

Sammandrag från HELA DIGs Samtalsforum

*Samarbete, finansiering och kontinuitet var ord som ofta nämndes när HELA DIG den 9 oktober höll ett Samtalsforum på temat **Arbetsmetoder, förhållningssätt och samarbetsformer för arbete med stressrelaterad ohälsa**. Nedan följer ett kort sammandrag från mötet.*

Under Skåneveckan för psykisk hälsa höll HELA DIG ett Samtalsforum på **temat Arbetsmetoder, förhållningssätt och samarbetsformer för arbete med stressrelaterad ohälsa**. I samtalspanelen satt Patric Nordbeck, forskare vid Psykologiska institutionen, Lunds Universitet, Maria Sjöbeck, förbundschef på Finsam MittSkåne samt Carl Axling och Ulf Svärd, aktivitetsansvarig respektive projektansvarig för projekt HELA DIG.

Utgångspunkterna för samtalet var bl.a.:

- Vilka arbetsmetoder finns idag?
- Hur fungerar det idag med de metoder som finns i förhållande till det behov som finns?
- Finns det luckor? Och vad behövs i så fall för att fylla dessa behov?

Samarbete, finansiering och kontinuitet viktigt
Panel och åhörare var överens om att det inte finns någon helhetslösning och att det finns ett stort behov av rehabilitering som inte till fullo täcks av de insatser som finns att erbjuda idag. Men också att man behöver samarbeta istället för att konkurrera med varandra. Det krävs även ett påverkansarbete. Detta för att kunna visa hälsovinster och vad det kostar samhället och individen att inte ta tag i problemen, för att få politiker att skjuta till de pengar som behövs.

- Det finns många goda exempel på bra insatser, men det saknas en helhetsbild, säger Maria Sjöbeck. och betonar att pengar saknas och att man därför måste gå samman och försöka påverka politikerna.

- Vad händer om en person som är på väg tillbaka från en längre tids sjukskrivning på grund av till exempel stressrelaterad ohälsa både erbjudits och erhållit vård/terapi men ändå inte upplever sig ha återfått en tillräcklig känsla av kontroll i sitt liv? Eller om personen inte har fått tillräckliga strukturer och rutiner? Hur kommer denna person vidare, undrar Ulf Svärd.

- Det är patienterna som drabbas när insatserna inte räcker till. Glapp mellan insatser är förödande för patienten. Kontinuitet är jätteviktigt och att ha någon som ser helhetsbilden, följer upp och tror på en så att man kan upprätthålla motivationen såväl efter en insats som mellan insatser, menar Maria Sjöbeck.

Vad kan HELA DIG erbjuda?

HELA DIG är nu inne på sitt andra verksamhetsår och under det gångna året har vi fått bilden av att sättet vi tänker och jobbar på är något annorlunda än det som finns och görs i övrigt idag. Med samtalsforumet ville vi även ta reda på om förhållnings- och arbetssättet i HELA DIG kan vara ett komplement till de metoder som finns idag.

- Jag tycker att HELA DIGs fokus på välmående genom de olika sociala och kulturella aktiviteterna är intressant. Fokus ligger annars ofta på krav eller prestation, vilket till och med kan förstöra en återhämningsperiod. Detta arbetssätt är något som jag har saknat bland de alternativ som finns att erbjuda idag, säger Patric Nordbeck.

Arbets- och förhållningssätt

HELA DIGs arbets- och förhållningssätt bygger på att:

- *Hitta kraft/mod att genomföra en förändring*
Folkbildningspedagogiken och övriga hälsofrämjande delar i HELA DIG utgår från deltagarnas behov och möjligheter i nuet.
- *Reflektera/utforska kring gjorda erfarenheter*
Inom folkbildningspedagogiken är detta en naturlig del och i HELA DIG finns det även som ett eget aktivitetstema under rubriken Reflektion.
- *Utforma förhållningssätt/strategier för att kunna hantera fortsatta steg*
Genom att vara i verksamheten 5 dagar/vecka och 2 timmar/dag får deltagarna en möjlighet att pröva sig fram inom naturliga och trygga ramar och med en tydlig känsla av sammanhang.
- *Syftet/målet är en stadigvarande återgång till en egen försörjning*
Det underliggande syftet i verksamheten är att möjliggöra för deltagarna att gå vidare ut i arbetsträning efter de 12 veckorna. Det finns därför redan en tydlig dialog om behov, förutsättningar och möjligheter såväl inom som utanför projektet.

HELA DIG – förberedelse inför arbetsträning

Avslutningsvis är alla överens om att samarbete är nyckeln till framgång och att det därför är viktigt att vi ser de olika rehabiliteringsinsatser som drivs runt om i Skåne som komplement till varandra istället för att konkurrera.

Här vill Ulf Svärd betona vikten av att man tillsammans med remitterande part verkligen försöker identifiera de deltagare som har bäst förutsättningar för de olika insatserna så att de kan få ut mesta möjliga av sin medverkan. I HELA DIGs fall handlar det för deltagaren om att vara redo för ett förberedande steg inför att gå ut i arbetsträning alternativt annat steg som leder mot ett liv utan sjukskrivning.

Text: Susanne Romberg

HELA DIG erbjuder en kreativ och hälsofrämjande verksamhet. Det är ingen behandling utan en modell för att stödja och stärka deltagarna på sin väg tillbaka till egen försörjning.

Vi arbetar hälsofrämjande genom bl.a. aktiva kulturupplevelser och friskvård, där folkbildningspedagogikens förhållningssätt är den tongivande metodbasen.

Utgångspunkten är att varje människa har förmågan till återhämtning och att denna stärks i en stödjande miljö med människor med liknande erfarenheter och ett tydligt hälsofrämjande arbetsfokus.

Verksamheten utgår därför från begreppet KASAM (Känsla av SAMmanhang) och att människors hälsa och förmåga att hantera stress kan förbättras genom att fokusera på att livssituationen och vardagen ska vara begriplig, hanterbar och meningsfull.