

# REVANSCH

En tidning om psykisk ohälsa från Riksförbundet för Social och Mental Hälsa – RSMH

Nr. 3  
2021

*Författaren  
Ida Ali-Lindqvist:*

»**Jag hade  
behövt  
sätta ord på  
smärtan**«

**TEMA: Brukarmakt** / Trend med färre PO oroar / Vi granskar: Brukarråden under pandemin / Självvald inläggning under lupp / **Nyhet:** Psykbuss på turné

## ÅRGÅNG 40

Revansch utkommer med fyra nummer per år och ges ut av Riksförbundet för Social och Mental Hälsa, RSMH.

Pris: 45 SEK

## Adress:

Revansch, RSMH  
Instrumentvägen 10  
126 53 Hägersten

Telefon:  
08-12 00 80 40

## E-post:

revansch@rsmh.se

## Hemsida:

www.rsmh.se

## Chefredaktör:

Anna Morin (t.f.)

070-420 82 50

## Korrektur:

Claes Rundqvist

## Layout:

Malin Ringsby

## Omslagsfoto:

Nicklas Thegerström

## Redaktionsråd:

Carin Aissa, Jan-Olof

Forsén, Linda Fändriks,

Åke Nilsson, Paulina

Tarabczynska, Ulrika Fritz,

Fredrik Gothnier,

Anna-Karin Ericsson.

## Ansvarig utgivare:

Kristina Båth Sägänger

## Medlems- och

prenumerationsärenden:

lena.andersson@rsmh.se

08-120 080 42

## Prenumerationspris:

205 kr/år. Gratis för

medlemmar i RSMH.

Plusgiro: PG 40 62 92 -3

## Annonser:

Anna Morin

08-12 00 80 57

## Tryck:

Trydells, Laholm

ISSN: 0283-7587

För ej beställt material

ansvaras inte. Den som sän-

der icke beställt material till

tidningen förutsätts medge

publicering i den tryckta

tidningen och elektronisk

lagring på internet.

## Revansch #3/2021

# Bråkarmakt: Återhämtning kräver inflytande



I **det här numret** intervjuar jag Ida Ali-Lindqvist som debuterar med en bok om sina ungdomsår på behandlingshemmet Hasselakollektivet. Hon har haft nytta av sina dagboksanteckningar för att minnas tillbaka och kunna skildra händelserna ur sitt 17-åriga jags perspektiv. När vi ses säger Ida Ali-Lindqvist att det kan vara ett råd: att den som mår dåligt, och som orkar och kan, ska anteckna hur dagarna är. Om så bara vad man åt för mat, vad man tänkte när man vaknade. Det går att skriva i ett block eller göra en inspelning i mobilen. Du som inte blir hörd idag, kan bli hörd imorgon.

**God vård och omsorg** kräver en helhetssyn på människan, och för att kunna återhämta sig krävs en känsla av sammanhang och makt över sitt liv. Ganska ofta behöver man någon på sin sida, och då är personligt ombud, PO, en viktig funktion.

I Revansch rapporterar vi om den oroande trenden med färre PO. Ett personligt ombud kan bidra till brukarmakt genom att vara den som känner till systemen och som kräver ens rätt i samhället. (...) det är en demokratifråga. Vi påverkar det som kallas brukarinflytande, och människors egenmakt».

säger Gertrud Magnusson i intervjun i Revansch. Hon är ordförande för YPOS, Yrkesföreningen för personligt ombud i Sverige.

I **Revansch genomgång** av de regionala brukarråden för vuxenpsykiatri visar det sig att många av dessa viktiga mötesplatser fungerat sämre under pandemin, medan andra snarare utvecklat samspelet mellan brukare och vården. Det finns också en rad regioner som utlovar kommande satsningar på brukarinflytande. Tanken med Revansch granskning är att uppvigla de brukarrepresentanter som finns runt om i landet att ställa krav på ökad delaktighet. Jag vill också uppmana fler att engagera sig i den mån du kan och orkar. Unga och gamla, alla behövs.

**God läsning och** med hopp om en engagerad höst!

/ Anna Morin, tillförordnad chefredaktör

## Konstutställning firar 100 år av allmän rösträtt

Konstverket »Demokrati, är alla med, då lyfter vi« är en teckning i kol producerad av Jette Andersen. Det visades på grupputställningen *Demokrati 100* år på Galleri Foajén i Luleå. Utställningen jurybedömdes och 22 norrbottenska konstnärer valdes ut. Fokus låg på att allmän och lika rösträtt infördes för kvinnor och därmed majoriteten av befolkningen i Sverige år 1921. Arrangörer var Konstnärernas Kollektivverkstad som bjudits in av Resurscentrum för konst och Region Norrbotten för uppdraget.



Utsnitt ut verket »Demokrati, är alla med, då lyfter vi« av Jette Andersen.

### ... men egentligen fyller den allmänna rösträtten faktiskt 32

I Sverige har alla svenska medborgare över 18 år rätt att rösta. Det gäller sedan 1989 när även den som tidigare var omyndigförklarad, till exempel på grund av psykisk sjukdom, får rösträtt i och med att omyndigförklaring avskaffas. Person skriven i Sverige utan medborgarskap får rösta i kommunalvalet.

### »Utan psykisk hälsa finns det ingen hälsa.«

STEPHEN LUCAS, KANADAS HÄLSOMINISTER, PÅ ETT OECD-SEMINARIUM I JUNI 2021.

# 35 000

... personer lever med schizofreni i Sverige. Sjukdomen drabbar unga människor, oftast i åldern 18–30 år, och är livslång.

**Källa:** Den nyutkomna boken »Schizofreni. Livet med en psykosjukdom« (Gothia Kompetens 2021).

## RSMH-bloggen fyller tio år!

RSMH-bloggen startade för tio år sedan. Idén var att skapa ett rum där personer med erfarenhet av psykisk ohälsa, för egen del eller som anhörig, kan göra sin röst hörd. På bloggen har 26 skribenter under åren skrivit alltifrån debattinlägg till personliga betraktelser om livet med psykisk ohälsa.



Foto: Felipe Santana/Unsplash



## Ny film vill bredda fredsarbetet

Filmen »Peace for all« vill att personer med funktionsnedsättning ska tas med och ta plats i fredsbygget i världen. MyRight som gjort filmen är den svenska funktionshinderrörelsens organisation för internationellt utvecklingssamarbete. RSMH är medlem i MyRight. Se filmen på youtube, du hittar den i kanalen MyRight – Empowers people with disabilities.

## ANNONSER:

**Ge en gåva!**

Hedra minnet av någon nära och stöd vårt arbete för psykisk och social hälsa.  
Ge en gåva via postgiro 406292-3

LÄS MER PÅ  
WWW.RSMH.SE

**RSMH**  
RIKSFÖRBUNDET FÖR  
SOCIAL OCH MENTAL HÄLSA

**MÅ BRA HOS RSMH-FJÄLLSJÖ**

Vi har arrangerat uppskattade Må bra-veckor sedan 2009. Och detta fortsätter vi med. Se vår hemsida. Även andra kurser finns i vårt program. Vi hjälper lokalföreningar med kurser, upptakt m.m. till förmånliga villkor.

**Välkommen till Backe!**

0624-10555  
rsmhfjallsjo@telia.com  
www.rsmhfjallsjo.se





Simone Biles på OS 2016.

## Simone Biles lyfte psykisk hälsa vid OS

Under sommarens olympiska spel i Japan bröt Simone Biles från USA lagfinalen i gymnastik. Efteråt sa Simone Biles att hon behövde fokusera på sin mentala hälsa. »Vi är också människor« och »Vi måste skydda vår mentala och fysiska hälsa och inte bara göra vad resten av världen vill se oss göra«, sa Simone Biles till Nyhetsbyrån AP. Hyllningar och stöd kom direkt från andra gymnaster, hennes sponsor och Unicef. Simone Biles är 24 år, tog fyra guld vid senaste OS i Rio och beskrivs ofta som världens bästa gymnast.

## Tema ojämlikhet den 10 oktober

Varje år sedan 1992 infaller FN:s Världsdag för psykisk hälsa den 10 oktober. Världsorganisationen WFMH har röstat fram temat för i år, som är »Mental hälsa i en ojämlik värld«. Man vill uppmärksamma att polariseringen ökar i världen, vilket är något som påverkar den psykiska hälsan. I låg- och medelinkomstländer får en stor majoritet av personer med psykisk ohälsa inte tillgång till nödvändig vård och omsorg.

# En mobil mötesplats för samtal om ohälsa

En uppseendeväckande banderoll och erfarna människor att prata med. I höst är RSMH Skåne ute på turné för att prata psykisk hälsa och ohälsa. Personer från föreningslivet, med egen erfarenhet av psykisk ohälsa, besöker sju orter.

Psykbusen började sin resa i Simrishamn i augusti och avslutar med Kristianstad i oktober. Anna-Maria Olsson är en av projektsamordnarna och Revansch talar med henne efter det första stoppet. Hon tycker att de uppnådde sitt mål som handlade om att skapa ett rullande infotek och en mötesplats där folk vågar prata om psykisk ohälsa.

På torget i Simrishamn fanns flera föreningsaktiva och ett bokbord.

– Många som kommer fram vill ha råd om vart de kan vända sig. Och det är egentligen därför vi är där, vi berättar om vilka föreningar som finns och vad man kan göra, säger Anna-Maria Olsson och fortsätter:

– För att komma fram till vad som passar en kan man behöva berätta lite om sin livshistoria, vad man varit med om. Det blir personligt väldigt fort, men samtidigt en bra avvägning mellan det privata och det offentliga. Det kändes jättebra!

– Det var också många som jobbar i psykiatri som stannade till.

En nyckel är att bussen bemannas av kunniga personer med egen erfarenhet av psykisk ohälsa.

Anna-Maria Olsson och de övriga vill lyssna, informera och ge hopp om återhämtning. Man hoppas också stärka de föreningar som gått på knäna under covidpandemin. En inbjudan har skickats ut till alla föreningar och andra parter som vill samarbeta med Psykbusen.

– Gensvaret har varit stort. Några har skickat folder, andra kommer och är med när de kan. Det är perfekt, man kan komma och knyta kontakter.

Maria Samuelsson som tidigare jobbat som brukarinflytandesamordnare, BISAM, är också en av projektsamordnarna. Hösten 2018 deltog hon vid ett så kallat acceleratorprogram vid Socialhögskolan Lund och Helsingborg och projekterade Psykbusen. Hennes idé fördes vidare och nu rullar bussen i ett samarbete mellan RSMH Skåne och föreningen SamVärket. De hoppas på en hektisk höst, och Psykbusen verkar inte köra obemärkt förbi.

– Flera lokalradiostationer och tidningar har kommit. Det känns väldigt roligt, säger Anna-Maria Olsson.

Anna Morin



Vuxenskolans Maria Karlsson, RSMH Skånes Stefan Wallerek och Ångestförbundets Jenny K Lundgren möter nyfikna människor på torget i Simrishamn.

## Internationell studie visar: Patienter i Europa vill ha ökad delaktighet

Upplevelser och önskemål hos personer som får behandling för psykisk ohälsa är liknande i flera länder i Europa. Det visar en unik europeisk studie. Alla är överens om att vården kan förbättras.

Forskare från sex olika länder har genomfört en studie där 50 personer med erfarenhet av vård och behandling för olika psykiska problem i Sverige, Norge, Nederländerna, Belgien, Grekland och Cypern intervjuats. Att studien speglar upplevelser från personer i flera olika europeiska länder gör den unik. Malin Axelsson är forskare i vårdvetenskap och

»Upplevelsen hos personer med psykiska problem är ganska lik i alla dessa länder.«

har arbetat med studien som ingår i projektet MentALLY.

– Det jag särskilt vill lyfta fram är betydelsen av respektfullt och empatiskt bemötande. Personerna i studien beskriver att detta är viktigt eftersom de upplever att

de befinner sig i en sårbar situation i samband med vård och behandling för sina problem, säger hon i en artikel på Malmö universitets hemsida, och fortsätter:

– Upplevelsen hos personer med psykiska problem är ganska lik i alla dessa länder. Behovet av ökad tillgänglighet, bemötande, delaktighet och kontinuitet är frekvent återkommande. Men det finns så klart en variation i upplevelserna.

Deltagarna i studien betonar att de vill kunna påverka och anpassa sin behandling. Ofta är det första som sätts in läkemedel som ska lindra symtom och förhindra

återfall. Intervjupersonerna återkommer till att de behöver andra typer av hjälp som är individanpassad, beroende på problem och behov.

– De önskar ett samspel mellan mänskliga resurser. Både vårdpersonal med olika kompetens och stöd från personer som gått igenom samma sak och därmed har en förståelse för situationen de befinner sig i. Kontinuitet i relationerna är också viktigt, för att slippa träffa nya personer och behöva börja om varje gång, berättar Malin Axelsson.

Anna Morin

## Eva Nordmark fick förbättringsförslag

Funktionsrättsrörelsen har överlämnat ett 73-punktsprogram till arbetsmarknadsminister Eva Nordmark. Där finns förslag för att fler ska få jobb. Sysselsättningsgraden hos personer med funktionsnedsättning är betydligt lägre än för befolkningen i stort oavsett konjunkturläget. »Det här är oerhört kostsamt både för samhällsekonomin och den enskilde«, kommenterar Elisabeth Wallenius, ordförande Funktionsrätt Sverige.

## Ullakarin Nyberg ny Radiopsykolog

Programmet Radiopsykologen i Sveriges Radio P1 byter programledare till Ullakarin Nyberg i september. »Jag har mångårig träning i att inte vara så upptagen av att åtgärda utan bara lyssna«, säger Ullakarin Nyberg som är psykiatriker, forskare och expert på suicidprevention. Hon började sin bana som cancerläkare och jobbar idag vid Norra Stockholms psykiatri med att förebygga självmord och stödja de som drabbas när ett självmord inträffar. Då hon inte är psykolog föreslår Psykologförbundet att programmet byter namn.



Ullakarin Nyberg.



Författaren Ida Ali-Lindqvist:

# »Det gjorde ondare efter tiden på Hassela«

Samtalsterapeuten och journalisten Ida Ali-Lindqvist debuterar som författare i år med boken »Jag är visst någonting«. Hon skriver om sina ungdomsår på Hasselakollektivet i Hälsingland, ett behandlingshem som bland annat var anti-terapi.

**En helg i slutet** av 90-talet står en ung Ida Ali-Lindqvist och tittar på nykomlingarna i vardagsrummet på Franshammars behandlingshem, det som är det första Hasselakollektivet. De ska se introduktionsfilmen där grundaren K-A Westerberg medverkar. Ida är själv en av gamlingarna, en så kallad kollektivare. Nu undrar hon varför hon inte vet var hon är på väg i livet?

Hasselarörelsen var stor vid den här tiden och det fanns flera kollektiv som Franshammar. Grundarens dotter hade precis sagt att om Ida Ali-Lindqvist inte skärper sig får hon lämna Hudiksvall. För om det går dåligt för Ida kan Hassela få dåligt rykte. Men utan gemenskapen, vem är hon då?

**I boken** *Jag är visst någonting* beskriver Ida Ali-Lindqvist sin uppväxt i Östersund och tiden på Hasselas behandlingshem. Där var mottot att arbetarklassens ungar skulle bli goda drogfria medborgare med hjälp av fasta rutiner och arbetsuppgifter, och alla skulle behandlas lika. En slags kamratuppföstran gällde och i boken beskrivs en pennalism och sexism som känns igen från skildringar av överklassens internatskolor.

– Vi hade ett gemensamt språk, gemensamt sätt att sitta och gå, hur vi rörde oss, hur vi skrattade och vad

vi skrattade åt. En dag var det bra, men nästa dag kunde du få kritik för att du förtryckte någon om du skrattade åt samma sak.

Samtidigt fanns en ideologi som i sig själv kunde låta inkluderande, där K-A Westerberg talade om att samhället svikit sina ungar och att det krävs ett lagbygge för att förändra det.

– Jag sågar inte Hassela jämsn med fotknölnarna, jag hoppas att det framgår i boken. Jag berättar om ett ställe som fått alltför mycket makt, och som stod ensamma på tronen. Våra politiker från höger till vänster tyckte att »skicka alla till Hassela så löser det sig«, säger Ida Ali-Lindqvist.

**Efter skolbesök från** Hassela och rekommendation från kommunens fältassistent kom Ida Ali-Lindqvist till Franshammar som 17-åring. Det skulle bli två år där, med en ny gemenskap men också psykningar och ett absolut krav på lojalitet mot Hasselarörelsen.

Några problem med substansberoende hade inte Ida Ali-Lindqvist före Hassela, det kom däremot efteråt, när hon flyttat hem till Östersund igen.

– Då självmedicinerade jag med amfetamin för att jag hade sådan fruktansvärd ångest. Jag fick ett

## Fakta: Ida Ali-Lindqvist

Ålder: 44 år.

Familj: **Hunden**

**Alba, vänner, mamma, pappa och en lillebror.**

Engagemang:

**Bland annat i nätverket »Utan skyddsnät«.**

Aktuell: **Med debutboken »Jag är visst någonting, en berättelse om Hassela« (Natur och kultur 2021)**

Foto: Niclas Thegerström



Ida Ali-Lindqvists debutbok »Jag är visst någonting« har fått mycket uppmärksamhet.

lugn och ångesten släppte. Just då visste jag inte vem jag var eller vad jag kände, bara att det gjorde ondare än innan jag kom till Hassela.

Det som sedan ledde till en förändring var en rad saker, bland annat att hon hade ett politiskt, feministiskt engagemang och hade närstående som ville att hon skulle sluta med amfetaminet.

– Jag lade in mig på psyket. Till slut kom jag i kontakt med det som Hassela föraktade, terapin. Och så fick jag gå hos missbrukarvården i Östersund.

– Jag hade också ett socialt nätverk som trodde att jag var kapabel till något annat, utan det hade jag inte suttit här idag.

**Idag är Ida Ali-Lindqvist** 44 år, utbildad både till journalist och samtalsterapeut, och har erfarenhet av arbete i missbruksvården i Stockholm. När hon skrivit på boken har hon haft stor hjälp av sina dagboksanteckningar från Hasselatiden, och av samtal med vänner som också vistats där.

*Jag är visst någonting* har fått mycket uppmärksamhet. Den respons som Ida Ali-Lindqvist uppskattar mest kommer från människor som själva bott på Hassela. Även anhöriga hör av sig och tackar för

att hon satt ord på något som varit svårt att prata om.

**På frågan om** vad hon hade behövt istället som 17-åring säger Ida Ali-Lindqvist att det inte är så lätt att svara på, men kommer ändå med några reflektioner: Att någon bekräftat att man kan må dåligt utan att veta varför. Att de på BUP inte direkt sagt att hennes mående berodde på att hon är adopterad. Att hon fått fortsätta med fotbollen som hon var skicklig på och älskade.

– Och att någon sagt att det är vanligt att söka sin identitet i den här åldern. Som att jag var intresserad av både tjejer och killar, nej då passade jag inte in där heller.

– Jag hade kanske behövt komma till ett ställe där man var nyfiken på vem jag var, och hjälpt mig stanna kvar i det som gör ont.

Ida Ali-Lindqvist skrattar till och säger:

– Det fanns kanske inte så mycket att göra med mig mer än att bekräfta mig i min smärta och hjälpt mig att sätta ord på den. Men jag hade fan inte behövt åka på Hassela.

Anna Morin



# Du vet bäst

Insatser för personer med psykisk ohälsa kräver delaktighet från den som berörs. Annars är risken stor att hjälpen snarare stjälper, och att människor kommer till skada. Revansch har tema brukarmakt.

**Brukarmakt kan delas** upp i tre nivåer, och finns för: individ, verksamhet och politiska beslut.

Att som individ vara delaktig i mötet med vården eller omsorgen kan låta självklart, men är inte alltid det. Erica Stjernadahl som idag har IPS, individanpassat stöd till arbete, säger att hon alltid tidigare skämts och försökt anpassa sig i kontakten med vård, skola och Arbetsförmedlingen. Inte förrän stödet utgick från henne själv kunde hon hamna rätt och känna att pusselbitarna föll på plats.

Metoder som IPS och funktioner som personligt ombud kan ge tillvaron stadga så att det går att leva ett värdigt och tryggt liv. Därför är det skrämmande att höra om trenden med att färre kommuner prioriterar att ha ett PO för sina medborgare.

**Ett sätt att** påverka verksamheten som patient är att vara aktiv i en brukarorganisation som RSMH och delta som representant i ett brukarråd. I det här numret publicerar vi en ny undersökning om hur det står till med de regionala brukarråden →



Fortsättning från föregående sida:

för vuxenpsykiatri under pandemin. Det visar sig att det finns mycket att önska. Även om majoriteten av de regionala brukarråden lyckats med att ställa om till digitala möten under pandemin, har flera knappt träffats på ett och ett halvt år. Det finns till och med regioner som inte ens har ett regionalt brukarråd för psykiatri idag, även om de flesta lovar förbättringar på området.

**Som journalist kommer jag fortsätta ställa frågor om vad som sker framöver, kommer de utlovade satsningarna igång? På vilket sätt ska patienternas erfarenheter vara vägledande i utvecklingen av psykiatri? För brukarorganisationerna regionalt finns också många frågor att ställa till flera av regionerna, många dialoger att starta och många krav att ställa.**

Även den politiska nivån spelar roll för hur det ska bli för människorna i samhället. Gör socialtjänstlagen till en rättighetslag, debatterar RSMH:s förbundsordförande Barbro Hejdenberg Ronsten i det här numret av Revansch. Hon är trött på goda intentioner och vill se en offentlighet som lyssnar och bidrar med insatser som gör skillnad, och menar att det krävs politiska beslut och skärpta lagar för att det ska hända.

**När RSMH bildades 1967 var det för att förbättra psykiatri och tillvaron för människor med psykiska funktionsnedsättningar, och att göra det utifrån vad varje patient och brukare behöver. RSMH vill till exempel att psykiatri inte i första hand ska vara medicinskt inriktad, utan tvärvetenskaplig med en social inriktning.**

Kampen fortsätter, och var och en gör det den kan. På temasideorna kan du även ta del av tips från RSMH:s intressepolitiska sekreterare på hur du engagerar dig för ökad brukarmakt.

Anna Morin

# Minskande trend för personliga ombud

**Idag är antalet kommuner med personligt ombud för personer med psykisk ohälsa, PO, färre än de var för tio år sedan. Ett stort tapp skedde efter 2019 och då särskilt hos kommunerna i Örebro län. I Sydnärke är det tydligt att tidigare PO och ansvarig på Kumla kommun har olika syn på vilket stöd som personer med psykisk ohälsa behöver.**

**Mellan åren 2019 och 2020 lade 13 kommuner ned sin verksamhet med personligt ombud, PO. Antal personer som fick hjälp minskade samtidigt med 530 klienter i hela Sverige, enligt Socialstyrelsens statistik. Numera saknar 43 av landets 290 kommuner en PO som har i uppdrag att stå på personer med psykisk funktionsnedsättnings sida i kontakten med omvärlden.**

**I Sydnärke förlorade fem kommuner sina PO år 2019. Det var Askersund, Hallsberg, Kumla, Laxå och Lekeberg som delade på två personliga ombud från år 2001. Större delen av tiden var PO stationerade och anställda i den största kommunen i Sydnärke, som är Kumla.**

På Kumla kommun arbetar Malin Bäcklund som verksamhetschef för IFO, individ- och familjeomsorgen. I en tjänsteskrivelse till politikerna den 31 oktober 2019 skriver hon och socialchef Gabriella

Foto: Privat



Mueller Prabin att verksamheten med PO fyllt sitt syfte och inte längre når rätt målgrupp, och föreslår att man lägger ned verksamheten.

**Vad var den största orsaken till att Sydnärke lade ned PO?**

– Vi såg att det fanns flera verksamheter som jobbar med målgruppen och vi behövde fokusera och satsa på de verksamheterna, säger Malin Bäcklund.

**Har ni utvärderat vad som händer klienterna efter att ni lade ned PO?**

– Nej, men vi jobbar med klagomål och synpunkter och har inte fått in något sådant. Och vi har inte hört från verksamheterna att de inte fått något stöd.

**Vad säger du om att det inte är en röststark grupp?**

– Det är svårt, för hur kan man utvärdera på andra sätt? Men i de kanaler och system vi har för klagomål har inget kommit fram.

**Men du kan förstå att tidigare PO och brukarorganisationer tycker det är viktigt med just PO? Att PO har en särskild funktion?**

– Ja, det är alltid en avvägning, men det handlar om hur vi ska använda skatte-medlen så att de ger den bästa insatsen. Att inte ha för många verksamheter, utan

»Det handlar om hur vi ska använda skatte-medlen så att de ger den bästa insatsen.«

Malin Bäcklund, verksamhetschef för individ- och familjeomsorgen Kumla kommun

»Det blir en fråga om ojämlikhet när det ser så olika ut i landet.«

Gertrud Magnusson, ordförande för YPOS, Yrkesföreningen för personligt ombud i Sverige

att satsa på verksamheter där vi kan ge så effektivt stöd som möjligt.

**Finns det någon chans att Sydnärke får PO igen? Vad skulle krävas för det?**

– Det är inte min sak att bestämma, så det är svårt att svara på. Som jag ser det så krävs det att vi identifierar ett behov och just nu har vi inte det. Men det kan vara som med allt, saker förändras i samhället och man kan behöva ta ett nytt beslut, säger Malin Bäcklund, verksamhetschef Kumla kommun.

**Heléne Ärlegård var en av två PO i Sydnärke i 18 års tid och hon håller inte med om att verksamheten nådde fel målgrupp när den lades ned.**

– Den synen delar vi inte. Men vår tidigare chef hade slutat och det kom en som inte hade samma kunskap. Målgruppen vi nådde var inte fel, vi hade aldrig gått ifrån grundkriterierna psykisk ohälsa och psykiatrisk diagnos.

– Jag tror att man ville göra ett omtag och hitta andra kommunala lösningar.

**Heléne Ärlegårds erfarenhet var att PO inte fick ha en dialog med kommunen innan verksamheten lades ned. De begärde möte med socialchefen och bad att få medverka på socialnämndens möte inför beslutet men fick kalla handen. Under hö-**



Foto: Privat

## Fakta: Personligt ombud, PO

**Det finns 340 personer** som arbetar som personligt ombud, PO, i 247 av Sveriges 290 kommuner.

Ombuden är ett stöd för personer med psykisk funktionsnedsättning. Verksamheten syftar till att personer med psykisk funktionsnedsättning ska få möjlighet att leva ett mer självständigt liv, med möjlighet att ta del av samhällets utbud av vård, stöd, service, rehabilitering och sysselsättning på jämlika villkor.

PO arbetar på den enskildes uppdrag och kostar inget. De arbetar fristående från myndigheter och vårdgivare. Ombuden är anställda av kommunen.

**Källor:** YPOS, Yrkesföreningen för Personligt Ombud i Sverige, och Socialstyrelsen.

ombud tycker jag att det är en demokrati-fråga. Vi påverkar det som kallas brukarinflytande, och människors egenmakt, säger Gertrud Magnusson och fortsätter:

– Vi stöttar klienten och försöker hitta en lösning, och lyfter återkommande problem med regelverken. Personligt ombud kan ju till exempel inte skaka fram lägenheter, men vi kan påtala hur det ser ut.

Under sommaren debatterade YPOS tillsammans med NSPH, där RSMH är en av 13 medlemmar, för ett ökat statligt stöd till kommunernas PO. Det statliga ekonomiska anslaget låg stilla i nästan 20 år för att höjas något 2019. Idag har 18 av 20 län väntetid för att få hjälp av PO.

Anna Morin

# Med IPS har Erica hittat både till jobb och framtidsplaner

Erica Stjern Dahl har i flera år fått stöd av IPS Arbetscoacher i Uppsala stad. Enligt henne får IPS-metoden idéer att gro och människor att växa.

## – Man blir sedd!

Så beskriver Erica Stjern Dahl sin upplevelse av metoden individanpassat stöd till arbete, IPS. I hennes fall används IPS av de kommunala arbetscoacherna i Uppsala stad, med uppdraget att bidra till att personer med psykiatriska diagnoser både kan få och behålla ett arbete.

Erica Stjern Dahl berättar om sitt första möte med sin arbetscoach.

– Det var mycket omvälvande, att någon satt där och lyssnade och skrev ned saker och kände in mig som individ. Det är viktigt att man kan komma dit och att det finns utrymme för att uttrycka hela sig själv.

Hennes tid i grundskolan innehöll mycket motgångar och strul. På gymnasiets individuella program gjorde ändå en kompis mamma bedömningen att Erica borde kolla upp en möjlig ADHD. Sagt och gjort.

– Jag har en kraftig ADHD. När jag fick diagnosen var det massor av bitar som föll på plats. Jag fick en förklaring till väldigt mycket. Jag kunde lära mig acceptera mitt beteende och min dagliga kamp, berättar Erica Stjern Dahl och fortsätter:

– Jag fick alltid höra att jag skulle »ta mig i kragen«, det var ett populärt uttryck.

Stödet från coacherna har rört många områden berättar Erica Stjern Dahl. Mycket har handlat om tips på jobb och utbildningar men hon har även uppskattat att slippa vara ensam när hon öppnar jobbmyndighetspost, och att få komma förbi och prata om sitt mående.

– De hjälpte mig med alla bitar i livet som gör det stökigt, så att man kan koncentrera sig på den stora biten att hitta någonstans där man hör hemma. Ett ställe dit jag kan gå utan att vakna upp med magont på måndagen.

Erica Stjern Dahl har hunnit med att



»De hjälpte mig med alla bitar i livet«, säger Erica Stjern Dahl om IPS Arbetscoacherna.

arbeta med diverse kreativa yrken, som målare och glasblåsare. Hon har även haft mindre lyckade möten med Arbetsförmedlingen innan hon kom till IPS Arbetscoacherna.

Något som hjälpte till på vägen till IPS var att hon deltog i ett kommunalt projekt om att underlätta vardagen för personer med ADHD.

– Min väg har varit lång och brokig, men det är ju också en väg att ta!

Idag är Erica Stjern Dahl 38 år och arbetar på en tatueringstudio. Tillsammans med två andra öppnade hon verksamheten för två och ett halvt år sedan. Arbetsuppgifterna är att sköta kundkontakter, inköp och städning, samt att lasra bort tatueringar.

Stödet med IPS finns kvar. Arbetscoachen har frågat Erica hur kontakten ska se ut på jobbet. Är det bäst med många fysiska besök, telefonsamtal eller sms? Hur ofta ska de höras?

## Fakta: Detta är IPS och så funkar det

**Arbetsmodellen** individanpassat stöd till arbete är utvecklad speciellt för personer med psykisk funktionsnedsättning. Grundtanken är att alla människor kan arbeta på den öppna arbetsmarknaden om de bara hittar rätt arbete och rätt arbetsplats. Tanken är inte att »stöpa om« en person genom omfattande arbetsträning och successiv utslussning, utan att söka efter ett arbete som tar vara på klientens motivation och intressen.

Att kunna få och behålla ett arbete är något som i sin tur antas leda till stärkt självbild och självkänsla. En särskild stödperson med specifik utbildning i metoden (jobbcoach) stödjer och vägleder klienten i att hitta och behålla ett arbete.

I dagsläget uppger cirka 40 procent av Sveriges kommuner att de erbjuder IPS till personer med psykisk funktionsnedsättning. Dock finns ingen statistik som visar i vilken omfattning stödet ges, eller om insatserna är programtroga.

### Åtta grundprinciper genomsyrar arbetssättet:

- Alla klienter som vill arbeta är välkomna, oavsett psykiatrisk diagnos, symtom, arbetslivserfarenheter eller missbruksproblem.
- Målet är ett konkurrensutsatt arbete på den öppna arbetsmarknaden.
- Arbetssökandet börjar så snart en klient har uttryckt en önskan om att arbeta.
- Jobb-coachen jobbar systematiskt

med att etablera kontakt med arbetsgivare och rekrytera arbetstillfällen.

- Klientens önskemål och intressen är utgångspunkt i planeringen och valet av lämpligt arbete.
- Insatsen är inte tidsbegränsad – jobbcoachen fortsätter sitt arbete så länge klienten önskar stöd.
- Arbetsrehabiliteringen integreras i klientens övriga kliniska behandling och rehabilitering. Jobbcoachen fungerar som en del av det psykiatriska teamet runt klienten.
- Klienter får ekonomisk vägledning tidigt i insatsen och stöd till att vidta åtgärder.

Källa: Socialstyrelsen

»Min väg har varit lång och brokig, men det är ju också en väg att ta!«

– Jag har känt att jag har haft dem i ryggen hela tiden och det har varit oerhört skönt. Att man inte bara blir släppt. Det är guld värt tycker jag, säger Erica Stjern Dahl.

– Om något känns fel behöver man ha förtroende för coachen och kunna säga det. Att jag inte gör någonting för någon annans skull, utan för min skull. Jag har gått genom livet, även efter ADHD-diagnosen, och velat vara till lags. Att jag ska vara tacksam och inte hålla på och klaga.

Pia Maria Östlund har varit arbetscoach åt Erica Stjern Dahl i tre år.

– Idag består vår kontakt av att jag hör av mig med jämna mellanrum. Erica kan kontakta mig när som helst om hon behöver. Det är tryggt och enkelt, säger Pia Maria Östlund.

Coacherna i Uppsala har olika bakgrund och utbildningar. De är bland annat sociologer, beteendevetare, folkhälsovetare och arbetsterapeuter. Pia Maria Östlund har lång erfarenhet av arbete tillsammans med personer med neuropsykiatriska funktionsnedsättningar, till exempel som case manager som också kallas personlig vårdsamordnare. Hon är utbildad i miljöterapi, systemteori, motiverande samtal, vård- och stödsamordning. Och så IPS.

– Det bästa med IPS-metoden är att man tar vara på en persons motivation och intressen, och att det är en beprövad metod som leder till arbete, menar Pia Maria Östlund.

– Självkänslan höjs när deltagarna känner större makt över sitt liv.

Erica Stjern Dahls coach framhåller också att IPS är en resa till jobb och hälsa, och att det är viktigt att arbetscoachen är jämbördig med deltagaren; att man är två personer på samma sida i processen.

En dröm för Erica är att arbeta med växter, hon är påverkad av känslan att som barn springa runt i mormors stora koloniträdgård utanför Enköping. Tack vare IPS gjorde hon slag i saken och gick en trädgårdsmästarutbildning. Med den i bagaget grundar hon på hur trädgård kan kombineras med arbetet i studion.

– I mitt hjärta brinner det för växterna, och jag längtar ut. Det är inte alltid optimalt att tatuera sig och lasra på sommaren, och då skulle jag kunna lyfta in det här trädgårdsmästarjobbet parallellt, säger Erica Stjern Dahl och börjar skratta när hon säger:

– Det är en tanke som ligger och gror.

Anna Morin



# Försvagade brukarråd under pandemin

De regionala brukarråden för vuxenpsykiatri har totalt sett haft en minskad aktivitet under pandemin, vilket gör att patienternas perspektiv kommit fram i mindre mån än tidigare. Av 21 regioner har 17 digitaliserat sina möten. Tre regioner har inget brukarråd alls. Det visar en ny genomgång av Revansch.

Pandemin har försvårat för de regionala brukarråden som finns för vuxenpsykiatri. Trenden totalt sett är att mötena blivit färre. Det här är något som RSMH:s ordförande Barbro Hejdenberg Ronsten menar ger ett demokratiskt underskott.

– Vi har sedan över ett år en situation där vårdbehoven är enorma och då brukarnas inflytande behövs som allra mest. Samtidigt finns det regioner utan brukarråd eller med många inställda möten, säger hon och fortsätter:  
– RSMH vill se ett ökat inflytande för personer med psykisk ohälsa, och brukarråden är ett steg på vägen till att patienter och brukare får den vård och det stöd man har rätt till.

I de regionala brukarråden träffar representanter för föreningar som RSMH regelbundet företrädare från vård och omsorg. Det fungerade med varierande kvalitet redan före pandemin, och i Revansch nya enkät visar det sig att beredskapen och förmågan till omställning också varierar

kraftigt mellan olika regioner.

Kronoberg är den enda av 21 regioner som svarar att brukarrådet för psykiatri fungerar som vanligt under pandemin. Regionerna i Blekinge, Värmland och Jämtland Härjedalen meddelar att de inte har något brukarråd alls. De fyra regioner som uppger att verksamheten i brukarråden mest legat nere är Jönköping, Västmanland, Örebro och Östergötland.

Det är 17 regioner som helt eller delvis ställt om till digitala träffar med det regionala brukarrådet för psykiatri. Dessa har till exempel skett med Teams och Skype. Upplevelserna av hur det fungerar ser helt olika ut. Region Stockholm och Region Uppsala är nöjda med övergången. »En förändring som varit uppskattad och där vi kan se att det lett till en ökad närvaro då mötena blivit mer lättillgängliga«, skriver Eva Smith som är samordningschef för

»De digitala mötena har varit uppskattade och lett till en ökad närvaro då mötena blivit mer lättillgängliga.«

Region Uppsala

verksamhetsområde psykiatri på Region Uppsala. Region Kalmar län svarar att det rullar på digitalt efter att ett par inledande möten ställts in.

Region Dalarna är relativt positivt till det digitala. Therese Olsson som är brukarinflytandesamordnare, BISAM, skriver i enkätsvaret: »Det var lite svårigheter för en del ovana i början men efterhand har vi alla lärt oss och det har varit riktigt bra möten. Framförallt viktigt att fortsätta »ses« i någon form!« I Region Gävleborg fungerar de digitala mötena med möjlighet att vara med på telefon som komplement. Västra Götalandsregionen beskriver att de gått över till digitala möten utan att lämna någon ytterligare kommentar i enkäten om hur väl det fungerar.

Från Region Västernorrland beskriver Kristina Mårtensson, områdesdirektör för länssjukvårdsområde psykiatri och rehabilitering, vissa svårigheter med det digitala. De har Brukarrådet Västernorrland – brukarråd för psykiatri, neuropsykiatri och missbruk, som är en paraplyorganisation där olika föreningar är medlemmar. »Vi har fungerat hjälpligt under pandemin. Vi har ökat antalet möten och utvecklat vår förmåga till digitala möten. Tyvärr har inte alla medlemmar tekniken för möten och andra känner sig obekväma med digitala möten, vilket gjort att flera medlemmar inte har kunnat delta i vår verksam-

»Tyvärr har inte alla medlemmar tekniken och andra känner sig obekväma med digitala möten, vilket gjort att flera inte har kunnat delta i vår verksamhet.«

Region Västernorrland

het under pandemin«, skriver Kristina Mårtensson. Region Skåne ser också stora utmaningar och planerar att återgå till fysiska möten så snart det går. »Vi hör och förstår att brukarmedverkan bäst genomförs fysiskt«, svarar Per Einarsson, som är regionpolitiker för (KD) och ordförande både i Skånes funktionshinderråd och nämnden för psykiatri, rehabilitering och hjälpmedel.

I Region Jönköpings län finns något som kallas inflytanderåd, och en av tre kliniker har inte haft några möten, och övriga två har bjudit in till möten med få eller inga deltagare. I Region Örebro har inflytandet gått på sparlåga och ett enda brukarråd har genomförts under pandemin. I Region Västmanland träffades man på Teams år 2020, men hade inget brukarrådsmöte våren 2021.

Anna Morin

## Samordnaren: »Vi vill ha brukarinflytande på alla nivåer«

Anna Öhman är samordnare för brukarrådet för vuxenpsykiatri hos Region Gävleborg. Revansch ställde tre frågor till henne om hur saker har fungerat under pandemin.

Vad har varit utmaningarna med att ha brukarrådsmöten under pandemin?

– I början trodde vi att pandemin skulle gå över, så då ställde vi in de första mötena. Sedan höll vi igång dem digitalt och det har behövt lösas en del praktiskt, deltagare har hjälpt varandra och man har till exempel även kunnat ringa in. Det underlättade att vi kände varandra som mötesgrupp när det blev digitalt.

Och vad har varit tillgången med brukarråd under pandemin?

– Det har dykt upp frågor som gällt pandemin som kommer från brukarrådet, till exempel om besöksförbud och vaccinationer för vuxenpsykiatri patienter. Jag tycker att representanterna från regionen, som hade mycket att göra med pandemin på olika håll, prioriterade att vara med och möjliggjorde att alla rådets frågor besvarades.

– Vi gjorde en utvärdering i våras och många vill ses live så fort det går, men

för en del har det digitala underlättat då de inte behöver resa.

Vad missar regioner som inte har ett fungerande regionalt brukarråd för psykiatri, skulle du säga?

– Jag tänker att man missar väldigt mycket. I Gävleborg är det brukarrådet som ger förutsättningar och följer upp olika aktiviteter för ökat brukarinflytande kontinuerligt. Det finns en ordning för löpande frågor. Man har kontakt.

– Det gör att personer i ledningsposition får hjälp med vad som är viktiga frågor. Vår verksamhetschef kan även gå till brukarrådet och berätta om sina bekymmer, och ha en dialog med brukarna om det.

– Vi vill ha brukarinflytande på alla nivåer. Alla behövs i smått och stort. I visioner och vardagskonkret, säger Anna Öhman.

Anna Morin



Anna Öhman.

Foto: Privat

# Många tillfrågade regioner lovar omtag och förbättring av läget

I Revansch enkät till regionerna finns det gott om löften om förbättringar. Från norr till söder finns planer på utveckling av brukarråden och andra satsningar. Endast Jämtland Härjedalen svarar att man låter sitt brukarråd förbli vilande.

Blekinge och Värmland har inga regionala brukarråd. I Blekinge kom Östra Blekinge in med ett enkätsvar, och det visar

sig att det saknas ett fungerande brukarråd för områdena Karlskrona och Ronneby. BISAM har fått i uppgift att starta ett råd, men pandemin fördröjer uppstarten. Planen är att ett brukarråd ska komma till stånd inom kort.

De senaste fem åren har det inte funnits något brukarråd i Region Värmland, men under 2020 har man reviderat en plan för god psykisk hälsa och då har NSPH Värm-

land funnits med i alla delar. Regionen startar nu ett pilotprojekt för att se hur brukarmedverkan ska finnas med i vården.

Region Halland rapporterar att man har inlett en utveckling av brukarrådets roll, för att anpassa sig efter de nationella planer som finns för bland annat brukar- och närståendemedverkan. Region Sörmland skriver att de ska inleda en stor satsning snart.

Förbättringar i den närmaste framtiden kan också vara på gång i Region Västerbotten. Regionen har sett över hur samverkan är organiserad idag, för att se om det finns behov av förändring och förbättring. Region Gotland utlovar ett omtag när det gäller brukarmedverkan. Øystein Berge som är kvalitetschef skriver att tjänstepersoner och föreningsrepresentanter möts i ett NSPH-nätverk, men att »detta nu är under

omarbetning därför att både deltagarna och vi från regionen ser att det är svårt att riktigt få till en samverkansprocess«.

Allra högst upp i landet har det regionala brukarrådet stora svårigheter med en minskad aktivitet enligt enkätsvar från Region Norrbotten. »Här har vi i regionen ett område vi måste stärka än mer. Brukardelaktigheten behöver ta många kliv och

man måste satsa långsiktigt på området«, skriver Karin Nordlund, verksamhetsutvecklare.

Region Jämtland Härjedalen sticker ut då det inte verkar finnas en plan för att väcka liv i det vilande brukarrådet. Regionen beslöt att göra brukarrådet för område psykiatri vilande vid årsskiftet 2019/2020 så det skedde redan innan pandemin.

Anna Morin



# Erfarenheter från självvald inläggning samlas



Mårten Jansson från NSPH berättar att det finns en väldig variation i upplevelserna hos personer som har självvald inläggning.

**Hur upplever patienter självvald inläggning i psykiatri? När Socialstyrelsen ville veta mer bad de NSPH att bidra med en rapport. Mårten Jansson jobbar med uppdraget och Revansch ringde upp honom för att höra hur det går.**

**Självvald inläggning** handlar om att patienten gör en överenskommelse med psykiatri som ger patienten möjlighet att läggas in direkt på avdelning, att jämföra med att en särskild bedömning av läkare måste göras vid inskrivning. Nu har NSPH fått i uppdrag av Socialstyrelsen att samla in erfarenheter av självvald inläggning från både patienter och anhöriga. Mårten Jansson jobbar med utvärderingen och Revansch pratar med honom i mitten av augusti.

#### Hur har det gått?

– Vi har samlat in det vi ska, och har börjat bearbeta de svar som kommit in på vår enkät och i ett femtontal intervjuer med patienter och brukare. En bärande tanke är att alla som svarar får vara med på en workshop och ta del av resultaten och värdera det som kommit upp. Det ska vi göra i slutet av augusti och början på september. Sedan ska vi börja skriva rapporten.

#### Vad tycker de som svarat?

– De som är lite äldre och har tillgång till självvald inläggning tycker att metoden har en större effekt för deras hälsa än vad yngre har. Samtidigt är det så att yngre kan se att de mår bättre efter ett år, men är inte helt säkra på att det är metoden som ger effekt. Det är en sak som vi ska diskutera på våra workshops.

**Mårten Jansson berättar** att de svarande bland annat beskriver att det ger ett lugn när tillgängligheten till vården ökar. Man känner att man har makt att få och söka vård. Det ses som mycket positivt att det ges möjlighet att komma till en plats där man känner sig lite lugnare och kan se vad som händer.

# inläggning samlas

»Jag tänker att det här är ett sätt att skapa en annan vårdfilosofi, och då måste man veta att det kommer kräva något av oss.«

– Det har definitivt minskat risken för akut vård, säger Mårten Jansson.

#### Enligt enkäten och intervjuerna ni gjort, vad gör vården rätt?

– Man kan säga att nästan alla som svarat på enkäterna säger att det här är en bra idé, och de flesta mår bättre med det. Många tycker att det varit superbra att ha den där tillflyktsorten på avdelningen dit de kan gå för säkerhets skull. Men det finns också en del som är väldigt besvikna. De tycker att det här känns bara som att psykiatri har gett upp om mig. Det är en väldig variation i svaren, och det behöver vi nog rota i, säger Mårten Jansson och fortsätter:

– Det kanske kan hänga på vad man har för behov i sin återhämtning, om det passar eller inte. Det kan vara så att självvald inläggning passar vissa diagnoser eller problematiker bättre eller sämre. Det kan passa vissa åldrar. Man kan också få bilden av att på vissa håll har psykiatri testat det här lite med vänster hand.

**Han förklarar att** de inte kommer veta i vilka län man lyckats bättre och sämre, för så har NSPH inte gjort undersökningen.

– Det jag tror om den här vårdformen är att om man ska göra den så måste psykiatri vara medveten om att man

samtidigt förändrar sin syn på patienten. För om man tänker att det införs genom att »vi skriver lite kontrakt med de jobbiga patienterna som kommer hela tiden« så har man definitivt missat något, säger Mårten Jansson.

– Jag tänker att det här är ett sätt att skapa en annan vårdfilosofi, och då måste man veta att det kommer kräva något av oss, vi måste våga oss ut i en roll vi inte är så vana vid och vi kommer inte att vara detsamma när det är klart.

**Socialstyrelsen har ett uppdrag** av regeringen att utvärdera det vetenskapliga stödet för självvald inläggning i psykiatri. Uppdraget genomförs med stöd av Statens beredning för medicinsk och social utvärdering, SBU. Och så har Socialstyrelsen gett NSPH ansvar för en egen rapport om patienternas och vårdgivarnas erfarenheter.

– Det vi på NSPH gör är som en stor brukarrevision. Det som är intressant för oss är frågor om hur den här vårdformen har påverkat människors möjlighet att sköta ett arbete, eller hur den påverkat relationer till vänner och din familj, säger Mårten Jansson och fortsätter:

– Vården och Socialstyrelsen har knappt tänkt på det, att det kan ha betydelse. Man har varit fixerat vid vårdmätt, och vi kan sätta dem i en kontext. Det är bra att man till exempel kan se att vård dygn med tvång går ned, det är bra för patienterna, men om man dessutom skapar en mer lätthanterlig vardag för människor då kanske vården också ska räkna det som en vinst.

**Under hösten kommer NSPH** att göra klart rapporten. Sedan ska den lämnas till Socialstyrelsen som skickar med den direkt till regeringen och socialminister Lena Hallengren i november. NSPH planerar också att sprida rapporten, bland annat genom att presentera den på ett webinarium.

Anna Morin

## Hej Elin Engström!

... vikerande intressepolitisk sekretäre på RSMH.



Har du tips för

patienter som vill engagera sig för en bättre psykiatri?

– Ja, bli medlem i någon brukarorganisation eller stödförening, det finns många inom NSPH, och delta gärna i brukarråd, där patienterna och vården utbyter erfarenheter.

**Vad bör en kommun ha för stöd för personer med psykisk ohälsa för att det ska fungera bra med inflytandet över sitt liv, tycker du?**

– Alla kommuner borde ha personligt ombud. PO kan ta tillvara den enskildes intressen. Tillgängligheten borde öka till socialpsykiatriska insatser och socialt stöd. Det borde bli lättare att få stöd och hjälp utan att det först ska göras långa utredningar!

**Vad gör RSMH för ökad brukarmakt?**

– I föreningarna har vi kamratstöd och uppmuntrar till delaktighet. Vi påverkar politiska beslut genom debattinlägg och remissvar, och berättar om betydelsen av att kunna vara delaktig i sin egen vård. Alla RSMH:s utbildningar har utbildare med egen erfarenhet av psykisk ohälsa.

Vi driver även på för bättre samordning och för ett större utbud av olika vård- och behandlingsalternativ.



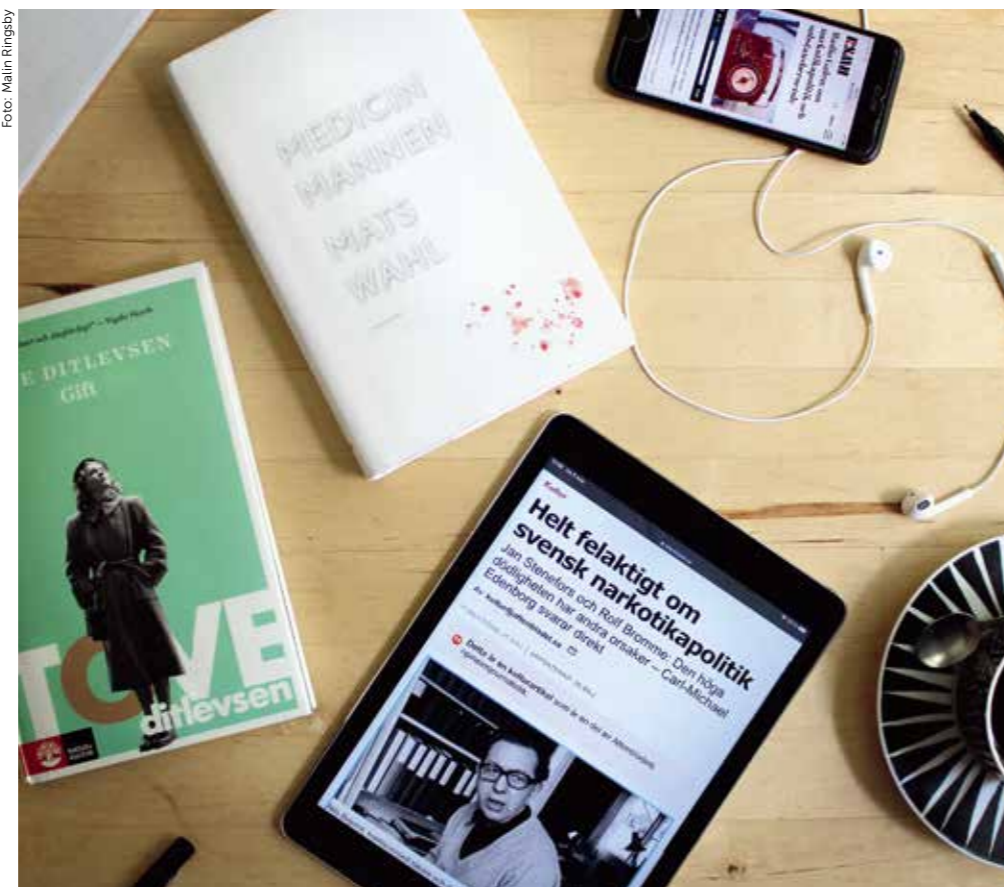
# Kultur med substans

Under det senaste året har personliga och politiska upplevelser om droger varit något av en trend i kulturen. Revansch har följt den rasande kulturdebatten om svensk narkotikapolitik och här listar vi läsning och lyssning om självmedicinering, psykisk ohälsa och substansberoende.

**Författaren Mats Wahl** är 76 år och har imponerande 43 böcker utgivna. I *Medicinn mannen* (Carlssons 2021) tar han några djupa spadtag ned i minnesbanken, med blicken fäst på de år han hade ett omfattande missbruk under 1960-talet. Hur kom det sig att han utsatte sig för stora risker och substanser som morfin, LSD och råopium? »Min erfarenhet av självmedicinering med amfetamininjektioner är att det huvudsakligen handlar om att skapa ångest. Det oformulerade syftet är att undersöka om ångesten kan kontrolleras, bemästras eller åtminstone uthärdas. Om det varit så för någon annan vet jag inte. För mig var det så.»

Boken är också en hård känga mot svensk narkotikapolitik: »Människor som borde erbjudas hjälp med känslomässiga sår och sociala svårigheter jagas av rättsväsendet. Hundratals dör av tung narkotika, år efter år. Att jag själv överlevde ter sig gåtfullt«, skriver Mats Wahl.

**Tove Ditlevsens** (1917–1976) självbiografi *Gift* (på svenska av Natur och Kultur 2019) är en klassiker där den danska författaren berättar om sitt liv under andra världskriget. Gift syftar både på drogerna som hon blev beroende av efter en abort, och på hennes liv som ung och gift. Till slut blir hon drogfri men minnet av giftet dröjer sig kvar. »Jag var räddad ur mitt flera år långa narkotikaberoende, men än i dag väcks den gamla längtan en aning i mig så fort jag behöver ta ett blodprov, eller när jag går förbi ett apoteksfönster. Den dör aldrig helt så länge jag lever«, skrev Tove Ditlevsen.



Mats Wahls senaste bok knyter an till en debatt som blossar upp med jämna mellanrum, om bemötandet av människor med substansberoende.

**Att det är svårt att få hjälp** för den som både lider av substansberoende och psykisk ohälsa är något podden *Radio Galen* från RSMH Lund tagit upp (mars 2021). I programmet intervjuas forskaren Torkel Richter. Han jämför situationen i Malmö och Köpenhamn och hur den skilda politiken påverkar livet för personer med drogproblem.

I Sverige har vi varit dåliga på att hjälpa

personer med pågående substansberoende, menar Torkel Richter, även om han ser tecken på att det börjar bli bättre. Han nämner tre konkreta problem idag: stigma, att få hjälp av vården och att detta också resulterar i en hög dödlighet i Sverige.

**En kritisk blick** på medicin och vem som tjänar på substansberoende har Hannes



Qvarfordt haft i ett inlägg i RSMH-bloggen (september 2020). »Medicinerna både bidrar med symptom och konserverar det ursprungliga ohälsotillståndet. Jag har själv upplevt samma fenomen vid användning av antidepressiva. När depressiva symptom inte är akuta, försämrar preparaten helt enkelt tankeförmågan och gör det svårare att fullfölja en tankeprocess från A till Ö«, skriver Hannes Qvarfordt.

**Diskussion om idéer** och politik presenteras på Aftonbladet Kultur, och även där har drogpolitiken varit i fokus under 2021. Carl-Michael Edenberg menar att debattören Nils Bejerot (1921–1988) hade en totalitär syn på knarkare som råder ännu, och som är grunden i en svensk, livsfarlig narkotikapolitik. Huvudfrågan i artikeln är varför socialministern lyssnar till vetenskapen när det gäller corona, men inte om narkotika? Han fick mothugg av Jan Stenefors som deltagit i IOGT-NTO:s kamratstöd och journalisten Rolf Bromme. De menade tvärtom att narkotikapolitiken lyckats bra med att hålla nere tillströmningen av nya unga missbrukare. På det svarade Carl-Michael Edenberg att det baserar sig på föräldrade studier och att ingen vet säkert eftersom förändringarna går så fort, han skriver: »Den stora svagheten hos debattinlägget är att det undviker själva grundfrågan: varför dör det fyra gånger fler missbrukare i Sverige än det europeiska genomsnittet? Varför litar inte politiker på vetenskapen just i detta?«. Debatten lär inte tystna där.

Anna Morin

## Juristen tipsar: Begär muntlig förhandling

I det här numret publicerar Revansch ett tips som kan hjälpa dig som överklagar ett myndighetsbeslut. Det kan vara besvärligt och krävande att vara i en sådan process, och vår tanke är att ju mer du vet om dina rättigheter desto bättre.

**Tipset handlar om** situationer där man har överklagat beslut från en myndighet.

När du överklagat ett myndighetsbeslut har du alltid möjlighet att begära muntlig förhandling i förvaltningsrätten. Domstolen kan bara neka muntlig förhandling om det är uppenbart obehövt (vilket följer av 9 § Förvaltningsprocesslagen).

Anledningen till att det här är viktigt att veta är att det finns statistik som tyder på att chansen att vinna framgång ökar om förhandlingen är muntlig istället för skriftlig.

I ett examensarbete (Göteborgs universitet, Handelshögskolan 2016) undersöktes samtliga mål som avgjorts enligt socialtjänstlagen under ett år. Resultatet visade att andelen bifall ökade med 24 procentenheter när förhandlingen var skriftlig istället för muntlig, från elva till 35 procent.

Vänliga hälsningar,  
Gatujuristerna

### Mer om muntlig förhandling

**Examensuppsatsen som nämns** ovan heter *Muntlig förhandling i förhandlingsprocessen* och är skriven av Milad Samadi. I texten presenteras en psykologisk teori som en tänkbar förklaring till varför muntlighet i högre utsträckning än skriftlighet leder till bifall. Den psykologiska teorin utgår från att information som ges muntligt medför ett kortare psykologiskt avstånd jämfört med det skrivna. Med muntlighet kommer också ett personligt möte som kan ha stor betydelse. Skribenten tar

### Fråga juristen

... är en vinjett där du kan få svar på dina frågor från Gatujuristerna. Rådgivningen sker i grupp om tre till fem juriststudenter inklusive en gruppledare med lite längre erfarenhet av Gatujuristernas arbete.

### Vill du ha svar på en juridisk fråga? Hör av dig till oss!

Skriv till:

Revansch  
Instrumentvägen 10  
126 53 Hägersten  
Eller mejla:  
revansch@rsmh.se

Märk kuvertet/mejlet med  
»Fråga Juristen«.

också upp att studien förespråkar muntlig förhandling inom förvaltningsprocessen med tanke på rättssäkerheten.

Källa: Göteborgs universitetsbibliotek

### Mer om socialtjänstlagen

**Socialtjänstlagen är viktig** för många människor, den handlar om vilka rättigheter du har till ekonomiskt bistånd, vård och omsorg. Den innehåller regler för hur kommunen ska hjälpa dig som inte kan få stöd på något annat sätt. I lagen står bland annat: »Socialtjänsten ska under hänsynstagande till människans ansvar för sin och andras sociala situation inriktas på att frigöra och utveckla enskildas och grupperns egna resurser. Verksamheten skall bygga på respekt för människornas självbestämmanderätt och integritet.«

Källa: Riksdagen





Gruppen för livsberättelser kommer mötas i föreningslokalen Sjöstugan, även kallad Båten.

## En plats för livsberättelser

Linnea Dunek är ordförande för RSMH Danderyd – I samma båt. Hon är initiativtagare till en livsberättelsegrupp som föreningen drar i gång för första gången i höst. Revansch ställde några frågor till henne om vad de planerar.

**Inbjudan från föreningen** till en Livsberättelsegrupp skickades med sommarprogrammet. Målgruppen beskrivs som personer över 65 år som vill delta i verksamhet tillsammans med likasinnade. Eventuellt ska RSMH-föreningen genomföra träffarna som en studiecirkel i samarbete med ABF.

### Vad ska ni göra i gruppen?

– Det handlar om att berätta om sina liv. Jag har faktiskt stulit idén från en kyrka som haft sådana träffar. Det har varit givande där och jag hoppas vi får samma effekt här. **Varför är det viktigt att träffas när man är 65 plus?**

– Det kan vara väldigt viktigt att gå igenom det som har varit. Och att sammanfatta situationen som den är och få inspiration för fortsättningen, säger Linnea Dunek och fortsätter:

– Vissa är väldigt deprimerade och börjar supa i den åldern. Det är inte alla som tänker på pensionen med stor längtan. Att

gå en sådan kurs kan vara bra för samtliga, de som längtar och får en hälsoförbättring de första åren efter pensionen, och de som inte har det.

### Vad kommer tas upp på träffarna?

– Det ständiga är att de berättar för varandra om sina liv. Det blir utifrån de som kommer. Om man är väldigt prosaisk eller sentimental, eller talar om fortsättningen väldigt mycket. Det är ju väldigt individuellt. Om man har haft ett enkelt liv där man har bott på samma plats och gjort samma sak, eller om man har rest världen runt. Berättelserna blir väldigt olika, men de får ändå beröringspunkter.

### Var ses ni?

– I vår lokal. Man fikar och pratar tillsammans. Det är jätteviktigt att det finns bra fika. Då blir det en helt annan dynamik. Kaffet är viktigt.

### Kommer det finnas en samtalsledare?

– De första gångerna. Tills man har sagt alla de här sakerna om att man inte ska prata om det som händer i cirkeln utanför cirkeln, så att alla vet vad man inte får berätta för andra, och tills det blir stabilitet. Det kanske tar två-tre gånger.

Anna Morin

## Det händer i RSMH lokalt

Sept. – nov.



### 1. Kamratstöd

... finns att få för den som bor på Gotland. Året runt samlas RSMH Kamratringen Gotland varje torsdag klockan 17 för att stödja varandra. Adressen är Brömsebroväg 10D i Visby.

### 2. Psykbussen

... turnéer med information och stöd kring psykisk ohälsa i Skåne under hösten. Här kan du möta RSMH Skåne och många andra föreningar och ventilera dina funderingar och frågor och få tips och vägledning.

Den 9 oktober finns Psykbussen i Tomelilla på Ohlssons parkering. Stoppet är också en del av Skåneveckan för psykisk hälsa.

Följ bussen och se fler stopp på: [psykbussen.se](http://psykbussen.se)

### 3. Medlemsträffar

... genomförs regelbundet hos RSMH Norrköping Bläckfisken. De sker varannan onsdag jämna veckor. Just nu är programmet lite speciellt på grund av pandemin och smittorisken, så håll koll på aktuell information på föreningens hemsida: [rsmhblackfisken.wordpress.com](http://rsmhblackfisken.wordpress.com)

Vad har din förening på gång? Skriv till: [revansch@rsmh.se](mailto:revansch@rsmh.se)

RSMH:s förbundsordförande:

# Ge oss rätt till behandling och insatser!



**Socialtjänstlagen är idag** mer inriktad på kommunernas skyldigheter än på den enskilde individens rättigheter. Det gör att kommuner med begränsade resurser tvingas att göra minsta möjliga utan att bryta mot lagen, i stället för bästa möjliga.

För att skydda mänskliga rättigheter och jorden vi lever på är lagar vårt viktigaste verktyg. Det finns många exempel på att lagar förändrat människors beteenden och stärkt många människors ställning i samhället. Ett sådant exempel är Lagen om stöd och service till vissa funktionshindrade, LSS. Det är en rättighetslag som garanterar personer med funktionshinder vissa insatser. På samma sätt önskar vi på RSMH att Socialtjänstlagen, SoL, ska garantera människor i social utsatthet vissa rättigheter. Då kan inte kommunen kompromissa med insatser så att stödet avgörs av var jag bor.

**RSMH har sedan starten** varit kända för vår kamp att reformera psykiatrin. Men vår kamp är mer omfattande än så. För att vårt mål, om alla människors rättigheter oavsett psykisk hälsa, ska bli verklighet behöver hela samhället reformeras. Lagar kommer att behöva skrivas om och deras tillämpning förändras.

Socialtjänstlagen borde vara avgörande för många människor med psykisk ohälsa. Den ska tillgodose tak över huvudet, ekonomisk trygghet och andra stödinsatser för personer som av olika anledningar inte har någon annan inkomst. Det borde dessutom vara möjligt att tillgodose många människors rättigheter med stöd i lagen. Det borde dessutom vara möjligt att sätta in tidiga insatser så att människors utsatthet i bästa fall begränsas. Mer tidiga insatser skulle vara en mänsklig och ekonomisk besparing. Tyvärr ser verkligheten annorlunda ut.

»Med en starkare socialtjänstlag och mer resurser till socialtjänsten finns stora vinster att göra.«

**Att individen själv** får avgöra vilken typ av insatser hen behöver är för RSMH en viktig del av verkligt brukarinflytande. Att lagstifta om att det är individens egen vilja som ska stå i fokus stärker också brukarens ställning generellt och minskar stigma kring social utsatthet.

Eftersom individens behov av stöd kan vara flera och insatserna komma från olika håll behövs bättre samordning. En samordnad individuell plan, SIP, är ett viktigt redskap för att garantera att flera insatser ges och samordnas. När planerna inte följs vill vi att kommuner som inte följer SIP måste betala vite (böter).

**Det kan verka** som att vi kräver en hel del och det gör vi också! Vi inser dessutom att för att tillgodose människors rätt till en skälig levnadsnivå, att insatser samordnas, att individens vilja tas på allvar och att insatser kommer tidigare krävs resurser. Med en starkare socialtjänstlag och mer resurser till socialtjänsten finns stora vinster att göra, framför allt mänskliga, men också ekonomiska när färre människor hamnar utanför.

/ Barbro Hejdenberg Ronsten, förbundsordförande RSMH







Revansch  
Instrumentvägen 10  
126 53 Hägersten

Årets tvångsvårdsenkät:

# Tvångsvårdad – men inte utan rättigheter

**Du som har erfarenhet av tvångsvård kan hjälpa till att förklara hur tvångsvården fungerar och uppmärksamma vart det brister.**

Enkäten riktar sig till dig som någon gång under de senaste fem åren vårdats under tvång enligt en av följande lagar:

- Lagen om psykiatrisk tvångsvård, LPT.
- Lagen om vård av unga, LVU.
- Lagen om rättspsykiatrisk vård, LRV.
- Lagen om vård av missbrukare i vissa fall, LVM.

**Vi hoppas att du har möjlighet att fylla i enkäten!**

Du besvarar enkäten på [www.rsmh.se](http://www.rsmh.se) eller [www.civilrightsdefenders.org](http://www.civilrightsdefenders.org) mellan 1–15 september 2021. Eller om du föredrar det, genom att ringa (anonymt) till Civil Rights Defenders på telefonnummer: **070-784 84 33**. Observera att detta nummer endast är till för hjälp med enkäten. Autismförbundet har språkgranskat enkäten så den är lättläst, och enkäten har även prövats av barn i åldern 15–17 år.

Undersökningen genomförs årligen. På så vis följer vi hur situationen utvecklas över tid. Resultaten kommer att användas för påverkansarbete på lokal, regional, nationell och internationell nivå. Dina erfarenheter av tvångsvård är jätteviktiga för oss!



CIVIL RIGHTS DEFENDERS OCH RSMH ARBETAR MED MÄNSKLIGA RÄTTIGHETER FÖR FRIHETSBERÖVADE.