

Rehabiliteringsdager ved Haraldsplass Diakonale Sykehus – 9. mai 2017

Brukermedvirkning og empowerment – en viktig del av rehabiliteringsprosessen.

Magdalena Krossgått – NAV Arbeidsrådgivning Hordaland.

Min bakgrunn

- Utdannet legesekretær.
- Erfaring med psykisk sykdom store deler av mitt liv.
- Uføretrygdet i 14 år.
- Deltaker i MB-programmet – medarbeider med brukererfaring - i 2006.
- 2007 – 2008: medarbeider med brukererfaring i bofellesskap for psykisk syke i Bergen kommune.
- 2008 – d.d.: rådgiver/medarbeider med brukererfaring ved NAV Arbeidsrådgivning Hordaland.

Rådgiver/medarbeider med brukererfaring

Arbeidsområder:

- holdnings- og informasjonsarbeid
- fagutvikling og evaluering
- veiledning og rådgivning
- formidler av håp.

Hva må være til stede for å bygge opp et godt rehabiliteringstilbud?

- Brukermedvirkning og empowerment.
- Samhandling.
- Fokus på ressurser.
- Krav og ansvarliggjøring.
- Fokus på legens rolle.
- Fokus på arbeid som god rehabilitering.

Brukermedvirkning

Inkluder brukerperspektivet både på individ- og systemnivå:

- gi rom for pasientens egne ønsker og behov
- sikre at alle ansatte har kunnskap om emnet
- sikre at brukermedvirkning er godt integrert i virksomheten
- ha fokus på hvordan organisasjonen skal få til brukermedvirkning i praksis.

Empowerment

- Empowerment:
 - myndiggjøring/egenkraftmobilisering
 - ta tilbake myndighet og endringskraft i eget liv
 - ta eierskap og ansvar for eget problem.

Samhandling

- Tverrfaglig samarbeid = god rehabilitering.
- Ha fokus på kommunikasjon.
- Se pårørende som en ressurs og samarbeidspartner.

Fokus på ressurser

- Ha fokus på pasientens ressurser.
- Bidra til å styrke pasientens tro på seg selv.
- Utforsk mulige vendepunkt.
- Pushe men ikke presse.

Krav og ansvarliggjøring

- Tør å stille krav.
- Se pasienten som en ressurs og samarbeidspartner.
- Ikke vær pasientens «advokat».

Legens rolle

- Bli kjent med og bruk nok tid på pasienten.
- Lytt og vær tilstede i samtalen.
- Se viktigheten av å være i jobb.
- Ha fokus på gradert sykemelding.

Fokus på arbeid

- Se på arbeid som god rehabilitering.
- Påvirke til holdningsendringer i synet på arbeid.
- Ansettelse av erfaringskonsulenter bidrar til holdningsendringer.

Hva er god oppfølging?

- «Se meg, hør meg, møt meg».
- Ha forståelse for at ting tar tid.
- Ha forståelse for at noen ganger er det nødvendig å ha mulighet for å bytte behandler.
- Pasienten må «eie» sin egen bedringsprosess.
- Ikke «slipp taket» for tidlig.

Åpenhet

- Se verdien av åpenhet om egen helse:
 - man trenger ikke bruke krefter på å skjule egen sykdom
 - kreftene kan i stedet brukes på å bli frisk
 - åpenhet om tabubelagte sykdommer kan bidra til holdningsendringer og bekjempe fordommer og stigmatisering.

Hva må til av endringer og omstilling?

- Holdningsendringer i helsevesenet og i hjelpeapparatet forøvrig.
- Pasienten må fra passiv til aktiv rolle:
 - ansvarliggjøring i forhold til egen helse
 - må få hjelp til å endre tankegang – til å se muligheter i stedet for begrensninger.

Utfordringer

- Lite samhandling mellom ulike instanser.
- Dårlig utnyttelse av individuell plan.
- Dårlig utnyttelse av dialogmøter.
- For lite fokus på arbeid som rehabilitering.
- Lite kunnskap om ulike hjelpetilbud.

Oppsummering

Viktig for å kunne drive god rehabilitering:

- brukermedvirkning/empowerment
- fokus på ressurser og arbeid
- tørre å stille krav - ansvarliggjøring
- tverrfaglig samarbeid = god rehabilitering
- god rehabilitering = bedre helse på lang sikt.

Hva har god oppfølging og rehabilitering betydd for meg og mitt liv?

- Jeg har fått livet mitt tilbake.
- Jeg fikk hjelp til å «like» meg selv igjen, og til å se at jeg er et menneske med ressurser og evner som har noe å bidra med.
- Jeg klarte å komme meg tilbake til arbeidslivet etter mange år som uføretrygdet.
- Jeg har fått muligheten til å gi noe tilbake til samfunnet gjennom jobben min.

Kontaktinformasjon

Magdalena Krossgått

Tlf. 53 04 00 34/995 29 182

E-post: Magdalena.Krossgatt@nav.no