

Essayet gir rom for en kritisk, personlig og søkende refleksjon over erfaringer gjort i ulike møter med psykisk helse.

Erfaringskonsulenter: et alibi for tjenestene?

Anne Eriksen Hammer

Albatrossen Ettervernssenter

anne@albatrossen.no

Jeg har begynt å undre meg en del over måten vi erfaringskonsulenter blir brukt på når vi skal dele erfaringene våre fra en scene. Da jeg begynte å jobbe som erfaringskonsulent for snart 4 år siden ble jeg ofte spurt om å formidle historien min fra en scene. Det kostet meg mye og det kom gjerne noen tårer underveis. Etterpå kunne jeg føle meg både tom og naken, veldig ofte endte jeg med å si mer enn hva jeg hadde tenkt jeg skulle si. Jeg skammet meg over alt jeg hadde sagt, som nå også flere hadde hørt og kunne dømme meg deretter. Kanskje ville de dømme meg like hardt som jeg dømmer meg selv?

Samtidig var jeg en nyfrelst erfaringskonsulent. Jeg var jo så takknemlig for å kunne bruke all den driften som jeg har skammet meg sånn over, til noe godt. Da har det likt som ikke vært helt bortkastet alle disse årene. DET følte utrolig godt. Jeg tenkte at kanskje det var sånn det skulle være og at den følelsen jeg satt igjen med etterpå ville bli bedre etter hvert som jeg ble tryggere på en scene. Det ble den ikke. Jeg vokste og ble mer og mer trygg i rollen som erfaringskonsulent, men det å dele av vonde opplevelser fra en scene ble nesten verre. Etter 10 minutter på scenen var jeg rett tilbake i pasientrollen. Folk syntes synd på meg. Stakkars. Er erfaringskonsulentene egentlig ferdig behandlet?

Det er jo ikke sånn at vi erfaringskonsulenter bare har noen vonde opplevelser. Vi har jo jobbet oss igjennom disse, og på den måten har opplevelsene blitt til erfaringer. Videre har vi reflektert en god del på erfaringene våre og dermed utviklet en kunnskap. Til slutt sitter vi der med en kjempeviktig kompetanse. Vi har ulik kompetanse. En kompetanse som fagfolk mangler, som vi derfor kan supplere med og som fagfolk kan benytte seg av. Dette står det også noe om i kommentarene til Helsedirektoratet, Helsepersonelloven kap. 2 § 4, første ledd: «Hva den enkelte er kvalifisert til, er en objektiv vurdering, men forsvarlighetskravet tilsier at det enkelte helsepersonell vurderer om det har tilstrekkelige kvalifikasjoner eller om pasienten bør videre henvises, eventuelt om annen spesialistkompetanse bør innhentes». I Helsepersonelloven kap. 2, § 5. Står det noe om Bruk av medhjelpere. «Helsepersonell kan i sin virksomhet overlate bestemte oppgaver til annet personell hvis det er forsvarlig ut fra oppgavens art, personellens kvalifikasjoner og den oppfølging som gis».

Hvor gode er egentlig fagfolk på å hente inn og bruke en slik «medhjelper»? Hvor bevisst på egne begrensninger er man, når en er ansatt som en spesialist på sitt felt? Burde det ikke være en smal sak å koble på

en erfaringskonsulent? Det er sjelden at en trenger en ny henvisning for å få snakke med en erfaringskonsulent. Vi er kjent for å være lett tilgjengelige og vi jobber recovery-orientert, altså det er tjenestemottaker selv som er ekspert på eget liv.

Norske helsemyndigheter har som mål å integrere erfaringskompetanse i tjenestene for å styrke brukerperspektivet og å forbedre tjenestene (Helsedirektoratet, 2014). Dette er basert på internasjonal forskning, og etter hvert også norsk forskning som viser at erfaringskonsulenter bidrar med en viktig kompetanse for både tjenestemottakerne og systemene.

Jeg innså at det var jo ikke vonde opplevelser jeg ville formidle fra en scene! Jeg var jo ferdig med det der. Jeg sier ofte til de jeg følger opp at på et eller annet tidspunkt når en har fått jobbet nok med det vonde så må en pakke det ned. Gå videre. Jeg opplevde at jeg aldri fikk muligheten til det når jeg stadig sto på en scene og snakket om det. Jeg føler at jeg har utviklet min identitet og har fått begynne å bruke min kunnskap på mange områder. Derfor er det litt rart å stadig bli bedt om å dra tilbake til pasientrollen.

Det er ikke sånn at det ikke er noen som skal formidle noe vondt fra en scene. Jeg har hørt på mange som klarer det der helt fint, og en blir sittende igjen med en godfølelse. En blir glad for at noen som har hatt det så forferdelig, klarte seg til slutt. Vi vet jo at de aller, aller, fleste har noen vonde opplevelser i løpet av livet. Også fagfolk har det. Hvorfor er det da bare vi som skal dele våre opplevelser? Hvorfor kan ikke flere fagfolk stå fram? Fortelle om hvordan de

bruker sin erfaring i sin jobb. Hvorfor skal vi alltid måtte dra fram de vonde og mest skamfulle opplevelsene? Ville det ikke vært vel så godt å høre om den gangen det gikk bra? Jeg undrer meg over om dette egentlig er en jobb for erfaringskonsulenter? Hva tar de i salen egentlig med seg? Blir de noe klokere av å høre på det eller blir det bare en slags underholdning?

Kanskje vi bør tenke oss ekstra om før vi gjør det. Hva er det de vil jeg skal snakke om? Hva er egentlig greit for meg å snakke om? Hva er hensikten? Jeg har ingen problemer med å snakke om det å komme seg ut av et rusproblem. Hvordan jeg gjorde det, og hvordan jeg bruker disse erfaringene i jobben min i dag. Hvordan det var nyttig for meg at tjenestene jobbet. Det kan jeg gjerne snakke mer om! Det får fram en helt annen følelse, nemlig styrke, og jeg kan gå av den scenen like rak i ryggen som når jeg kom inn, og det kan til og med gi de i salen noe. Noe de kan ta med seg og jobbe videre med i sine tjenester eller i møte med andre brukere.

Jeg tenker at også de som ber oss opp på en scene må begynne å ta mer ansvar. Hva er det de ønsker å oppnå? Er hensikten kanskje å vise alle at vi er gode på dette med brukervedvirkning og at vi tar brukerperspektivet på alvor? Blir vi et slags alibi for tjenestene?

Var det dette Sherry Arnstein kanskje snakket om i 1969? Arnsteins stige brukes ofte for å vise grader av involvering. Stigen består av åtte trinn. På de to nederste, «*manipulation*» og «*therapy*», prøver makthaverne å belære og kurere befolkningen. Medvirkningen er tilsynelatende, og

befolkningen får ikke reell makt. Poenget er gjerne å bevise at man har involvert befolkningen (Arnstein, 1969, s. 217). Dersom vi bare blir brukt som en kuriositet, noe rart som skjer på en scene, og så ler de og kanskje synes de at det er kjempebra, men når de går derfra, har de tatt noe med seg? Er vi med på ekte da? Får vi bidra? Er vi viktig og får vi bruke av kompetansen vår? (Arnstein, 1969.)

Jeg er heldig som har en veileder som jeg har kunnet snakke åpent med om disse tingene. En veileder som hele tiden har støttet meg på veien istedenfor å fortelle meg at sånn og sånn skal det være. Jeg har fått erfare det selv og funnet ut hva som er rett og galt for meg. Hvor langt er det greit for meg å gå? I tillegg så jobber jeg i et team med andre erfaringskonsulenter og har mulighet til å drøfte disse sakene hele tiden underveis sammen med dem. Det har vært vel så viktig.

Forsknings- og utviklingsprosjektet som jeg og to andre erfaringskonsulenter er medforskere i handler nettopp om integrering av erfaringskompetanse (Agdal, Leamy & Åkerblom, 2019). I første fase av prosjektet har vi intervjuet erfaringskonsulenter om deres opplevelse av å være integrert på sin arbeidsplass. Hvordan opplever de å få bruke sin erfaringskompetanse og bidra til utvikling av tjenestene? Vi ser i analysene av intervjuene som er gjort at veldig mange erfaringskonsulenter blir bedt om å formidle historien sin fra en scene, og at de fleste har noen tanker rundt det. Det er ikke uproblematisk. Vi har gjort kvalitative dybdeintervju av 42 erfaringskonsulenter, hvor de fleste har jobbet i noen år. Vi har valgt kvalitative intervju for å ha mulighet til å kunne fange opp temaer

som opptar erfaringskonsulentene, fremfor en kvantitativ undersøkelse som har mindre mulighet til dette. Utvalget er stort. En slik kvalitativ undersøkelse kan gjøre at vi har bedre grunnlag for å utarbeide en større kvantitativ undersøkelse senere.

Vårt prosjekt skal gjennomføres som et aksjonsforskningsprosjekt. Vi har gjennomført første del av fire faser og er på vei til å starte opp neste fase. Første del gikk ut på å samle inn all kunnskap om integrering av erfaringskompetanse, både internasjonalt og nasjonalt. Det er blitt gjennomført et scoping review og basert på dette vil det i 2020 bli gjennomført et systematisk review av forskning på integrering av erfaringskonsulenter med rusbakgrunn i tjenestene. Mary Leamy fra Kings College deltar i dette arbeidet. Det å gjennomføre et review er svært tidkrevende og arbeidet ble startet opp før midler til selve forskningsprosjektet var på plass. Forskerne i prosjektet har hovedansvaret for dette arbeidet, men vi som er medforskere vil diskutere funn fra internasjonal forskning, både barrierer som blir identifisert som hindrer god integrering, samt gode eksempler på integrering.

Min prosjektleder har vært veldig opptatt av at vi ikke bare skal være med på liksom (Arnstein, 1969). Vi har fått være med hele veien, selv om vi i begynnelsen egentlig ikke skjønnte helt hva vi var med på. Vi fikk begynne på Samarbeidsbasert forskning i psykisk helsearbeid ved Universitetet i Sørøst-Norge. Utover i skoleåret så forstår vi mer og mer hva det er hun prater om, og på den måten har vi også kunne bidra mer. Jeg tenker at det er ikke sånn at vi må være med på alt. Jeg pleier å si at jeg vil være med på alt det som ikke er kjedelig. Det handler

selvfølgelig ikke bare om at jeg kun har lyst til å gjøre det som er gøy, men det handler om at de tingene jeg er interessert i, engasjerer jeg meg mer i og det blir lettere da for meg å bidra med de tingene. Skal jeg bidra i absolutt alle ledd så må jeg nok gå mye mer på skole, ellers så ville alt tatt mye lengre tid. Det vet jeg ikke om jeg orker. Jeg har jo gått på livets skole, det får være godt nok. Jeg vil heller ikke at alt dette viktige arbeidet skal stoppe opp bare fordi jeg absolutt skal være med på alt. Andre erfaringskonsulenter har kanskje en mulighet og et ønske om det, eller de har mer grunnleggende kunnskaper fra før og kan derfor bidra mer. Dette må en finne ut av sammen, tenker jeg, og på et så tidlig tidspunkt som mulig. Avklare hverandres roller. Det som er viktig er at medforskere ikke føler at de sitter på sidelinja hvis de har mulighet og lyst til å bidra. Det er også viktig å huske på at vi som medforskere er like viktig i prosjektet, selv om vi gjør forskjellige ting.

Foreløpig så har vi bidratt med innspill på intervjuguiden, tatt del i analyser av intervjuer og jeg har også fått intervjuet noen selv. Vi har avtalt at vi skal ha jevnlig møter hvor vi skal delta på lik linje. Det å intervjuet var veldig spennende, men jeg følte at intervjuene hadde forskjellig kvalitet ut ifra hvor godt jeg kjente de jeg intervjuet. To av de jeg intervjuet kjente jeg rimelig godt og var ganske sikker på at de visste hvor de «hadde meg» og hvilke synspunkter jeg har. Praten gikk greit og det var en fin flyt. Jeg kunne stille spørsmål uten å være redd for at de tenkte dårlige ting om meg, og de forstod at jeg bare ville ha mest mulig informasjon ut av dem. Så intervjuet jeg to andre som jeg egentlig ikke kjenner, men bare vet så vidt hvem er og hvor de jobber. Dette ble mye

vanskeligere. Jeg var hele tiden redd for hvordan de oppfattet meg når jeg stilte disse spørsmålene, og jeg klarte ikke å få de til å fortelle så mye utover det jeg spurte om. Kanskje hadde de tanker og en oppfatning av meg og kanskje var de usikker på hvor de hadde meg. Den ene ville ikke snakke om en episode fordi den var taushetsbelagt, selv om jeg hadde forklart hvordan og hva vi gjør med intervjuet og at jeg hadde taushetsplikt også. Den andre var veldig kort i svarene sine. Kanskje var de redd for å snakke dårlig om sin arbeidsplass fordi de var redd jeg skulle ta det videre? Jeg kan bli oppfattet som en som står på barrikadene og kanskje var ikke disse så interessert i det? De som kjenner meg, vet at jeg ikke er en løs kanon, men at jeg kjemper for det jeg tror på.

Jeg opplever av og til i mitt møte med andre erfaringskonsulenter at de ofte legger seg på en av to sider. Stå på barrikadene eller lage minst mulig bølger i vannet og heller bli en del av systemet, på lik linje med de andre ansatte der. Begge sidene tenker at de har rett, men kanskje er det ingen som har feil? Kanskje balanserer vi på denne skalaen hele tiden? Når vi sitter stille i båten så betyr ikke det at vi ikke kan gi beskjed hvis vi mener noe om noe, og kanskje hadde vi ikke trengt å stå så mye på barrikadene hvis vi hadde hatt flere steder vi hadde blitt hørt?

Jeg intervjuet også to stykker som jeg ikke hadde kjennskap til og kunne anta at de ikke visste hvem jeg var heller. Det gikk helt fint, men de intervjuene som gikk desidert best var de to intervjuene hvor jeg kjente godt de jeg intervjuet.

Vi er i ferd med å starte opp andre fase i prosjektet nå. Vi har intervjuet erfarings-

konsulenter om hvordan erfaringskonsulenter med rusbakgrunn opplever sin arbeidssituasjon i Norge. Her vil det snart bli publisert en rapport basert på dette (Åkerblom, Agdal & Haakseth, under arbeid). Arbeidet med et større review vedrørende integrering av erfaringskonsulenter med rusbakgrunn er også påbegynt (Agdal, Leamy & Åkerblom, registrert i Prospero, 06.10.2019). I andre fase av prosjektet er det planlagt at vi skal intervjuere andre ansatte i tjenestene om hvordan de opplever å jobbe sammen med erfaringskonsulenter.

I tredje fase er det planlagt at vi skal ut i tjenestene og lage workshops sammen med erfaringskonsulenter og andre ansatte. Denne fasen er basert på kunnskapen vi har fått fra intervjuer både med erfaringskonsulenter og ansatte. I fjerde fase vil vi, basert på kunnskapen og prosessene, utarbeide kurs og opplæring for integrering av erfaringskompetanse, samt en håndbok om integrering av erfaringskompetanse. Siste fase vil vi ha fokus på hva videre forskning bør undersøke, samt jobbe med integrering og implementering i tjenestene

Avslutning

Det er kanskje sånn at vi har en vei å gå når det gjelder integrering av erfaringskompetanse i tjenestene. Hvis ikke vi, erfaringskonsulenter selv, blir med og bestemmer hvordan dette skal gjøres, er faren der for at systemet kommer til å bestemme det for oss, etter andre premisser. «Take possibilities or be overtaken», sa Julia Repper på årets nasjonale erfaringskonferanse i Oslo (20.11.2019). Jeg ble veldig inspirert av foredraget hennes. Hun er leder for ImROC; en organisasjon som arbeider for å bidra til recoveryorientering og integrering

av erfaringskompetanse i hele verden. De har som et fast prinsipp at de ikke kun lærer opp erfaringskonsulenter, hvis ikke tjenestene jobber mot en recoveryorientering og er klar for å ta imot erfaringskonsulenter. Hun fortalte at hvis man ansetter erfaringskonsulenter, så vil de andre ansatte også snakke mer om seg selv, og at de vil trenge opplæring i hvordan de skulle gjøre det. Hun oppfordret erfaringskonsulenter til å ta mer kontroll selv over hvordan de ønsket å jobbe (Julie Repper, presentasjon på «Sterkere sammen konferansen», 20.11.2019).

Hvordan er det egentlig greit for oss erfaringskonsulenter å bli brukt? Emma Watson (Watson, 2017) hadde i sitt review om hva som er underliggende mekaniser bak erfaringskompetanse og at bruk av erfaringskompetanse er en slags «liminal position», som innebærer at erfaringskonsulenter har «to identiteter». En ny identitet med mye mestring og kunnskap i nytt liv som erfaringskonsulent, samt en tidligere identitet fra egne erfaringer fra rus og/eller psykisk uhelse. I erfaringskonsulentrollen er begge disse identiteter viktig, og man bruker begge. Det er ekstra betydningsfullt for den som får hjelp og oppfølging å treffe noen som vet hva det vil si å være der de er, samt hva som skal til og at det er mulig å få en ny identitet. Når erfaringskonsulenter skal få bruke begge identiteter i sin rolle, må det legges til rette for at de får jobbe med å holde på, utvikle og finne balansen mellom bruk av disse identiteter (Watson, 2017). Vi har klart å komme oss utav det og vi skal vise de andre som kommer etter at det nytter å bruke de andre fagansatte. Da må vi spille på lag og spille på hverandre. Kanskje vi bør bli flinkere på å spille hverandre gode også? Det er gjerne litt rart at det er så

sterke føringer på at tjenestene bør bruke erfaringskompetanse, men lite om hvordan tjenestene skal legges til rette for dette arbeidet. Vi håper og tror at dette forsknings- og utviklingsprosjektet vi holder på med vil bidra til dette. Når vi etter hvert har god forskning, også fra Norge, bør dette bane vei for bedre integrering av erfaringskonsulenter. De som bremser, bør ikke forbli skeptiske.

Referanser

Agdal, R., Leamy, M. & Åkerblom, K.B. (2019). Peer support worker integration into services for persons with

- substance and/or alcohol abuse and addiction. A systematic review. *Protocol*. Prospero 06.10.2019.
- Arnstein, S.R. (1969). A Ladder Of Citizen Participation. *Journal of the American Institute of Planners*, 35(4), 216–224.
- Lov om helsepersonell mv. (helsepersonelloven) av 2. juli 1999 nr. 64 § 5.
- Helsedirektoratet (2014). *Sammen om Mestring. Veileder i lokalt psykisk helsearbeid og rusarbeid for voksne. Et verktøy for kommuner og spesialisthelsetjenesten*. (Veileder IS-2076). Oslo: Helsedirektoratet.
- Repper, J. (2019). Presentasjon på «Sterkere sammen», nasjonal konferanse for erfaringskonsulenter.
- Watson, E. (2017). The mechanism underpinning peer support: a literature review. *Journal of Mental Health*, 1–12.