



CHIME I PRAKSIS

- Erfaringer fra Projekt Peer-støtte i Region Hovedstaden

Af Gry Krath Johansen

CHIME beskriver fem områder, der hver især eller i kombination fremmer personlig recovery hos mennesker med psykiske vanskeligheder.

CHIME er en forståelsesramme, som efterhånden anvendes af mange og i mange forskellige sammenhænge¹, men samtidigt er områderne i CHIME meget overordnede og løst definerede. Dette har sandsynligvis været nødvendigt for at give plads til de personlige og forskelligartede oplevelser blandt borgerne, hvis erfaringer CHIME bygger på, men den brede definition øger samtidigt risikoen for, at CHIME bliver en betegnelse for alt og intet, samt at CHIME kan blive et argument for alle mulige former for arbejdsmetoder og fremgangsmåder på det psykiatriske og psykosociale område.

Det kan gøre det vanskeligt at arbejde med CHIME og bruge forståelsesrammen til at styre efter for at skabe en mere recovery-orienteret praksis.

Denne artikel giver ikke et endegyldigt svar på, hvad CHIME er, men den giver et konkret bud på, hvordan CHIME kan forstås og bruges i praksis til at understøtte personlig recovery blandt mennesker med psykiske vanskeligheder.

Artiklens indhold bygger på erfaringer og kvalitative interviews med 27 modtagere af peer-støtte i forbindelse med 'Projekt Peer-støtte i Region Hovedstaden', som igennem en treårig periode har uddannet og ansat peer-støttemedarbejdere i psykiatriske og psykosociale indsatser i Region Hovedstadens Psykiatri, København, Rudersdal og Helsingør Kommune (læs mere om projektet her: www.peerstoette.dk).

HVAD BETYDER CHIME?

CHIME er udarbejdet af Mary Leamy et. al (2011)² på baggrund af en systematisk gennemgang af et bredt udsnit af den tilgængelige litteratur om, hvad der fremmer personlig recovery. CHIME beskriver fem overordnede områder, inden for hvilke personlig recovery er mulig. Disse er:

- Forbundethed (connectedness)
- Håb og optimisme (hope and optimism)
- Identitet (identity)
- Mening med tilværelsen (meaning in life)
- Empowerment

Områderne i CHIME kan understøtte personlig recovery hos mennesker med psykiske vanskeligheder³. Derfor er det en interessant forståelsesramme at arbejde med i udviklingen af recovery-orienterede

¹ Fx Scottish Recovery Network, Socialstyrelsen, Region Hovedstadens Psykiatri.

² Leamy, M., Bird, V., Le Boutillier, C., Williams, J., & Slade, M. (2011). Conceptual framework for personal recovery in mental health: systematic review and narrative synthesis. *The British Journal of Psychiatry*. 199(6): 445-452.

³ Læs mere om områderne i CHIME her: <https://vidensportal.dk/voksne/recovery/definition>

praksisser i behandlingspsykiatriske og psykosociale indsatser og i forbindelse med evaluering af recovery-understøttende indsatser, som vi fx har gjort i projektet⁴.

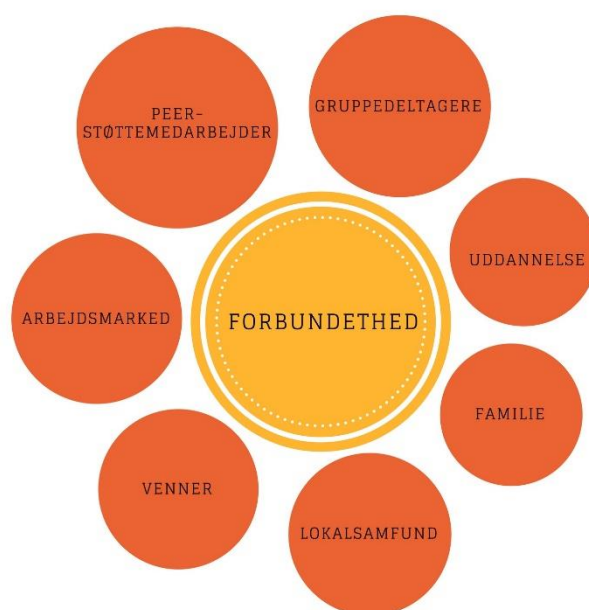
I deres artikel fremhæver Leamy et. al dog samtidig, at fordi personlig recovery er så individuel og kompleks en proces, skal CHIME ikke forstås som en rigid model for, hvad recovery 'er' (Leamy et. al 2011). Dette er en vigtig pointe, som vi vælger at dvæle ved i det følgende ved at inddrage eksempler fra praksis.

HVAD BETYDER CHIME – I PRAKSIS?

I 'Projekt Peer-støtte i Region Hovedstaden' har vi interviewet 27 borgere omkring deres erfaringer med individuel og gruppebaseret peer-støtte, samt hvilken forskel relationen til en peer-støttemedarbejder gør for dem. I den seneste evalueringsrapport anvender vi CHIME som analytisk ramme for det indsamlede data, og resultatet er bemærkelsesværdigt på flere måder.

For det første er det interessant at se, hvordan næsten alle borgernes oplevelser passer ind under de fem områder i CHIME. For det andet er det interessant at se, hvor stor forskel der er på, hvilke af de fem områder, der er særligt betydningsfulde for den enkelte borger. Sidst men ikke mindst er det bemærkelsesværdigt, at hvert område folder sig ud i en række forskellige underområder⁵. De fem områder i CHIME er altså kendetegnede ved at bære på et væld af betydninger, som formes af den enkelte borgers livssituation, behov, muligheder, ønsker m.m. I det følgende skitseres nogle af disse betydninger med udgangspunkt i projektets erfaringer og de adspurgte borgeres oplevelser.

Området **forbundethed** har eksempelvis mange forskellige betydninger fra borger til borger. Hvor nogle borgere fremhæver, at det er særligt vigtigt for dem at blive forbundet til peer-medarbejderen i en ligestillet og tryk relation, eller at fællesskabet med de øvrige deltagere i en peer-drevet gruppe er det centrale, oplever andre borgere det vigtigste som at få støtte til at genoptage relationen til familie og venner eller at etablere en form for forbundethed til lokalsamfundet, uddannelsessystemet eller arbejdsmarkedet - og de mennesker, der er en del af disse arenaer.



⁴ Se "Peer-støttens Resultater – Erfaringer fra Projekt Peer-støtte i Region Hovedstaden" (2018): <http://peerstoette.dk/informationsmateriale/>

⁵ Læs mere om peer-støttens betydning for modtagerne i rapporten: "Peer-støttens Resultater – Erfaringer fra Projekt Peer-støtte i Region Hovedstaden" (2018): <http://peerstoette.dk/informationsmateriale/>

På samme måde viser datamaterialet, at det er meget forskelligt, hvad der er vigtigt for den enkelte borger i forbindelse med området **håb og optimisme**.

For én borger er det centrale fx, at peer-støttemedarbejderen kan inspirere til, hvordan et arbejds- og familieliv kan lade sig gøre selv med psykiske vanskeligheder.

For en anden er det vigtigste peer-støttemedarbejderens evne til at indgyde håb om, at det er muligt at få det bedre.

For en tredje er det mest betydningsfulde peer-støttemedarbejderens fokus på borgerens ressourcer og muligheder.



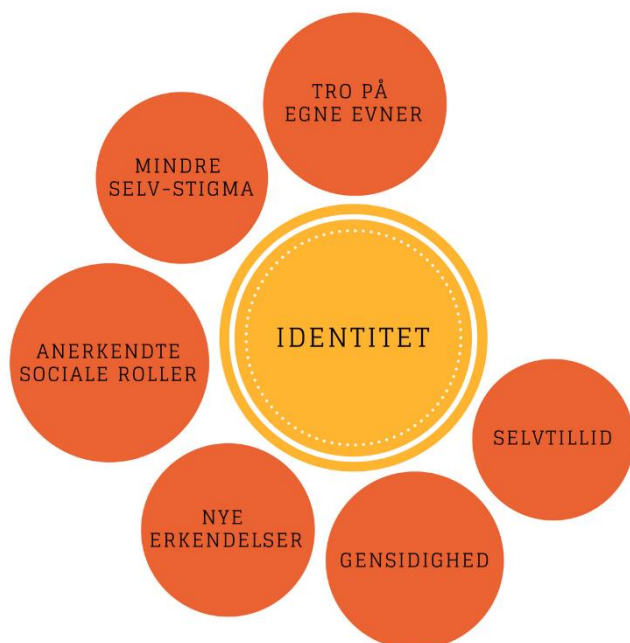
I borgernes fortællinger om (gen)opbygningen af en **positiv identitet** er der ligeledes stor forskel på, hvad dette indebærer og kræver.

For nogle borgere er det den gensidige forståelse med peer-støttemedarbejderen, som giver dem et mere positivt selvbillede.

For andre ligger forandringskraften i de erkendelser omkring eget liv og reaktionsmønstre, som opstår ud af samtalerne med peer-støttemedarbejderen.

Andre pointerer betydningen af, at peer-støttemedarbejderen viser, at psykiske vanskeligheder også kan være en ressource, og nogle beskriver, hvordan de via peer-tilbud som recovery-caféer og gruppeforløb kan indtage anerkendte sociale roller ved at være noget for andre mennesker.

Hvor det for nogle borgere er særligt vigtigt at slippe selv-stigmaet, er det det centrale for andre at (gen)opbygge troen på egne evner. Her er altså også store forskelle at spore i borgernes behov og vejen hen imod en mere positiv identitet.



Mening i tilværelsen er endnu et område, som er meget åbent for fortolkning og betydninger, for det er meget subjektivt, hvad der giver mening i tilværelsen. Er det deltagelse i samfundslivet, nære relationer, tilegnelsen af ny viden, religiøsitet, fodbold eller noget helt andet?

Borgernes erfaringer afspejler denne subjektivitet og interviewene peger på, at peer-støtte har kunnet bidrage til at fremme borgernes oplevelse af mening i tilværelsen på mange forskellige måder alt efter, hvad den enkelte borger har behov for. Det drejer sig fx om opbygningen af relationer og fællesskaber, inspiration til ny mening i tilværelsen, samfundsdeltagelse, at finde mening i oplevelser og handlemønstre samt at få en tryk relation/fællesskab at stå op til og tage del i.

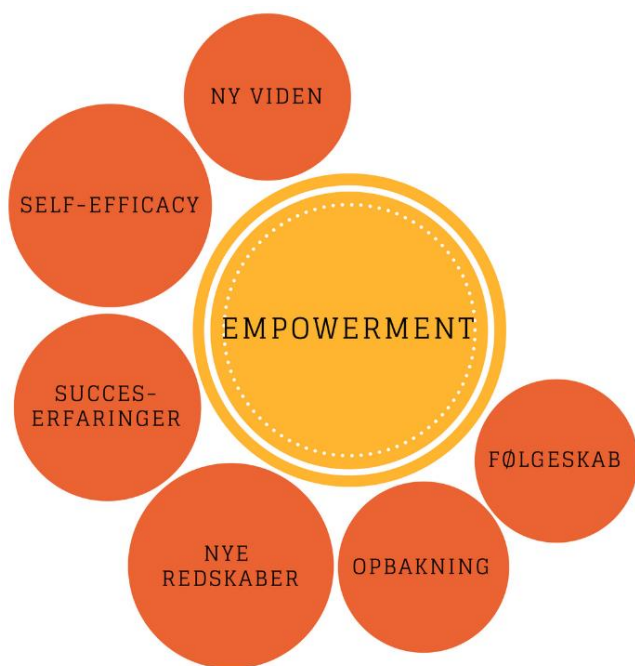


Empowerment er det sidste af de fem områder, der fremhæves i CHIME. Empowerment er et komplekst begreb, som igennem tiden er blevet tilskrevet mange forskellige betydninger. Dette kan i sig selv gøre det vanskeligt at anvende i praksis. Empowerment bliver tit oversat til 'handlekraft' eller 'handlemuligheder', men det kan også referere til de materielle, sociale og menneskelige ressourcer, som mennesker handler ud fra samt de handlings-erfaringer, den enkelte har, der påvirker fremtidig handlen¹. Komplekst altså.

I borgernes fortællinger træder der ligeledes et nuanceret billede frem af, hvad de hver især har behov for for at kunne handle anderledes, samt hvilke handlinger, der opleves som nødvendige for at skabe de ønskede forandringer i livet.

Hvor nogle borgere fremhæver, hvordan succes-erfaringer med bestemte handlinger afstedkommer flere handlinger, oplever andre, at peer-støttemedarbejderens eksempel muliggør troen på recovery, som kan gøre det muligt at handle på nye måder.

Nogle borgere fremhæver betydningen af peer-støttemedarbejderens opbakning og fysiske følgeskab som en central faktor, der styrker deres handlekraft, og andre oplever, at de via relationen til en peer-støttemedarbejder har fået ny viden om den behandlingsmæssige kontekst og deres egne muligheder, hvilket gør ny handling mulig.



De mange praksiseksempler viser, hvordan de fem områder i CHIME indeholder en myriade af betydninger, som skifter fra subjekt til subjekt afhængig af det specifikke sted i livet, borgerne befinder sig, hvor langt de er i deres recovery-proces, samt hvilke udfordringer, erfaringer, ønsker og drømme m.m., de bringer med sig.

HVORDAN KAN CHIME SÅ ANVENDES?

Risikoen ved at anvende CHIME er, at det kan være fristende at bruge områderne til på forhånd at definere, hvad der er vigtigt for borgerne, på hvilken måde det er vigtigt, samt hvordan borgerne kommer "i mål". Men som eksemplerne ovenfor viser, kan de fem områder ikke forstås - og anvendes - så simpelt.

Borgernes fortællinger peger først og fremmest på, at det er meget individuelt, hvilke af de fem områder de hver især oplever som særligt vigtige i forbindelse med deres personlige recovery-proces. Derudover peger erfaringerne på, at der ofte er store individuelle forskelle på, hvad det enkelte menneske oplever som betydningsfuldt indenfor hver af de fem områder i CHIME.

En grundtanke i recovery er, at borgeren skal støttes i at definere og udtrykke sine egne behov, og at borgerens behov skal være styrende for den behandling og støtte, denne modtager. CHIME beskriver fem overordnede områder, inden for hvilke personlig recovery er mulig, men det er ikke en rigid model for, hvad recovery 'er' (Leamy et. al 2011). CHIME giver altså ikke fagprofessionelle, peer-støttemedarbejdere og andre et frikort til at antage noget om borgernes situation, behov og ønsker. CHIME giver dog en forståelsesramme at sætte borgernes erfaringer, behov og ønsker ind i samt et fælles sprog til at tale om recovery. Og heri ligger en af styrkerne ved CHIME. Scottish Recovery Network beskriver, hvordan CHIME kan bruges som en fælles forståelsesramme for borgere og fagprofessionelle, der kan guide de overordnede samtaletemaer og skabe tydelighed omkring, hvad man taler sammen om og hvorfor⁶. En manager fra et botilbud, der har anvendt CHIME til at forme deres samtaler med beboerne, fortæller fx, at:

"CHIME has allowed staff to really know what they were asking and why and allowed each support plan to become more person-centred."

CHIME kan på denne måde skabe en fælles bevidsthed omkring, hvilke områder, der *kan* være vigtige at støtte borgerne i, og CHIME giver et fundament, som borgere og fagprofessionelle kan tale sammen ud fra. For at CHIME bliver et redskab, der kan bidrage til at fremme personlig recovery, er det dog nødvendigt at borgerne sikres retten til at definere, hvad netop de har behov for, og hvordan deres vej mod recovery ser ud. CHIME må ikke blive en kasse, den enkelte skal passe ind i. Kassen skal forme sig efter den enkeltes erfaringer, ønsker, behov, mål, ressourcer, begrænsninger og muligheder. Kun på denne måde kan CHIME understøtte personlig recovery hos mennesker med psykiske vanskeligheder.

Organisationer, der ønsker at anvende CHIME i udviklingen af indsatserne til borgerne, kan fx inddrage INSPIRE, som er et måleredskab, der vurderer borgernes udbytte af en service eller indsats. INSPIRE er udviklet på baggrund af CHIME som del af forskningsprogrammet REFOCUS⁷ og tager udgangspunkt i de samme fem overordnede områder. Derudover eksisterer der mange andre redskaber til at måle og udvikle organisationers recovery-orientering, som kan inddrages i arbejdet med at udvikle de eksisterende indsatser. Region Hovedstadens Psykiatri beskriver de vigtigste her:

⁶ Se: <https://www.scottishrecovery.net/resource/using-chime-as-a-mechanism-for-support-planning/>

⁷ <http://www.researchintorecovery.com/measures>

https://www.psykiatri-regionh.dk/centre-og-social-tilbud/kompetencecentre/Rehabilitering-og-recovery/Publikationer/Documents/at_maale_recovery_event.pdf