

Hjälpande professionella

- Vad är det som hjälper människor med svåra psykiska problem att må bättre?
 - [Vuxna och psykisk hälsa](#)
 - [Expo Medica 2018 03 21](#)
 - Alain Topor
 - alain.topor@socarb.su.se
-

Evidensbaserade insatser

- Kan man vara mot?
 - Självkärlart inte!
 - Men...
-

Men; vad betyder evidensbaserade insatser?

- En avvägning i mötet med varje enskild klient/patient/brukare
 - Som bygger på
 - Forskningsresultat
 - Den professionelles erfarenheter
 - Individens erfarenhet och preferenser
-

Men; vad betyder evidensbaserade insatser?

- Utan dessa tre källor - ingen evidens
 - Men
 - I sina Nationella Riktlinjer presenterar Socialstyrelsen en
 - Och endast en
 - (och ganska problematisk och ibland tveksam)
 - källa
-

Problematisksk?

- Ett exempel
 - Hur ska man förena
 - De nationella riktlinjerna
 - Med kraven på (evidensbaserad) brukarinflytande
 - När riktlinjerna inte stämmer med
 - brukarnas erfarenheter eller
 - de professionellas?
-

Tveksam?

- Rekommendationerna när det gäller läkemedel för personer med människor med psykiska problem har kritiserats av **Riksrevisionen** (2016)
 - Som menar att Läkemedelsverket, SoS och SBU
 - inte håller en nödvändig rågång mellan sina och läkemedelsbolagens personal och data.
-

Evidensbaserade insatser

- Vi ska nu titta på
 - **Forskning**
 - Om **professionellas** och
 - Om **brukarnas** erfarenheter om vad som hjälper.
-

Stora löften

- Bättre kunskap om ”sjukdomarnas” orsaker
 - Bättre och säkrare diagnoser
 - Bättre behandlingar; färre biverkningar
 - Fler återhämtar sig (Bot/lindring)
-

En bio-medicinsk modell

- ❑ Psykiska problem har biologiska **orsaker**
 - ❑ De utgör avgränsade **sjukdomar**
 - ❑ Som ska diagnostiseras (rätt **diagnos**)
 - ❑ Och finna den lämpliga **behandlingen**
 - ❑ Riktad till sjukdomens orsak
 - ❑ Som ska **bota** (bättra) patienten
-

Psykiatri

– en medicinsk specialitet?

- Orsaker till ”sjukdomarna”
- It has **never** been documented that **any** of the large psychiatric diseases is caused by a biochemical defect and there is **no** biological test that can tell us whether someone has a particular disorder.

□ Götzsche, 2013, 199

Objektiva och avgränsade diagnoser

- ”Det innebär att för närvarande **alla diagnoser** bygger på subjektiva bedömningar som i grunden är osäkra och utsatta för nyckfulla ändringar”

□ Allen Frances 2013

Objektiva diagnoser?

- “Kliniskt verksamma doktorer har ofta **en förkärlek** för vissa diagnoser och folk får ofta ett flertal diagnoser under sin kontakt med psykiatrin. Forskningen bekräftar att bruket av olika diagnoser varierar mellan olika doktorer, sjukhus och länder”

□ Cooke, 2014

Evidensbaserade behandlingar?

Fallet depression (affektiva störningar)

Evidenbaserad kunskap

- Antidepressiv behandling
 - ”Nya” antidepressiva läkemedel (SSRI)
 - ”Gamla” antidepressiva läkemedel
 - Kognitiv Beteendeterapi
 - Psykodynamisk psykoterapi
 - Placebo
-

Evidens för vad? Fake news?

- '... in the literature available to the prescribers, 94% of the anti-depressant trial appeared positive. However, in reality only 51% of the compiled trial in the FDA database were positive.'

□ Every-Palmer & Howick 2014

Psykiatri

– en medicinsk specialitet?

- Even the hardest sceptic must acknowledge the abundant evidence of the importance of **personal relationships** in shaping both **cause** and **cure** of disorders.

- Priebe, S., Burns, T. & Craig, T. (2013)

□ One possible alternative paradigm is a social one.

□ Priebe, S., Burns, T. & Craig, T. (2013)

Psykiatri

– en medicinsk specialitet?

- A social paradigm requires research to study **what happens between people** rather than what is wrong with an individual wholly detached from **a social context**.

- Priebe, S., Burns, T. & Craig, T. (2013)

□ Hjälpande professionella

Så?

Hur bygger man en hjälpande relation?

Hjälpande professionella relationer 1

- Formell kompetens och ställning*
 - Accepterar/ej stigmatiserande
 - Våga ta upp saker som man inte vågar med vänner
 - Har makt att förmedla resurser och kontakter
 - Besitter kunskap, har en specifik kompetens och erfarenhet
 - Tystnadsplikt
-

Hjälpande professionella relationer 1

- She understands me, but she's trained for that. She is trained to be a nurse, she's trained in psychiatry. That's how she has the kind of knowledge that an ordinary person in working life doesn't have.
 - Topor et al, 2006
-

Hjälpande professionella möten 2.

- *Någonting bortom det formella*
 - Den professionelle ska förmedla:
 - ‘**Kindness**’ and ‘hopefulness’ (Laugharne et al. 2011)
 - ‘Genuine interest and understanding’ och vara ‘Nice and **pleasant**’ (Borg & Kristiansen 2004)
-

Hjälpande professionella möten 2.

Den professionelle skall vara:

- ‘nice, friendly, kind, humane, attentive, obliging, helpful, patient, genuinely interested and genuinely involved’ (Denhov & Topor 2012).
 -
 - Och se brukaren... ”as an ordinary human being” (Tidefors & Olin 2011).
-

En hjälpande relation; men hur gör man?

- Återkommande i forskningen omnämns “**små ting**”
 - Som **inte** är någon del i en metod eller behandlingsinsats
 - Men som har **en stor betydelse** för personens välmående och återhämtningsprocess
 - Utan att ha det som mål
-

Små ting – ett annat ord



□ “**Micro-affirmations**” - Mikro-bekräftelser

□ “Utifrån sett, små handlingar, som är kortlivade och svåra att uppfatta, som kan ske offentligt men även i en privat situation, ofta omedvetet, men som är mycket effektiva och som inträffar när någon önskar hjälpa någon annan att lyckas.”

□ Rowe (2008, 46).

Storleken

- “små gester” (Klevan et al., 2016; Andersson, 2016)
 - “**Till synes** små handlingar” (Borg & Kristiansen, 2004)
 - “... enkla eller små saker” (Schrank et al., 2011)
 - “little issues“ (Rowe, 2008)
 - “små extra saker” (Topor, 2014)
 - “subtle cues” and “mikro-gester” (Costin, 2016)
 - “någonting till synes betdelselös” (Davidson & Strauss, 1992)
-

Ord

- Som saknar “formell terapeutiskt värde” (Skatvedt, 2017, 5)
 - “vardagsprat”, “utan att nämna psykiska problem eller diagnosen” (Gudde et al., 2013, 18; Larsen & Terkelsen, 2014).
 - “berätta om sig själv och ens eget liv” (Borg & Kristiansen, 2004; Rostin, 2017).
-

Ord

- Röstläge (Klevan et al., 2016; Ness, 2016; Costin, 2016; Ware et al., 2004; Andersson, 2016; Bertelsen & Bøe, 2016).
 - “delad tystnad” (Skarstedt, 2017, 12).
 - Att erfara att ens ord är hörda (Topor, 2001: Ljungberg et al, 2015a)
-

Gester & kroppsliga uttryck



- “gester” (Skatvedt, 2017; Klevan, Karlsson & Ruud, 2016)
 - “kroppsliga uttryck” (Bøe et al., 2015)
 - “kroppss språk” (Costin, 2016)
 - “fysisk nærhet” (Skatvedt, 2017)
 - “närvaro” (Larsen & Terkelsen, 2014).
-

Gester

- “En blick” (Skatvedt, 2017) “Ögon kontakt” (Ness 2016; Ware et al., 2004)
 - “Ett leende” (Skatvedt, 2017; Bertelsen & Bøe, 2016)
 - “En kram” (Nodeland et al., 2016; Larsen & Terkelsen, 2017)
 - “ett sätt att röra vid varandra” (Andersson, 2016)
 - “att ta emot en present” och “utbyta presenter” (Borg & Kristiansen, 2004, 499; Davidson et al. 2006)
-

Handlingar

- ❑ Skicka ett vykort från semestern. (Topor & Denhov, 2012)
 - ❑ Ett oplanerat telefonsamtal (Klevan et al., 2017) eller att höra av sig under en svår period (Skatvedt, 2017)
 - ❑ Dela en stund tillsammans med den professionelle utanför hens arbete, nämns i ett flertal studier (Klevan, Karlsson & Ruud, 2016, Topor, 2001, Skatvedt, 2017),
-

Ord, gester och handlingar

- Förmedlar ett budskap till brukaren, klienten, patienten om en gemensam grund.
 - Omvandlar hen från att blott vara en diagnos till att vara en person, utan att förneka de svårigheter som den person brottas med.
 - En person som den professionelle (1) tycker om och (2) vars återhämtningsförmåga den professionelle tror på.
-

Men också

- Ömsesidigheten i relationen omvandlar även den professionelle och vår förståelse av vad ett professionellt arbete kan bestå av.
-

Små ting i praktiken

- Jag ringer på dörren och tar av mig skorna när jag kommer in. Många säger ”du behöver inte ta av dig skorna”, men då säger jag: ”Du skulle ju göra det, om du kom hem till mig”.
 - Jag besöker den här människan i hans hem.
 - Det finns väldigt mycket hospitalisering hos de vi kommer till; de har haft långa tider på institutioner.
-

Små ting i praktiken

- Så jag hälsar, sätter mig i köket och vi börjar snacka - det är jätte viktiga saker. De detaljerna bygger upp hela förhållandet – det blir ett riktigt besök. (III/12)
-

I motsats till?

- Föreställningen om ”det professionella”:
 - Tycka om alla lika mycket
 - Göra lika för alla
 - Vara neutral
 - Vara personlig, men inte privat
 - Hålla distansen
-

Olika professionalitet?

	Som distans	Som närhet
Tid	Given	Förhandlingsbar
Rum	Bestämt	Öppet
Jag	Neutralt	Tydligt
Relation	Ensidig	Ömsesidig

Litteratur i urval

- Andersson, G., Bülow, P., Denhov, A. & Topor, A. (2016). *Från patient till person – Om allvarliga psykiska problem, Vardag, vård och stöd*, Lund: Studentlitteratur.
 - Davidson, L., Shahar, G., Staeheli Lawless, M., Sells, D. & Tondora, J. (2006). Play, pleasure, and other positive life events: “Non-specific” factors in recovery from mental illness? *Psychiatry*, 69, 151-163.
 - Priebe, S. (2015). The political mission of psychiatry, *World Psychiatry*, 14, 1.
 - Priebe, S., Burns, T. & Craig, T. (2013) The future of academic psychiatry may be social, *The British Journal of Psychiatry*, 202: 319-320.
-

Litteratur i urval

- Ljungberg, A., Denhov, A. & Topor, A. (2015). The Art of Helpful Relationships with Professionals: A Meta-ethnography of the Perspective of Persons with Severe Mental Illness, *Psychiatric Quarterly*, 86(4):471-495. doi: 10.1007/s11126-015-9347-5
 - Ljungberg, A., Denhov, A. & Topor, A. (2015). Non-helpful relationships with professionals – a literature review of the perspective of persons with severe mental illness, *Journal of Mental Health*, DOI: 10.3109/09638237.2015.1101427
 - Ljungqvist, I., Topor, A., Forssell, H., Svensson, I. & Davidson, L. (2015). Money and mental illness: A study of the relationship between poverty and serious psychological problems, *Community Mental Health Journal*, DOI 10.1007/s10597-015-9950-9
-

Litteratur i urval

- ❑ Topor, A. & Denhov, A. (2015). Going beyond – Users’ experiences of helpful professionals. *Psychosis*, 7 (3), 228–236, <http://dx.doi.org/10.1080/17522439.2014.956784>
 - ❑ Topor, A. & Ljungberg, A. (2016). “Everything is so relaxed and personal” – The construction of helpful relationships in individual placement and support, *American Journal of Psychiatric Rehabilitation*, 19:4, 275-293. <http://dx.doi.org/10.1080/15487768.2016.1255276>
 - ❑ Topor, A. & Ljungqvist, I. (2017). Money, Social Relationships and the Sense of Self: The Consequences of an Improved Financial Situation for Persons Suffering from Serious Mental Illness, *Community Mental Health Journal*, Volume 53, [Issue 7](#), pp 823–831.
 - ❑ Topor, A., Bøe, T.D. & Larsen, I.B. (2018). Small Things, Micro-Affirmations and Helpful Professionals Everyday Recovery-Orientated Practices According to Persons with Mental Health Problems. *Community Mental Health Journal*, <https://doi.org/10.1007/s10597-018-0245-9>
-