en situasjon der personer fortsatt har behov for litt støtte. Gjennom recovery-prosesser kan personer også oppleve et liv uten «symptomer» eller behov for profesjonell innsats»

(Jensen, Topor & Borg, 2011)

Recovery som en sosial prosess

- Kontekstuellet perspektiv - samfunnsforhold, levekår og sosiale prosesser. Hjemmet, arbeid og aktivitet, utdanning, penger, sosiale arenaer, lokalmiljøet, venner og familie, oppfattes her å ha stor betydning for recoveryprosessen
 - «Recovery av et liv» (Perkins & Slade, 2012)
 - «Recoverynærende omgivelser» - noen omgivelser er gode for mennesker og gir næring til vekst, utvikling og håp. Andre representerer barrierer og krenkelser.
 - Dynamiske forholdet person - omgivelser
-

Hverdagstilnærming & recovery

- Forstå psykiske problemer i det daglige
se folk i sin sosiale sammenheng
ulike roller....verdsatte roller
- Egen mening og forståelse av situasjonen
- Forstå 'løsningene' i det daglige og hvordan
overkommer hindre
- Belyser mangfold og kompleksitet
- Motvirker individualisering

Klinisk recovery

- Reflekterer resultatorientering og er utviklet av behandlings- og rehabiliteringsmiljøer som har fokus på objektive resultatmål og behandlingseffekt.
 - Slade (2009) peker på fire sentrale trekk ved det som betegnes som klinisk recovery:
 - det er et resultat eller en tilstand,
 - det er observerbart,
 - det er vurdert av en fagperson, og
 - det er en tilstand som ikke varierer mellom individer.
-

Recovery

- Ikke spesifikk behandling/metode/modell
- Alt personen selv gjør for å håndtere ulike vansker og leve et meningsfullt liv
- Gjenskape tilhørighet i nærmiljøet og en identitet utenfor problemene sine
- Skape seg et liv på tross av eller innenfor begrensningene av den situasjonen man er i
- Kunnskap om bedringsprosesser må knyttes til livssituasjonen til den enkelte

(Davidson et al 2009)

Recoveryforskningens bidrag

- Breder kunnskapsutvikling- ikke bare fagfolks & forskeres perspektiver på 'outcome' & beh.forskning.
 - Videre evidensbegrep
 - Utfordrer NPM, veiledere og faglige retningslinjer
 - Sosiale betingelser & hverdagslivet mer på dagorden. Kontekst i fokus
-

Sentrale prinsipper for recoveryorienterte praksiser:
30 dokumenter fra seks ulike land gjennomgått og analysert (Le Boutillier m.fl., 2011).

- 1. fremme medborgerskap** (støtte personen i arbeidet med å få et meningsfullt liv i lokalmiljøet med fokus på rettigheter, sosial inkludering, lokalmiljøutvikling),
 - 2. støtte til personens egen recoverymål** (lydhørhet og lojalitet til personens mål og ønsker for livet sitt, vektlegge valgmuligheter, likemannsarbeid og helhet)
 - 3. samarbeidsrelasjoner** (partnerskap og likeverd).
 - 4. organisasjonsmessig lojalitet** (ledelse, kultur og rammebetingelser som muliggjør radikale endringer),
-