

Inflytande efter rättpsykiatri

En väg till återhämtning och ett
självständigt liv.



Att lämna rättspsykiatri är ofta den svåraste fasen.

Efter utskrivning från den slutna rättspsykiatriska vården möts många patienter av stigma, osäkerhet och brist på stöd. Det leder ofta till återinläggning, inte av vilja, utan för att nödvändigt stöd saknas.



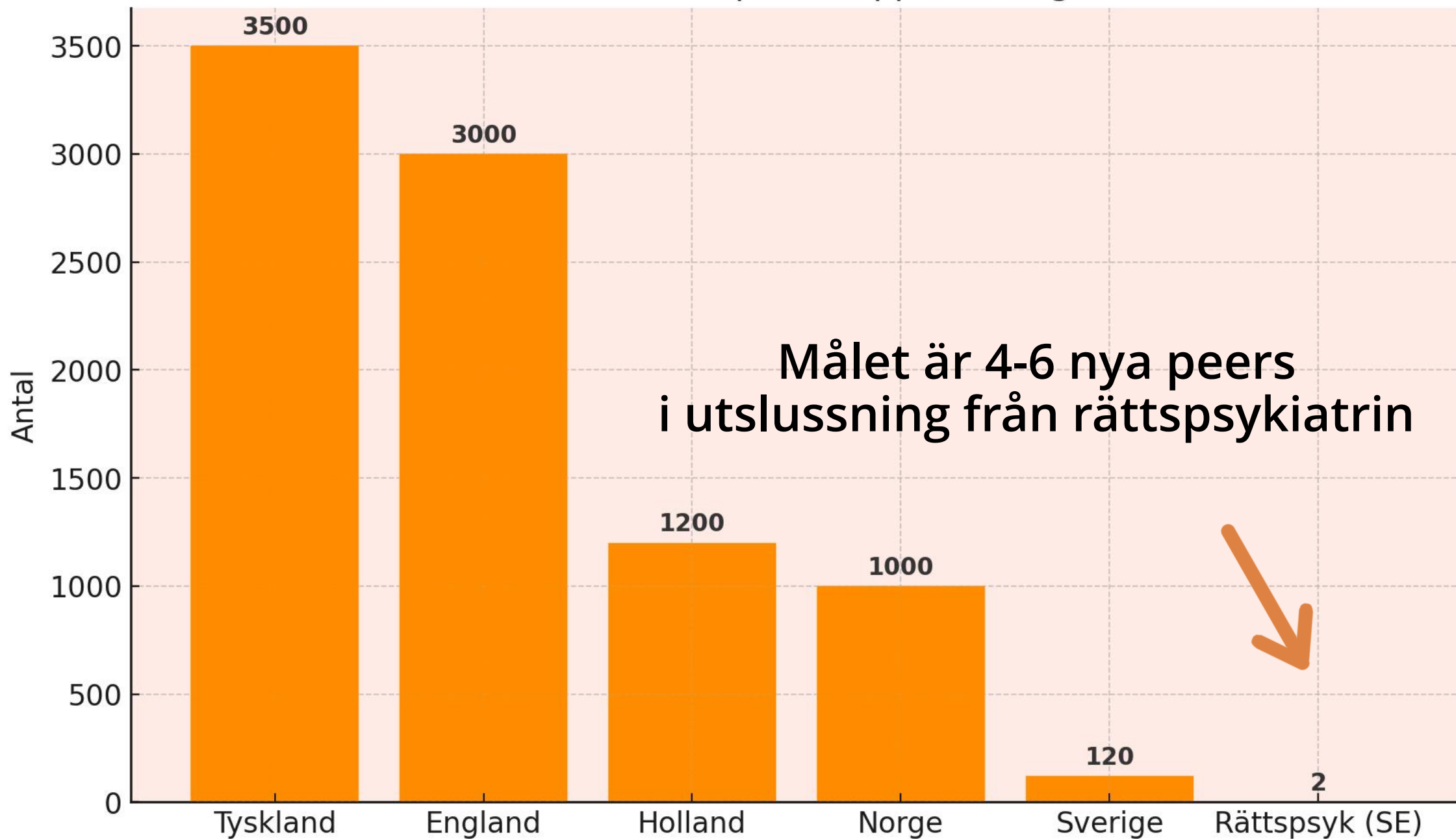
Inflytande efter rättspsykiatri, en ny väg framåt

Att få träffa någon som har gjort den resa man själv ska påbörja blir ett viktigt stöd.

Peer supporters kan hjälpa till i utslussningen och bör vara en självklar del av processen.



Antal anställda peers (uppskattningar)



Peer support rollen i utslussning från rättspsykiatri



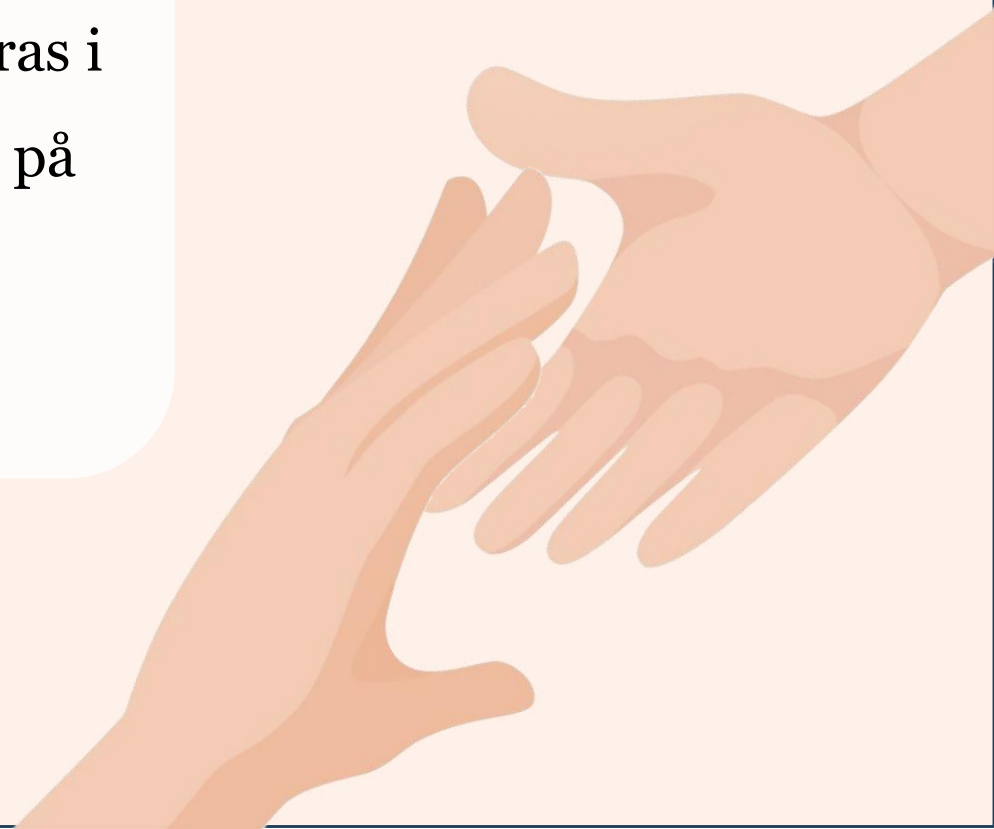
Samma grundroll - men i en miljö med kontroll, riskbedömningar och begränsat självbestämmande.

Och många gånger mer stigma och fördomar

Från projekt till verklighet

Först ut i Sverige!

Två peer supporters ska implementeras i
rättspsykiatriska utslussningsteamet på
Rågårdens öppenvårdsavdelning,
Sahlgrenska Universitetssjukhuset.



Ny broschyr: Peer support inom rättspsykiatri

PEER SUPPORT

inom rättspsykiatri



ATT VARA PEER SUPPORTER

Peer support är inte behandling, terapi eller myndighetsutövning. Rollen handlar om stöd, samtal och återhämtningsfokus inom tydliga ramar.

Peer supportern:

- fattar inga vårdbeslut
- ansvarar inte för säkerhet eller bedömningar
- rapporterar inte om patienters beteende.

YRKESROLL OCH ANSVAR

En peer supporter är en utbildad och certifierad yrkesperson. Rollen bygger på egen erfarenhet av psykisk ohälsa och att man har kommit långt i sin egen återhämtning. Peer support är ett professionellt uppdrag med etiska riktlinjer.

Peer supportern:

- har tystnadsplikt
- respekterar individens självbestämmande
- delar sina erfarenheter på ett genomtänkt sätt
- lovar inte saker som inte går att uppfylla.

Arbetet är inte rehabilitering för peer supportern själv, utan ett yrkesuppdrag som kräver mognad, reflektion och handledning.

Tre röster om peer support i rättspsykiatri

Peer support kan ta sig olika uttryck beroende på var i vårdprocessen man befinner sig. Här möter du tre röster med olika erfarenheter av peer support och psykisk ohälsa.

"Det handlar om att gå bredvid någon, inte före, inte efter, utan just bredvid."

Marianne Bartholdsson, peer supporter inom rättspsykiatri i Varberg

"Jag har varit där. Och jag vet hur avgörande det är att bli mött av någon som förstår och inte dömer."

Stephen Davies, peer supporter i ett rättspsykiatriskt utslussningsteam i England

"Jag såg ett glapp mellan vård och vardag, och där vill jag kunna finnas."

Samuel Alqvist Lilja, utbildad peer supporter, med erfarenhet av rättspsykiatrisk vård i Stockholm

DEN HÄR SKRIFTEN RIKTAR SIG TILL:

- patienter inom rättspsykiatrisk vård
- personer som funderar på att utbilda sig till peer supporter
- personal och chefer inom rättspsykiatri
- anhöriga och närstående.

Skriften syftar till att öka förståelsen för peer support som yrkesroll och visa hur egen erfarenhet används som en professionell resurs i vården.

Peer support innebär att personer med egen erfarenhet av psykisk ohälsa eller funktionsnedsättning arbetar professionellt inom vård och omsorg. De använder sina erfarenheter för att stötta andra i deras återhämtningsprocess.

Denna skrift beskriver peer support som yrkesroll och metod, med särskilt fokus på rättspsykiatrisk vård. Den är till för dig som vill veta mer om rollen, eller för att användas i utbildning och verksamhetsutveckling.



"Det ger mig en röd tråd i mitt jobb när allt är nytt, och samtidigt förståelse och stöttning."

Agnieszka Malgorzata, peer supporter i Stockholm

VARFÖR HANDLEDDNING ÄR EXTRA VIKTIG I RÄTTSPSYKIATRIN

I rättspsykiatri möter peer supportrar ofta komplexa situationer som rör makt, ansvar, gränser och etik. Regelbunden handledning är därför avgörande för att:

- bearbeta svåra möten
- tydliggöra yrkesrollen
- förebygga gränsoverskridanden
- skapa långsiktig hållbarhet i arbetet.

"Jag upplevde själv att vården inte gav mig så mycket hjälp just där, i övergången till livet utanför. Och det är i det glappet jag som peer supporter vill finnas."

Vad tar du med dig från dina egna erfarenheter in i rollen som peer supporter?

– Tiden efter vården präglades av jättemycket osäkerhet, berättar Samuel.
– Det är mycket kaos, och det finns en ständig rädsla för att misslyckas och åka in igen.
Han beskriver också känslan av ensamhet och att stå utanför sammanhang.
– Jag kände mig istället överflödig. Just de erfarenheterna vill han använda för att möta andra mer jämlikt.

Vad betyder peer support inom rättspsykiatri, sett från ditt perspektiv?

För Samuel handlar peer support om tilltro, särskilt när den egna tilliten sviktar.
– Jag tycker att det är många vars förmåga man inte riktigt använder, säger han.
Peer support kan bli en motvikt till låga förväntningar och snäva framtidsbilder.
– Det är en sån person som jag hade velat träffa. Någon som varit med om samma sak. Med utbildning och ett tydligt uppdrag, fortsätter Samuel.



Berättelser från peer supportrar

Här följer två röster som visar hur peer support kan fungera både inom vården och i övergången till livet utanför.

– Jag tänkte direkt att det här är för mig! Ett arbete där jag kan vara årlig med mina egna erfarenheter och amanda dem för att vända hopps hos andra.
Marianne Bartholdsson arbetar som peer supporter inom rättspsykiatri. Med egen erfarenhet av psykisk ohälsa möter hon patienter i en vardag som präglas av rutiner, insättning och säkerhet. Hennes uppdrag handlar inte om behandling, utan om relation, närvaro och återhämtning i det dagliga vårdarbetet.

Vad betyder peer support för dig i ditt arbete?

– Jag är inte där för att fixa någon. Jag fokuserar på mötet, på samtalet, på att vara närvarande, säger Marianne. Som peer supporter beskriver hon sig själv som en annan sorts närvaro på avdelningen, varken vårdpersonal eller behandlare, utan en medmänniska. I en miljö där mycket styrs av regler och kontroll blir relation, lyssnande och förtroende centrala delar av arbetet.

Hur använder du dina egna erfarenheter i mötet med patienter?

– Det är något speciellt med att prata med någon som verkligen vet hur det känns.
Just den delade erfarenheten skapar igenkänning och tillit.

"Peer support kan vara den funktion som ser och hör individen. Någon man kan prata med i förtroende utan att det hamnar i en journalanteckning. Man blir inte en patient utan en vanlig människa."

Daniella, före detta patient inom rättspsykiatri



"Peer support är en verkligt demokratisk form av vård. Den bygger på jämlikhet, delad erfarenhet och ömsesidig respekt, och ger människor hopp, möjligheter och egenmakt."
Stephen Davies, peer supporter inom rättspsykiatrisk vård i England.

7

Vikten av handledning

Handledningen är en central del av peer support och ett viktigt stöd yrkesrollen. Peer supportern tar plats i en ny funktion på arbetsplatsen, möter människor med komplexa behov och samverkar med övrig personal.

Den ger utrymme för reflektion och stöd i svåra situationer, och hjälper till att tydliggöra roller, gränser och arbetssätt. Den bidrar också till struktur och trygghet i rollen.

Som stödför är den erfarenhetsbaserad och leds av handledare med egen erfarenhet av psykisk ohälsa. Den kan ske både individuellt och i grupp.

– Att vara peer supporter är en yrkesroll som kräver tydliga strukturer och former. Det är något jag arbetar med att bidra till, säger Mary-Anne Jakobsson, peer supporthandledare på NSPH i Halland.

Tillgång till handledning är en förutsättning för att peer support ska fungera långsiktigt, både för utställigheten i rollen och kvaliteten i stödet, särskilt inom rättspsykiatri.

– Det är viktigt att en peer supporter behåller sin unika kompetens och känner sig trygg i sin roll. En peer supporter har sin roll utifrån egen erfarenhet av psykisk ohälsa. I kombination med utbildning och ett tydligt uppdrag, fortsätter Mary-Anne.

Agnieszka Malgorzata, peer supporter i Stockholm, beskriver handledningens betydelse så här:

– Det ger mig en röd tråd i mitt jobb när allt är nytt, och samtidigt får jag förståelse och stöttning.

14

"Det ger mig en röd tråd i mitt jobb när allt är nytt, och samtidigt förståelse och stöttning."

Agnieszka Malgorzata, peer supporter i Stockholm

VARFÖR HANDELNING ÄR EXTRA VIKTIG I RÄTTSPSYKIATRI

I rättspsykiatri möter peer supportern ofta komplexa situationer som rör makt, ansvar, gränser och etik. Regelbunden handledning är därför avgörande för att:

- bearbeta svåra möten
- tydliggöra yrkesrollen
- förebygga gränsoverskridanden
- skapa långsiktigt hållbarhet i arbetet.

15

PEER SUPPORT I ÖVERGÅNGEN FRÅN VÅRD TILL VARDAG

Övergången från rättspsykiatrisk vård till livet utanför är ofta svårbar. Peer support kan bidra till hopp, igenkänning och stöd i frågor som rör vardag, relationer, arbete och framtid, områden som ofta hamnar i skymundan under långvarig vård.



20

Förutsättningar för en långsiktigt hållbar peer support

I verksamheten

För att peer support ska fungera långsiktigt behöver verksamheten vara väl förberedd. Det krävs en gemensam förståelse för vad peer support är, vad yrkesrollen innebär och hur den skiljer sig från andra professioner. Detta är särskilt viktigt inom rättspsykiatri, där ansvar, säkerhet och rutiner är tydligt reglerade utifrån att inskrivningen där både är en påföljd efter ett genomgått brott och vård för en allvarig psykisk störning.

Att införa peer support är ett långsiktigt förändringsarbete som kräver delaktighet på flera nivåer i organisationen. Chefer och arbetsledare har en central roll i att skapa utrymme för dialog, reflektion och uppföljning. När personalen får möjlighet att gå en utbildning, ställa frågor och diskutera rollen, ökar förtroendet och förutsättningarna för ett gott samarbete.

– Tro inte bara att det är att utbilda peer supportern och sätta ut. Det är ett långsiktigt arbete, med delaktighet och värderingar. Hela organisationen måste arbeta för att det ska fungera, säger Ute-Lotte Klod Bergerlind, chef för kunskapsstöd för psykisk hälsa i Västra Götalandsregionen.

För att peer support ska vara hållbart över tid krävs tydliga uppdrag, avsatt tid för samverkan samt strukturer för stöd och handledning.

21

Vad vi vet om effekterna av peer support och vikten av uppföljning

Den svenska och internationella forskningen och uppföljningar visar att peer support har positiva effekter för både patienter och verksamheter. För den som tar del av stödet handlar det om stärkt återhämtning, ökad egenmakt, minskat självtvivel och större framtidstro. Många beskriver också att relationen till vårdpersonal förbättras när peer support finns på plats.^[1]

Internationella och svenska studier och erfarenheter visar att peer support bidrar till en mer jämlik dialog mellan patienter och verksamhet. Peer supportern synliggör erfarenheter och perspektiv som annars riskerar att inte komma fram, vilket påverkar bemötande, arbetssättet och synen på återhämtning. Forskning från rättspsykiatriska miljöer visar att relationer är centrala för återhämtning.^{[2][3]}

Forskningen om peer support inom rättspsykiatri har stärkts under senare år och visar på positiva effekter, även om fältet fortfarande är under utveckling. Samtidigt visar forskning om livet efter rättspsykiatrisk vård att långsiktigt stöd och sociala insatser är avgörande för stabilitet och återhämtning.^[4]

För att peer support ska fungera långsiktigt krävs kontinuerlig uppföljning och lärande. Återträffar, handledning, fortbildning och erfarenhetsutbyte stärker yrkesrollen, tydliggör uppdraget och bidrar till kvaliteten i stödet.

Genom löpande utvärdering och samverkan med forskning sätter peer support att utvecklas och anpassas till rättspsykiatriens förutsättningar.

[1] Rosenberglind, D. & Agrestitzki, E., 2019; Wenzel, H., 2019; Stockholms stöd, 2020.
[2] Wenzel, H. & Agrestitzki, E., 2019; Rosenberglind, D. & Agrestitzki, E., 2019.
[3] Almqvist, M. et al., 2016.
[4] Nilsson, E., 2020.

26

27

Vad gör en peer supporter?

En peer supporter arbetar med stöd som utgår från relation, närvaro och delad erfarenhet. Arbetet tar sin utgångspunkt i mötet med brukare eller patienter. Det handlar om att gå bredvid, inte styra, att lyssna, skapa förtroende och bidra till återhämtning utifrån individens egna förutsättningar. Peer supportern är en del av verksamheten men har en tydligt avgränsad roll som bygger på delad erfarenhet, utan behandlingsansvar.

Till skillnad från många andra roller inom vård och omsorg bygger peer support på hopp och igenkänning. Peer supportern är ofta med under lång tid och kan finnas kvar under olika skeden i personens återhämtningsprocess. Det skapar förutsättningar för en relation där osäkerhet, självtvivel och behov kan fångas upp. Sådant som annars kan vara svårt att uttrycka.

I rättspsykiatri verkar peer supportern inom tydliga ramar präglade av säkerhet, kontroll och begränsat självbestämmande. Just därför blir rollen särskilt betydelsefull. Genom egen erfarenhet av psykisk ohälsa, vårdsvårigheter och utslussning kan peer supportern bidra med trovärdighet, riktning och ett återhämtningsperspektiv i ofta långa och komplexa vårdprocesser. Rollen kan också vara ett stöd i övergången mellan vårdens strukturer och livet utanför och bidra till att skapa sammanhang, riktning och framtidstro.

Det som gör peer support unikt är kombinationen av personlig erfarenhet och återhämtning. Den ger förutsättningar att skapa jämlika möten, minska självtvivel och stärka individens egen röst.

8



9

NSPH:s tidigare arbete inom rättspsykiatri

- Projektet *“Inflytande i rättspsykiatri”*
- Intressepolitiska program, där rättspsykiatri är ett av de områden som lyfts särskilt.



Tack!