

# 6 borgeres oplevelser af muligheder og udfordringer i socialpsykiatrien

23. april 2013, Lea Glerup



- en brugerundersøgelse i forbindelse med afdækningen af Københavns Kommunes socialpsykiatriske tilbud

Brugerundersøgelse i forbindelse med afdækningen af Københavns Kommunes socialpsykiatriske tilbud, forår 2013.

Forskningsenheden, Mål og Ramme Kontoret for Udsatte Voksne

## Opsummering

Udarbejdelsen af en ny strategi for socialpsykiatrien i Københavns Kommune indledes i foråret 2013 med en afdækning af områdets udfordringer og muligheder. Formålet med nærværende undersøgelse er at bidrage med et brugerperspektiv på socialpsykiatriens tilbud til denne afdækning.

Fokus for undersøgelsen er brugernes oplevelser og erfaringer med socialpsykiatriske tilbud. Hvor og hvordan de møder socialpsykiatrien i hverdagen, hvilke erfaringer de har med socialpsykiatriske tilbud, hvad, de oplever, har haft betydning for deres forløb, samt hvad de vurderer, der kan gøres bedre.

Undersøgelsen bygger på seks interviews med borgere, der har erfaring som brugere af Københavns Kommunes socialpsykiatri og er modtagere af §85, §107 eller §108-tilbud. Interviewene er foretaget i februar og marts 2013.

Analysen samler sig om tre temaer, som i interviewene fylder særligt meget og bliver beskrevet som betydningsfulde for de interviewede borgeres forløb: "Den gode relations betydning", "værestederne som socialt netværk" og "skrøbelige overgange."

Relationen til socialpsykiatriens medarbejdere opleves af de interviewede borgere som en særlig central og betydningsfuld del af deres kontakt med socialpsykiatrien. Den gode relation er kendetegnet ved et nærværende, ligeværdigt møde, men opleves af nogle af de interviewede som udfordret af øget registrering og udbrændte medarbejdere.

Værestederne opleves af de fleste interviewede borgere, som et betydningsfuldt tilbud, der både kan fungere som primært socialt netværk og som supplement.

Flere af borgerne har oplevet svære overgange i deres forløb, fx mellem hospitalspsykiatri og socialpsykiatri eller flytning til mere selvstændige boligformer og oplever, at socialpsykiatriens tilbud kan gøre disse overgange nemmere at komme igennem.

I forlængelse af analysen opstilles en række anbefalinger i forhold til udviklingen af socialpsykiatriske tilbud fremover. Resultaterne kan dels bidrage til udvælgelse af fokusområder for socialpsykiatriens nye strategi, dels give et interessant indblik i hvordan socialpsykiatriens tilbud opleves indefra – fra brugernes perspektiv.

# Indhold

<b>Opsummering</b> .....	<b>3</b>
<b>Indhold</b> .....	<b>4</b>
<b>Indledning</b> .....	<b>5</b>
<b>Metode og materiale</b> .....	<b>5</b>
Claus .....	6
Vibe .....	6
Rasmus .....	6
Ali .....	7
Malene.....	7
Charlotte.....	7
<b>Tema 1: Den gode relations betydning</b> .....	<b>8</b>
Vigtigheden af den sociale relation med kontaktpersoner og hjemmevejledere.....	8
Den hjælpsomme relation – det lige møde.....	9
Udfordringer for relationsarbejdet – registrering og udbrændthed .....	9
<b>Tema 2: Værestederne som socialt netværk</b> .....	<b>10</b>
Værestederne - en vigtig del af et socialt netværk .....	10
Idéer til endnu bedre væresteder.....	11
<b>Tema 3: De skrøbelige overgange</b> .....	<b>13</b>
Betydningen af at blive grebet efter en indlæggelse.....	13
At flytte i egen lejlighed .....	14
Balancegangen mellem tryghed og selvstændighed .....	15
<b>Opsamling</b> .....	<b>16</b>
<b>Anbefalinger</b> .....	<b>17</b>
<b>Litteratur</b> .....	<b>17</b>

## Indledning

Udarbejdelsen af en ny strategi for socialpsykiatrien i Københavns Kommune indledes i foråret 2013 med en afdækning af områdets udfordringer og muligheder. Nærværende undersøgelse udgør en del af denne kortlægning og har til formål at bidrage med et brugerperspektiv på socialpsykiatriens tilbud.

Undersøgelsen bygger på seks interview med borgere, der har erfaring som brugere af Københavns Kommunes Socialpsykiatri og er modtagere af §85, §107 eller §108-tilbud. Interviewene er foretaget i februar og marts 2013.

Fokus for undersøgelsen er brugernes oplevelser og erfaringer med socialpsykiatriske tilbud. Tre borgere er i direkte forbindelse med undersøgelsen blevet interviewet om, hvor og hvordan de møder socialpsykiatrien i hverdagen, hvilke erfaringer de har med socialpsykiatriske tilbud, hvad de oplever har haft betydning for deres forløb, samt hvad de vurderer, hvad der kan gøres bedre. Derudover indgår tre øvrige interviews i undersøgelsen, som er foretaget i forbindelse med projekt "Den gode Flytning", og som derfor primært har fokus på borgernes oplevelse af at flytte i egen bolig.

Undersøgelsen skal ses som en mindre, eksplorativ forundersøgelse, frem for en fuldstændig og repræsentativ kortlægning af brugernes oplevelser og behov. Seks meget forskellige profiler får ordet og giver deres bud på oplevede betydningsfulde elementer i socialpsykiatrien.

Resultaterne kan dels bidrage til udvælgelse af fokusområder for Socialpsykiatriens nye strategi, dels give et interessant indblik i hvordan socialpsykiatriens tilbud opleves indefra – fra brugernes perspektiv.

## Metode og materiale

Undersøgelsen bygger på seks brugerinterview foretaget i løbet af februar og marts 2013.

Tre af interviewene (Claus, Vibe og Rasmus) blev foretaget med direkte udgangspunkt i kortlægningen og var semistrukturerede med fokus på oplevelser med socialpsykiatriens tilbud, oplevelser af betydningsfulde elementer i forløbet, samt forslag til forbedring. Emner, som borgerne selv bragte op, blev prioriteret. Interviewene blev foretaget af studentermedhjælper i Socialforvaltningens Forskningsenhed, Lea Glerup, og har en varighed på mellem 50 og 60 minutter. De tre interviewpersoner blev fundet og kontaktet via gatekeepere i socialpsykiatrien.

De øvrige tre interview (Ali, Malene og Charlotte) blev foretaget i forbindelse med projekt "Den Gode Flytning" og har derfor særligt fokus på oplevelser i forbindelse med flytning fra botilbud til egen bolig. Interviewene, som blev foretaget af projektleder Anne Mette Nielsen, var semistrukturerede og har en varighed på omkring 30 minutter hver.

Som udgangspunkt for analysen blev de tre interviews i forbindelse med projekt "Den Gode Flytning" transskriberet, mens interviewene i de tre øvrige interviews blev gennemlyttet og delvist transskriberet.

Analysen er foretaget med afsæt i et fænomenologisk perspektiv, suppleret med en hermeneutisk tilgang med mulighed for fortolkning af de beskrevne udsagn og oplevelser (Kvale 2006). Tre temaer, som fyldte særligt meget og blev beskrevet som betydningsfulde, bliver gennemgået og opsummeret i analysen. Grundet deres tematiske bredde og længere varighed fylder de tre interviews foretaget i direkte forbindelse med kortlægningen mere end de tre øvrige interviews i analysen.

De seks interviewede borgere udgør med deres forskellige historier, forløb, oplevelser og behov seks forskellige profiler. Her følger en kort præsentation af de seks borgere:

## Claus

Claus er en midaldrende mand, som bor i egen lejlighed og bruger en stor del af sin tid på frivilligt arbejde. Udover at arbejde på et værested i byen, holder han foredrag om sine erfaringer med psykiatrien for interesserede psykiatribrugere og professionelle. Ligeledes holder han af at besøge biblioteker, kirker, kulturhus og andre steder, hvor han kan komme i snak med andre mennesker.

Claus har haft kontakt til socialpsykiatrien i mange år. Han har boet både i socialpsykiatrisk bofællesskab og i solistbolig, inden han flyttede i egen lejlighed. Særligt værestederne betyder meget for Claus. Udover at arbejde på værestederne, deltager han i møder, udflugter og er med til at udvikle nye tiltag.

## Vibe

Vibe er en kvinde i midten af trediverne, som bor på et bocenter i København, og som bruger en stor del af sin tid på arbejdet som frivillig skribent på et magasin. Udover det frivillige arbejde holder Vibe af at være sammen med sine venner, samt at læse og se tv-serier.

Vibe blev indlagt første gang for 12 år siden og har siden haft kontakt til socialpsykiatrien. I en årrække boede hun på et bosted, inden hun flyttede til det bocenter, hvor hun bor i dag. Særligt sætter hun pris på kontakten til de kontaktpersoner, hun har haft i socialpsykiatrien. Vibe besøgte i starten af sit forløb et værested, men kommer ellers ikke på værestederne.

## Rasmus

Rasmus er i starten af trediverne og flyttede for et par år siden i egen lejlighed. Udover at sidde ved computeren og at sove længe om morgenen, bruger Rasmus meget tid på sit engagement i en forening for borgere med psykiske lidelser. Når han ikke er aktiv i foreningen, holder han meget af at være sammen med sine venner og kommer i perioder også meget på et værested, hvor han drikker kaffe, deltager i møder og er social.

Rasmus blev indlagt første gang i sidst i 90'erne og har siden både boet på et socialpsykiatrisk plejehjem og bofællesskab. I mange år brugte Rasmus store mængder tid foran sin computer, da han var for angst til at tage ud. For under to år siden fik han endelig samlet mod til at opsøge et værested.

## Ali

Ali er en ung mand i starten af trediverne, som efter 14 år på et bocenter for nylig er flyttet i egen lejlighed. Han har taget 10. klasse, er interesseret i at blive brandmand og overvejer nu at fortsætte sin uddannelse. Ali oplever, at det er vigtigt at have nogle aktiviteter at gå op i og bruger en stor del af sin tid på kampsport og fitness.

Ali har boet på et socialpsykiatrisk bocenter siden han var 24 år og satte pris på de både de beboere og medarbejdere, som var på bocenteret. I forbindelse med flytningen til egen lejlighed fik han tilknyttet en hjemmevejleder på projekt "Den Gode Flytning".

## Malene

Malene er i slutningen af tyverne og flyttede for nylig i egen lejlighed sammen med sin kæreste. Efter flytningen er hun begyndt at komme på et værested og er derudover blevet tilknyttet nogle forskellige projekter i socialpsykiatrien, som hun bruger tid på. Malene er begyndt at overveje at blive pædagog.

Malene har boet på flere forskellige socialpsykiatriske botilbud i både Jylland og København, inden hun flyttede i egen lejlighed.

## Charlotte

Charlotte er i starten af trediverne og er flyttet i egen lejlighed med sin kæreste. Hun er studerende og bruger meget tid på studiearbejdet.

Før hun flyttede i egen lejlighed, boede Charlotte tre år på et bocenter i København. Efter flytningen havde Charlotte stadig brug for kontakten til personalet på bocenteret, hvorfor hun kontaktede dem ofte. Et stykke tid efter flytningen fik Charlotte tilknyttet en hjemmevejleder, som del af projekt "Den Gode Flytning." Charlotte benytter sig derudover af et tilbud på et værested, som giver støtte til strukturering af hverdagen.

I det følgende gennemgås tre temaer, som i interviewene fyldte særligt meget og blev beskrevet som betydningsfulde. Temaerne er "den gode relations betydning", "væresteder som socialt netværk" og "de skrøbelige overgange".

## Tema 1: Den gode relations betydning

Betydningen af de relationer, psykiatribrugere har eller har haft til medarbejdere i socialpsykiatrien, er et gennemgående tema i brugerinterviewene. De sociale relationer til kontaktpersoner og hjemmevejledere bliver af flere brugere således fremhævet som en særlig central og betydningsfuld del af deres kontakt med socialpsykiatrien.

I det følgende vil brugernes oplevelse af vigtigheden af relationerne i socialpsykiatriens tilbud, det kendetegnende ved den gode relation, samt oplevede udfordringer for relationen til socialpsykiatriens medarbejdere blive gennemgået.

### Vigtigheden af den sociale relation med kontaktpersoner og hjemmevejledere

For både Vibe, Rasmus og Claus er samværet med og relationen til medarbejdere i socialpsykiatrien et emne, som tidligt dukker op i interviewene, og som fylder meget. Det er forskelligt, om det særligt er i forhold til hjemmevejledere, kontaktpersoner eller medarbejdere på væresteder, at de oplever de gode relationer, men det er fælles, at de ser relationerne som en særlig central og betydningsfuld del af deres kontakt med socialpsykiatrien. Rasmus understreger den sociale relations afgørende betydning ved at udpege "engageret personale", som det vigtigste element i de socialpsykiatriske botilbud og kalder i forlængelse heraf "andre mennesker" for "den bedste medicin".

Det er svært for de interviewede at sætte ord på, hvorfor relationen til kontaktpersoner og hjemmevejledere har stor betydning, hvilket understøtter det billede, der i interviewene bliver tegnet af relationsarbejdets kompleksitet. Flere af de interviewede borgere giver udtryk for, at kontaktpersoner og hjemmevejledere har en bred række funktioner, som varierer afhængig af person, situation og sindstilstand. Som Rasmus fortæller om hjemmevejlederens funktion:

*"Jeg har kraftedeme grædt mange tårer i hans selskab (...) Han er sådan en multi-purpose-pakke, der kommer og hjælper med opvasken og snakker og.. jeg er skide glad for ham altså." (Rasmus)*

Udover hjælp til praktiske opgaver lægger flere af de interviewede vægt på betydningen af den blotte tilstedeværelse af et andet menneske, samt den mulighed for at komme ud med tanker, og at blive "genkendt og set og hørt", som samtalen og relationen med medarbejderen giver. Om kontakten til personalet på sit bocenter, forklarer Vibe:

*"... Jeg har åbenbart stadig meget brug for den der personalekontakt, og det er meget for det sociale. (...) lige snakke (...) Det er egentligt bare deres tilstedeværelse. Det er meget svært at svare på konkret, hvad er det lige er, der hjælper (...) Det er alt fra en, der sidder og strikker, til en der tager med ud i psykiatrisk modtagelse, til en der gør rent, til en der hjælper med at varme noget mad eller købe ind, til en der går på te-salon med en." (Vibe)*



Kontakten til kontaktpersoner og hjemmevejledere opleves af de fleste af interviewpersonerne som en støtte. Både i svære situationer uden overskud og i forhold til at understøtte en god udvikling. Om kontaktpersonernes rolle som understøttende, fortæller Vibe:

*"Meget af min kontakt med kontaktpersonerne, det har ikke kun været, når jeg har haft det dårligt. Det har også været, når jeg har haft det godt. Gå ud at købe LP'er eller bøger eller, de understøtter også de gode ting" (Vibe).*

## Den hjælpsomme relation – det lige møde

Claus, Rasmus og Vibe er overordnet enige om, hvad der kendetegner de relationer, som har været hjælpsomme for deres forløb. Alle tre understreger de vigtigheden af at et nærværende, ligeværdigt møde, hvor medarbejderen er engageret, deltagende og personlig. Claus fortæller om, hvordan det er centralt for de gode relationer, han har haft med medarbejdere på være- og bosteder, at det har været et *"lige møde"*,

Vibe nævner vigtigheden af, at man kan mærke *"at folk vil en"*, og Rasmus bruger udtrykket at blive *"mødt med menneskelighed"*. Om en særlig god relation, Rasmus oplevede på et socialpsykiatrisk plejehjem, fortæller han:

*"Jamen, hun gav af sig selv (...) Hun deltog og lod os komme ind i hendes liv og var i vores liv. Altså det vil sige, at der var samspil, ikke? Det er jo det, det kommer ned til (...) at man ikke bare er noget, der skal overstås, eller noget, der bare skal behandles, men er menneskelig." (Rasmus)*

Udover det lige, personlige møde fremhæver Vibe vigtigheden af, at kontaktpersonerne har modet til at møde hende, hvor hun er. Om en særlig god relation til en kontaktperson på et socialpsykiatrisk bosted fortæller Vibe, hvordan hun oplevede, at kontaktpersonen forstod hende og turde at møde hende i en periode, hvor hun skar meget i sig selv:

*"Hvor hun ligesom turde at gå ind i det og turde at møde mig, hvor jeg var og ikke var sådan bange for det." (Vibe)*

Både Vibe og Rasmus påpeger, at relationsarbejdet kræver nogle særlige menneskelige kompetencer. Kompetencer som de oplever, at personalet har i varierende grad.

## Udfordringer for relationsarbejdet – registrering og udbrændthed

Vibe og Rasmus kommer i deres interviews ind på nogle af de mindre gode oplevelser og erfaringer, de har haft med kontaktpersoner og personale, samt faktorer de oplever virker negativt på relationerne.

Vibe oplever, at det største problem i socialpsykiatrien er, at der bliver brugt meget tid på registrering. Hun føler, at det tager rigtig meget tid fra *"ansigt-til-ansigt-kontakten"*, og at spørgsmålne hun bliver stillet i forbindelse med registreringen er uhensigtsmæssige for relationen mellem hende og medarbejderne:

*"Sådan nogle spørgsmål de skal spørge om, det er sådan noget om personlig hygiejne og sådan noget, der er dybt upassende i den relation, jeg har med dem. Og det synes de også selv." (Vibe)*

Yderligere virker spørgsmålene og de hyppige planer ikke relevante for hende, og hun efterspørger en mere individualiseret tilgang:

*"Man skal lave handleplan, jeg tror, det er hver tredje måned, det er fuldstændig spild af tid. Jeg har meldt mig ud af det, og jeg synes ikke (...) det er for min skyld det bliver lavet. (...) Det skulle være individuelt. For nogle med en rivende udvikling kunne være tredje måned måske være relevant, men for nogle ville en gang om året være mere end rigeligt." (Vibe)*

Rasmus har oplevet en del personale, som han mener ikke har haft tilstrækkelige ressourcer og overskud til at engagere sig i borgerne. Han synes, det er vigtigt, at man sørger for, at medarbejderne ikke brænder ud. Om medarbejderne i socialpsykiatrien, siger han:

*"Som stab, hvis du skal sørge for at behandle dine borgere bedst, så skal du sørge for at dine medarbejdere ikke brænder ud, fordi en udbrændt medarbejder, der skal passe på andre mennesker, kan ikke gøre det. (...) For de er intet værd, hvis de ikke giver af sig selv, men det kan de ikke gøre, hvis de ikke har mere at give af..." (Rasmus)*

## **Tema 2: Værestederne som socialt netværk**

Der tegner sig i interviewene et billede af socialpsykiatriens væresteder, som et vigtigt tilbud for borgere med en psykisk lidelse. Værestederne bliver nævnt i fem af de seks interviews, men der er stor forskel på, i hvilket omfang interviewpersonerne benytter værestederne, og hvilke tilbud de benytter sig af. For nogle af de interviewede borgere er værestederne en afgørende mulighed for at være en del af et socialt fællesskab i trygge rammer, mens værestederne for andre udgør et supplement til socialt samvær eller praktisk støtte.

Claus og Rasmus, som tilsyneladende bruger værestederne mest, har endvidere en række forslag til, hvordan værestedernes tilbud kan blive endnu bedre.

### **Værestederne - en vigtig del af et socialt netværk**

De fem borgere, som nævner værestederne, giver alle udtryk for, at værestederne er et tilbud af betydning i socialpsykiatrien. Vibe benytter ikke værestederne, da hun har en del venner og bruger tid på sit arbejde som skribent, men for Claus er værestedet "nærmest det vigtigste netværk." Malene og Charlotte fortæller også, hvordan de i højere grad er begyndt at benytte sig af værestederne efter at være flyttet i egen lejlighed.

Det er forskelligt, hvilke formål værestederne har for de interviewede, men for Claus, Rasmus og Malene er det sociale det primære. Rasmus kom i mange år ikke på værestederne på grund af social angst, men for et par år siden, fandt han modet til at opsøge værestederne. Om hvad han får ud af at komme på værestedet, fortæller han:

Rasmus: *"Så hænger jeg ud og drikker kaffe. Holder møder om stedet og bliver socialiseret. Får fyldt mit behov for andre mennesker."*

Interviewer: *"Så det er igen noget med andre mennesker?"*

Rasmus: *"Altid. Andre mennesker er den bedste medicin og det er jo det, det er sådan det er. Det er jo derfor, vi er her."* (Rasmus)

Værestederne kan således ses som en mulighed for at deltage i et socialt og trygt fællesskab, som kan være af stor betydning, hvis man ligesom mange psykiatribrugere kun har et lille netværk. Om trygheden ved at have værestedet fortæller Claus:

*"Og hvis man har en kritisk periode, så er der nogen at snakke med. (...) og trygheden ved, at det er der. At man altid ved at, når man sidder derhjemme og hvis du så (...) mine tanker begynder at køre lidt hurtigt, kan jeg altid komme herind og falde lidt til ro. (...) Bare det at stedet er der, virker nærmest som en beroligende pille. Også selvom man ikke er der."* (Claus)

Samtidigt understreger han, hvordan værestedets trygge ramme fungerer som et udgangspunkt for at bevæge sig ud i samfundet uden for socialpsykiatrien:

*"Og jeg bruger det så i dag meget som dels et arbejdssted og en tryk base for at bevæge mig ud i samfundet"* (Claus)

De borgere, der i højere grad får opfyldt deres behov for tryghed og socialt fællesskab andre steder, som på studiet, ved sport, frivilligt arbejde, hos kæresten eller på bostedet, benytter værestederne som et supplement. Malene er begyndt at komme på et værested, efter hun er flyttet i egen lejlighed, og Vibe nævner, at hun godt kunne forestille sig at komme på væresteder, hvis hun en dag flyttede i egen lejlighed. Charlotte, som har et studie og en kæreste, benytter hovedsagligt et tilbud på et værested, hvor man kan få hjælp til at strukturere sin hverdag.

## Idéer til endnu bedre væresteder

Grundlæggende giver de interviewede udtryk for tilfredshed med Københavns væresteder. Claus og Rasmus oplever dog, at værestederne kan forbedres og kommer med idéer til, hvordan man kan forbedre værestedernes tilbud, samt give flere borgere kendskab til værestederne.

Claus, som har benyttet sig af værestederne i mange år, er generelt godt tilfreds med den udvikling, han oplever. Han mener, at værestederne tidligere har været meget lukkede om sig selv, men nu er begyndt at åbne mere op:

*"Det har i rigtigt mange år været sådan at værestederne de ligesom opfyldte alle ens behov, så man behøvede slet ikke gå ud i det offentlige rum og nogle gange har jeg følt at personalet nærmest har trukket den anden vej. (...) Du skal blive her og spise,*

*du skal ikke-, det er så hyggeligt. Det er det også, men man kan også have lyst til noget andet." (Claus)*

I dag oplever Claus, at værestederne i højere grad åbner op mod verden uden for socialpsykiatrien, og han giver udtryk for, at han synes, man burde udvikle denne tendens endnu mere. Fx synes han, at man i højere grad kunne arrangere ture ud sammen med andre væresteder og opfordre brugerne til at opsøge offentlige kulturtilbud. Han sætter også pris på, når værestederne støtter op om og opfordrer til, at brugerne bruger hinanden som netværk:

*"Man snakker meget om netværk i psykiatrien og sikkert også ude i samfundet for tiden. Og det synes jeg også er rigtigt godt, at vi bliver opfordret til at støtte hinanden og foretage os ting sammen og sådan noget så..." (Claus)*

Udover i højere grad at åbne op, mener Claus også, at man med fordel kunne oprette flere jobs for brugerne i socialpsykiatrien. Claus har selv arbejdet på flere væresteder og oplever, at disse job i høj grad har bidraget positivt til hans forløb. Om det gode ved et arbejde på værestederne, fortæller han:

*"Og så det at man har nogle kollegaer, det betyder rigtigt meget. (...) Som venter at man kommer og har nogle forventninger om, at man kommer til tiden og... ja... siger hej. Og man er sammen på en rigtigt god måde, når man arbejder sammen, så er man meget mere ligeværdige, fordi man har et fællesprojekt. (...) Mere af det". (Claus)*

Både Claus og Rasmus giver udtryk for, at de tror, at der er mange flere, som kunne have gavn af at komme på værestederne, end det antal der kommer. Claus foreslår, at man kunne være bedre til at informere om værestederne til borgere, som har været indlagt i hospitalspsykiatrien og lave en række tiltag, som kan lette overgangen mellem hospitals- og socialpsykiatri. Fx en følgeordning, hvor nuværende brugere af væresteder følger og introducerer nye brugere for værestederne.

Rasmus fortæller, at han tror, at der er mange, som kunne være i samme situation, som han selv var i tidligere, hvor han ikke turde opsøge værestederne pga. social angst. Han synes, at man burde hjælpe andre til at opsøge værestederne. Han foreslår fx, at man kan blive hentet i bus og kørt til værestederne:

*"Værested X har det man skal bruge. Altså det har socialt samvær og nogle rammer, der gør, at man kan være sammen med andre mennesker (...) men det der er problemet, det er, at få folk, der ikke ved, at Værested X er der, eller som ved, at værestedet er der, men som ikke har overskud til at komme der, til at komme der." (Rasmus)*

### Tema 3: De skrøbelige overgange

Et tredje tema, der går igen i forskellige variationer i interviewene, er socialpsykiatriens betydning i 'svære overgange'. Overgange mellem hospitalspsykiatri og socialpsykiatri, mellem forskellige boformer, samt i et mere overordnet perspektiv, overgangen mellem at have det svært og have brug for meget støtte og til igen at leve et mere selvstændigt liv.

Der tegner sig i interviewene et billede af, at socialpsykiatriens tilbud har en vigtig, men kompleks rolle i disse overgange. Flere af de interviewede borgere oplever, at væresteder, plejepersonale på bosteder, hjemmevejledere via den rette balance mellem omsorg, tryghed og støtte til selvstændighed kan gøre de skrøbelige overgange nemmere at komme igennem.

I det følgende vil borgernes oplevelser af de skrøbelige overgange blive gennemgået. Først overgangen fra indlæggelse til socialpsykiatri, dernæst flytningen mellem boligformer, og afslutningsvist borgernes refleksioner over balancen mellem støtte og selvstændighed.

#### Betydningen af at blive grebet efter en indlæggelse

Både Vibe, Rasmus og Claus fortæller om udfordringerne ved at blive udskrevet efter længere tids indlæggelse. De er alle enige om, at indlæggelserne var nødvendige, men de har oplevet, at det efter indlæggelsen var svært at komme tilbage til livet uden for hospitalet. Dels fordi de oplevede at have mistet praktiske og kommunikative færdigheder, som at have en almindelig samtale eller købe ind, dels fordi de endnu ikke havde det godt nok til at kunne klare sig selv. Udover de praktiske udfordringer, sætter Rasmus også ord på de identitetsmæssige udfordringer, han oplevede efter den første lange indlæggelse:

*"Det handler om simpelthen at gribe folk og sige, okay man er ikke behandlet, når man ikke længere er psykotisk. Så er man kommet ud over den hurtel, der hedder at være psykotisk, og så skal man til at samle et helt liv op, som er fuldstændig splittet, og som skal redefineres totalt". (Rasmus)*

Både Vibe, Claus og Rasmus giver udtryk for, at det er vigtigt, at man ikke bliver overladt til sig selv efter en indlæggelse, men at man i stedet "bliver grebet". Claus kendte ikke til socialpsykiatriens tilbud efter sin første indlæggelse og oplevede derfor, at være alene efter udskrivelsen:

*"...så blev jeg udskrevet fra hospitalet (...) og så sad jeg et halvt år på en bænk og kiggede. Anede ikke der var noget, der hed socialpsykiatrien nærmest. (...) Der var ikke nogen, der havde forberedt (mig) på, at der faktisk var en del muligheder for at få selskab. Jeg sad bare på en bænk og tænkte åh, jeg er helt alene i verden."*  
(Claus)

For både Vibe, Rasmus og Claus bliver forskellige dele af socialpsykiatriens tilbud vigtige som en støtte efter indlæggelsen. Vibe forklarer, hvordan hun tror, at det at flytte ind på et bosted efter en lang indlæggelse havde betydning for, at hun fik det bedre og på længere sigt færre indlæggelser:

*"Altså hvis jeg ikke var flyttet i socialpsykiatrien, så var jeg blevet svingdørspatient igen. Det er helt sikkert. (...) Hvis jeg var kommet ud i en almindelig lejlighed efter Sankt Hans, så var jeg, så havde det været det samme. Så havde indlæggelsen været nyttesløs." (Vibe)*

## At flytte i egen lejlighed

Alle seks interviewede har på et tidspunkt oplevet at flytte fra socialpsykiatriske boformer med en større grad af støtte til mere selvstændige boformer. Fem af borgerne bor på nuværende tidspunkt i egen lejlighed, mens Vibe bor på et bocenter.

Motivationen og årsagen til flytning varierer blandt de interviewede borgere. Claus og Ali blev opfordret til at flytte i egen lejlighed, da personale på deres bosteder mente, at de kunne klare sig selv. Charlotte og Malene valgte at flytte for at kunne bo sammen med deres kærester. Charlotte fortæller om, hvordan kæresten motiverede hende til at flytte for at "komme videre":

*"Så sagde han (læs: kæresten), at han synes jeg skulle flytte. Jeg svarede, at det ville jeg egentlig gerne gøre, for jeg kunne godt se hans pointe. Man kunne heller ikke få børn på Tranehavegård. I det hele taget skulle man ud i den virkelige verden, hvis man ville være rask." (Charlotte)*

Flere af de interviewede oplever, at det er forskelligt, hvilken boform de har brug for i forskellige perioder i et forløb. De fleste er glade for at være flyttet til mere selvstændige boformer, men føler også, at de tidligere har haft brug for den øgede støtte, der var på deres tidligere bosteder. Derudover oplever de fleste af de interviewede, at øvrige tilbud som fx væresteder, bliver en vigtigere støtte, når man bor i egen bolig.

At blive forberedt på en flytning nævnes af både Claus, Vibe og Malene som vigtigt. Vibe understreger endvidere vigtigheden af, at man selv bestemmer, hvornår man vil flytte, så det bliver på et tidspunkt, hvor man er klar til det:

*"Der synes jeg, det er meget vigtigt, at man selv definerer, hvornår man vil flytte, tror jeg. Det er meget med at, så skal man paces videre, og man skal få det bedre og nogle gange er det sgu bare, at man kan være der og blive lige så længe, man har lyst og behov for." (Vibe)*

Både Claus, Charlotte og Ali giver udtryk for, at det at skulle flytte var stressende og i nogle tilfælde knyttet til angst. Det er forskelligt, hvilken støtte de interviewede fik i forbindelse med flytning til egen lejlighed, og hvordan de oplevede selve flytningen. Claus beskriver sin flytning som "rigtigt dårlig" og fortæller:

*"Det var svært, ja fordi øh, jeg fik at vide, nu kan du ikke bo her længere. Vi ser gerne, at du flytter. Jeg havde ikke noget valg, og jeg var frygteligt ked af det og (...) så tilkaldte jeg 3x34 som flyttede mine ting, og så sad jeg der. (...) Man skulle nok have gjort det, at man havde koblet en hjemmevejleder på. I hvert fald i starten (...) Det var en rigtig dårlig flytning." (Claus)*

Claus oplevede således at mangle støtte, både til det praktiske og til at gøre overgangen lettere. Det samme gælder Charlotte, som fik hjælp af sit bosted til de praktiske forberedelser, men som efterlyser en kontaktperson eller hjemmevejleder, der kunne have gjort det til en "mere glidende overgang". Charlotte havde det dårligt i en periode efter flytningen og havde i den periode meget kontakt til det botilbud, hun var flyttet fra.

Malene og Ali havde en hjemmevejleder tilknyttet i forbindelse med deres flytning og giver begge udtryk for, at det har gjort flytningen nemmere for dem. For Malene bidrog hjemmevejlederen med støtte, tryghed og overblik i en flytteproces, som for Malene var forbundet til angst.

## Balancegangen mellem tryghed og selvstændighed

I interviewene, samt i analysen af de dominerende temaer, fremstår socialpsykiatriens tilbud som havende en betydningsfuld og kompleks rolle i forhold til borgernes mulighed for at komme sig. Borgernes behov varierer af type og omfang afhængig af person og forløb, hvilket fordrer fleksible tilbud, som kan tilpasses den enkelte borgers behov. De forskellige boformer, værestedernes aktiviteter, relationen til kontaktpersoner og hjemmevejledere skal således balancere mellem at være omsorgsfulde og tryghedsskabende og at understøtte aktivitet og selvstændighed.

Eksempler på dette er hjemmevejledere, der ifølge Vibe både skal kunne støtte og give omsorg i svære perioder, samt understøtte positiv udvikling, væresteder, der ifølge Claus både skal fungere som en tryk ramme og give mulighed for at "bevæge sig ud i samfundet", og boligformer med den rette mængde støtte.

At skulle varetage en sådan balance og at tilpasse støtten til den enkelte borger stiller krav til socialpsykiatriens medarbejdere og indholdet af socialpsykiatriens tilbud. Flere af de interviewede borgere giver udtryk for et ønske om at blive støttet til at klare flere opgaver selv og at få støtte til de aktiviteter, som ikke er knyttet direkte til deres sygdom. Fx efterlyser Charlotte hjælp til at strukturere sit universitetsstudie, men føler at hjemmevejlederens støtte "handler om det at være syg".

Samtidig understreger flere af de interviewede, at man skal passe på ikke at stille for høje krav til deres udvikling. Som Vibe formulerer en af de vigtige faktorer for hendes forløb:

*"Kontinuiteten, tiden, at det ikke er sådan noget med, at man hurtigt skal fixes og paces videre, for det kan som regel ikke gøre med nogen." (Vibe)*

## Opsamling

Analysen af seks borgeres oplevelser af muligheder og udfordringer i socialpsykiatrien kredsede omkring tre emner: Den gode relations betydning, væresteder som socialt netværk og skrøbelige overgange.

De interviewede borgere oplever relationen til socialpsykiatriens medarbejdere, som en særlig central og betydningsfuld del af deres kontakt med socialpsykiatrien. Den gode, hjælpsomme relation bliver beskrevet som et nærværende, ligeværdigt møde, hvor medarbejdere er engageret, deltagende og personlig. De interviewede har gode erfaringer med relationer til socialpsykiatriens medarbejdere, men oplever også udfordringer i relationsarbejdet i form af øget registrering og udbrændte medarbejdere.

Socialpsykiatriens væresteder opleves af de fleste interviewede borgere som et betydningsfuldt tilbud, som giver mulighed for deltagelse i et socialt fællesskab i trygge rammer. Værestederne bruges forskelligt og i forskelligt omfang af de interviewede borgere. For nogle udgør værestedet det primære sociale netværk, mens det for andre fungerer som et supplement eller som specifik støtte på nogle områder. Værestedernes tilbud opleves af de fleste som gode, men et par borgere foreslår, at fremadrettet i højere grad åbnes op mod det verden uden for socialpsykiatrien, og at man gøre en større indsats for at informere potentielle brugere om værestederne.

Borgerne har oplevet flere svære overgange i deres forløb. Fx mellem hospitalspsykiatri og socialpsykiatri, mellem forskellige boformer, samt i et mere overordnet perspektiv, overgangen mellem at have det svært og have brug for meget støtte og til igen at leve et mere selvstændigt liv. Flere af de interviewede borgere oplever, at socialpsykiatriens tilbud kan gøre disse overgange nemmere at komme igennem.

Der tegner sig i interviewene et billede af, at socialpsykiatriens tilbud har en vigtig, men kompleks rolle for borgere med en psykisk lidelse. Et billede af, at væresteder, plejepersonale på bosteder og hjemmevejledere via den rette balance mellem omsorg og støtte til selvstændighed, og gennem etablering af lige, nærværende, personlige relationer, kan understøtte borgere til at komme bedre igennem deres forløb.

Undersøgelsen er en mindre, eksplorativ forundersøgelse, frem for en fuldstændig og repræsentativ kortlægning af brugernes oplevelser og behov. Seks meget forskellige profiler har fået ordet og givet deres bud på oplevede betydningsfulde elementer i socialpsykiatrien. En begrænsning for undersøgelsen er, at halvdelen af interviewene ikke relaterede sig specifikt til undersøgelsen, og at var to forskellige og mindre trænede personer, som interviewede.



## Anbefalinger

På baggrund af nærværende undersøgelse af psykiatribrugernes oplevelse af muligheder og udfordringer i socialpsykiatrien anbefales det i forhold til planlægningen af arbejdet fremadrettet at:

- være opmærksom på betydningen af gode, hjælpsomme relationer mellem borgere og medarbejdere i socialpsykiatrien.
- arbejde på at sikre, at medarbejdere i psykiatrien har de fornødne ressourcer og viden til at varetage dette komplekse relationsarbejde.
- være opmærksom på værestedernes varierende, men vigtige betydning for borgere med en psykisk lidelse. Særlig for borgere med et mindre socialt netværk og borgere, der er flyttet i egen bolig.
- arbejde på i endnu højere grad at åbne værestederne op, så de støtter borgeren i at "bevæge sig ud i samfundet".
- øge borgernes mulighed for at arbejde og være aktivt deltagende på værestederne.
- gøre en indsats for at informere om værestederne til borgere, der kunne have gavn af tilbuddet, samt gøre det nemmere for borgere at opsøge værestederne ved fx at lave ledsageordninger.
- støtte borgerne i forbindelse med flytning fra tilbud med meget støtte til mere selvstændige tilbud, fx ved at tilknytte en hjemmevejleder i god tid inden flytningen, som i projekt "Den gode Flytning".
- være opmærksom på socialpsykiatriens vigtige, men komplekse rolle som støttende og understøttende i svære overgange, og i denne sammenhæng sikre en variation og fleksibilitet i socialpsykiatriens tilbud, som matcher borgernes behov, og som sikrer den rette balance mellem omsorg og understøttelse af selvstændighed.

## Litteratur

Kvale, Steiner (2006). *Interview – En introduktion til det kvalitative forskningsinterview*. 1. Udgave. Kbh: Hans Reitzel.