

Fra symbolikk til substans – reell medvirkning for barn og unge i psykisk helsearbeid

Innen psykisk helse- og rusfeltet er det en avgjørende faktor som dessverre altfor ofte blir oversett: barn og unges perspektiver og erfaringer. I dag står stadig flere unge overfor psykiske helseutfordringer, og det er avgjørende å anerkjenne at de ikke bare er passive mottakere av tjenestene. I denne konteksten spiller bruker- og pårørendeorganisasjoner en viktig rolle. Vi er ikke bare representanter for dem; vi er deres støttespillere, veiledere og talerør. Vi tror på å gi dem verktøyene de trenger for å representere seg selv og andre. Vi står der klare til å ta dem imot og løfte dem hvis de faller. Vår oppgave er å bruke deres individuelle erfaringer til å styrke tjenestene, slik at vi kan skape reell endring og forbedring av tjenestene som berører dem direkte.

Brukermedvirkning – mer enn bare et moteord

Brukermedvirkning er et ord vi hører stadig vekk, et løfte om inkludering og reell påvirkning. Dessverre blir det altfor ofte redusert til et tomt moteord, en overfladisk handling uten substans, en formalitet å krysse av på sjekklisten. Ja, det er lovpålagt, men altfor sjelden følger den dype forståelsen og handlingen som gjør medvirkningen meningsfull.

Når man ser på barn og unges behov og viktigheten av gode helsetjenester, er det forundrende hvorfor deres stemme så ofte er fraværende i psykisk helse- og rusarbeid. Deres behov blir ofte oversett, og deres stemmer forblir uhørt, noe som fører til at de ofte blir passive tilskuere i beslutninger som direkte påvirker deres liv. Vi vet at brukermedvirkning kan ha en enorm innvirkning på både individ- og samfunnsnivå. Likevel er det en mangel på dette i arbeidet med psykisk helse og rus for våre yngste. Medvirkning blir bare et ord på papiret, sjelden en virkelig praksis, hverken i de kommunale tjenestene eller i spesialisthelsetjenesten. Vi må bryte dette mønsteret og gi brukerne plass ved bordet der avgjørelsene tas. Det kreves en kulturendring hvor brukernes erfaringer verdsettes like høyt som fagkunnskap.

At barn og unge får mulighet til å delta i medvirkningsprosesser, åpner døren til en rekke positive fordeler med tanke på deres psykiske og fysiske velvære. Å være en aktiv deltaker gir dem ikke bare en følelse av mestring, men også en følelse av medbestemmelse og eierskap til sitt eget liv. Samtidig fungerer dette som en dynamisk arena de får mulighet til å utfolde og utvikle sine kognitive og sosiale ferdigheter.

Mestringsfølelsen kan fungere som en katalysator for motivasjon til videre deltakelse, og samtidig bidrar tilegnelsen av nye kunnskaper og ferdigheter til å løfte kvaliteten på bidragene til barna og de unge. Det er som å sette i gang en positiv spiral: Jo mer mestring de opplever, desto større blir lysten til å lære og vokse, og jo mer de lærer og vokser, desto mer mestring føler de.

Barn og unge søker i bunn og grunn å bli hørt og sett. Gjennom vår erfaring har vi lært hvor betydningsfullt det kan være at en voksenperson tar seg tid til å lytte til dem og tar deres tanker og meninger på alvor. Det å bli sett og hørt kan gi dem en følelse av verdi og

respekt og, kanskje viktigst av alt, en følelse av makt over eget liv. En multisenterstudie på barn som pårørende fra 2015 viser hvor kritisk det er å ivareta barnas behov (Ruud et al., 2015). I studien blir det fremhevet at barn og unge som pårørende til rusavhengige må bli spurt, involvert og hjulpet med å forstå sin egen og familiens situasjon. Det er essensielt for at de skal kunne styrke sin oppfatning av seg selv og sin familie og danne en forståelse av de utfordringene de står overfor.

I tillegg uttrykte barna og de unge behov for møteplasser der de kan treffe andre i lignende situasjoner, noe som kan gi dem både støtte og en fellesskapsfølelse. Trygge og kjente rammer er spesielt viktig når de står overfor ukjente og potensielt skremmende situasjoner. Tiltak innen rusbehandling og psykisk helse kan ofte føles inngripende og plutselige, noe som kan føre til en følelse av å miste kontrollen over eget liv. Ved å sikre at barn og unge blir hørt og involvert i prosesser, kan vi bidra til å dempe denne følelsen av maktesløshet og gi dem verktøyene de trenger for å håndtere disse utfordringene. Involvering av barn og unge gir oss verdifull innsikt i deres opplevelser, noe som gjør det mulig å forstå hvordan de oppfatter hjelpen de mottar, og hvordan denne hjelpen kan tilbys på en mest mulig effektiv og støttende måte. Når vi inviterer til brukermedvirkning, må vi være villige til å benytte oss av den kunnskapen vi får. Det er nødvendig med klare mandater fra dem som inviterer til samarbeid. Kunnskapen har ingen verdi hvis den bare blir liggende i en skuff.

Brukerorganisasjoner – brobyggere mellom unges erfaringer og tjenestene?

Som bruker- og pårørendeorganisasjon har vi også et ansvar. Vi kan ikke bare plassere enkeltpersoner inn i brukerråd og forvente at de deler sine dypt personlige historier. Vi må være der for dem med trygghet, støtte og veiledning. Kanskje de ikke skal sitte i brukerråd selv, men at andre trer inn og representerer deres stemme på vegne av dem. Dette er en kontinuerlig vurdering som vi tar på oss som en del av vår forpliktelse. Vårt mål er ikke å tvinge barna og de unge til å dele smertefulle erfaringer og opplevelser for litt hjertesmerte, men å hjelpe dem med å utvikle de nødvendige ferdighetene for å uttrykke seg effektivt og navigere gjennom det komplekse landskapet av tjenester og politikk. Vårt mål er å være en støtte og å gi dem verktøyene de trenger for å kunne påvirke og skape endring.

Enkeltmenneskers erfaringer og historier er uvurderlige, men det er helheten av disse erfaringene som driver tjeneste- og systemendringer. Vi ser potensialet for noe større. Den virkelige kraften i å skape endring ligger i å kanalisere de individuelle erfaringene til fellesskapets beste. Det handler ikke bare om å gi dem en stemme, men også om et fellesskap som fremmer personlig vekst. Vi har vært vitne til hvordan kollektiv deltakelse har styrket enkeltpersoners selvtillit og gitt dem en følelse av tilhørighet til noe større enn seg selv. Vårt mål er å løfte frem deres stemme, slik at de kan representere og påvirke på vegne av et større fellesskap. Og der dette ikke er mulig, står vi klare til å være deres talspersoner og kjempe for deres rettigheter.

For å virkelig styrke barn og unges rett til å medvirke er det nødvendig med troverdige premissleverandører som barn og unge stoler på. Det er vårt ansvar at informasjonen de får, er pålitelig og trygg. Alle individers historier er unike, og for å bli anerkjent som viktige

stemmer i systemendringer må de inkluderes. Å være en bro mellom brukerne og tjenestene gir oss mulighet til å videreformidle unik kunnskap. Vi er gjensidig avhengig av gode samarbeid for å utvikle gode, treffsikre tjenester som virkelig ivaretar brukernes og pårørendes beste.

Forskningsgapet – ubalanse og behov for endring

I 2021 ble det i en studie utført av Folkehelseinstituttet avdekket en ubalanse i forskningen omkring brukervedvirkning innen psykisk helse og rus (Langøien et al., 2021, s. 15). I studien ble det pekt på en underrepresentasjon av systematisk forskning på tjeneste- og systemnivå. Denne ubalansen er bekymringsfull, da det finnes omfattende forskning på individnivå, men betydelig mindre om hvordan brukervedvirkning påvirker tjenesteutviklingen. Hvordan kan vi da være sikre på at brukervedvirkning faktisk påvirker de tjenestene vi utvikler? Dette gapet ser vi på som å behandle symptomer uten å ta tak i de underliggende årsakene.

Det er gjort tiltak for å forsøke å implementere brukervedvirkning på tjeneste- og systemnivå. Flere brukere blir nå invitert til å sitte i ulike råd og forum og får mulighet til å påvirke på et kollektivt nivå. Dette gir oss og brukerne mulighet til å representere vår brukergruppe og å delta i meningsfulle diskusjoner. Likevel vet vi lite om den faktiske effekten av denne formen for medvirkning, og her trenger vi at forskningsmiljøet trår til. Vi må ikke slutte å invitere til brukerråd, men vi må styrke og systematisere hvordan disse operasjonaliseres. Det må være et tydelig mandat og klare rutiner for medvirkning. Det er behov for forskning hvor det blir gransket hvordan beslutninger tas, og i hvilken grad brukernes stemme faktisk påvirker resultatene. Vi må sikre at alle brukergrupper blir tilstrekkelig representert.

Brukerråd – symbolsk eller reelt?

Brukerråd er rådgivende organ bestående av representanter fra brukerorganisasjoner som skal representere brukere, pasienter, pårørende og befolkningen. Gjennom disse brukerrådene får man anledning til å medvirke på tjeneste- og systemnivå. Men når man graver dypere, kan man ikke la være å undre seg over om disse bare er en fasade, et skalkeskjul som skal gi inntrykk av reell medvirkning.

At kvantitet veier tyngre enn kvalitet i deltakelse i brukerråd, er et tydelig tegn på feilprioritering. Som bruker- og pårørendeorganisasjon finner vi oss selv i utallige råd og forum hvor tjenesteaktørene ønsker våre meninger, men altfor sjelden gir tilbakemelding om hva som skjer med våre innspill. Det føles av og til som at vi bare er til stede som en overfladisk gest, og at tjenesteaktørene krysser av en boks for brukervedvirkning uten å faktisk ta våre bidrag på alvor. Det etterlater oss som dekorasjon, en symbolsk gest uten reell innflytelse.

Denne situasjonen etterlater oss med noen spørsmål. Blir vår stemme virkelig tatt hensyn til, og hva skjer egentlig med innspillene våre? Ansvaret hviler ikke bare på tjenesteaktørene, men ligger også på oss som er i brukerorganisasjoner. Vi må insistere på at våre innspill blir behandlet seriøst, og vi må kreve tilbakemeldinger fra

tjenesteaktørene. Det er på høy tid å institusjonalisere medvirkning. Konkrete skritt må tas for å etablere strukturer, forpliktelser og en kultur som fremmer reell brukermedvirkning. En nøkkelkomponent er å overkomme siloeffekten. Vi må jobbe på tvers av sektorer og bygge en bedre medvirkningskultur.

I konteksten av barns brukermedvirkning innenfor psykisk helse- og rusfeltet blir utfordringen med overfladisk deltakelse enda mer presserende. Barn og unge, som allerede kan føle seg sårbare og oversette, trenger mer enn bare symbolsk representasjon. De trenger en ekte mulighet til å uttrykke seg og til å faktisk påvirke de tjenestene som påvirker dem direkte. Barn og unge er ikke bare passive mottakere av disse tjenestene. De er eksperter på sitt eget liv, og deres unike perspektiver kan kaste lys over områder som ellers kan bli oversett.

Barn og unge må få en reell stemme

I dag står vi overfor en avgjørende utfordring innen psykisk helse- og rusfeltet: å gi barn og unge en reell stemme. Vi må erkjenne at brukermedvirkning ikke bare er et tomt moteord, men en nødvendighet for å skape meningsfulle endringer. Dessverre ser vi altfor ofte at medvirkning reduseres til symbolske gester uten substans eller faktisk påvirkning.

Når vi ser på barn og unges behov og viktigheten av gode helsetjenester, blir det klart hvorfor deres stemme må være sentral i utformingen av disse tjenestene. Deres perspektiver gir oss innsikt som ellers kan gå tapt. Vi kan ikke tillate at barn og unges medvirkning bare blir en formell handling; det må være en reell mulighet til å påvirke og skape endring.

Som forkjempere for brukermedvirkning er det vårt ansvar å løfte barn og unges stemme. Vi må være deres støttespillere, veiledere og talspersoner og ikke la dem bli redusert til passive tilskuere i beslutningsprosesser som angår deres eget liv. Det krever ikke bare en endring i holdning, men også handling. Vi kan ikke lenger akseptere å delta i brukerråd hvor det viktigste er antall råd vi sitter i, heller enn hva som faktisk oppnås gjennom dem. Brukerrådene representerer en avgjørende arena hvor vi kan formidle barn og unges behov og perspektiver. Vi trenger brukerråd som blir vurderte ut fra innholdets substans, og som blir nøye evaluerte med tydelige mandater og prosedyrer. Uten dette kan vi ikke hevde med sikkerhet at vi oppnår reell brukermedvirkning.