|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **logganroodsvart-utan text nedtill** | Instrumentvägen 10  126 53, Hägersten  08-12 00 80 40  www.rsmh.se |  |

RSMH Brukarrevision 2018

Från stödboende till

egen lägenhet

Innehåll

[1. Inledning 2](#_Toc513582032)

[1.1 Vad är brukarrevision? 2](#_Toc513582033)

[1.2 Varför brukarrevision? 2](#_Toc513582034)

[1.3 Fördelar med brukarstyrd brukarrevision 3](#_Toc513582035)

[1.4 Uppdraget 4](#_Toc513582036)

[1.5 Metod, material och arbetssätt 4](#_Toc513582037)

[1.6 Rapportens innehåll 5](#_Toc513582038)

[1.7 Etiska principer och tystnadsplikt 5](#_Toc513582039)

[1.8 Om stödboende i Stockholms län 5](#_Toc513582040)

[2. Sammanfattning 7](#_Toc513582041)

[3. Resultatdel 8](#_Toc513582042)

[3.1 Boendemiljön 8](#_Toc513582043)

[3.1 Brukarrevisorernas reflektioner 9](#_Toc513582044)

[3.2 Stödet 10](#_Toc513582045)

[3.2 Brukarrevisorernas reflektioner 11](#_Toc513582046)

[3.3 Flytten 12](#_Toc513582047)

[3.3 Brukarrevisorernas reflektioner 14](#_Toc513582048)

[3.4 Det nya boendet 15](#_Toc513582049)

[3.4 Brukarrevisorernas reflektioner 15](#_Toc513582050)

[3.5 Den nya vardagen 16](#_Toc513582051)

[3.5 Brukarrevisorernas reflektioner 17](#_Toc513582052)

[3.6 Återhämtningen 18](#_Toc513582053)

[3.7 Avslutningsvis 20](#_Toc513582056)

[3.7 Brukarrevisorernas reflektioner 21](#_Toc513582057)

[4. Förbättringsförslag 21](#_Toc513582058)

[Boendemiljön 21](#_Toc513582059)

[Stödet 22](#_Toc513582060)

[Flytten 22](#_Toc513582061)

[Det nya boendet 22](#_Toc513582062)

[Den nya vardagen 22](#_Toc513582063)

[Återhämtning 23](#_Toc513582064)

[5. Bilagor 24](#_Toc513582065)

[5.1 Intervjumall Från stödboende till egen lägenhet 24](#_Toc513582066)

[5.2 Bilaga Tystnadsplikt 26](#_Toc513582067)

#### Brukarrevision Från stödboende till egen lägenhet

# 1. Inledning

## 1.1 Vad är brukarrevision?

Brukarrevisionsprojektet ägs av NSPH (Nationell Samverkan för Psykisk Hälsa) och drivs av RSMH (Riksförbundet för Social och Mental Hälsa) med medel från Allmänna Arvsfonden. Projektet förväntas pågå från januari 2015 till februari 2018. Brukarinflytande innebär att den som använder en samhällsfunktion också har inflytande över den. Citatet ”den som har skorna på fötterna vet var de skaver” beskriver begreppet bra.   
För att nå brukarinflytande behöver olika metoder tas fram och implementeras. En sådan metod är brukarrevision.

En brukarrevision kan enligt Riksförbundet för Social och Mental Hälsa (RSMH) och

Schizofreniförbundet förklaras som ”en granskning av en enhet eller verksamhet som ger vård, stöd eller service till personer med psykiska funktionshinder som utförs av brukare och/eller närstående”.

En brukarrevision är en granskning av en verksamhet som utförs av personer med egen erfarenhet av psykisk ohälsa eller nära anhöriga (kallade brukarrevisorer).

Dessa kommer fram till vad som ska undersökas, framställer frågor till en intervjumall, utför intervjuer och skriver brukarrevisionsrapport. Rapporten ska sammantaget beskriva vad som är bra, vad som är mindre bra och ge ett antal förbättringsförslag. Alla som arbetar som brukarrevisorer för RSMH har genomgått en utbildning i bland annat etiska frågor och sekretess, intervjuteknik och analys av kvalitativ data. Resultatet som framkommit redovisas i brukarrevisionsrapporten och återkopplas sedan till verksamhetens ledning och personal.

## 1.2 Varför brukarrevision?

Syftet med en brukarrevision är att identifiera svagheter, tillgångar och utvecklingsmöjligheter i en psykiatrisk verksamhet. Enkelt uttryckt för att förbättra kvaliteten i verksamheten.

Personer med egen erfarenhet av psykisk ohälsa har kunskap om dessa typer av verksamheter och har därmed ett unikt egenupplevt perspektiv, det ger en brukarstyrd brukarrevision.

## 1.3 Fördelar med brukarstyrd brukarrevision

I en brukarstyrd brukarrevision är det brukarrevisorernas kunskaper och erfarenheter som ger ett nytt perspektiv när det gäller att ta fram frågor, ställa rätt följdfrågor och underlätta ett jämställt möte. Det kan också bidra till en annan förståelse och analys av intervjumaterialet än om personal eller forskare skulle göra undersökningen.

Brukarrevisorernas olika erfarenheter kan skapa trovärdighet i mötet med brukarna som ska intervjuas och underlätta samtal kring frågor som kan upplevas som känsliga eller svåra att prata om.

En annan fördel med brukarrevision är att återhämtade brukarrevisorer kan ge hopp till de intervjuade och att återhämtning är möjlig.

Erfarenhet visar att brukare ger andra svar när brukarrevisorer intervjuar brukare än om personal ställer samma frågor. Man kan i sammanhanget konstatera att det finns ett annat maktförhållande beroende på vem som ställer frågorna. En viktig aspekt av brukarrevisioner är också att den är oberoende av verksamheten vilket ger en högre trovärdighet än undersökningar som görs av verksamheten själv.

Eftersom brukarna garanteras anonymitet i förhållande till både kommunen och hälso- och sjukvården kan det upplevas lättare att framföra kritik utan rädsla för att drabbas av repressalier. Svaren blir mer rättvisande och förbättringsområden kan fångas upp samtidigt som personal kan stärkas av den positiva feedback som lyfts fram.

Sammanfattningsvis är en brukarstyrd brukarrevision en undersökning där personer med egen erfarenhet av psykisk ohälsa framställa frågorna, genomför intervjuerna, analyserar resultatet, sammanställer rapporten och återkopplar till verksamheten. En process som från början till slut leds av brukare är ett unikt sätt att samla information och ta del av erfarenheter av en verksamhet som ger vård och stöd.

## 1.4 Uppdraget

Kontrakt om brukarrevision upprättades med Nina Mautner Granath på KSL (kommunförbundet på Stockholms län) i december 2017. Nationell Samverkan för Psykisk Hälsa (NSPH) hade fört samtal med KSL om att det vore intressant att göra en brukarrevision på personer som har flyttat ifrån ett stödboende.

Vad har personal gjort som bidragit till att personernas mående blivit så bra att de har kunnat flytta till en tränings- eller försökslägenhet? Vi fick uppdraget att ta reda på både positiva och negativa faktorer kring detta.

Revisionen handlar om hur personal på stödboenden kan bidra till återhämtning för att brukaren ska kunna nå fram till utflyttning och eget boende.

Uppdraget var att intervjua personer som har bott i psykiatriskt boende av typen stödboende, särskilt boende eller gruppboende inom Stockholms län som sedan flyttat vidare till eget boende. Uppdraget från Stockholms Stad var att få in 7 – 15 intervjuer. Det var svårt att få in intressenter till intervjuerna. Försök gjordes bland annat genom Fountain House utan resultat. En intervjuförfrågan skickades sedan ut via revisorernas egna kontakter och patientföreningar såsom RSMH, Balans och Attention. Sju personer ställde då upp för en intervju.

Vi anser att vi har fått en bra representation av människor i olika åldrar och med en jämn könsfördelning. Åldersspannet sträcker sig mellan 20 - 65 år, fyra män och tre kvinnor intervjuades. De hade bott i stödboende mellan ett halvår och 15 år och i eget boende från mindre än ett år till tio år. Spridningen kan dock göra det svårt att dra paralleller mellan de olika brukarnas upplevelser men vi tror att rapporten ändå ger en bra bild av hur det ser ut i stort.

På frågorna om återhämtning svarade sex av sju intervjuade på frågorna.

## 1.5 Metod, material och arbetssätt

Metoden är kvalitativ med semi-strukturerade intervjuer. Denna rapport är resultat av totalt sju intervjuer genomförda under februari och mars 2018 med brukare som flyttat från stöd- eller gruppboende till eget boende, t ex träningslägenhet.

Ansvarig teamledare i brukarrevisionen var inledningsvis Fredrik Gothnier (Brukarrevisionsprojektet NSPH/RSMH). När han slutade sin anställning blev Jens Strömvall ny samordnare från 1 mars. Brukarrevisorerna var Jens Strömvall, Moa Junström, Ulrika Westerberg och Maria Fornstedt som alla genomfört RSMH:s brukarrevisionsutbildning.

Första steget i revisionen:

Brukarrevisorerna träffades i december på RSMH i Stockholm för att formulera frågor och skapa en intervjumall. Mallen utgår från frågor om tiden i stödboendet samt tiden efteråt och användes under samtliga intervjuer, bilaga 1.

De teman som fick utgöra stommen till intervjumallen var:

1. På stödboendet
2. Tiden efter stödboendet

Ett informationsbrev samt förfrankerade kuvert lämnades till Stockholms stad för att delas ut till personer som bott på ett stödboende. Med följde en svarstalong samt mailadress och telefonnummer till samordnaren så att intresserade kunde anmäla intresse för att delta i undersökningen. Intervjuerna genomfördes i brukarens lägenhet eller på annan plats. När intervjuerna var klara sammanställde vi svaren och analyserade dem tematiskt.

## 1.6 Rapportens innehåll

Innehållet bygger huvudsakligen på sju intervjuer och informationen som framkom där.   
En annan viktig aspekt är brukarrevisorernas kommentarer och synpunkter som tas med efter varje tema. Att lägga till brukarrevisorernas kommentarer och utvecklingsförslag är en del i att brukarrevisionen är brukarstyrd.

## 1.7 Etiska principer och tystnadsplikt

De etiska överväganden som gjordes var: samtyckeskravet, informationskravet, konfidentialitets- och nyttjandekravet. Att delta i intervjuer var frivilligt, de intervjuade kunde dra sig ur eller avbryta intervjun när som helst. Det stod dem fritt att efter intervjun be brukarrevisorerna att ta bort deras svar. Alla brukarrevisorer har skrivit under ett avtal med RSMH om tystnadsplikt och sekretess råder inom det aktuella revisionsteamet. Dokument och inspelade intervjuer förstörs efter att de analyserats och sprids inte på något sätt under några omständigheter efter sammanställandet av denna rapport, bilaga 2 Tystnadsplikt.

## 1.8 Om stödboende i Stockholms län

I Stockholms län finns olika typer av boenden för personer med psykiska funktionsnedsättningar. Det förekommer gruppboenden, särskilda boenden och stödboenden. Hur boendet kategoriseras ser olika ut i landet. Ett stödboende i Stockholms län ska ha personal dygnet runt och de boende ska ha tillgång till stöd och service. För att bo på boendet ska den boende ha en långvarig psykisk funktionsnedsättning och vara i behov av stöd och hjälp. Behovet av hjälp beskrivs i genomförandeplanen som tas fram vid inflyttning av biståndshandläggare.

När den boende flyttar ifrån ett stödboende flyttar hen ofta till en försöks- eller träningslägenhet. Här har hen hjälp av boendestöd vid behov och personen kan oftast men inte alltid överta kontraktet på lägenheten om den boende sköter sig och får ett förstahandskontrakt på sitt nya boende. De boende avskrivs ofta då från socialtjänstens hantering men kan behålla ett boendestöd vid behov även efter att hen övertagit kontraktet på sitt boende.

# 2. Sammanfattning

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Tema | Positivt | Förbättringsförslag |
| Boendemiljön | Många nöjda med boendemiljön.  Bra grannsamvaro. | Fräscha upp lokalerna. Sätta sin egen prägel på sitt rum. Att personalen uppmuntrar till ett socialt liv utanför boendet. Förslagslåda. Personal alla dagar i veckan. Eget badrum och kokmöjligheter. Aktiviteter ska finnas. Gör skillnad mellan vardag och helg, till exempel finare mat och få lite guldkant på tillvaron på helgen. Gemensam TV-kväll eller helgfika. |
| Stödet | Dagliga kontakter med andra människor. Flera betonar personalens positiva inflytande. Får hjälp att strukturera vardagen. Brukare känner sig omhändertagna. Tryggt ha personal på plats. | Var lyhörd när genomförandeplanen skrivs så boende får hjälp med det dem önskar. Att de boende får ge tillbaka någonting till personalen t ex få lära ut sitt favoritintresse. Önskvärt med personal även under natten. Informera om kontaktperson. Erbjud personalen fortlöpande utbildning i boendes problematik. |
| Flytten | Att få flytta och börja ett nytt liv. De flesta var redo för flytt. Tillräckligt med hjälp inför flytten. | Peppa till att våga ta steget till eget boende. Samtalsstöd. Lyhörd för brukarens mående. |
| Det nya boendet | Institutionskänslan borta. Egen inredning. Uppfyllt drömmen om att flytta. Det sätts nya mål. Man trivs bättre i eget boende. ”Lever mer i verkliga livet”. | Se till att stödet inte försvinner från psykiatri och socialtjänst. Hjälp att motverka social isolering. |
| Den nya vardagen | Samtliga äter bättre eller likvärdigt. De flesta tränar mer och har fler sociala kontakter. Fritiden har blivit bättre för de flesta. | Stödgrupper för kost och motion.  Hjälp att få kontakt med träfflokaler och brukarorganisationer. Stöd till sysselsättning, praktik eller studier. |
| Återhämtning | Personal stöttar. Lyhörd för önskemål och behov. Stöttning till att bli mer självständig. Personalen ”jobbar bort sig själv”. Personal är lyssnande och inkännande, bra bemötande. | Stegvis nedtrappning av stödet. Anställa peer supporters. Fråga vad den boende vill ha hjälp och stöd med (”Hur skulle du vilja att jag stöttar dig?”). Pusha och stötta. Ta tillvara den boendes initiativförmåga. Ha kunskap om den boendes problematik. |

# 3. Resultatdel

## 3.1 Boendemiljön

På frågan hur stödboendet såg ut gav de flesta positiva eller neutrala svar; som att lokalerna var jättebra, fräscha och moderna med mycket växter. Någon bodde på botten i en tvåplanshuslänga med enkla rum och lägenheter i olika storlekar - en och en i totalt ca 30 rum.   
En annan hade en lägenhet på 35 kvadrat och delade ett litet kök med tre personer.

”Jag bodde i ett stort arkitektritat hus, en villa med 13 till 14 marklägenheter”, svarar en intervjuad. Två personer var mer negativa och svarade att väggarna var nikotingula, att ingången låg en trappa ner på källarplanet och att boendet kändes som ett fängelse med tunga ytor där personalen störde om morgnarna och rummet var så litet att hen undvek att vara där.  
  
Vardagen på boendet uppfattade fyra av de tillfrågade som okej. Det framkom att de intervjuade tittade på tv, arbetade på datorn, jobbade åt sin förening, skötte myndighetskontakter, umgicks med grannarna, saknade sysselsättning alls i början men fick sedan sin dagliga verksamhet. Någon hade en veckoplan med städning, matlagning, tvätt, dusch och träning En svarar lakoniskt att: ”De första två åren sov jag mest. Fick en plats på ett café där jag jobbade på vardagen och hade ett pass på datakurs.” Tre personer var mer negativa och en beskriver vardagen såhär: ”Åkte iväg på morgonen och hämtade min medicin. Åkte till föreningen.   
Jag var inte så mycket hemma, det fanns inte så mycket att göra”.

Någon hade daglig verksamhet och ett datarum: ”Vi turades om att använda internet i en timme. Sen kom boendestödet, dom var där om det var något, satt i allmänna utrymmet tills dom gick hem”. Slutligen svarar en person att hen helt enkelt undvek att vara på boendet överhuvudtaget. Hen jobbade och spenderade sin mesta tid på sta’n.

Tre personer upplevde ingen större skillnad mellan helg och vardag på boendet.   
Dagarna var helt enkelt ganska lika varandra även om det var svårare att få svar på frågor på helgerna.

Av de som märkte av att det var helg så svarar samtliga att det beror på att det var annan personal som arbetade då och att det inte fanns någon sysselsättning på helgerna utom möjligen någon utflykt. En person spenderade helgerna hos sin partner.

## 3.1 Brukarrevisorernas reflektioner

Boendemiljön verkar sammantaget ha varit mycket varierad för de olika intervjupersonerna; alltifrån arkitektritade hus till miljonprogramsmiljöer och kan därför vara svåra att jämföra. En boende beskrev sitt gruppboende som ett ”fängelse” medan andra trivdes bra i lägenhet och lokaler.

Vi vet dock från tidigare brukarundersökningar att den yttre miljön kan göra skillnad på en enskild persons återhämtning. I allmänhet tror vi att exempelvis gröna växter eller lite färg på väggarna kan göra att man mår bättre, men vi är medvetna om att det inte automatiskt finns ett samband mellan den yttre miljön och hur brukaren upplever sin boendesituation.

Några av våra intervjupersoner betonar att det är viktigt att få sätta sin egen prägel på boendet. Det är viktigt att det känns som ett eget boende och inte som någonstans där man sover och äter; att det här faktiskt är ”mitt hem” så länge jag bor här.

Det framkom att flera uppskattade den sociala samvaron, som exempelvis gemensamma måltider, men det är viktigt att det är självvalt. Vissa uppskattar inte att äta tillsammans eller att laga mat tillsammans med andra, medan den sociala samvaron är viktig för andra.   
Det är viktigt att alternativ finns.

Det är bra med aktiviteter utanför boendet om idén är att brukaren ska kunna flytta därifrån. Att man har ett socialt liv utanför boendet kan vara viktigt för att kunna ta steget att flytta till eget boende i framtiden.

Det är såklart också viktigt att man trivs där man bor för att vidare rehabilitering ska vara möjlig. Det är svårt att planera sin framtid om man samtidigt försöker hålla sig borta från sitt boende.

Det är viktigt att man under tiden i stödboendet lär sig att ta hand om ett eget hem.   
Man måste rustas inför en framtida utflyttning, vilket gör att vi tycker att man ska satsa på boendemiljön även inne på boendet. Vi tror inte att det finns så stor risk att de boende vill bo på boendet i resten av sitt liv, utan misstänker att de allra flesta vill ha ett annat liv, ”leva som alla andra”.

Det ideala, tycker vi, vore om det fanns gemensamma aktiviteter som man kan delta i om man vill. Avsaknaden av aktiviteter kan bli passiviserande och försvåra rehabilitering.

När vi går igenom intervjusvaren skänker vi också alla de som blir kvar på ett psykiatriskt boende en tanke och undrar vad de skulle ha svarat på frågorna i den här undersökningen.

## 3.2 Stödet

Vi frågade vilken typ av stöd den intervjuade hade på boendet. Det uppgavs av flera intervjupersoner att de var självgående då de skötte sina myndighetskontakter och läkarkontakter själva. Hur ofta den intervjuade hade boendestöd varierade från individ till individ.   
Från nästan dagligen till att hen hade boendestöd en gång i månaden. Någon hade kontaktperson, och det uppgavs att det behövdes hjälp med ekonomin. Beroende på vilket psykiatriskt boende personen bodde i så såg kontakten med medboende olika ut. På något ställe fanns veckomöten där konflikter på boendet togs upp, på andra betonades samtalsstödet intervjupersonen fick av boendestödet. Det nämns att personal var tillgängliga varje dag och att man aldrig nekades hjälp. På vissa boenden handlade de boende tillsammans och lagade mat.   
Det nämns att aktiviteterna på boendet syftade till att den intervjuade skulle bli mer självständig. Scheman för städ och dusch förekom. Några intervjuade hade haft beroendeproblematik men har inget aktivt missbruk.

När det gäller vardagliga kontakter hade tre intervjuade (av sju) inga sociala kontakter förutom med personal eller andra professionella kontakter. Dessa professionella kontakter kunde vara personal på socialtjänsten, beroendemottagningen eller inom psykiatrin. Någon hade som nämnts tidigare en kontaktperson. Fyra intervjuade hade dock ett större kontaktnät som inkluderade partner, barn, vänner och andra medboende. Föreningsliv nämns också som exempel på kontakter utanför boendet.

På frågan vad som var bra med att bo i stödboendet så nämner alla utom en intervjuad många positiva saker. Den gemensamma nämnaren för de positiva svaren är den dagliga kontakten med andra människor. Flera betonar personalens positiva inflytande. Personalen anses som trevlig med bra bemötande. Det nämns att personalen var bra. Andra positiva aspekter som nämns är att boendet var strukturerat. Det ansågs som bra av den intervjuade att det var väldigt tydligt och klart vad hen skulle göra. Att lokalerna var fina anses som positivt.   
Någon menar att ”det handlade om livet. Jag hade bott i husvagnar. Det var räddningen”.  
En annan uppger att boendet inte liknade psykiatrin utan var mer som ett riktigt hem.   
För en intervjuad var upplevelsen att få handla och göra fint i sitt eget rum positiv.

En intervjuad svarade att det inte fanns något bra med att bo i stödboende.

På frågan om det fanns något som var mindre bra eller dåligt med att bo i stödboende så svarar två personer att det inte fanns något dåligt. En intervjuad menar att det bara fanns fördelar –”Jag var nära döden”. En annan svarar att det inte fanns något direkt negativt med att bo i stödboende. Hen var inlagd och boendet erbjöds.

De som har negativa synpunkter på att bo i stödboende har varierande åsikter.   
En person kände sig felplacerad och tyckte att boendet mest var förvaring. Det saknades enligt flera brukare aktiviteter på boendet. Det nämns att det var förbjudet att ta in egna möbler på boendet vilket uppfattades som negativt. En annan uppger att boendet inte kändes som ett hem. I gemensamhetsutrymmena så kunde det bli bråk om tv-kanaler och mat stals av andra boenden. Stödet från personalen kunde vara bättre menar en brukare som kände sig otrygg då hen delade kök och badrum. Det uppgavs vara för mycket folk i köket och otryggt att gå på toa på natten. Andra negativa personalaspekter var att personalen inte förstod brukarens problematik. Det blev dock bättre efter en tid då personalen fick mer kunskap. Någon nämner att personalen skulle ha varit ett stöd men kunde inte lita på dem då de rapporterade till socialen utan att hen ville det.

## 3.2 Brukarrevisorernas reflektioner

Flera intervjupersoner beskriver sig själva som självgående och det uppfattar vi brukarrevisorer som positivt. Vi tror att det kan förenkla en flytt till eget boende att man redan är självständig eller har det självförtroendet. Men det är också positivt att det finns hjälp att få om man önskar.

Det är bra om man har en strukturerad plan för hur man kan bli mer självständig på vägen till en flytt.

Vi uppfattar det som att många inte har haft så mycket stöd i sitt stödboende eller gruppboende. Vi förstår att det kan vara en avvägning mellan att hjälpa och stjälpa. Det har också framkommit att det är viktigt att man känner tillit till personalen för att man ska kunna få det stöd man behöver för att kunna komma vidare.

Vi anser att det är vanligt inom psykiatrin att man är ganska ensam, många har bara professionella kontakter och kontakter med andra brukare. Fem av sju intervjuade uppger inte att de har vänner och familj utanför psykiatrin. Vi förstår att det är komplicerat, men vi önskar att man på något sätt skulle kunna få stöd i att söka sig till sammanhang och människor utanför psykiatrin.

Många av brukarna uppskattade kontakten med personalen och med varandra.   
Vi uppmärksammar särskilt att nästan alla var nöjda med personalen. Det uppgavs att det inte alltid fanns personal på helgerna vilket skapade missnöje.

Det framkommer i intervjuerna att en bra boendemiljö kan underlätta som ett stöd i återhämtningen, exempelvis välskötta lokaler.

Vår uppfattning utifrån materialet är att det är viktigt för människor med dubbeldiagnos – missbruk och psykisk sjukdom - att ha bra kontakt med alla instanser, både stöd i boendet och stöd från beroendecentrum.

Vi anser att det är viktigt att brukarna känner att boendemiljön är sådan att man vågar ta dit utomstående vänner så att man kan behålla/skaffa ett kontaktnät utanför psykiatrin. Vi får en känsla av att de intervjuade som varit hemlösa innan boendet inte ställer samma krav på boendet som de som kommer från andra miljöer.

Vi tror att det är bra om man får sätta sin egen prägel på sitt boende, så att det känns som att det är ett eget hem och att personalen har kompetensen att hjälpa till med de boendes problematik för att de senare ska ha rätt verktyg att klara en egen vardag.

Det framkommer av intervjuerna att det är viktigt att man ser till brukarens behov för att kunna börja på rätt nivå och sedan fortsätta stegvis till nästa nivå, alltså att hjälpen inte är statisk. Vi ser att det har fungerat bra när brukarna börjat sin resa på gruppboende och sedan slussats vidare till stödboende för att så småningom kunna klara sig på egen hand i sitt eget hem.

Det önskvärda vore att det fanns personal även på helgen och natten då det är viktigt att man känner sig trygg i sitt boende. Det kan kännas otryggt att behöva dela badrum. Det är skrämmande att en del exempelvis uppgivit att de inte vågar besöka toaletten på natten.

Vi tänker att det är viktigt att man placeras rätt redan från början. Vi anser att det kan vara viktigt att man i placeringen tar hänsyn till brukarens ålder och problematik. Att tänka på kan vara att personalen erbjuds kompetenshöjning så att de förstår alla boendes problematik.

## 3.3 Flytten

Vi frågade vad det var som gjorde att de ville flytta från stödboendet. En person svarade att, ”jag hade bott på flera stödboenden och var intagen på LVM. Jag bodde hos min partner i väntan på en egen lägenhet”. En annan av de intervjuade hade tur att ha en anhörig som kunde köpa hen en lägenhet. Några menade att det var möjligheten att få en egen lägenhet och att få börja ett nytt liv som gjorde att de ville flytta. En intervjuad säger: ”För åtta år sen blev jag vräkt så jag är van att bo i eget och jag hade inget val eftersom jag efter en tid själv var tvungen att betala då socialen inte längre ställde upp. Flytten gick så snabbt att jag inte ens fick med mig mina privata ägodelar.” Ett svar var att stödboendet revs på grund av mögel och att det inte var lönt att renovera. ”Det är ändå en skyddad verklighet, man tröttnar. Målet var att flytta till en egen lägenhet. Jag hade bott på olika behandlingshem och till sist träningsboendet” säger en annan.

Vi frågade vilka personer som hjälpt till att komma till beslutet att flytta. Ett av svaren var att det var personen själv som kom till beslutet att flytta. En annan person sade att hen hade fyllt 18 år och fick tjata sig till en flytt och att föräldrarna hjälpte till. Någon sade att det var socialtjänsten och att det fanns en lägenhet om hen blev drogfri att det hela tiden var upp till personen själv. Flera personer svarade att socialen hjälpte till och en person sade att boendet revs på grund av mögel så fanns inte något annat val än att flytta. En person blev hjälpt av en i personalen med beslutet och med flytten då de hade en vänskaplig relation. Vidare svar var att det var tanken från början med en flytt, att personalen, kontaktpersonen och föräldrarna var behjälpliga men att hen själv letade efter en lägenhet.

Vi frågade vad det fanns för tankar och känslor inför flytten. Fyra av svaren var positiva varav en tyckte det var positivt och skönt att slippa bo på en institution. En annan sade att hen hade mardrömmar om att det inte skulle bli någon flytt. En person berättade att sista halvåret mådde hen dåligt på boendet och att andra fick flytta därifrån men blev själv kvar. Personen säger att det blev många gamla känslor och ångest att ta itu med. En hade bra känslor inför flytten och att hen kände sig mer positiv och gladare. Att hen har fått en träningslägenhet i samma område där personen bott en lägre tid. Ytterligare svar var att det var dags för en förändring.

Ett svar var negativt, att allt kändes hopplöst, kände sig maktlös och orkade inte leva mer. Hen uppger också att det hade behövts hjälp med att kontakta psykiatrin då personen själv inte klarade av det. Avslutningsvis hade en person blandade känslor, både jobbiga och sköna känslor att hen ville ha en egen lägenhet men att det sedan blev mer ensamt än tidigare.

Vi frågade om dem kunde ha flyttat tidigare om dem hade fått ett annat stöd. Två personer svarade ja. Att det skulle ha funkat med en träningslägenhet. En svarade att med mer boendestöd hade hen sluppit behandlingshemmet. Vidare att hen var för ung men kunde inte bo ihop med sin anhörig.

Tre av svaren var negativa. En sade att allting var kaos.

Nästa person hade kunnat flytta tidigare om nya boendet hade varit färdigbyggt men att så inte var fallet. En person hade tackat nej till två lägenheter då det fanns en önskan om att bo i ett specifikt område så en tidigare flytt var inte möjligt. En person vet inte om det hade varit möjligt och en kunde inte då boendet revs på grund av mögel.

## 3.3 Brukarrevisorernas reflektioner

Det som först slår oss är att det är en stor skillnad mellan att vilja flytta själv och tvingas att flytta. Det är viktigt att brukaren är redo att flytta och inte bara kastas ut i det nya.   
Ett önskemål från oss är att personalen är lyhörd och förstår att det kan vara ångestladdat att flytta från ett stödboende till ett självständigt boende.

Nästan alla intervjuade känner att de var redo att flytta när de gjorde det och att de inte hade kunnat flytta tidigare än de gjorde på grund av hur deras livssituation såg ut. Vi uppfattade det som att socialtjänsten vanligtvis gör ett bra jobb med att inte flytta ut människor för tidigt.

Vissa säger att de var de själva som kom till beslutet att flytta, medan andra har fått hjälp av kontaktperson, socialtjänsten eller föräldrar. Det uppskattas att få stöd i att komma fram till beslutet att flytta, även om den egna viljan styr. Flertalet ville ha något eget, ”börja ett nytt liv” som en person säger. ”Det är ändå en skyddad verkstad, man tröttnar”, påpekar en annan.

I tidigare genomförda brukarrevisioner inom RSMH har det framkommit att många vill flytta till eget boende, vi undrar om det finns ett behov av ett mer aktivt stöd för de som inte har samma initiativförmåga som de vi intervjuat här, dvs. de som lyckats med flytten. Det är positivt att se att man kan få komma tillbaka och få en träningslägenhet trots att man tidigare blivit vräkt. Vi tror på idén med ”Bostad först” för personer med ett aktivt missbruk då vi uppfattar att det kan vara svårt att bli drogfri utan att ha ett hem att utgå ifrån.

Vi kan se i intervjuerna att de flesta intervjuade inte har så mycket kontakt med personer utanför psykiatrin, det är därför extra viktigt att socialtjänst och personal tar ansvar för att stötta dessa personer så att de kan komma vidare till eget boende. De flesta verkade ha varit förväntansfulla och glada inför flytten men det är viktigt att både de som blir kvar i boendet och att de som flyttar kan få samtalsstöd eller annat stöd.

Det antyds att det är ganska mycket känslor i samband med flytten som man kan behöva hjälp att bearbeta. Om man inte får flytta ifrån ett boende kan man behöva hjälp med att få förklarat för sig varför.

Någon uppger att hen hade kunnat flytta tidigare om hen fått mer boendestöd i eget boende.

Flera har kunnat flytta eftersom deras mående har förbättrats. Önskan har ofta funnits längre än förmågan.

En tanke får vi av en intervjuperson som berättar om stegvis nedtrappning av stödet på boendet inför flytten så att hen kände sig redo för flytten den dag den kom. I det egna boendet hade hen boendestöd som checkade av att räkningarna var betalda och att det dagliga livet fungerade. Vi tänker att det vore idealt om samtliga brukare kunde behandlas på samma sätt.

## 3.4 Det nya boendet

På frågan vilket boende den intervjuade har idag så uppger alla att de gått vidare till egen lägenhet eller träningslägenhet.

Vi undrade om det var något som var annorlunda med det nya boendet. Svaren speglar mycket vad som framkommit på andra ställen i rapporten. Till en början nämns att institutionskänslan är borta. Det fanns en trygghet i att ha personal på plats men det betonas att den boende nu är ”frisk och fri”. Det nämns av flera att det är skönt att slippa personal.   
En skillnad som påpekas är att det inte längre finns någon som påpekar hur man ska vara utan man kan leva sitt eget liv. Nu har hemkänslan infunnits sig hos en intervjuad och hen har nu egna möbler. En synpunkt som framkommer är att det är skönt och viktigt att ha ett eget boende när det går att klara av det. Det nämns av en intervjuad som tillhörde de mer självgående att det nu är mindre umgänge - annars är det ganska likt stödboendet. En intervjuad har dragit ner på boendestödstimmarna nu när hen bor i eget boende. Någon har sin kontaktperson kvar.

En majoritet uppgav att boendet efter flytten från stödboendet blev som de önskade.   
En intervjuad menar att hen inte hade några önskningar förutom att vara frisk och drogfri. Några saker som nämns som negativa var att den intervjuade fått en lägenhet högre upp än hen önskade, någons hyra blev chockhöjd och någon kände sig ensam. Det betonas av en intervjuad att det var viktigt att den nya lägenheten låg i rätt område. Det nämns att det i vissa fall har gått att få tycka till om tapeter och kökshandtag.

De drömmar som den intervjuade hade i stödboendet och har nu skiljer sig inte så mycket åt. Tre intervjuade av sju har högre drömmål än de andra. För många var drömmen i stödboende att få en egen lägenhet och ett förstahandskontrakt. Ett annat mål som många hade var att kunna sköta sig själv och må bra. Någon som haft beroendeproblematik menar att denne är glad att ha överlevt. Några har drömt om körkort, partner och jobb. Någon har fått utökade drömmar efter tiden i stödboendet som innefattar partner, studier, möjlighet att resa och jobb.

Alla intervjuade trivs bättre i sitt nuvarande boende än i stödboendet. Det uppges att det inte går att jämföra av den mest positiva i undersökningen, andra menar att allt bara är bättre och att de lever mer i ”verkliga livet” nu än då. Någon svarar dock att skillnaden inte är så stor och en intervjuad längtar ibland tillbaka till stödboendet.

## 3.4 Brukarrevisorernas reflektioner

Vi förstår av intervjuerna att det är av vikt att man får hjälp med att få nya kontakter efter flytten så att man inte blir ensam i den nya lägenheten. Risken finns att man blir isolerad i det nya boendet om man inte själv klarar av att skapa nya kontakter. De finns de som längtar tillbaka till stödboendet på grund av de sociala kontakter man hade där. Positivt är att alla verkar ha blivit mer självständiga efter flytten. Brukarna påpekar att det kan vara skönt med stöd från personal när det är självvalt. Allt är en avvägning.

Den största skillnaden verkar vara att de nu bor i ett ”hem” till skillnad från en ”bostad”, en plats där de själva får bestämma över sitt eget liv och inredning.

Man blir mer tillfreds och mår bättre när man själv får välja sitt umgänge till skillnad från när det sociala umgänget är påtvingat. Vissa uppger dock som sagt att de saknar medboenden och personal från stödboendet. Vissa uppger att det är skönt att de slipper bli störda i det nya boendet.

Det kan givetvis vara en trygghet att ha personal på plats, men i det stora hela verkar personerna vi intervjuat må bättre av att få leva ett mer fritt liv.

Utifrån de svar vi fått verkar det som att drömmarna förändras efter att man flyttat ut från stödboendet. På boendet verkar drömmen vara att få ett eget boende och därefter att få ett eget kontrakt.

När de sedan flyttat får de andra tankar och drömmar om framtiden. Alla ser det lite som en framgång att de fått flytta och vill få sitt nya boende att fungera. Det är stärkande för   
självkänslan att känna att man klarar av ett eget boende. Några uppfattar det som en framgång att inte behöva ha personal runt omkring sig jämt. De känner sig friare. Alla vi intervjuat trivs bra i sitt nya boende, de allra flesta trivs till och med bättre. Alla var positiva. Detta visar att de som har möjlighet att få pröva ett eget boende borde få chansen att göra det.

## 3.5 Den nya vardagen

Vi frågar hur intervjupersonernas vardag förändrats i och med det egna boendet och de flesta är positiva till det mesta, kanske lite förvånande. Samtliga äter till exempel bättre – eller likvärdigt - nu än på boendet. En ägnar mer tid åt matlagning nu när hen slipper dela kök och en åt pasta med tomatsås inne på boendet men har nu en partner som står för matlagningen.

Även när det gäller motion blir svaren positiva; fem av sju tränar mer nu än förr. Flera har börjat gå på gym eller utökat sina träningstillfällen. En person svarar: ”Rörde mig inget då. Sov mycket på grund av tunga sömntabletter. Jag rör mig varje dag nu på jobbet och promenerar på helgerna.”

Två rör sig lika mycket varav en går ut med hunden ”då som nu”.

När det kommer till vänner och sociala kontakter har fyra personer fler kontakter nu än tidigare och två färre. En av intervjupersonerna kände sig ganska sjuk av att bo på boendet.  
Det var skönt att träffa andra som mådde som en själv men umgänget kunde bli påtvingat. Hen trivs med att styra över sina sociala kontakter själv. En person jobbar halvtid, har en partner och en vän. ”Jag har större kontaktnät nu”, sammanfattar slutligen en av de intervjuade. Två brukare har färre sociala kontakter nu. Vilket till största delen beror på att de umgicks en hel del med sina medboende inne på boendet.  
Fyra av sju tycker att fritiden har blivit bättre i och med det egna boendet. En intervjuad kan helt enkelt använda datorn och lyssna på så mycket musik hen vill. En annan jobbar, tränar och ägnar sig åt att måla och lägga pussel. Någon säger: ” Jag jobbar kväll och eftermiddag. Tittar mycket på film och tränar. Jag uppskattar tysthet, ensamhet och lugn. Jag måste inte göra en massa utan har ett behov av att göra ingenting”. Ytterligare någon dansar mycket och ägnar sig åt föreningsliv.

Av de som tycker att fritiden har blivit sämre är det en som saknar utflykterna med personalen, ibland åker hen på utflykt med sin kontaktperson eller med en kompis. Men det blir inte lika ofta nu.

Det är bara en person i undersökningen som tycker att det har blivit sämre vad det gäller sysselsättning eller jobb i och med det egna boendet. En har gått upp från en arbetsdag till fyra och har uppdrag inom en förening. En intervjuad jobbar på halvtid och en annan jobbar och studerar nu. En person engagerar sig i föreningar, arbetar som cirkelledare och en har sjukersättning med steglös avräkning.

Slutligen var det en intervjuperson som läste klart gymnasiet inne på boendet och sedan fortsatte till högskolan i eget boende. Hen har även haft praktik och ströjobb.

## 3.5 Brukarrevisorernas reflektioner

Vi tycker att det bör finnas alternativ i stödboendet så att man har valfrihet kring sin egen matlagning, samt att man kan få hjälp med att laga mat på egen hand om man önskar det. Ett förslag är att ha någon form av hushållscirklar med matlagning och näringslära så att man är rustad för att själv kunna sköta detta när man flyttat till eget boende.Det är dock ingen av de intervjuade som verkar äta sämre nu när de flyttat till egen lägenhet.

De flesta av de intervjuade motionerar mer och bättre efter flytten till egen lägenhet. För ett par av de intervjuade handlar det om att de rör de sig lika mycket som innan och vi är positivt överraskade över svaren angående motion efter flytten. Vi funderar på om detta har samband med att även brukare mår bättre i egen lägenhet och därför tar mer initiativ till att ta hand om andra bitar i sitt liv som man tidigare inte riktigt orkat ta itu med. Det kan vara så enkelt att när man mår bättre börjar man tänka annorlunda. Kanske är det så att man får mer energi och större initiativförmåga.

Angående måendet uppger någon av de intervjuade att det är positivt att träffa andra i liknande situation som man själv är i när man bor på ett boende. Samtidigt finns det en dubbelhet, att man ibland också kan uppleva de sociala kontakterna som påtvingade och det kan vara utvecklande att gå vidare och träffa människor utanför psykiatrin.

Det verkar på de intervjuade som att det ibland kan bli lättare att få relationer och skaffa en partner när man flyttat ut ifrån stödboendet.

Två av de intervjuade uppger att de har mindre kontakter nu än innan. Vi vet att vissa har svårare att ta initiativ till egna kontakter än andra. Att man får stöd och hjälp att hitta jobb eller sysselsättning även efter att man flyttat till gen lägenhet är viktigt för att man ska kunna få nya sociala kontakter. Det är också bra om man kan få stöd och hjälp att kontakta organisationer där man kan träffa andra i samma situation. Det kan vara lättare att få jobb och sysselsättning efter att man flyttat till egen lägenhet, eftersom man i boendet har andra typer av planerade aktiviteter. Några av de intervjuade uppger att de håller igång hela dagarna med olika aktiviteter och verkar ha ett rikt fritidsliv, vilket är positivt. Någon har mindre fritidsaktiviteter nu än tidigare.

En övervägande del av de intervjuade är mer aktiva när det gäller sysselsättning och jobb. Vissa har varit aktiva även under tiden i stödboende men verkar nu arbeta fler timmar än tidigare.

Vad de beror på är svårt att säga, men det kan ha att göra med att det är mer upp till en själv att aktivera sig, att man måste ta besluten själv till skillnad från tidigare.   
Flera personer har fortfarande någon typ av stöd, exempelvis boendestöd eller kontaktperson, som eventuellt kan ha hjälpt dem att ta initiativ.

## 3.6 Återhämtningen

Vi frågade vad som hade varit till hjälp för återhämtningen. De flesta svarade positivt. Det var bland annat att se tiden an och umgås med de boende. Någon var hjälpt av en förening för missbrukare som stöttade, gick med på möten och fanns hela tiden tillhands. En läkare på beroendemottagningen hjälpte till liksom kommunens handläggare, barnen och en arbetsförmedlare: ”Jag har aldrig varit med om så bra bemötande tidigare”.

## Motion, terapi, medicinering, boendestöd och sociala kontakter hjälpte en annan intervjuperson och en annan berömmer socialtjänsten som bland annat gjort besök på en camping där hemlösa bodde. Hen fick möjligheten att bilda en förening och samarbeta med kommunen. Enskilda personer nämns som stöd för återhämtning exempelvis mentalskötare och närstående. När vi frågar vad som var till hjälp i återhämtningen svarar en person: ”Ingenting”

Personalen får beröm för att de hade egen erfarenhet av missbruk och hela tiden såg vad vår intervjuperson hade behov av. Hen kände sig hela tiden sedd. En annan kände sig pushad och påpekar att en stegvis nedtrappning av stödet var till stor hjälp för att bli mer självständig.

Beröm får personer som ansågs kloka, lyssnade och kunde förstå, med väl utvecklad empati.

Tre personer svarar dock att personalen inte gjorde någonting som var till hjälp i återhämtningen: ”Ingenting - det gick bara bakåt. De tog inte tillvara på det jag kunde själv. Jag fick lära mig det jag redan kunde”.

Hälften av de tillfrågade tycker inte att personalen kunde gjort mer – eller annorlunda – än vad de gjorde medan någon menar att de skulle varit vänligare, mer hjälpsamma och inte så hårda: ”De kunde ha hjälpt mig till vård då jag själv sökte hjälp. De var kalla”.

En person tycker att personalen kunde ha lyssnat bättre och inte tvingat sig på.

## 3.5 Brukarrevisorernas reflektioner

Nästan alla som svarar att de fått hjälp i sin återhämtning svarar att det är människor som har varit till hjälp i deras återhämtning. Det är knappt någon som svarar aktiviteter som hjälpsamma. Vi reflekterar över att det är viktigt för boendestödjaren att lära känna personen, att se till personens styrkor. I det ingår att lyssna på personen och ha förståelse för hens problematik. Att ha empati är viktigt. Personalen ska inte vara den som genomför förändringen hos individen utan ha rollen som pushande och stöttande så att den boende får möjlighet att göra saker som kan vara hjälpande. Någon beskriver boendestödjarna som hårda och att de tränger sig på. Det framkommer att det är jobbigt när personalen inte lyssnar och när personalen följer en ”mall” över vad som ska göras och inte ser till individen. Någon beskriver det som att hen var tvungen att lära sig saker som hen redan kunde. Några menar att personalen inte gjorde något som underlättade deras återhämtning.

Det verkar av svaren som att den boendes egen vilja är viktig och att denna därför bör uppmuntras. Det ansågs till hjälp av några intervjuade att personalen hade egen erfarenhet av deras problematik (missbruk) då de lättare kan sätta sig in i brukarens situation. Vi föreslår därför att det kunde vara relevant att anställa peer supporters i boenden. Så att de boende kan tala med någon som kan sätta sig in i hur det känns att leva med psykisk ohälsa och kanske har egen erfarenhet av att bo i stödboende.

Vi anser att vara lite påläst om olika diagnoser är en fördel för att personalen ska kunna göra ett bra jobb.

Någon nämner att det var viktigt att stödet minskar succesivt så att man blir mer självständig. Vi anser det viktigt att personen får pröva sina egna förmågor. Att se till vad personen kan och inte bara se till det sjuka är en grundläggande del i återhämtningen enligt oss.

Vi rekommenderar att personalen lägger lite extra energi på att stötta de som har ett dåligt kontaktnät utanför psykiatrin eftersom individer är viktiga för återhämtningen.

Vi rekommenderar också, för att göra relationen mer jämlik, att den hjälptagande får bidra med något i relationen utan även får ge något tillbaka till personal och medboende - inte bara passivt ta emot hjälp.

Många nämner att aktivt göra något är till hjälp för återhämtningen. Intervjuade nämner till exempel att delta i föreningsarbete, att få umgås med andra, att motionera eller att gå i terapi hjälper. Återigen - det finns ingen mall som personalen kan använda utan varje individ är unik och allas vägar till återhämtning är olika. Att aktivt fråga den boende vad denne vill göra som får hen att må bättre är viktigt. Personalen vet ofta inte vad som är bra för individen, då detta är så individuellt, om de inte frågar. Det finns till exempel ingen läkare som sitter inne med det korrekta svaret för en patient. Vi anser att få tillbaka självbestämmandet - att bli en individ som är att räkna med och som får bestämma själv är viktigt. Intervjuade uttrycker detta som att de inte blir lyssnade på.

## 3.7 Avslutningsvis

Vi frågade om den intervjuade saknade något från sin tid i stödboendet. Fem intervjuade svarade nej och två ja. Det som uppges saknas är den sociala samvaron och gemenskapen mellan boende och personal. Någon saknar några medboende som hen umgåtts med. Någon intervjuad menar att i stödboendet satt alla i samma situation. Man var mer jämlik och hade lättare att ta kontakt med sina grannar då än nu. Den sociala samvaron saknas.

Vi frågade om det är någon skillnad mellan vardag och helg. Fem av sju intervjuade svarade ja, två svarar nej. De som upplever en skillnad uppger bland annat att det är större skillnad nu än på stödboendet då personerna jobbar och är mer delaktig i samhället nu. Det känns mer att det är lördag. Någon söker jobb på vardagarna och är uppe sent och sover längre på helgerna. På stödboendet var rutinerna likadana varje dag menar någon, så är det inte längre. Det nämns också att det rörde sig mer folk i lokalerna under stödboendetiden och att det är lugnare nu. Den som nämner detta uppskattar lugn och ro.

Till sist frågade vi om den intervjuade hade något att tillägga. Det är bara en som vill tillägga något och säger att: ”Personalen kommenterade att jag såg sliten ut. Då höll jag mig på mitt rum”.

Vi avslutar med ett citat från en av intervjupersonerna som nu har egen lägenhet:

*”Jag har boendestöd här. Han kommer en gång i veckan. Han hjälper mig med praktiska saker. Jag saknar ingenting här.”*

Och vi tillägger att alla som deltog var positivt inställda till att bli intervjuade.

## 3.7 Brukarrevisorernas reflektioner

Bara några få saknar någonting från tiden i stödboendet och de personerna saknar då andra boenden och personal, alltså gemenskapen och den sociala biten. Resterande verkar ha ett annat umgänge i sin egen lägenhet. Av vad som framkom under intervjuerna saknar de allra flesta av de intervjuade ingenting från tiden i stödboendet. Flertalet tycker nu att de känner större skillnad mellan vardag och helg.När vi frågade om det fanns någon skillnad mellan vardag och helg på boendet var det flera som nämnde att det inte var någon skillnad eller att skillnaden i så fall handlade om hur mycket personalen jobbade på vardagar och helger. Vi föreslår att även olika boenden ska se till att det känns som att det är skillnad mellan vardag och helg, att man ska få känna att man uträttat någonting under veckan och sedan har lite guldkant under helgen. Vi tänker att detta skulle kunna vara ett stöd i rehabiliteringen, eftersom målsättningen med ett stödboende borde vara att de som vill senare ska kunna komma tillbaka till ett självständigt liv. Vi får intrycket att de intervjuade trivs bättre när det är skillnad mellan vardag och helg.

# 4. Förbättringsförslag

## Boendemiljön

● Att det ser fint ut på boendet kan bidra till en persons återhämtning, som färg på väggarna i boendet, gröna växter etc.

● Det är viktigt att man även i stöd- eller gruppboende ska få sätta sin egen prägel på sitt rum eller sin lägenhet samt ha inflytande över hur det ser ut i de allmänna utrymmena.

● Att personal uppmuntrar till ett socialt liv utanför boendet.

● Förslagslåda.

● Personal alla dagar i veckan.

● Eget badrum och egna kokmöjligheter.

● Att det ska finnas aktiviteter under tiden i boendet.

● Gör skillnad mellan vardag och helg, till exempel finare mat och få lite guldkant på tillvaron på helgen. Gemensam TV-kväll eller helgfika.

## Stödet

● Det är viktigt att man är lyhörd när genomförandeplanen skrivs så att boende får hjälp med det som de önskar och inte bara med det nödvändiga.

● Det är viktigt att de boende får ge tillbaka någonting till personalen så att man inte ständigt är passiv mottagare till andras hjälp. Exempelvis om en boende har ett intresse och kan lära ut det till personal så att de boende gör någonting aktivt i relationen.

● Det är önskvärt med personal även på natten. Med tanke på att boende uppgivit att hen inte vågar gå på toaletten nattetid. Att ta in väktare istället för nattpersonal verkar varken lönsamt eller trygghetsfrämjande.

● Stöd till att få en kontaktperson som kan ställa upp på enskilda aktiviteter om så önskas.

● Erbjud personalen fortlöpande utbildning i boendes problematik.

## Flytten

● Utökat stöd – peppning - till att våga ta steget till egen lägenhet eller träningslägenhet. Speciellt för de som inte har familj som stöttar.

● Samtalsstöd både för den som flyttar och för den som ”blir kvar” på boendet vid flytt.

● Hjälp att komma i kontakt med psykiatrin om det behövs och lyhörd personal.

## Det nya boendet

● Säkerställa att stödet från psykiatrin och socialtjänsten inte försvinner för att man flyttat till egen lägenhet. Om behov finns.

● Hjälp att motverka social isolering.

## Den nya vardagen

● Stödgrupper för kost och motion hos öppenvården eller kommunen.

● Hjälp att hitta aktiviteter och exempelvis få kontakt med brukarorganisationer, träfflokaler eller föreningar.

● Stöd att hitta sysselsättning, praktik eller studier. Eller utveckla den sysselsättning man redan har.

## Återhämtning

● Stegvis nedtrappning av stödet.

● Anställa peer supporters.

● Fråga vad den boende vill ha hjälp och stöd med.

● Pusha och stötta.

● Ta tillvara de boendes initiativförmåga.

● Ha kunskap om de boendes problematik.

# 5. Bilagor

## 5.1 Intervjumall Från stödboende till egen lägenhet

Bakgrundsfrågor

Förnamn:

Ålder:

Kön: Kvinna Man Annat

Hur länge sen var det du flyttade från stödboendet?  
  
Hur länge bodde du i stödboende?

Frågor.

Stödboendet.

1. Kan du beskriva hur stödboendet såg ut? (Lokaler)

2. Vilken typ av stöd hade du i stödboendet?

3. Hur såg en vardag ut för dig i boendet?

4. Var det någon skillnad på vardag och helg i boendet? Om ja- beskriv.

5. Vilka vardagliga kontakter hade du i stödboendet förutom personalen?

6. Vad var bra med att bo i stödboendet?

7. Var det något som var mindre bra/ dåligt med att bo i stödboendet? Om ja beskriv.

8. Vad var det som fick dig att vilja flytta från stödboendet?

9. Vilka personer hjälpte dig att komma till beslutet att flytta? På vilket sätt?

10. Vad hade du för tankar och känslor inför flytten?

11. Hade du kunnat flytta tidigare om du fått ett annat stöd? Om ja vilket?

Den egna lägenheten.

12. Vad har du för slags boende idag? (Träningslägenhet, försökslägenhet, eget boende?)

13. Är något annorlunda med ditt nya boende? Om ja vad?

14. Blev ditt boende som du önskade? Kan du berätta mer?

15. Om du hade drömmar- Var dina drömmar i stödboendet annorlunda från nu? Kan du berätta lite om det?

16. Trivs du bättre eller sämre i ditt nuvarande boende än i stödboendet? Berätta mer.

17. På vilket sätt skiljer sig din vardag nu från när du bodde i stödboendet angående -

17.1 Kosten?

17.2 Motion?

17.3 Vänner eller sociala kontakter?

17.4 Fritid?

17.5 Sysselsättning, arbete eller studier?

18. Saknar du något från din tid i stödboendet?

19. Är det nu någon skillnad på vardag och helg? Beskriv.

20. Vad var till hjälp i din återhämtning?

21. Vad gjorde personal som underlättade återhämtningen?

22. Önskar du att personal stöttat dig på något annat sätt än vad de gjorde? Kan du berätta lite om det?”

23. Har du något du vill tillägga som jag inte har frågat om?

24. Vad tyckte du om att bli intervjuad?

## 5.2 Bilaga Tystnadsplikt



Tystnadsplikt och sekretess

Riksförbundet för Social och Mental Hälsa

Denna försäkran gäller för brukarrevisorer inom RSMH, 802005-6985.

Härmed intygar jag att jag har tagit del av och förstått bestämmelserna i offentlighets- och sekretesslagen (bilaga) om vad som gäller för mig utifrån det uppdrag jag har för RSMH.

Jag försäkrar att jag inte talar om eller på annat sätt för vidare sådant som jag under uppdraget får reda på rörande enskilda personers personliga förhållanden så som till exempel enskilds hälsotillstånd.

Jag för inte heller vidare information jag får under uppdraget som gäller förhållanden i de verksamheter jag reviderar på uppdrag av RSMH.

Jag har förstått att det gäller under den tid jag är uppdragstagare och för all tid därefter.

Jag försäkrar att jag kommer att återlämna alla dokument och all annan information när mitt uppdrag är slutfört.

Jag är medveten om att jag bryter mot tystnadsplikten i sekretesslagen om jag inte följer sekretessbestämmelserna på rätt sätt. Jag vet att brott mot bestämmelserna kan leda till åtal för brott mot tystnadsplikten.

Jag är vidare medveten om att jag vid brott mot tystnadsplikten omgående mister mitt uppdrag för RSMH och att kvarvarande ersättning kan komma att ej betalas ut.

.....................................................................................

Ort och datum

.............................................………………………

Uppdragstagares namn och namnteckning

.............................................…… …………………………………………

Uppdragstagares personnummer Bevittnat av företrädare för RSMH

Bilaga 3

**Sekretessbelagd information och företagshemligheter**

Förhållandet mellan uppdragsgivare och uppdragstagare grundar sig på ömsesidig lojalitet och ömsesidigt förtroende. Uppdragstagare ska under sitt uppdrag, likväl som efter att detta upphört, iaktta diskretion rörande organisationens angelägenheter samt iaktta sekretess beträffande uppgifter som uppdragstagaren till följd av sitt uppdrag fått kännedom om och vars yppande kan medföra men för organisationen, dess medlemmar eller andra enskilda personer.

Uppdragstagare för RSMH kan under uppdragets fullgörande komma att få tillgång till information som är sekretessbelagd enligt bestämmelserna i Offentlighets- och sekretesslagen (2009:400). Av särskild betydelse är den sekretess som gäller till skydd för uppgift om enskilds hälsotillstånd eller andra personliga förhållanden i till exempel vårdens eller socialtjänstens verksamhet. Den som behöver service, vård och hjälp ska kunna vara trygg och säker på att inga känsliga uppgifter lämnas vidare till obehöriga.

Muntliga uppgifter eller skrivna handlingar får inte lämnas vidare till utomstående. Observera att ”utomstående” i detta sammanhang även innefattar din familj och dina vänner. Anställda/Ansvariga i verksamheten eller andra uppdragstagare, som inte behöver uppgiften för sitt eget arbete räknas också som utomstående. Det är av största vikt att sekretessbelagda uppgifter inte sprids vid tillfällen där dessa uppgifter inte ska tas upp eller obehöriga personer kan lyssna. Detta kan gälla på tåget, bussen eller andra platser dit allmänheten har tillträde.

Observera att ovanstående även gäller sekretessbelagd information som man har fått inför ett uppdrag.

Vidare kan anställd/uppdragstagare vid RSMH få del av sådan information som berör affärs- eller driftförhållanden i verksamheter som får anses näringsdrivande och som huvudmannen för denna belagt med sekretess; se lagen (1990:409) om skydd för företagshemligheter. Sådan information får självklart inte heller spridas i en vidare krets än vad som är nödvändigt för uppdragets fullgörande.