

*Alain Topor, Inger Beate Larsen
og Tore Dag Bøe*

At komme sig

– FRA PERSONLIG UDVIKLING TIL
SOCIAL FORANDRING



INDHOLD	
AT KOMME SIG	3
REFERENCER	5
TIL VIDERE LÆSNING	5
OM FORFATTERNE	6

Om Psykosociale Replikker

Dansk Selskab for Psykosocial Rehabilitering er etableret for at styrke det psykosociale rehabiliteringsperspektiv i Danmark til gavn for mennesker med psykiske vanskeligheder. Selskabet arbejder for dette formål gennem deltagelse i faglige og politiske debatter og ved at formidle viden til fagpersoner, brugere og andre interesserede.

Serien **Psykosociale Replikker** præsenterer artikler og essays, der diskuterer aktuelle faglige og fagpolitiske emner.

Læs mere på: www.psykosocialrehabilitering.dk

Publikationen er udgivet af:

Dansk Selskab for Psykosocial Rehabilitering
Tuborgvej 222
2400 København NV
info@psykosocialrehabilitering.dk
www.psykosocialrehabilitering.dk

Återhåmtning – från personlig reformering til social forandring er oversat til dansk og udgivet med forfatterens tilladelse.

Artiklen er offentliggjort på svensk d.05.04.2020 på websitet **Mad in Sweden**.

Den findes også i en norsk version og er på vej i en engelsksproget udgave.

Den er her oversat til dansk af Pernille Mørch Jensen, i dialog med forfatterne.

Oversættelsen er primært foretaget fra den svenske version.

© Forfatterne og Mad in Sweden 2020

© Dansk udgave 2020: Forfatterne og Dansk Selskab for Psykosocial Rehabilitering

Oversættelse: Pernille Mørch Jensen

Redaktion: Christian Ciesla Guld

Layout: Mark Gry Christiansen

Udgivet maj 2020

Publikationen kan downloades gratis på www.psykosocialrehabilitering.dk

At komme sig – fra personlig udvikling til social forandring

Af Alain Topor, Inger Beate Larsen og Tore Dag Bøe¹.

En af de store landvindinger, recovery-forskningen har bidraget med, er forståelsen af, at personer som diagnosticeres med forskellige 'alvorlige psykiske problemer', ikke er passive ofre for en sygdom, men aktører i egne liv. Recovery-forskningen og personernes egne fortællinger viste, hvordan disse personer på mange forskellige måder forsøger at håndtere deres problemer, «symptomer», og også hvordan de håndterer kontakten med pårørende og personale inden for sundhedsvæsenet og det sociale system. Mange har derudover udviklet egne måder at tackle problemer med medicinens uønskede virkninger.

Denne nye forståelse af personen som aktør i sin egen proces med at komme sig bidrog til en erkendelse af brugernes borgerrettigheder og deres ret til at tage del i planlægning og beslutninger om behandlingstilbud.

Denne individuelle forståelse blev i 1993 formuleret af Bill Anthony i en af de mest udbredte definitioner af recovery:

Recovery er en dybt personlig, unik proces, hvor ens holdninger, værdier, følelser, mål, færdigheder og/eller roller forandres.

Det er en måde at leve et tilfredsstillende, håbefuldt og bidragende liv, selv med de begrænsninger, sygdommen medfører.

Recovery indebærer skabelsen af ny mening og formål i livet, efterhånden som man overkommer den psykiske sygdoms katastrofale følger².

Selv om denne definition citeres ofte, er den ikke uproblematisk. Den sætter fokus på den individuelle forandring, en indre udvikling, (for-)bedring eller reformering, som personen gennemfører på egen hånd, løsrevet fra de sociale og materielle sammenhænge, personen indgår i.

Vi har identificeret tre centrale antagelser, som ligger implicit i Anthonys definition, og som vi vil udfordre ved at foreslå en alternativ definition:

1 Alain Topor, Universitetet i Agder (N) og Universitetet i Stockholm (S)
Inger Beate Larsen, Universitetet i Agder (N)
Tore Dag Bøe, Universitetet i Agder (N)

2 Recovery is a deeply personal, unique process of changing one's attitudes, values, feelings, goals, skills, and/or roles. It is a way of living a satisfying, hopeful, and contributing life even within the limitations caused by illness. Recovery involves the development of new meaning and purpose in one's life as one grows beyond the catastrophic effects of mental illness. (Anthony, 1993, s.15).

Antonys definition beskriver recovery-processen som *en individuel, personlig proces*. Vi foreslår i stedet at betragte den som en grundlæggende *social proces*.

Definitionen beskriver recovery-processen som *en indre psykologisk proces* og ser bort fra individernes materielle og sociale levevilkår. Vi foreslår i stedet, at recovery-processer altid foregår i specielle *situationer* på bestemte *steder*, hvor de materielle *livsvilkår* er afgørende.

Definitionen forstår endelig recovery-processen som noget, der finder sted inden for rammerne af en *sygdomsmodel*. Vi foreslår, at det er mere hensigtsmæssigt at forstå recoveryprocesser inden for rammerne af en *social model*.

At komme sig bliver på den måde i lige så høj grad et spørgsmål om sociale forandringer som om personlig udvikling.

Vi har derfor forsøgt at omformulere Antonys definition:

Recovery er en dybt social, unik og fælles proces, hvor vores levevilkår, materielle omgivelser, holdninger, værdier, følelser, færdigheder og/jeller roller forandres.

Det er en måde at leve tilfredsstillende, håbefulde og gensidige liv sammen med andre, selv om vi fortsat kan opleve vanskeligheder og problematiske erfaringer.³

Recovery indebærer, at vi indgår i nye sociale og materielle sammenhænge og deltager i åbne dialoger, hvor nye måder at forstå og håndtere vores situation, kan udvikles, i takt med at vi bevæger os igennem og forbi den psyko-sociale-materielle krise⁴.

Denne definition er, som recovery i sig selv, en proces. På et tidspunkt i sådan en proces kan det være nyttigt at stoppe op og se, hvor vi nu er. Det betyder, at definitionen ikke er fastlagt, men at andre er velkomne til at fortsætte.

3 Her vil vi henvise til formuleringen "distress, unusual experiences and troubled or troubling behaviour" fra The Power Threat Meaning Framework-modellen, som foreslår alternativer til det medicinske sprog. (se Johnstone, L. & Boyle, M., 2018).

4 Recovery is a deeply social, unique and shared process in which our living conditions, material surroundings, attitudes, values, feelings, skills, and/or roles are changing. It is a way of living satisfying, hopeful, and reciprocal lives together with others even though we may still experience distress, unusual experiences and troubled or troubling behaviour. Recovery involves engaging in new material and social contexts and in open dialogues where new new ways of understanding and handling the situation are created as we move beyond the psycho-social-material crisis.

Referencer

Anthony, W.A. (1993). Recovery from mental illness: The guiding vision of the mental health service system in the 1990s. *Psychosocial Rehabilitation Journal*, 16, 11-21.

Johnstone, L. & Boyle, M. with Cromby, J., Dillon, J., Harper, D., Kinderman, P., Longden, E., Pilgrim, D. & Read, J. (2018). *The Power Threat Meaning Framework: Overview*. Leicester: British Psychological Society.

Til videre læsning

Borg, M., Karlsson, B., Stenhammer, A. (2014). *Recoveryorienterede praksisser. En systematisk vidensopsamling*. København: Dansk Selskab for Psykosocial Rehabilitering.

Kinderman, P., Cooke, A. (2020). *Tænk på sproget! En guide til, hvordan vi taler og skriver om psykiske problemer i medier, kunst og kultur*. København: Dansk Selskab for Psykosocial Rehabilitering.

Mezzina, R., Davidson, L., Borg, M., Marin, I., Topor, A. & Sells, D. (2006). The social nature of recovery: discussion and implications for practice. *American Journal of Psychiatric Rehabilitation*, 9, 63-80.

Slade, M., Amering, M., Farkas, M., Hamilton, B., O'Hagan, M., Panther, G., Perkins, R., Shepherd, G., Tse, S., Whitley, R. (2015). *Brug og misbrug af recovery. At implementere recoveryorienterede praksisser i psykiatriske og sociale systemer*. København: Dansk Selskab for Psykosocial Rehabilitering.

Tew, J., Ramon, S., Slade, M., Bird, V., Melton, J. & Le Boutillier (2012). Social Factors and Recovery from Mental Health Difficulties: A Review of the Evidence. *The British Journal of Social Work*, 42, 443-460.

Topor, A., Borg, M., Di Girolamo, S. & Davidson, L. (2011). Not just an individual journey. Social aspects of recovery. *International Journal of Social Psychiatry*, 57, 90-99. DOI: 10.1177/0020764010345062.

Find flere udgivelser fra Dansk Selskab for Psykosocial Rehabilitering på www.psykosocialrehabilitering.dk

Om forfatterne



Alain Topor er professor i psykosocial sundhed ved Universitetet i Agder (N), hvor han deltager i forskningsgruppen *Et samfund for alle*, samt docent ved Institutionen for Socialt Arbejde ved Stockholms Universitet (S). Hans forskning fokuserer på udviklingen af en social model for forståelsen af psykiske problemers opståen og udvikling samt sociale aspekter af recoveryprocessen og de arbejdsmåder, som udvikles inden for ”socialpsykiatrien”, først og fremmest støtte i eget hjem. Sammen med de øvrige forfattere arbejder han på et projekt om de ”små tings (microaffirmations) betydning”. Han er også i gang med at afslutte et tiårs opfølgingsstudie om mennesker, som har fået en psykosed diagnose.



Inger Beate Larsen er professor i psykosocial sundhed ved Universitetet i Agder (N). Hendes forskningsinteresser kredser omkring tematikken om, at samhandling mellem mennesker altid finder sted på steder. Hun er leder af forskningsgruppen *Et samfund for alle*, som fokuserer på kommunalt sundhedsarbejde. Forskningen er centreret omkring, hvordan brugere med forskellige udfordringer oplever at være integreret i samfundet, hvordan de lever deres liv, og hvilke erfaringer, de har med forskellige tilbud. Endvidere udforsker gruppen også de ansattes erfaringer med den hjælp, de giver. Forskningsgruppen laver også samfundsanalyser af den udvikling, der er relateret til den decentralisering, der har fundet sted i Norge, samtidig med at den studerer fremvæksten af nye kommunale institutioner og det vidensgrundlag, det kommunale sundhedsarbejde hviler på.



Tore Dag Bøe er lektor ved Institut for Psykosocial Sundhed ved Universitetet i Agder (N). Han er socionom med en ph.d. i psykisk sundhedsarbejde og har lang erfaring som praktiker i forskellige psykiske sundhedsindsatser bag sig. Han har skrevet en række bøger og artikler som bidrag til at tænke og handle på nye måder inden for feltet psykisk sundhed. Dialogiske praksisser og etik er blandt hans hovedinteresser.