

ARBEID OG PSYKISK HELSE BRUKERFORTELLING

Toneline Holm

Mental Helse

FRIVILLIG ARBEID

- FYLKESKONTAKT FOR "VERDENSDAGEN FOR PSYKISK HELSE"
- LEDER FOR MENTAL HELSE HADSEL
- STYREMEDLEM I MENTAL HELSE NORDLAND
- MEDARBEIDER I BIKUBEN, REGIONALT BRUKERSTYRT SENTER.
- TALS PERSON FOR "VOKSNE FOR BARN".
- VALGT INN I EN DEL UTVALG SOM HAR MED PSYKISK HELSE Å GJØRE.

ALT DETTE ER FRIVILLIG ARBEID!

MIN HISTORIE

DET E IKKE EN UVANLIG HISTORIE!

JEG MØTER BARE FLERE OG FLERE MED
SAMME FORTID OG LANGT VERRE.

MEN JEG ER HELDIG!

Æ STÅR HER!!!

MIN HISTORIE

HAR PRØVD Å FÅ FLERE MED MEG.
MEN MANGE TØRR IKKE KOMME!

DA BLIR DE SYNLIG.
DET ER SKREMMENDE.

"DET ER DERE SOM HAR MAKTA".

BARNDOM/FORTID

FREM TIL SOMMEREN JEG VAR 9 ÅR HADDE
JEG EN TRYGG BARNDOM.

MANGE GODE MINNER.

OPPRIVENDE SKILSMISSE.

DEN SOMMEREN JEG FORANDRET ALT SEG,
DA STARTET MIN DET SEKSUELLE
MISBRUKET SOM VARTE TIL JEG VAR
NESTEN 16 ÅR.

NEDTUREN

FOR SNART 10 ÅR SIDEN TOK BROREN
MIN LIVET AV SEG.

HAN BLE EN "IKKE PERSON".

NOEN MÅNEDER SEINERE BLE
HAN, MISBRUKEREN TATT PÅ
FERSKEN I Å MISBRUKE TO
BARNEBARN, SOM DA VAR 5 OG 7 ÅR.

VEIEN TILBAKE - DET VIKTIGSTE

NOEN DAGER ETTER AT JEG HADDE LEVERT BREVET, KOM DET EI DAME SOM IKKE GA SEG MED Å RINGE PÅ, HO STO PÅ TRAPPA OG ROPTTE HVEM HO VAR OG AT JEG MÅTTE VÆRE SÅ SNILL Å ÅPNE, HVIS HO SKULLE KUNNE HJELPE MEG...

JEG ÅPNET DØRA, HELDIGVIS

VEIEN TILBAKE - DET VIKTIGSTE

DETTE VAR ETT FORFERDELIG ÅR, MED MANGE GRUSOMME KONTORBESØK, ETTER Å HA MOTTATT SKREMMENDE BREV FRA FORSKJELLIGE ETATER.

SKJØNTE JO IKKE HVA SOM STO DER ENGANG. VEL Å MERKE DE BREVENE SOM BLE ÅPNET

VEIEN TILBAKE - DET VIKTIGSTE

NY SAKSBEHANDLER-> FUNGERTE IKKE

TA DEG SAMMEN!!!

VEIEN TILBAKE - DET VIKTIGSTE

I LØPET AV DISSE ÅRENE PRØVDE JEG
Å TA LIVET AV MEG TO GANGER.
FØRSTE GANGEN FOR AT SØNNEN
MIN SKULLE FÅ BEDRE ØKONOMI. BLE
HINDRA AV FORSIKRINGA.
SELVMORD.

VEIEN TILBAKE - DET VIKTIGSTE

ANDRE GANGEN, ETTER Å HA FÅTT
NOK...

LØY TIL PSYKIATRISK SYKEPLEIER.
LOVA Å IKKE TA LIVET AV MEG, FOR Å
SLIPPE UT AV KONTORET.

VEIEN TILBAKE - DET VIKTIGSTE

TUNG DEPRESJON, SOSIALANGST,
PANIKKANGST, ANGST FOR ANGSTEN,
BULIMI, NARKOLEPSI, TRAUMER,
INNE I EN SORG PROSESS,
SELVSKADING, FEILERNÆRT.

HOS FAST LEGEN STO DET: DEPRESJON

VEIEN TILBAKE - DET VIKTIGSTE

"TONELISE HOLM VIL ALDRI KUNNE
KOMME UT I ARBEID IGJEN."

VEIEN TILBAKE / DET VIKTIGSTE

ETTER TRUSSELBREV MÅTTE JEG PÅ
KURS ELLERS FIKK JEG JO IKKE
PENGER.

MØTTE ET PAR DAGER, SÅ BLE JEG
BORTE. INGEN ETTERLYSTE MEG /
BRYDDE SEG.

VEIEN TILBAKE / DET VIKTIGSTE

NAV ARBEID KALTE MEG INN TIL MØTE ETTER AT JEG HADDE MASA EI STUND.

VIL DU PRØVE ARBEID MED BISTAND (AB)?

KLART DET!!!

PÅ SORTLAND I JUNI:

- INDIVID STØNAD. 275,- KR PR DAG.
- BIKUBEN ØNSKET MEG, MEN DET FANTES IKKE REISE PENGER ELLER PENGER TIL HYBEL.
- FORTSATT SOSIAL KLIENT.
- SOM ER DET JEG SLITER MED HVER MND.
- DET ER DET ENESTE SOM GJØR MEG SLITEN OG SØVNLØS INNIMELLOM.

HVEM VIL HA MEG???

PSYKIATRISK SYKEPLEIER MENTE JEG BARE SKULLE "GÅ Å UFØRE TRYGDE MEG. FOR DA FIKK JEG JO STABIL ØKONOMI".

VIL IKKE SE PÅ MEG SOM FRISK.

HVEM VIL HA MEG???

SAKSBEHANDLER PÅ SOSIALKONTORET:

“ DU BØR JO IKKE DRIVE PÅ SÅNN
MED MENTAL HELSE FOR DET HAR DU
JO IKKE PENGER TIL.”

HVEM VIL HA MEG???

MENTAL HELSE OG MENNESKENE JEG
MØTER, JOBBEN VI GJØR, ER DET
SOM HAR HOLDT MEG OG ANDRE
OPPE.

VI ER VERDT NOE!!!

NOEN UKER ETTER SORTLAND:

MIN SAKSBEHANDLER PÅ NAV ARBEID
DRO PÅ FERIE

NOEN UKER ETTER SORTLAND

UNDER EN UKE SENERE, 16. JULI VAR
JEG I GANG PÅ BIKUBEN.

PÅ BIKUBEN LÆRER JEG ALT,
PROSJEKT KOORDINATOR FOR DETTE
BRUKERSTYRTE KOMPETANSE
SENTERET, GJØR.

NOEN UKER ETTER SORTLAND

DET E GODT Å VÆRE UTSLITT
ETTER Å HA JOBBA!!!

NOEN KOMMENTARER

- 18. FEBRUAR 2005 -> FØRSTE GANG VI VAR PÅ KONFERANSE -> VILJE VISER VEI -> VI HAR VENTA.
- VI BRUKERE ØNSKER IKKE DEN ELENDIGHETA SOM HAR VÆRT -> ØNSKER Å SE FREMOVER -> NAV PÅ PAPIRET GIR HÅP.
- DERE HAR EN KJEMPE JOBB FORAN DERE!!!
- VI GLEDER OSS TIL DERE SKAL SE HELE OSS!! SOM HELE INDIVIDIDER! VI GLEDER OSS TIL AT DERE SKAL SAMARBEIDE!!

NOEN KOMMENTARER

90% AV DE JEG PRATER MED,
STARTER MED "KLAGER" OG
"ELENDIGHETSHISTORIER".

NOEN KOMMENTARER

ALLE MENER AT SATSENE ER FOR
LAVE, BÅDE SOSIAL OG ARBEID.

POLITIKERNE?????

NOEN KOMMENTARER

25 AV 30 MENER AT DE FØLER SEG
SOM DRITT/SØPPEL AT DET ER
NEDVERDIGENDE Å VÆRE PSYKISK
SYK.

NOEN KOMMENTARER

SOM REGEL ER DET SISTE UTVEI Å
OPPSØKE SOSIALKONTORET.

NOEN LURER DERE!

IKKE LA DET GÅ UTOVER DEM SOM
IKKE GJØR DET.

NOEN KOMMENTARER

18 AV 30 SYNS DET E VANSKELIG Å
KOMME TILBAKE, NÆRMILJØET, BLIR
STEMPLET.

NOEN KOMMENTARER

ØKONOMIEN GJØR DET VANSKELIG Å
LEVE SUNT.

NOEN KOMMENTARER

ØKONOMIEN FØRER TIL ISOLASJON.

NOEN KOMMENTARER

JEG BLE IKKE PSYKISK SYK FØR JEG
MISTA JOBBEN (NEDSKJÆRINGER)
OG BLE SOSIAL KLIENT.

NOEN KOMMENTARER

SURT FJES I RESEPSJONEN, DE E JO
EN SERVICE TJENESTE.

NOEN KOMMENTARER

ALLE HØRER NÅR MAN STÅR I
RESEPSJONEN OG MÅ "BRETTE" UT
OM LIVET OG SYKDOM OG ALT.

NOEN KOMMENTARER

SOSIALTJENESTEN HAR VÆRT VEIEN
TIL PSYKIATRITJENESTEN, PGA
AVSLAG, FLAUHET, SKAM SOM HAR
BLITT TIL SOSIALANGST,
ISOLASJON OG FORSØK PÅ
SELVMORD.

NOEN KOMMENTARER

12 AV 30 FØLER SEG MISTENKELIG
GJORT OG SYNS IKKE DE BLIR TRODD.

NOEN KOMMENTARER

SOSIALTJENESTEN HAR GJORT
PSYKIATRITJENESTEN SIN JOBB.
HELDIGVIS.

NOEN KOMMENTARER

TENNER ER VEL OGSÅ PSYKISK HELSE,
HAR IKKE TORT Å SMILE PÅ MANGE
ÅR. MANGLER JO NOEN TENNER OG
HAR NOEN KNEKTE, MEN DET ER JO
IKKE AKUTT

NOEN KOMMENTARER

SAMARBEID TJENESTENE/ETATENE
MELLOM SÅ VI KOMMER UT AV DETTE.
ALLE SIER JO FORSKJELLIG. VEIT
IKKE HVA SOM ER RETT JEG.

DÅRLIG INFORMASJON OM HJELP/
RETTIGHETER.

INGEN HAR JO TID TIL Å SVARE.

NOEN KOMMENTARER

MÅ JO FØLGE OPP ALT SELV, OG DET
ER VI JO MANGE SOM IKKE KLARER.

NOEN KOMMENTARER

VAR PÅ SOSIALKONTORET ->
MØTTE ET MENNESKE.

NOEN KOMMENTARER

DÅRLIG OPPFØLGING VED FRAVÆR, ER
DET INGEN SOM BRYR SEG? DET BLIR
SÅ VANSKELIG Å TA KONTAKT IGJEN.

FOR MANGE Å FORHOLDE SEG TIL,
MÅ JO FORKLARE IGJEN OG IGJEN.

FØLER MEG I VEIEN,
DE HAR JO SÅ MYE Å GJØRE.

NOEN KOMMENTARER

TENK JEG FIKK HJELP AV HO PÅ
KONTORET OG HO VAR IKKE SÅNN
SOM DE "UTDANNA PSYKOLOGENE"
SOM IKKE SKJØNNER AT JEG VIL BLI
FRISK.

ALT JEG TRENGTE VAR Å FÅ HJELP
MED Å SKJØNNE HVA SOM STO I
BREVET. MEN Æ SKJØNTE IKKE "ALLE
ORDENE" HO SA.

KAN DE IKKE SNAKKE NORSK??

VI FRYKTER DERE FOR
DERE HAR MAKT!!

ØNSKER

HUK TAK I OSS TIDLIGERE, FOR AT VI
IKKE SKAL FÅ DEN LANGE VEIEN
TILBAKE.

BRY DERE, RING! FLERE GANGER!

FINN UT HVORFOR VI IKKE SVARER!!

HVORFOR VI IKKE KOMMER!!

ØNSKER

SLUTT Å SEND TRUSSEL
BREV!!

DET GJØR DET IKKE BEDRE!

ØNSKER

DET FINNES MANGE GODE TILTAK!!!
MEN FINN RETT BRUKER TIL RETT
TILTAK!!

BRUK BEDRE TID PÅ OSS!!

ØNSKER

NOEN GANGER ER TAUSHET NOE
DRITT!!!

ØNSKER

SE MENNESKET BAK PROBLEMET!

ØNSKER

LYTT SELV OM VI ER SINTE, KANSKJE
VI BARE TRENGER Å "RASE UT"!!

ØNSKER

ANGST KAN HA MANGE ANSIKTER

OG OPPFØRSLER!

HOS DERE ØNSKER VI OSS

-> KAFFE ROM -> DATA -> AVISER ->
LIKEMANNNS ROM -> ET STED Å VÆRE -
> INFORMASJON -> U FARLIG GJØRING
AV OFFENTLIG ANSATTE -> HJELP
MED SØKNADER + INFO. OM HVA VI
HAR I VÅR KOMMUNE -> HJELP TIL
SELVHJELP -> FYSISK AKTIVITET.

NÅR DERE NÅ SLÅS SAMMEN

-> EGET ROM SOM
EKSPEDISJON/MOTTAK.

HVOR DET ER 1 PERSON OG DEN I
MOTTAKET.

VI BRUKERE SOM SITTE PÅ
"VENTEROM" HØRER MER ENN VI VIL!
"IKKE" PRAT I OFFENTLIGE ROM

DET DU SIER ER IKKE DET
JEG HØRER!

NOTER NED DET SOM BLIR
SAGT/PLANLAGT UNDER ETT MØTE
MED BRUKER!!

SOM BRUKER FÅR MED SEG.

ALT KAN VÆRE GLEMT NÅR MAN ER
UTE AV KONTORET.

DET MÅ VÆRE ROM FOR AT
"SITUASJONEN" FORANDRER SEG I
KANSKJE TOTALT MOTSATT
RETNING.

ØNSKER OM AT SOSIAL SATSENE
BLIR ØKT OG LIK, I ALLE FALL I HEILE
FYLKET, HELST LANDET!!

SATSENE MÅ OPP HOS NAV ARBEID.
IKKE TREKK SÅ MYE FOR BARE NOEN
TIMERS ARBEID.

KANSKJE VI KAN FÅ EN BEDRE
HVERDAG OG KLARE OSS SELV.

HVORFOR TREKKES DET FOR
FRIVILLIG ARBEID??

ER VI IKKE VERDT NOE!!

PRØV Å LEGG ET MØTE MED
KOMMUNEANSATTE I UTVALG ETC.
TIL ETTERMIDDAGSTID!

DA BLIR DET IKKE NOE MØTE NEI!

Å FINNE DE GODE LØSNINGENE,
KREVER AT OGSÅ BRUKEREN TØRR GI
RIKTIGE OPPLYSNINGER! VANSKELIG!

HVOR ÆRLIGE SKAL/KAN VI VÆRE??

HER ER NOK IP ETT KJEMPE VERKTØY.

STÅ OPP OM MORRAN - TIL HVA?

RÅDET FOR PSYKISK HELSE HADDE EN
KONFERANSE FOR TO ÅR SIDEN

HER BLE DET SATT OPP FEM KRAV
FRA BRUKERNE

STÅ OPP OM MORRAN - TIL HVA?

VI KREVER AT - MENNESKER MED
PSYKISKE LIDELSE BLIR MØTT MED
RESPEKT PÅ SIN VEI TILBAKE TIL
ARBEIDSLIVET.

STÅ OPP OM MORRAN - TIL HVA?

VI KREVER AT - MENNESKER MED PSYKISKE LIDELSER SKAL SLIPPE EN REHABILITERINGSPROSESS PÅ SPAREBLUSS. Å KOMME TILBAKE I ARBEID TAR TID.

STÅ OPP OM MORRAN - TIL HVA?

VI KREVER AT - MYNDIGHETENE
SØRGER FOR AT ARBEIDSLIVET
ÅPNER DØRENE FOR MENNESKER
MED REDUSERT FUNKSJONS EVNE.

STÅ OPP OM MORRAN - TIL HVA?

VI KREVER AT - DET LAGES EN REELL
INKLUDERINGSAVTALE (IA-AVTALE),
HVOR DE SOM SKAL INKLUDERES
SETTER PREMISSENE.

STÅ OPP OM MORRAN - TIL HVA?

VI FORVENTER AT - MYNDIGHETENE
GÅR FORAN OG ANSETTER
MENNESKER SOM HAR FALT UT AV
ARBEIDSLIVET.....

STÅ OPP OM MORRAN - TIL HVA?

DERE HAR EI KJEMPE UTFORDRING FORAN DERE! EN AV DEM ER Å FINNE ARBEIDSGIVERE SOM VIL HA OSS.

EN ANNEN ER MÅTEN DERE MØTER OSS PÅ!!!!

STÅ OPP OM MORRAN - TIL HVA?

DET MÅ VÆRE ET SAMSPILL MELLOM
TJENESTEYTERE OG BRUKER,
FUNKERER DET IKKE? SÅ BYTT! DET
ER IKKE NOE NEDERLAG OG DET KAN
SPARE MYE TID. FOR BEGGE PARTER!

TIL SLUTT

PASSER DU I JOBBEN DIN??

TIL SLUTT

JOBBER DU FOR BRUKEREN??

TIL SLUTT

DET ER KJEMPE FORSKJELL PÅ
TJENESTEYTERNE.

DERE TOLKER REGELVERKET
FORSKJELLIG.

NOEN FINNER DE RETTE VEIENE.
MENS ANDRE IKKE KOMMER NOE VEI.

TIL SLUTT

VI ØNSKER NAV OG SAMARBEID
VELKOMMEN!

LYKKE TIL!

TAKK FOR OSS!