



HELSE FINNMARK  
FINNMÁRKKU DEARVAŠVUOHTA

Sámi našuvnnalaš gealboguovddáš - psykalaš dearvasvuodasuddjen, SÁNAG.  
Samisk nasjonalt kompetansesenter - psykisk helsevern, SANKS.

SÁNAG  
SANKS

# Å berges

*Erfaringer om bedringsprosesser  
ved alvorlige psykiske lidelser  
i sjøsamisk område*

Kjell Birkely Andersen  
Hamarøy 20 oktober 2009



# Formål med studien

---

- Å få kunnskaper om ulike forhold som setter i gang bedringsprosesser hos mennesker som har hatt alvorlige psykiske lidelser
- Å undersøke om det er forhold i hjelpeapparatet som brukerne mener bør endres slik at behandlingstilbudet kan bli bedre



# Bakgrunn

---

- Samisk bakgrunn
- Mange har kommet seg gjennom alvorlige psykiske lidelser
- Fagfolk vet best om andre folk sine liv
- Konsekvenser å bli diagnostisert som alvorlig syk. Pessimisme blant fagfolk.
- Desentralisering og brukermedvirkning
- Manglende kunnskap om samisk kultur, tradisjon og språk i behandling av samiske pasienter



# Forskningsspørsmål

---

- Hva har vært viktige bedringsfaktorer ved alvorlige psykiske lidelser i sjøsamisk område?
- Hvilke faktorer har vært mest betydningsfulle?
- Hva har hjulpet i veien mot bedring?



# Teoretisk tilnærning

---

- Teorien om helsens opphav - salutogensen
- Empowerment
- Recovery
- Den sjøsamiske kulturen
- Samisk fortellertradisjon
- Assimilasjon og identitetsformer
- Samisk folketro og tradisjonelle hjelpere



# Assimilasjon og identitetsformer

---

- Samisk kulturtradisjon et mangfold av identitetsformer og kulturuttrykk
- Vårt moderne samfunn omfatter bygder, lokalsamfunn, familier, og enkeltpersoner som er samiske på svært forskjellige måter.
- Følelsmessige konflikter
- Tema: Same som urbefolkning, samisk språklov, Hålogalandsallmenningen, spesielle helsetjenester for samer, etnisitet?
- Kven er du? Same kan det være

# Folketellinger.....





# Samisk folketro – tradisjonelle hjelpere

---

- Den samiske kulturen har påvirket mennesker over kultur- og etnistitetsgrenser
- Nordkalotten er et område der samisk naturreligion og eldre samisk og nordisk folketro er blandet sammen med kristendom og læstadianisme.
- Tro på magi og overnaturlige hendelser har vært vanlig på Nordkalotten helt til moderne tid.
- Lesevekkelsen og tradisjonell hjelpekunst var sentralt i den læstadianske bevegelsen. En del av nådegavene var evnen til å hjelpe andre. Noen fikk spesielle oppgaver som lesere, seere, hjelpere og helbredere for andre. Hjelperne var en del av nettverket og kulturen.
- Tradisjonelle hjelpere brukes den dag i dag



# Tidligere forskning recovery

---

- **Håp, medikasjon og behandling, empowerment, sosial støtte, informasjon og kunnskap, spiritualitet, selvhjelp og sysselsetting/meningsfulle aktiviteter (Adams & Partee, 1998; P. E. Deegan, 1993; Freese, 1993; Kirkpatrick m fl, 2001; Onken 2002; Wilken, 2007).**
- **Håp trekkes frem spesielt i flere artikler som et avgjørende punkt i bedringsprosessen Mange viktige faktorer i denne prosessen (Deegan, Freese, Kirpatrick)**
- **En studie viser også at det er en vesentlig sammenheng mellom erfaringer knyttet til tilfredshet, lek, positive livshendelser og bedringsprosesser. (Davidson mfl, 2006).**
- **Tiltak som bolig, samvær, tilhørighet i et miljø, vennskap, jobb eller penger oppvurderes som viktige faktorer i bedringsprosessen (Davidson & Stayner, 2001; Staheli, Stayner & Davidsen, 2004). Deltakere i en studie utført med Onken m fl (Onken 2002) snakket om en indre selvfølelse, indre anstrengelser og det å være i en helhet med fysisk, følelsesmessig, mental og åndelig velvære som strever etter og tar tak i bedringsprosessen.**



# Resultater fra oppfølgingsstudier

**Mennesker med alvorlige psykiske lidelser har blitt bedre totalt og sosialt (Hardings us 1988, Harrison 2001)**

(Harding, 1994)	Antall pasienter	% total bedring	% sosial bedring	% total og sosial bedring
<b>Bleuer 1968</b>	<b>208</b>	<b>23</b>	<b>43</b>	<b>66</b>
<b>Tsuang et al 1979</b>	<b>186</b>	<b>20</b>	<b>26</b>	<b>46</b>
<b>Ciompi &amp; Muller 1980</b>	<b>289</b>	<b>29</b>	<b>24</b>	<b>53</b>
<b>Huber et al 1980</b>	<b>502</b>	<b>26</b>	<b>31</b>	<b>57</b>
<b>Ogawa et al 1987</b>	<b>140</b>	<b>31</b>	<b>26</b>	<b>57</b>
<b>Harding et al 1987</b>	<b>269</b>	<b>34</b>	<b>34</b>	<b>68</b>



# Metode

---

- Vitenskapsteoretisk tilnærming; Kvalitativ tilnærming. De kvalitative tilnæringsmåtene går i dybden. Man ønsker mange opplysninger om få undersøkelsesenheter.
- Et kvalitativt, deskriptivt og fenomenologisk-hermeneutisk forskningsdesign. Deler av et eksplorativt design.
- *"Målet med det kvalitative intervju er å legge til forholdene for en samtale der informantenes tanker, meninger, holdninger, resonnementer, følelser, motiver, historier, livsverden med relevans til de forskningsspørsmål vi søker mer kunnskap om, kan komme frem."*
- Fasene i en intervjuundersøkelse; egen for-forståelse, intervjuguiden, prøveintervjuer, gjennomføring av intervjuene



# Utvalget

---

Jeg ønsket å intervju personer som:

- har hatt en alvorlig langvarig psykisk lidelse med innleggelse i psykiatrisk avdeling
- har opplevd selv å ha blitt frisk, bedre eller er i ferd med å bli bedre.
- sjøl har en opplevelse av tilknytning og tilhørighet til sjøsamiske områder

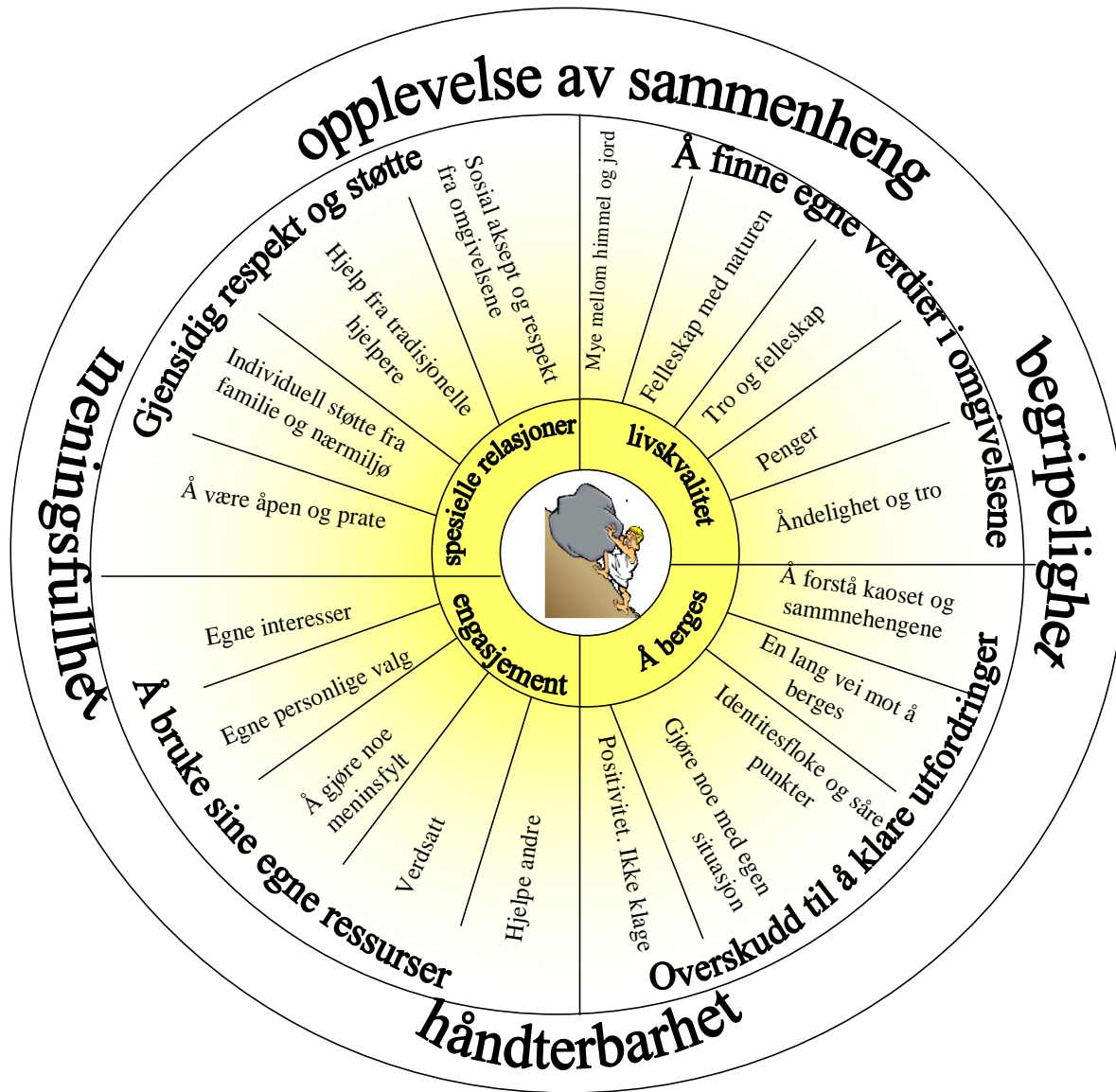


# FUNN - ERFARINGER

---

- *Jeg har nu sett på psykiatriske avdelinger, dem sitter der helt neddopet. Det virker jo helt ødeleggende. Jeg tenkte at sånn skulle ikke jeg bli... Jeg trur nu at alle som e syk, har ønske om å bli frisk, det trur jeg på. Jeg tror at jeg kom ut av det av meg sjøl... På en måte har jeg vært på en søken etter svar i meg sjøl hele tida. Om sammenhenger, det har hjulpet meg å få innsikten. Men det er noe som jeg sjøl har hatt interesse av. Jeg har jo fått erfaring i hvor sammensatt ting kan være. At jeg ble opptatt av det samiske, men selvfølgelig det kommer ikke bare av seg sjøl. Det er jo hva man har opplevd også, jeg var ikke bevisst på det som skjedde, det skjedde nu bare.*

# En sammenfatning av essensen i analysen basert på informantenes erfaringer.





# *Å berges, - overskudd til å klare livets utfordringer.*

---

- **Å forstå kaoset og sammenhengene.**
- **En lang vei mot å berges. Bedring er en individuell prosess som tar tid.**
- **Å se det positive i livet og ikke klage og bruke tidligere erfaringer og ser ut til å hjelpe informantene.**



## *Gjensidig respekt og støtte*

---

- Individuell støtte fra familie og nærmiljø og at man møter sosial aksept, støtte og respekt fra omgivelsene synes å være viktig.
- Gjensidig respekt og støtte i spesielle relasjoner synes å ha en betydning for bedringen.
- Å være åpen og sette ord på vanskelighetene er viktig for å komme seg.
- Det virker som om samiske hjelpetradisjoner med helbredere og lesere har en betydning for å klare å håndtere situasjonen.

# *Å finne egne verdier i omgivelsene*

- **Åndelige faktorer nevnes som betydningsfulle i bedringsarbeidet.**
- **Å ha nærhet til naturen og se seg sjøl i en større sammenheng har en betydning.**
- **Det er mye mellom himmel og jord som er betydningsfulle for å klare seg i hverdagen.**
- **Penger betyr ikke alt, men det hjelper på.**
- **Identitetstilknytning og såre punkter. Det kan virke som om samisk identitet i sjøsamiske områder oppleves forskjellig.**



# *Å bruke sine egne ressurser*

---

- Å bruke sine egne ressurser er av betydning i bedringsprosessen.
- Det å gjøre noe med egen situasjon, fatte beslutninger og være medbestemmende er av betydning.
- Det å ha engasjement og gjøre noe meningsfylt i livet vurderes som viktig.
- Å hjelpe andre



# De viktigste bedringsfaktorene

---

- Å bruke sin egen innsats i bedringsprosessen, der egenstyrkemobilisering og sjølbestemmelse er viktig.
- Bedring er en individuell og unik prosess
- Å være åpen og sette ord på det som er vanskelig
- Å ha en nær person som sentral støttespiller også i dårlige faser
- Tro og håp på bedring. Lære å hjelpe seg sjøl
- Å ha en tilhøriget til noe(n): venner, bygda, lag, menigheter etc
- Spiritualitet og tro. Å be bønner, usynlige hjelpere, bibelvers...
- Hjelp fra tradisjonelle hjelpere som har krefter utenom det vanlige.
- Å gjøre noe meningsfylt i hverdagen– positiv sysselsetting
- Å klare seg økonomisk, ha egen bolig



# Å berges i en sjøsamisk kontekst

---

- Informantene levde i en sjøsamisk kontekst
- Informantene brukte tradisjonelle hjelpere/lesere
- Å hjelpe andre er en integrert del av informantenes livsanskuelse og læstadiansk tradisjon
- En nær forbindelse mellom naturen, de "rådende makter" og dem selv; eks ikke tenke vondt om andre, frykt for å bli gandet.
- Å klare seg på en best mulig måte
- Greide seg med lite, de klaget ikke og levde nøysomt
- Å snakke med nær slekt eller "spesielle" relasjoner for å klare opp i egne problemer.



# *Konsekvenser for praksis*

---

- Å motivere pasientene til å stole på egne mestringsressurser og søke det som er virksomt i egen bedringsprosess for å klare seg. Vår jobb er å være katalysatorer og få frem de virksomme faktorene som kan hjelpe frem mennesker i deres egen bedringsprosess.
- Studier som er gjort viser at det er behov for positive forventninger og optimisme til tilstandens forløp og at denne kunnskapen bør formidles både til pasienter, familier og hjelpepersonell.
- Menneskene er forskjellige og det kreves derfor ekstra oppmerksomhet for å gi et individuelt tilpasset behandlingsopplegg. Føringer fra sentrale myndigheter legger opp til brukermedvirkning og vektlegging av menneskets egne erfaringer og mestringsmåter.
- Denne erfaringen setter søkelyset på i hvilken grad vi som hjelpepersonell er i stand til å åpne opp og møte menneskene på deres egne premisser og hvilken grad vi kan være til støtte og hjelp i vanskelige perioder.



# Så var det praksisen da

---

- Kanskje kan mennesker med sine erfaringer trekkes inn som viktige støttespillere i behandlingssammenhenger.
- Konferanser og møter der brukererfaringer er tema, kan få frem brukererfaringer som er viktig å legge vekt på i den kliniske hverdagen.
- Det vil være viktig trekke kunnskaper om samiske forhold, språk og kultur inn i behandlingen, slik en av informantens påpekte, for at vi bedre kan forstå menneskene i deres egen kulturelle kontekst.



# Videre forskning

---

- Flere kvalitative studier om bedringsprosesser i våre områder kan bidra til å få frem viktig kunnskap om tema
- Vår oppgave blir å finne sammenhenger mellom bedring og behandlingsmetoder som er virksomme. Vi må med andre ord finne ut mer ut om de faktorer som virkelig er evidensbaserte hos de som sitter med erfaringene.
- Relevant å forske videre på bedringsprosesser i ulike samiske områder for ulike tilstander



# Og videre forskning

---

- Å finne mer ut av hva som er virksomme elementer i det tradisjonelle helbredere og lesere gjør for de som søker hjelp. Jeg tror vi har mye å lære av det som virker av de som gir hjelpen.
- Det vil også være relevant å gjøre oppfølgingsstudier på mennesker som har hatt kontakt med norske psykiatriske sykehus. Dette vil bidra til endre våre holdninger til pasienter med alvorlige psykiatriske diagnoser.

Takk for oppmerksomheta!

