

# MÓTUM FRAMTÍÐ

**Stefnur og straumar  
í félagslegri þjónustu  
Gildi samþættingar  
nýir tímar- ný sýn  
Rannsóknarniðurstöður**

# NOTENDA / BATARANNSÓKNIR

- **Sýna hvaða þættir skipta máli í bataferlinu:**
  - í fari geðsjúkra
  - í þjónustunni
  - í umhverfinu
- **Hafa haft áhrif á stefnu WHO og EU**
- **Oft á skjön við niðurstöður hefðbundinna rannsókna**

# HVER ER STEFNA WHO OG EU?

- Áherslan færir yfir á virkni og þátttöku í samfélaginu
- Athygli á færni í stað sjúkdóma og einkenna
- Atvinnuþátttöku og hlutverk
- Mikilvægi sjálfstrausts og sjálfstæðis
- Vera í stjórn, hafa áhrif, val og vald

# HAGSMUNIR RÍKISVALDSINS

- Þjónusta sem virkar
- Kemur á móts við þarfir skjólstæðinga
- Rannsóknatengd
- Notendaáhrif
- Samhæfð og samfeld
- Nýta það sem er til staðar
- Gott aðgengi
- Réttlát dreifing fjármuna

# HELSTU HAGSMUNIR NOTENDA

- Fjárhagslegt öryggi
- Þak yfir höfuðið
- Tengsl við aðra
- Innihaldsríkt líf
- Hlutverk, virkur, áhrif, val, vald
- Geta tekið ábyrgð á eigin heilsu
- Heilbrigðisstarfsfólk samstarfsaðilar
- Vilja vera upplýst um stöðu mála, réttindi, rannsóknir
- Vilja sjálf ráða hvert þau beina viðskiptum sínum

# HVATINN TIL BREYTINGA

- **Minni almenn þátttaka í samfélaginu**
- **Fjölgun krónískra vandamála**
- **Fjölgun öryrkja**
- **Fjölgun aldraða**
- **Fjölgun þeirra sem lifa af**
- **Dýrari heilbrigðisþjónusta**

# BATAFERLIÐ

- **Veikindi – valdefling - bati**
  - **Fordómum aflétt**
  - **Sjálfstraustið eykst**
  - **Tekur ábyrgð á einstaka þáttum**
  - **Tekur yfir stjórnina**

# ÁHRIFAVALDAR Á BATA

- Umhverfispættir
- Öðlast hlutverk
- Fá verkefni - þýðingu og gildi
- Tækifæri til að gefa af sér
- Hafa áhrif
- Lifa venjulegu lífi



# ÁHRIFAVALDAR Á BATA

- Foræðishyggju aflétt
- Stuðningur - fjölskyldu og vina
- Batahvetjandi heilbrigðisstarfsmenn
- Vera séður
- Samráð/samvinna/valdefling
- Mismunandi kröfur
- Tækifæri til þátttöku

# HÁTÍÐ HALDIN Í MIÐBÆ REYKJAVÍKUR

- **Áhætta**
- **Tókust á við eigin fordóma**
- **Tókust á við hvert annað**
- **Tóku ábyrgð á verkþáttum**
- **Unnið eftir valdefling**
- **Urðu sýnileg í samfélaginu**
- **Tóku stjórn á eigin lífi**

# EIGIN FORDÓMAR

- **Verkefnið neyddi þau að takast á við eigin fordóma**

“Mikilvægasta er að ýta á þá sem eru geðfatlaðir að koma úr felum og hætta að skammast sín fyrir sjálfan sig”
- **Gátu ekki flúið eigin viðhorf**

“Nú tilheyri ég því liði, sem ég skammaðist mín fyrir”
- **Viðhorfsbreyting**

“Vorur alveg ótrúlegustu týpur, ótrúlegasta fólk sem kláraði þetta með manni og það var bara rosalega gaman”

# FORDÓMAR Á MEÐAL GEÐSJÚKRA

- Stéttakerfi geðsjúkra
- Stéttaskiptingin byggðist á færniskerðingu

“Svo niðurnjörvað að það liggur við að manni detti í hug Indland sko”

- Sjálfshjálparhópar tengdust eining sjúkdómsgreiningum

“Það er engin sem hefur jafn svæsna fordóma gagnvart geðsjúklingum eins og aðrir geðsjúklingar”

# SJÁLFTAUSTIÐ ÓX

- “Maður gat meir en maður hélt”.
- “Allt er hægt ef viljinn var fyrir hendi”
- “Að vera í vernduðu umhverfi í 2-3 ár og eiga svo að geta farið út í samfélagið aftur, er dæmt til að mistakast”
- “Maður er orðin heilbrigður á þessu leveli og svo kemur maður út í samfélagið að þá er þetta allt annar heimur”.
- “Sjálfsálitið, sko, sem var kannski ekkert sértaklega í góðum málum áður...”
- “Þú veist þetta gat ég”.
- “Að yfirstiga óttann og gera það, að klára það og vera ánægður með það á eftir...mikill sigur í lífinu...ég hafði verið þátttakandi í því”

# TÓKU ÁBYRGÐ

- Val – þeirra val að taka þátt í hópnum
- Rammi-virkni-regla á hverjum degi  
“lífsnauðsynlegur til að efla heilsuna”
- Lærðu að setja mörk
- Lærðu á meðvirkni  
“aðrir eyðaleggja ekki fyrir manni”
- Niðurstaðan velheppnuð skemmtun
- Það var hægt að ná árangri þrátt fyrir erfiðu tímabil
- Lærdómur og reynsla í gegnum verkefni/þátttöku  
“stórt stökk í bataferlinu”

# TÓKU STJÓRNINA

- Verkefnið gaf ótal tækifæri til að æfa sig í að taka stjórn, gera mistök og læra smátt og smátt
  - Lærðu að setja mörk, ögra sjálfum sér og taka áhættur
  - Tóku frumkvæði með því að bjóða sig fram
  - Uppgötvuðu styrkleika og veikleika
  - Hver og einn valdi verkefni eftir getu og vilja
  - Lærðu á álagsþröskuld
- “Ég kann mér hof í dag, ég veit þegar ég er að gera of mikið og ég veit hvenær ég er að gera of lítið”

# TÓKU STJÓRNINA

- Í gegnum samvinnu “ég get t.d. ekki farið að tala við þessa skemmtikrafta...ég get það ekki, því ef ég fæ höfnun þá geta raddirnar farið á fullt í höfðinu á mér, já, en ég get skrifað bréf, betlibréf og svoleiðis”
- Sem hafði yfirfærslugildi “þú veist að ég get, fyrst ég get þetta þá get ég nú gert ýmislegt annað”
- Í gegnum jákvæða reynsla “mér finnst, sko, ég ekkert hafa neitt minna að gefa, en það fólk eða vera að standa mig neitt verr, heldur en það”
- Í gegnum þjálfun “næst mun ég ekki skjálfa svona rosalega mikil”
- Við að yfirstíga fordóma “en ég gerði það samt og ég sá árangur af því, það seldust alveg helling af merkjum”



# UMHVERFISÞÆTTIR

- **Hluti af samferðarfólkinu var fólk í áhrifastöðum**

“Vá þetta fólk er virkilega að koma og sjá hvað við erum búin að gera”

- **Einhver sem tilheyrði yfirvaldinu var tilbúinn að berjast með og fyrir þau**

“Frelsandi engill sem barði í borðið á borgarstjórnafundi”

# URÐU SÝNILEG

- Tóku þátt í viðtölum í útvarpi, dagblöðum og sjónvarpi
  - Skapaði ákveðna stemmingu og samskiptin urðu á jafningaplani, án fordóma
- “Ég er einn af þeim” ... “og hvað er að þér,” ... “ég er með geðklofa” ... “já, ég er með þunglyndi, ég vinn hjá skattinum” ... “það eiga margir bált sem vinna hjá skattinum”
- Þau áttu samleið eitt andartak

# MIKILVÆGI STJÓRNANDANS

- Sérþekkingu á færni
- Hún dró sig í hlé þegar það átti við, aðlagaði umhverfið og greip inn í  
“Það var alltaf einhver sem kemur inn, en samt án þess að sá sem að dettur út upplifir að hann sé ekki með”.
- Hún hlífði þeim ekki/ ýtti á þau/ ögraði þeim að reyna aðeins meira
- Stjórnandinn leyfði fjörug skoðanaskipti, þau upplifði hópinn eins og “lífið sjálft”

# EIGINLEIKAR STJÓRNANDANS

- Hafði yfirsýn yfir verkið – hélt verkinu gangandi
- Hrein og bein – gerði kröfur
- Sýndi tilfinningar sínar - þau vissu hvar þau höfðu hana
- Væntumþykja - hvert og eitt þeirra skipti máli
- Gerði mism. kröfur og vissi hvað þau þyldu
- Tengsl - hélt tengslum við fólk þó það dytti út
- Fyrirmynd - hópmeðlimir sáu hvernig hægt væri að virkja fólk og tók smátt og smátt yfir

# VALDEFLING

- Vann á jafningaplani og tók tilsögn og bakkaði með sínar skoðanir og hlustaði á þau  
“Of margir sem starfa í þessu kerfi sem þykjast vera of stórir til að taka við ráðlagningum frá þeim sem eru veikir”
- Val/ góð efnaskipti - “Það skiptir kannski ekki máli hvaða stétt hún kemur frá...hún er fordómalaus og hún er tilbúin að vinna með okkur á okkar forsendum”
- Hélt þeim við undirmarkmiðin  
“að auka sjálfstraustið og takast á við erfiða hluti”
- Tók á uppákomum gat unnið úr árekstrum á jákvæðan hátt
- Allir upplifðu mikilvægi sitt  
“Hún rýrði ekki starf hinna í hópnum”

# BATAHVETJANDI FAGMENN

- Ekki sérfræðipekkingin
- Viðhalda voninni
- Deila völdum
- Opnir fyrir mismunandi leiðum
- Fara út fyrir mörkin/ gera eitthvað öðruvísi
- Tengslin í forgrunni
- Samherjar
- Persónuna/ hæfileikana
- Blátt áfram/ hreinir og beinir
- Setja sig ekki í ákveðnar stellingar/ einlægan áhuga
- Sýna persónu sína/ gefa af sér
- Viðurkenna eigin takmarkanir
- Athafnir/ verk ekki einungis samtöl og orð

# VERKSTJÓRAR FRAMTÍÐARINNAR

- **Þurfa að hafa góða þekkingu á:**
  - færni
  - mikilvægi hlutverka
  - áhrifum umhverfispáttá
  - vinnuvistfræði
  - mikilvægi sjálfstrausts
  - geðrækt
  - valdeflingu

# MÓTUN FRAMTÍÐAR

- **Markaðssetja notendapekking**
- **Notendur samstarfsaðilar**
- **Stjórn mála- og áhrifafólk nær vettvangi**
- **Viðhorfsbreyting á vinnumarkaði**
- **Sambætting eflid**
- **Stuðningur í nærumhverfi**