

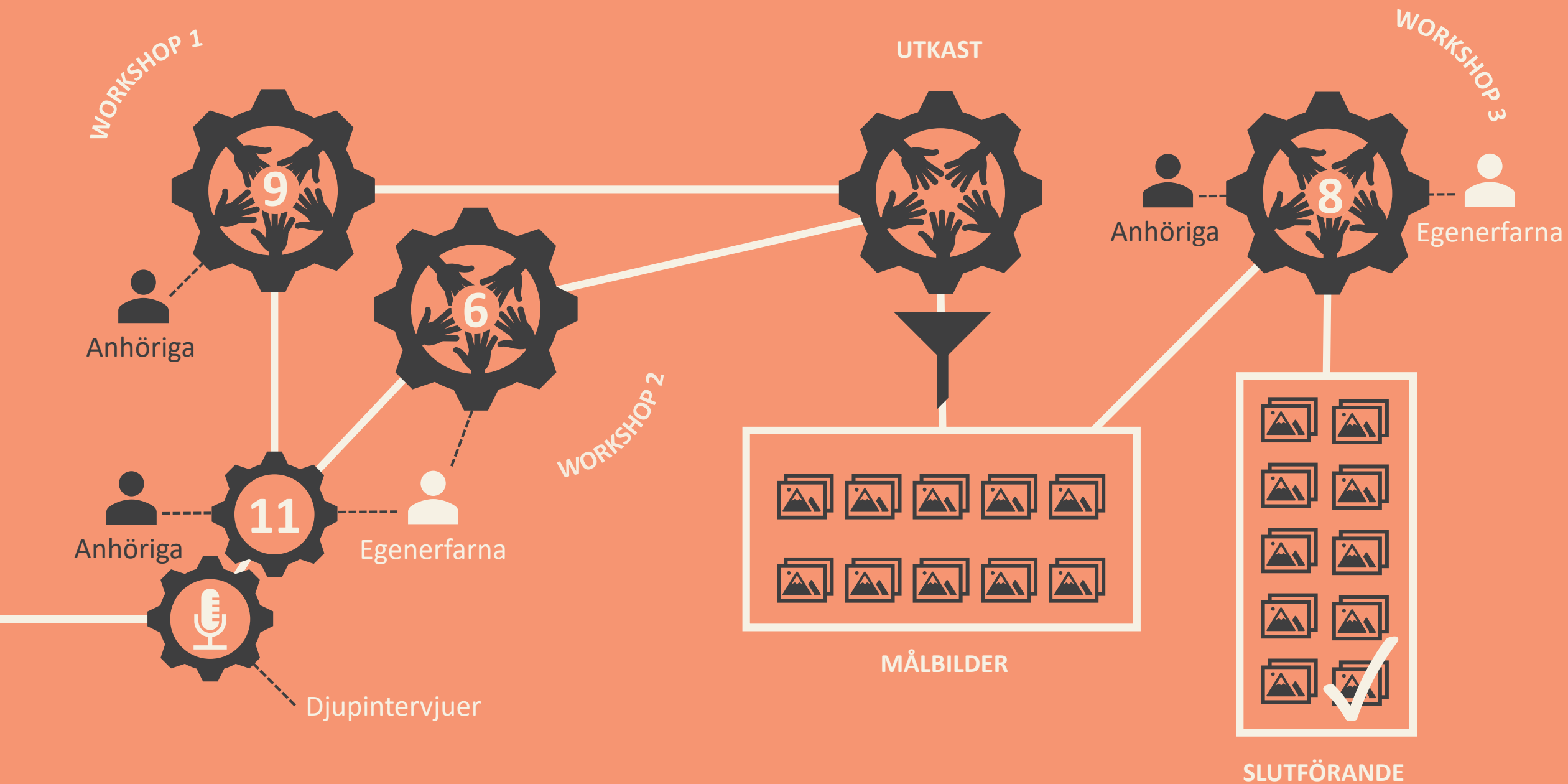
Målbilder ur patient- och brukarperspektiv för vård och stöd till personer med psykisk ohälsa och beroende

S 2020:08 Samsjuklighetsutredningen

Målbilderna är baserade på djupintervjuer och workshops med personer med egen erfarenhet av psykisk ohälsa och beroende, och deras anhöriga. Materialet är framtaget i samarbete med Experio Lab.

Målbilderna fokuserar på det som är värdeskapande för individen vid kontakt med vården och socialtjänsten, och de önskemål som finns om förbättringar. Målbilderna beskriver inte några konkreta förslag utan visioner för hälso- och sjukvården och omsorgen.

Så här har vi arbetat med att ta fram målbilderna



Målbilder för vård och stöd ur ett patient- och brukarperspektiv



Tidig hjälp med psykisk ohälsa och missbruk



Bli lyssnad på, få förståelse och bli behandlad med samma respekt som andra



Stöd och vård som är lätt att hitta, komma i kontakt med och som är tillgänglig när jag behöver den



Bli stärkt i min egen förmåga att hantera min situation och ha inflytande över min vård och omsorg



Tillgång till fungerande behandling och möjlighet att välja utifrån det som passar mig



En fungerande vardag och ett meningsfullt sammanhang



Stöd och vård som hänger ihop som en helhet



En person som jag kan lita på och som följer med i hela processen



Inte bli utestängd från stöd och vård och få hjälp med både beroende och psykisk ohälsa



Att vården och omsorgen lyssnar på, involverar och ger stöd till mitt nätverk



Tidig hjälp med psykisk ohälsa och missbruk



Förebyggande insatser riktade till barn och unga för att **förhindra** och **fånga upp** psykisk ohälsa och skadligt bruk eller beroende



Tidig hjälp till **personer** med psykisk ohälsa och skadligt bruk eller beroende



Tidig hjälp med psykisk ohälsa och missbruk

“ När jag sa till på ett tidigt stadium om hjälp till min son, då fanns det inte hjälp...vi hade kunnat förhindra det, ett oerhört misslyckade för samhället och en förödande sorg för familjen.”

“ Om jag fått terapi och hade fått gå kvar i normal skola och inte hamnat på ett ställe för tjejer med allvarliga problem hade det kanske inte gått så långt.”

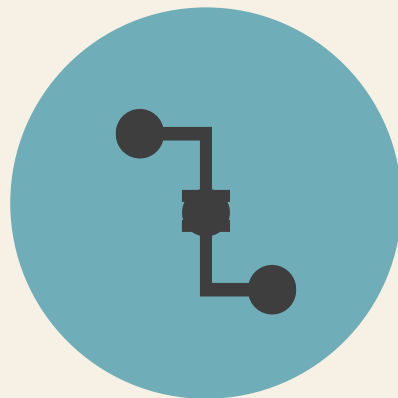
“ Förebyggande arbete, omedelbara massiva insatser, mer kraft i tidiga insatser. ”



Stöd och vård som är lätt att hitta, komma i kontakt med och som är tillgänglig när jag behöver den



Tydligt och lätt att
förstå vilka olika
aktörer och
vårdnivåer som
finns



Enkelt att nå och
komma i kontakt
med vården på det
sätt som passar bäst



Inte för långa
väntetider till
exempelvis
utredning



Snabb hjälp när
man själv är
mottaglig för stöd
och vård



Stöd och vård som är lätt att hitta, komma i kontakt med och som är tillgänglig när jag behöver den

“Man orkar inte ens, det är för många instanser, det är ingen som hjälper en och säger så här ska du göra.”

“Kan ringa min handläggare när som helst, svarar hon inte så ringer hon tillbaks.”

“Motivation är en färskvara – man måste ha snabb hjälp när man väl bestämt sig.”

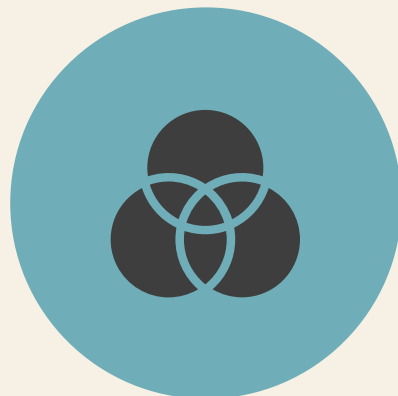
“På första linjen fick vi inte vara kvar utan blev hänvisade till BUP där utredningen tar jättelång tid.”



Tillgång till fungerande behandling och
möjlighet att välja utifrån det som passar mig



Kunskap om beroende och psykisk ohälsa hos de personer man möter i vården och omsorgen



Variation i utbud av **behandling** då olika saker fungerar för olika personer



Att utifrån sina förutsättningar och behov **själv** få **vara med** och **välja behandling**



Tillgång till **behandling** och meningsfull **sysselsättning** under LVM



Tillgång till fungerande behandling och
möjlighet att välja utifrån det som passar mig

“ Att passas in i en mall funkar dåligt för de flesta. Finns det flera lösningar, och något man kan göra själv för att påverka, så blir det bättre. ”

“ Det är ingen behandling [LVM]. Bara mediciner. Man borde göra något som väcker ens intresse, något som väcker hopp under den tiden. ”

“ Viktigt att kunna beroendeproblematik och hur det påverkar. Svårt att berätta, det måste vara för människor som förstår. ”

“ Man borde kunna få välja, för vissa funkar NA, för andra funkar det att vara med djur, andra i arbetskollektiv – inget funkar för alla. ”



Stöd och vård som hänger ihop som en helhet



Vård och stöd som **hänger ihop** och där olika aktörer och **kompetenser samarbetar**



Uppföljning av insatser och ett **långsiktigt stöd**, till exempel fortsatt stöd efter att man varit på behandlingshem



Helhetssyn på individen utifrån psykiska, fysiska och sociala behov



Stöd och vård som hänger ihop som en helhet

“ Man får ingen uppföljning när man blir utskriven [från behandlingshem], hjälp två veckor och sen ut igen, det hjälper en inte särskilt mycket. ”

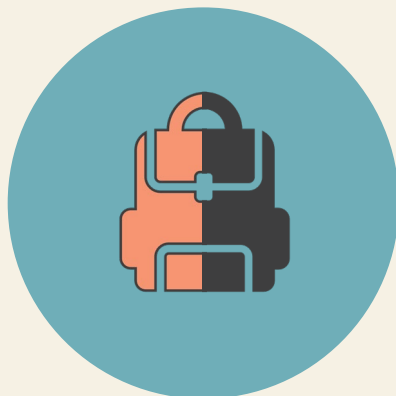
“ Behöver vara vård och olika insatser under ett och samma tak. ”

“ Om psykiatrin och socialtjänsten bara pratade med varandra skulle dom inte behöva börja från början varje gång. ”

“ Jag har skrivit på samtyckespapper om kontakter mellan myndigheter, men märker inte att de har haft någon kontakt med varandra. ”



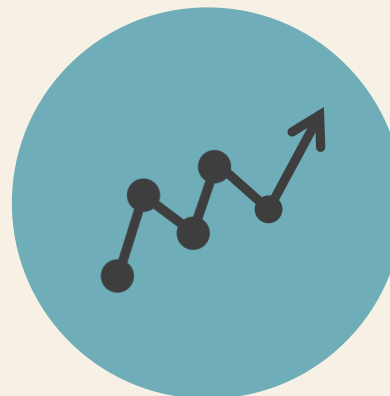
Inte bli utestängd från stöd och vård och få hjälp med både beroende och psykisk ohälsa



Att kunna **få hjälp med både** psykisk ohälsa och beroende **samtidigt**



Att **inte få sämre hjälp från vården** för att man har eller har haft ett skadligt bruk



Att få **fortsätta** med **insatser** trots eventuella återfall, och att insatser **inte** dras in som **ett straff**



Inte bli utestängd från stöd och vård utan få hjälp med både beroende och psykisk ohälsa

“ Jag står i kö för utredning men får inte lov att börja förrän jag är ren. ”

“ Åk hem och kom tillbaka när du är nykter, säger man på akutpsykiatrin. ”

“ Jag har alltid fått sluta mitt missbruk på egen hand, utan hjälp. Jag slutar med missbruket för att få hjälp med min psykiska ohälsa, men jag får ingen hjälp med den så jag börjar igen. Om jag fått hjälp med min psykiska ohälsa hade jag slutat missbruka. ”

“ Missbrukare får återfall nån gång, ändå de blir straffade, ett misstag och sen direkt ut ur boende. ”



Bli lyssnad på, få förståelse och bli behandlad med samma respekt som andra



Att bli bemött med
empati och förståelse



Att någon verkligen
lyssnar på en



Att inte bli dömd på
förhand på grund av
sina problem



Att personer med egen
erfarenhet kan finnas
med som stöd i vården
och omsorgen



Bli lyssnad på, få förståelse och bli behandlad med samma respekt som andra

“ Om vården får ansvaret så slipper man både stigma och vården gör det förmodligen bättre. Blir mindre skuldbeläggande då. ”

“ De borde ha kunnat vara mer empatiska. Jag kände mig förnedrad. Man känner sig liten, då blir man mer utagerande, det enda man kan göra är att vara jävlig. ”

“ Det hade varit bra om flera i vården hade egen erfarenhet av t.ex. missbruk och psykisk ohälsa. Då hade de förstått. Man hade litat på dem. ”

“ Man behöver nån som lyssnar på en...jag ljög länge för mig själv men när jag fick berätta, en sten som släppte från mina axlar. ”

“ Viktigt att se att vi är levande människor, vi försöker få ett värdigt liv. ”



Bli stärkt i min egen förmåga att hantera min situation och ha inflytande över min vård och omsorg



Vara **en del i teamet** som arbetar med ens vård och omsorg



Få **hopp** och **stöd** att tro på sin förmåga **att bli frisk**



Fokus på individens resurser, **styrkor** och **drivkrafter** – inte bara på problemen



Utbildning om sin specifika problematik och verktyg **för att kunna hantera sin situation**



Bli stärkt i min egen förmåga att hantera min situation och ha inflytande över min vård och omsorg

“*Socialtjänsten gjorde en lista med styrkor och svagheter hos min son. Det var en lång sida med svagheter och bara en styrka. En hjälpsökande mamma.*”

“*Jag gjorde mig ovän med alla eftersom alla redan hade bestämt sig för hur jag var, jag kunde lika bra leva upp till det.*”

“*Kurser eller grupper om beroende och bipolär sjukdom borde det finnas mer av. Kunskap är makt, ju mer man kan desto mer förstår man. Och det är lättare att göra nåt när man förstår vad man håller på med.*”

“*Tänk om socialtjänsten kunde förmedla hopp och att det kan bli bättre.*”

“*Inte vi och dom, inte jag HAR ett team utan vi ÄR ett team, vi jobbar tillsammans, jag är medlem i mitt eget team.*”



En fungerande vardag och ett meningsfullt sammanhang



Stöd med praktiska saker som ekonomi och att söka jobb



Tillgång till ett boende – annars är det svårt att orka ta sig ur sina problem



Att kunna finnas i ett **sammanhang** med andra människor där det finns **möjlighet till sysselsättning**, till exempel arbete eller föreningsliv



En fungerande vardag och ett meningsfullt sammanhang

“ I min förening kan jag dricka kaffe och träffa folk i samma situation. Det är viktigt att ha något att göra och träffa andra. Utan dem hade jag inte fixat det. ”

“ Jag har varit drogfri i två år, men vet fortfarande inte hur man betalar en räkning, skulle behöva hjälp med vardagen. ”

“ Att hjälpa andra ger ett sammanhang, att man kan använda sina erfarenheter till något positivt. Ett sammanhang där ens erfarenheter är viktiga, vara delaktig i lösningen för andra. ”

“ För att kunna bli frisk måste du ha nånstans att bo... om ej kunna stänga dörren om sig är det jävligt tufft. ”

“ Socialsekreteraren sa ”du behöver inte oroa dig för elen under tiden du är på behandlingshem, eller hyran, tänk inte på det, vi fixar det.” ”



En person som jag kan lita på och som följer med i hela processen



Hjälp med att hålla ihop **kontakter** med olika myndigheter och stöd i hela processen



En **relation** till en person eller ett team som man känner **förtroende** för



Ärlighet och **engagemang** är viktigt i relationen



Möjlighet att ha en **långsiktig kontakt** med en och **samma person eller team**



En person som jag kan lita på och som följer med i hela processen

“ Kontinuitet i kontakten är jätteviktig. ”

“ Åka kors och tvärs, fylla i papper, osv. Jättekomplicerat. Min boendestödjure har varit mest stöd i myndighetskontakter...hon har hela bilden. ”

“ Det som gjorde skillnad var min handläggare på socialtjänsten, hon lyssnade på mig, dömde inte och gjorde mer än vad hon hade behövt. ”

“ Min boendestödjure har jobbat på boendet där jag var på innan, det är toppen att vi känner varandra, är det nåt så ringer jag bara henne. ”

“ Hon har alltid ställt upp. Inte en enda gång har hon lovat något och inte hållit det. Hon är genuin. Ingen soc i hela världen har ansvar att göra så mycket, men hon gör det ändå - för att hon vill. ”



Att vården och omsorgen lyssnar på,
involverar och ger stöd till mitt nätverk



**Stöd, utbildning och
verktyg** till anhöriga samt
möjlighet att **dela**
erfarenheter med andra



**Lyssna till och
återkoppla** till
anhöriga under hela
processen



Fånga upp barn i
familjer där det
finns samsjuklighet
och **erbjud stöd**



Stöd att **stärka eller
bibehålla relationer**
till anhöriga



Att vården och omsorgen lyssnar på,
involverar och ger stöd till mitt nätverk

“*Samtalen med andra och konkret information, kunskap och stöd hur man ska förhålla sig gjorde verkligen skillnad.*”

“*Jag kände mig ofta som om jag sörjde en levande död när jag tänkte på min missbrukande dotter.*”

“*Personer som är kapabla får mycket stort ansvar som anhöriga och får fixa mycket själv.*”

“*När nån söker hjälp, behöver man också se hur det fungerar hemma, med barnen. Alla i familjen blir drabbade av hur ett beroende påverkar.*”

“*Bli absurd när jag har kört in henne [till akutpsykiatri], men sen får jag inte veta nåt. Ibland går det inte fram att det finns samtycke.*”

“*En familj där en person har beroendeproblem kan behöva medling för att kunna kommunicera.*”

TACK!

Målbilder ur patient- och brukarperspektiv
för vård och stöd till personer med psykisk
ohälsa och beroende

S 2020:08 Samsjuklighetsutredningen



STATENS OFFENTLIGA
UTREDNINGAR

S 2020:08 Samsjuklighetsutredningen