

Bruker
Brukermedvirkning
Bruker med virkning
Tverrfaglig samarbeid
Partnerskap

R
D

En brukermedvirkningsprosess i HUSK

Forord

I april 2008 var brukere fra alle HUSKene med på en bevisstgjøringsprosess sammen med forskere fra DIASOS. Det kom fram mye læring gjennom denne prosessen og det ble dessuten skapt nettverk på tvers av HUSKene. KREM ønsket å videreføre dette arbeidet og ytterligere fremme fokus på brukerstemmen i HUSK prosjektene ved nok en gang å samle brukerne som har medvirket i de ulike HUSKene sammen med forskere fra DIASOS, Elisabeth Brodtkorp og Tor Slettebø.

August 2010 ble det derfor gjennomført et skriveseminar. Kurset vil holdes av forfatter og journalist Elisabeth Arnet har vært en viktig bidragsyter i denne prosessen både som inspirator, foreleser og veileder.

Tema for arbeidet er *Læring og effekter av HUSK sett med brukernes øyne*, og arbeidstittelen har vært: *Læring og effekter av samhandling på tvers av fag, rolle og posisjon*. Arbeidet har hatt et overordnet blick på læring og effekter av at brukerperspektivet tas på alvor. Hva som har skjedd med makt, rolle og posisjon og hva har forekommet av bevegelse på individnivå.

Arbeidet er utført i samarbeid med Elisabeth Brodtkorp og Tor Slettebø, KREM og brukere i de ulike HUSKene.

Tema: Læring og effekter av HUSK sett med brukernes øyne.

Arbeidstittel har vært: «Læring og effekter av samhandling»

Denne rapporten er utgitt av

KREM, KREativt og Mangfoldig arbeidsliv
Snipetorpgt. 31
N-3715 SKIEN
www.krem-norge.no

Rapport 2011/2

ISBN 978-82-93207-02-3 (trykk)
ISBN 978-82-93207-03-0 (pdf)

Elektronisk distribusjon

KREM:
www.krem-norge.no

Diakonhjemmet Høgskole:
www.diakonhjemmet.no

Høgskolen i Oslo og Akershus:
www.hioa.no

Layout

Ellen M. Gundersen
ellentus@online.no

Trykk

Copy Co AS, Oslo

Opphavsrettigheter

Forfatterne har opphavsrettighetene til rapporten.
Nedlasting for privat bruk er tillatt.
Mangfoldiggjøring, videresalg av deler eller hele rapporten er ikke tillatt uten avtale med forfatterne eller Kopinor.

Copyright © 2011 KREM

Målgruppen for arbeidet er: Brukere, forskere, sosialarbeidere og studenter.

Vi mener det er viktig at denne dokumentasjon bearbejdes og utvikles av representantene fra bruker side.

HUSK – et nasjonalt prosjekt

Høgskole- og universitetssosialkontor (HUSK)-prosjektet er et femårig (2007-2011) forsøk på å utvikle bedre sosiale tjenester ved å styrke kunnskap og kvalitet i sosialtjenesten. Hovedmålet er forankret i Nasjonal strategi for kvalitetsforbedring i sosial- og helsetjenesten "og bedre skal det bli" (Sosial- og helsedirektoratet 2005). HUSK finansieres av Arbeids- og velferdsdirektoratet.

Prosjektet har strategiske mål for å styrke ledelse, utøver og bruker ved å fremme strukturer og arenaer for forpliktende og likeverdig samarbeid mellom sosiale tjenester, forskning, utdanning og brukere, og å styrke praksisbasert forskning og kunnskap som grunnlag for praksisutøvelse.

I HUSK er det opprettet fire prosjekter med basis i utdannings- og forskningsinstitusjoner i Agder, Midt-Norge, Stavanger og Osloregionen og med delprosjekter i 20 kommuner. **I HUSK skal brukerne trekkes aktivt med som en likeverdig part i samarbeidet med praktikere og forskere.** De ulike HUSK-prosjektene har valgt ulike måter å organisere virksomheten sin på og ulike former for samarbeid. Dette gjelder blant annet strukturer for deltagelse og medvirkning av partene.

KREM er en brobyggerorganisasjon av, med og for mennesker som har erfaring som brukere av offentlige tjenester og/eller på andre måter er engasjert i arbeidet med å utvikle samarbeidsmodeller mellom offentlig forvaltning, brukere og arbeidslivet. **Det bærende prinsipp, og en grunnleggende verdi i KREMs arbeid med offentlig forvaltning, er likeverdig partnerskap mellom faglig kompetanse (forvaltningen) og livserfaringskompetanse (bruker).** KREMs mål er å bidra til at enkeltmennesker i fellesskap

kan virkeliggjøre egne visjoner, ønsker og mål basert på de krefter som ligger i mot, vilje og evne. I tillegg har KREM ambisjon om å påvirke samfunnets holdninger til personer som står utenfor lønnet arbeidsliv ved å vise at folk selv tar ansvar, og gjennom handling søker nye veier for løsninger.

KREMs overordnede mål og hensikt er å bidra til å skape et kreativt og mangfoldig arbeidsliv. Målgruppen er personer som mottar bistand fra offentlig forvaltning, står utenfor skole eller arbeid og ansatte i offentlig forvaltning. Flere av brukerne i HUSK arbeider nå i KREM, og flere av dem har deltatt på KREMs kurs i endringsmetode.

Brukerne representert i HUSK har deltatt i ulike former for styrings- og referansegrupper i de lokale HUSK-prosjektene, og de har vært med på å arrangere konferanser, kurs og seminarer. Brukerne har også hatt ulike roller i enkeltprosjekter som har vært definert og utviklet lokalt. En fellesnevner i prosjektene har vært vektleggingen av et brukerperspektiv i utvikling og evaluering av tjenestene. Spennvidden i prosjektene er stor og de knytter seg til ulike former for brukermedvirkning. **Prosjektene har dreid seg om: Syssetsetting av ungdommer, helsehjelp til langtidsmottakere av sosialhjelp, utprøving av nye arenaer for samarbeid mellom brukere, praktikere og forskere, etablering av brukerkontor, utvikling av metoder for evaluering av praksis som involverer både brukere og praktikere, samt utprøving av nye metoder for brukermedvirkning overfor etniske minoriteter. Det har også vært gjort forsøk med å trekke brukerne mer aktivt inn i beslutningsprosesser i sosialtjenesten.**

Hovedtyngden av prosjektene har vært rettet mot sosialtjenesten, men enkelte av prosjektene har også foregått andre steder, for eksempel i helsetjenestene. Andre forsøk har dreid seg om brukermedvirkning i praksisbasert forskning. En takk til Arbeids- og velferdsdirektoratet som har bidratt økonomisk, slik at dette heftet kunne realiseres.

Vi takker alle involverte for samarbeidet og ønsker dere god lesning.

Hilsen Tor Slettebø, Elisabeth Brodtkorb og Hilde Dalen



**Empowerment,
brukermedvirkning,
medbestemmelse,
medinnflytelse,
samarbeid,
partnerskap,
bruker,
aktør
eller samarbeidspartner?**

Hva passer best?

Begreper som empowerment, brukermedvirkning og partnerskap har i stor grad vært utviklet av fagfolk og forskere, men hva mener brukerne selv om disse begrepene?

På samme måte har behovet for brukermedvirkning ofte vært et uttrykk for profesjonelle, ledere, politikere og forskere sine behov for svar på ulike spørsmål. Det er ikke gitt at brukerne selv oppfatter disse spørsmålene som relevante. **Hva finner vi om vi snur dette på hodet og spør dem det gjelder?**

I en "bottom-up-tilnærming" er det relevant å betrakte hjelpetilbudet fra brukernes egen synsvinkel, og samtidig gi dem anledning til å påvirke utviklingen av tilbudene basert på hva de mener er gode tjenester.

I dette heftet presenteres brukernes tanker, meninger og erfaringer knyttet til disse begrepene – både som praksis og teori. Spørsmålene som reises er: **Hva forstår de med begreper som empowerment, brukermedvirkning og partnerskap, og hvordan har de erfart det i HUSK- prosjektet?**

Brukerne som kommer til ordet i dette heftet har alle vært aktive deltakere i det nasjonale HUSK – prosjektet. I tillegg til dette heftet har brukerne i samarbeid med forskere, tilknyttet prosjektet, skrevet en artikkel. Begge publikasjonene er bidrag i arbeidet med å bringe tjenestemottakernes perspektiver inn i tjenesteutvikling, og i utviklingen av praksisteori for sosialfaglig arbeid.

Empowerment

Empowerment er et honnørord, og det trengs ytterligere avklaring for å gi begrepet mening i en gitt sammenheng. Det er vanskelig å gi en kort og entydig definisjon av begrepet empowerment fordi begrepet rommer mange motstridende ideologier og strømninger. Det engelske ordet "empower" har to betydninger: 1. to give power or authority to; authorize; og 2. to enable or permit (Oxford English Dictionary 1971). **På norsk brukes begrepet om å gi makt eller kontroll til, og å gjøre i stand til eller å tillate.** Ord som myndiggjøring blir også benyttet.

I både den engelske og den norske betydningen ligger det en spenning mellom den aktive og passive forståelsen av empowerment. Vi mener at det er viktig å understreke at brukerne selv skal stå for sin egen empowermentprosess, og at fagfolkens rolle er å legge til rette for at dette kan gjøres.

Empowerment er ikke noe man gjør med folk, men det er noe som folk kan velge å gjøre selv.

De innebygde motsetninger kan gjøre det vanskelig for fagfolk som skal forsøke å implementere teorien i praktisk utøvelse. I tillegg beskrives empowerment både som et perspektiv, en teori, en metode, en tilnærming og som en ideologi. Beskrivelsen av empowerment vil med det være avhengig av hvilken kontekst, virkelighetsforståelse og menneskesyn som legges til grunn.

Sentralt i flere av definisjonene av empowerment, er at brukerne får mulighet for å ta kontroll over sine egne liv, og at de opplever at de har innflytelse og makt til å påvirke egne livsbetingelser og forhold som kan øke deres helse og velferd. En kort og sammenfattet definisjon av empowerment på norsk er:

Empowerment er et mål og en prosess hvor brukerne individuelt eller kollektivt får anledning til å ta økt kontroll over eget liv ved å påvirke egne livsbetingelser og ved å ha innflytelse i tiltak og tjenester som kan gi bedre levekår og livskvalitet.

Slettebø, Brodtkorb, Dietrichson og Lyhne 2009

I en demokratisk tilnærming til empowerment forventes det at brukerne i tillegg til å påvirke utviklingen av egne tiltak, skal ha innflytelse i forhold til de organisasjoner og institusjoner som påvirker og utøver kontroll over deres livsbetingelser. I et slikt perspektiv er brukermedvirkning også en del av en sosialpolitisk bevegelse der det legges vekt på sosial inklusjon, autonomi og uavhengighet, med mål om å styrke brukernes rettigheter som medborgere (Beresford 2002). Brukermedvirkning er altså et viktig element i empowermentttenkningen.

Brukermedvirkning som teoretisk begrep

Brukermedvirkning har lenge vært både et mål og et virkemiddel i sosialfaglig arbeid, men det kan likevel være vanskelig å få til. Selv der hvor kunnskapsutviklingen kan virke velmenende, radikal og frigjørende, kan den likevel inneholde elementer som kan oppleves som undertrykkende for tjenestemottakerne.

Brukermedvirkning er heller ikke et entydig begrep, men det kan defineres som "de som berøres av en beslutning, eller er brukere av tjenester, får innflytelse på beslutningsprosessen og utformingen av hjelpetilbudet" (St. meld. Nr. 34 (1996-97), s. 29). En enkel måte å definere en bruker på er å si at det er en som benytter seg av et offentlig tjenestetilbud (Rønning og Solheim 1998, s. 21).

Ordet bruker kan oppfattes på mange ulike måter. En bruker kan være en person som "bruker" hjelpeapparatet utelukkende til fordel for seg selv. En bruker kan assosieres med en stoffmisbruker, en rolle som noen etterhvert har lagt bak seg.

Kurset i endringsmetoder i regi av KREM har åpnet opp for å forstå relasjonen til hjelpeapparatet på flere måter. På den ene siden er brukere mottakere av tjenester, i alle fall for en periode, men de er også noe mer. Brukere har kunnskaper og erfaringer som fagfolkene, administratorene og politikerne trenger, både for å gi bedre hjelp til den enkelte, men også for å kunne utvikle et bedre tjenestetilbud for alle. Således

kan brukere også betraktes som samarbeidspartnere. Ordene som brukes må kunne ta høyde for at vi ikke "er enten eller", men at vi er "både og".

En god relasjon kjennetegnes av at begge partene opplever at de er mottakere og givere, at vi gir og at vi får. Det er denne vekselvirkningen som er grunnlaget for at vi opplever gjensidighet og mening i samhandlingen med andre. Ofte er det **relasjonen til hjelpeapparatet som avgjør om man kan kalles en bruker, en kunde eller en klient**. Begrepene som benyttes vil være avhengig av hvilke valg- eller påvirkningsmuligheter hun eller han antas å ha, og hvilken kontekst og hvilke relasjoner som beskrives. En kritisk innvending til disse begrepene er at de bare vektlegger enkelte sider ved brukerne, og at andre ikke blir tillagt verdi, for eksempel at de også er handlende og kompetente aktører (Sandbæk 2000). Til tross for innvendingene, har vi valgt å benytte oss av brukerbegrepet i påvente av et bedre alternativ.

Med begrepet bruker forstår vi personer som er i kontakt med offentlige tjenester og som ikke har anledning til å velge alternative tiltak, men som skal kunne påvirke det nåværende på ulike måter.

I teori om brukermedvirkning skilles det vanligvis mellom ulike nivåer og grader av medvirkning. Når det gjelder nivåer av medvirkning, skilles det mellom individuell og kollektiv medvirkning. Det er formålet med medvirkning som avgjør hvilket nivå som beskrives. **Med individuell medvirkning er formålet at den enkelte har innflytelse i sin egen sak.** Individuell medvirkning handler om at den enkelte skal bli hørt og få anledning til å komme med forslag til hva som skal gjøres og at disse synspunktene blir tillagt vekt i utformingen av tiltaket. **Med kollektiv medvirkning er formålet å påvirke utviklingen av det generelle tjenestetilbudet og som får konsekvenser for alle brukerne av tjenesten** (Slettebø og Seim 2007). Kollektiv medvirkning kan foregå lokalt, men også overfor sentrale myndigheter med den hensikt å påvirke lover og retningslinjer. Kollektiv brukermedvirkning kalles også medvirkning på systemnivå (Rønning og Solheim 1998).

I denne typen brukermedvirkning er det oftest flere som deltar. Det kan være en gruppe eller en organisasjon, men det kan også utføres av enkeltpersoner som deltar i planlegging som får betydning for alle brukerne av tjenesten.

Kollektive medvirkningsformer kan være: Samarbeid med brukerorganisasjoner, brukerundersøkelser, høringsmøter, søkerkonferanser, arbeids- og referansegrupper, brukerråd, dialogkonferanser mv.

I teorien skilles det også mellom ulike grader av medvirkning. Vanligvis forstås medvirkning som en mulighet til å påvirke og at medvirkning gir resultater (Arnsteins 1969). Medvirkning må bety at brukerne skal ha innflytelse hvis brukermedvirkning skal få et reelt innhold. Ellers blir begrepet bare retorikk. Det er ikke tilstrekkelig å lytte til brukerne fordi det å lytte til brukerne ikke nødvendigvis gir resultater. **Ideelt sett skal brukeren ha anledning til å forhandle seg frem til løsninger og helst ta egne avgjørelser innenfor rammene av lovverket.**

Sherry Arnstein påpeker at ikke alle måter å delta på sikrer at undertrykte når målet som er å komme i en maktposisjon (Arnstein i Andrews 2003). Arnstein har utarbeidet modellen **"A ladder of participation"**, som viser ulike grader og nivåer av brukermedvirkning. Vi finner det interessant å diskutere nyansene i begrepet brukermedvirkning, opplevelsen av det og hvilke kjennetegn det har i et prosjekt som HUSK som har tatt mål av seg å utvikle tjenester basert på likeverdig samarbeid mellom forskning, praksis og brukere.

Sherry Arnsteins brukermedvirkningsmodell har åtte separate trinn, hvorav bare de tre øverste faktisk kan kalles grader av maktoverføring og kontroll. De to nederste trinnene, *manipulasjon og terapi*, kaller hun ikke brukermedvirkning. I midten har hun plassert ulike grader av symbolsk medvirkning, medvirkning som er mer eller mindre reell. Arnstein påpeker at det må skje en reell

«Ladder of participation»

etter Sherry Arnstein 1969

8. Full kontroll og styring Grader av brukerstyring. Makten endres.
7. Delegert makt
6. Partnerskap
5. Uttalerett Grader av symbolikk. Makten endres ikke.
4. Konsultasjon
3. Informasjon
2. Terapi Ikke deltakelse
1. Manipulasjon

overføring av makt. Det betyr at maktøverne (saksbehandlere, helsearbeidere eller eksperter) må gi fra seg både kontroll og makt. Mye av det som kalles brukermedvirkning i dag er, i følge Arnstein ikke reell medvirkning.

De to nederste trinnene er i følge Arnstein det samme som ikke-deltakelse. Her har deltakelsen som mål å enten utdanne eller behandle noen. **I det tredje, fjerde og femte trinnet blir det åpnet opp for at målgruppen kan motta informasjon og bli hørt, for eksempel gjennom spørreundersøkelser, konsultasjoner, allmøter osv.** Maktøverne (saksbehandlere, beslutningstakere og eksperter) velger selv hvorvidt de vil ta hensyn til disse synspunktene. Dersom deltagelsen er begrenset til disse nivåene, er det ingenting som sikrer at noe blir endret. I en partnerskapsposisjon kan derimot målgruppen inngå i samspill med de som har makt, og mulighetene er til stede for at makteforhold kan forskyves. **De øverste nivåene markerer således en forskyvning i forhold til makt.**

Arnstein sier ikke noe om det alltid er ønskelig at makt forskyves og at brukerne bestemmer. Det er bruk for ekspertkompetanse, og profesjonell maktbruk kan derfor være det rette. Å gi fra seg makt kan også være en form for manipulasjon, i form av ansvarsfraskrivelse hos de profesjonelle. Ingen er noen gang i besittelse av full kontroll, og ingen har mulighet til å ha full oversikt over konsekvensene av alle handlinger. Det øverste nivået med full brukerstyring kan virke forlokkende, men er sannsynligvis utopisk. Empowerment oppnås ikke ved at maktesløse blir overlatt til å forvalte sine egne problemer. **Det dreier seg altså om å være bevisst på hvor man finner seg på stigen, og om det i et gitt tilfelle er rett å være der man er for øyeblikket.**

Vi vet at brukermedvirkning ikke nødvendigvis forstås på samme måte hos alle deltakere i ett og samme prosjekt. **Brukermedvirkning må oversettes og forstås på nytt i hver situasjon for å gi et meningsfullt innhold,** og dermed kan det også bli vanskelig å vurdere "hvordan brukerne har opplevd brukermedvirkning". I en situasjon hvor man er skuffet og irritert, vil man sannsynligvis ha en annen opplevelse av brukermedvirkning enn når alt er bra (Ausland, Liv Hanson. 2009. På vei til egen bolig: Boligprosjektet i Skien 2006-2008.)

Samhandling og partnerskap

Når det gjelder samhandlingen med offentlige tjenester, fremstilles partnerskap og samarbeid som et ideal. I den profesjonelle forståelsen blir begrepet partnerskap ofte stående som et prinsipp for god praksis, men uten at begrepet er blitt drøftet kritisk.

Det er flere forutsetninger for partnerskap.

For det første kreves det en relasjon mellom brukerne og fagfolkene. Aktørene må kunne oppleve at de er i en

dialog. Hvis denne forutsetningen ikke er til stede, må brukerne få tilbud om å bytte saksbehandler på lik linje med, for eksempel fritt valg av primærlege. For det andre kreves det at brukerne får informasjon om rettigheter, om hjelpetilbud, om organiseringen av tjenestene, om beslutningsprosesser og klagemuligheter. Dette sikrer ikke medvirkning i seg selv, men er viktige forutsetninger for reell medvirkning.

Partnerskap mellom mottakerne av tjenestene og fagfolkene og hva det kan bety:

- At både brukernes erfaringer og de profesjonelles fagkunnskaper anerkjennes.
- At ansvaret for samarbeidet deles i fellesskap mellom brukerne og fagfolkene, og at det forhandles om løsninger.
- At brukerne får reelle valgmuligheter og innflytelse.
- At det er åpenhet om maktforskjeller må erkjennes.
- At både brukerne og fagfolkene skal føle seg som likeverdige aktører, selv om makten ikke alltid er jevnt fordelt.
- At det stilles krav om, og forventninger til, innsats fra begge parter.
- At det foretas løpende evaluering: Hvert møte skal avsluttes med en kort evaluering om hva partene opplevde som bra og hva som kunne ha vært gjort annerledes.

(Slettebø, mfl 2009)

Hva som forstås som partnerskap i én relasjon, kan oppleves som en tvangstrøye for andre. **Definisjonen av partnerskap må alltid forhandles frem i hvert enkelt tilfelle, og må ta utgangspunkt i brukernes ønsker og behov, og den konteksten møtet finner sted i.**

Brukernes erfaringer og syn på brukermedvirkning

Deltakerne i endringsmetodekursene og i HUSK-prosjektet har brukt mye tid til å drøfte ulike begreper som benyttes på mottakere av velferdstjenester og relasjonen de har til fagfolkene. På et kurs våren 2008 drøftet deltakerne den teoretiske forståelsen av brukermedvirkning. Brukermedvirkning ble samtaletema under frokost, lunsj og middag i tillegg til å være tema i forelesninger og i gruppediskusjoner. Etter dette har debatten fortsatt deltakerne seg imellom og med forskerne. Det er vanskelig å bli ferdig med denne diskusjonen fordi det handler om vår identitet, hvordan vi forstår oss selv, hvordan andre oppfatter oss og hvordan vi vil at andre skal oppfatte oss. Dessuten endrer vår identitet seg etter hvert som vi gjør oss nye erfaringer. I tillegg har vi mange ulike identiteter. Kontakten med hjelpeapparatet er bare én side av mange relasjoner vi inngår i. Vi er mødre, fedre, kjærester, tanter, onkler, venner, naboer, sjefer, forskere, aktivister, konger, dronninger og mye mer. Det er slik

at vi går inn og ut av mange roller i livene våre, og vi ønsker ikke bare å bli redusert til en av disse, for eksempel til en "bruker".

Deltakerne i HUSK er ikke enige om hvilket begrep som er best. De er derimot forent om at relasjonen mellom tjenestemottaker og tjenesteyter må bygge på en forståelse av at kunnskaper og erfaringer fra begge parter må tillegges verdi. **Maktforskjeller mellom de ulike partene vil alltid være til stede, men det behøver ikke være til hinder for utvikling av gjensidighet.**

Deltakerne i HUSK-prosjektet har gjort seg mange erfaringer om hva som har gitt dem innflytelse. De understreker behovet for kunnskaper om hva brukermedvirkning er eller kan være, og hva de kan ha innflytelse på. En viktig forutsetning for medvirkning har vært å få bedre kjennskap til regelverket, og hvordan de kan medvirke i egen sak eller på systemnivå. Dette har gitt dem et språk, en forståelse og et begrepsapparat og opplevelsen av å ha blitt lyttet til av fagfolkene. Andre forhold som har bidratt til økt medvirkning har vært konkrete erfaringer, oppgaver og ansvar. Gjennom dette er deres kompetanse gjort tilgjengelig for andre og den er blitt tatt på alvor. Dette har også gitt dem en følelse av mestring, noe som har gitt et mer positivt selvbilde og bedre forutsetninger for å gå i dialog.



Fagfolkene holdninger til brukerne har også vært av betydning, for eksempel ved at de også kan gå inn i rollen som elev og lytte fordomsfritt før de gjør seg opp en mening om det videre forløpet. Fagfolkene relasjonelle kompetanse og oppfølging av den enkelte, er viktige egenskaper som fremmer medvirkning.

Brukermedvirkning er ikke en teknikk som skal anvendes. Brukermedvirkning er like mye et uttrykk for en holdning. Medvirkning må gjøres ut fra den enkeltes behov og ønsker, og derfor må det alltid forhandles om hvordan det skal gjøres. En rettesnor kan være: Spør dem det gjelder.

I HUSK-prosjektet er det mange som legger vekt på betydningen av tilhørighet. Følgende sitat uttrykker det mange har erfart:

"For meg har opplevelsen av å medvirke i HUSK vært at jeg har vært del av noe, at jeg har hatt noen som jeg kan samarbeide med".

Det er vanskelig å medvirke alene, men sammen med andre går det lettere. Kollektiv aktiviteter, enten det er i et arbeidsfellesskap eller i en organisasjon, synes kanskje å ha vært den viktigste forutsetningen for medvirkning. Fellesskapet med andre er viktig, og **omdreiningspunktet fant sted der alle partene opplevde samarbeidet som nyttig.**



Referanser

Arnstein, Sherry R. 1969. A Ladder of Citizen Participation. *Journal of the American Institute of Planners*. Vol. 35, July, 216 - 224.

Ausland, Liv Hanson. 2009. *På vei til egen bolig: Boligprosjektet i Skien 2006-2008*. Sluttrapporten. HENÆR-rapport: 02/2009.

Beresford, Peter. 2002. User Involvement in Research and Evaluation: Liberation or Regulation. *Social Policy and Society*. Vol. 1, nr.2, 95 - 105.

Oxford English Dictionary 1971

Rønning, Rolf og Liv Solheim (1998) *Hjelp på egne premisser. Om brukermedvirkning i velferdssektoren*. Oslo, Universitetsforlaget.

Sandbæk, Mona (2001) Kan barneverntjenesten forhold seg til både foreldre og barn som brukere og aktører? I M. Sandbæk (red.) *Fra mottaker til aktør. Brukernes plass i praktisk sosialt arbeid og forskning*. Oslo, Gyldendal Akademisk.

Seim, Sissel og Tor Slettebø ("2007) *Brukermedvirkning i barnevernet*. Oslo. Universitetsforlaget

Slettebø, Tor, Elisabeth Brodtkorb, Vanja Dietrichson og Kim Lyhne. 2009. *KREMs kurs i endringsmetode. Beskrivelse og evaluering av nye metoder for avklaring om deltakelse i kvalifiseringsprogrammet*. Rapport 2009:6, Oslo: Diakonhjemmet Høgskole.

Sosial- og helsedirektoratet (2005) *"og bedre skal det bli"*, Nasjonal strategi for kvalitetsforbedring i sosial- og helse-tjenesten.

St.meld nr. 34 (1996-97) *Resultater og erfaringer fra Regjeringens handlingsplaner for funksjonshemmede og veien videre*.

Jeg måtte slutte å legge ansvaret for mitt liv i fanget på andre. Jeg måtte selv finne ut hvem jeg var, og hvem jeg ville være. Men det var kun meg selv som kunne ta disse valgene.

TEKST: TOM BYBERG THORSTENSEN • FOTO: SIV NÆRØ

Jeg ble kastet inn i HUSK etter et endringsmetodekurs i regi av KREM sommeren 2008. Jeg var på dette tidspunktet desorientert etter syv år uten arbeid og så min deltagelse i det ordinære arbeidsliv forsvinne lenger og lenger vekk i horisonten. Jeg satt på innbytterbenken mens spillet pågikk, og var på vei til å bli flyttet fra innbytterbenken til tribunen. Jeg var mer og mer overbevist om at jeg måtte gjøre noen **drastiske grep** for igjen å kunne tre inn i arbeidslivet. Jeg startet min arbeidskarriere i Posten i 1981, her hadde jeg flere

menneske, og det er bare meg selv som bestemmer om jeg fortsatt skal være fri på veien gjennom livet. Min egen **frihet er noe jeg etterstreber**, jeg vil være fri til å gjøre det jeg selv vil, uten å være avhengig av hjelp fra det offentlige.

Gjennom å delta på diverse aktiviteter i HUSK har jeg fått nye impulser og inspirasjon til å bevege meg nærmere arbeidslivet. Mange i HUSK sier at jeg er et intelligent menneske, og de undres kanskje over hvorfor jeg ikke har forvaltet dette på en bedre måte. Men det hjelper lite med intelligens hvis den ikke er kombinert med klokskap. Gjennom HUSK har jeg flyttet meg fra

Hvordan jeg satte meg selv i fører

arbeidsoppgaver, fra å lempe sekker til å være fungerende postmester. Jeg sluttet i 1994. Senere har jeg arbeidet ved et sorenskriverkontor og ved Oslo byskriverembete. Har også arbeidet som personlig assistent for min mor i hennes siste del av livet. Men sommeren 2008, på et endringsmetodekurs på et sted i Tyrkia, fikk jeg noen a-ha opplevelser. En av sakene jeg ble fortalt, var at jeg selv måtte ta styringen i mitt eget liv. Jeg er født inn i dette livet som et **fritt**

innbytterbenken og blitt med i spillet. Jeg har fått anledning til å arbeide med oppgaver som ligger mitt hjerte nært. Jeg er interessert i å samarbeide med mennesker som har annerledes erfaringer, og hvor vi tett samarbeider mot et felles mål. Jeg har begynt å få



setet

noen baller å arbeide med, og fått tilbake følelsen av å spille på et lag.

Jeg ser nå at mitt engasjement og den kunnskapen jeg har fått i HUSK er noe verdifullt som kan brukes i en videreutdanning, som igjen kan føre til at jeg står sterkere i forhold til å komme meg inn i det ordinære arbeidslivet. Men jeg ser også at den kunnskapen og erfaringen jeg innehar er **etterspurt**. Husker en seanse ved Høgskolen i Oslo hvor vi skulle ha en oppsummering og avslutning etter at en klasse fra sosionomstudiet hadde vært på NAV Sagene i to dager. Det er et panel bestående av lærere fra høgskolen, sosialsjefen og fagansvarlig fra NAV Sagene, og noen studenter. Jeg finner meg en plass i auditoriet. Rett før det braker løs, finner sosialsjefen ut at jeg også skal sitte i panelet, hvorpå hun henter meg, og rydder plass til meg i panelet. Etterpå kommer hun bort til meg og forteller at hun oppfattet mine svar som **velfunderte og vel gjennomtenkte**.

Det varmet også ekstra da det skulle opprettes et brukerutvalg på mitt lokale NAV-kontor, og jeg ble sterkt oppfordret til å påta meg ledervervet. **Min stemme blir hørt**. Det er som et gammelt jungelord: "Når Tom snakker, lytter NAV".

På veien har jeg startet mitt eget firma som tilbyr quiz til utesteder, det private næringsliv og lukkede selskaper. Dette er noe som interesserer meg og som gir meg mye energi. Samtidig gir det meg inntekter, som igjen fører til at jeg blir mindre avhengig av støtte fra det offentlige. Har fått mot til å stå oppreist selv om det har blåst vedtak og vilkår rundt ørene mine.

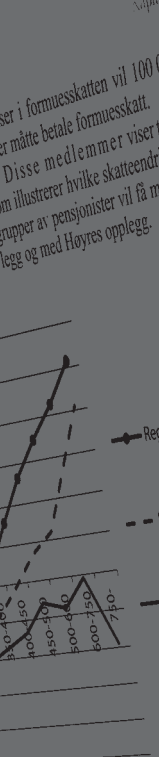
Gjennom HUSK har jeg fått et **nytt nettverk** og møtt mange spennende mennesker. Mennesker som gjennom hvem de er har gitt meg mye, både på det menneskelige og det faglige plan. De har gitt meg muligheten til å være den jeg er, uten at jeg behøver å skifte maske etter hvem jeg møter og hvilke oppgaver jeg arbeider med. Har også lært at uansett hva vi står oppe i, har vi et valg og en vilje. **Vilje er å velge**. Av de oppgaver jeg har arbeidet med vil jeg spesielt nevne et samarbeidsprosjekt mellom HUSK Agder og HUSK Oslo.

Dette prosjektet handler om hvordan praktikere skal finne rom og mulighet for fagutvikling. Her må jeg sette meg inn i en annen yrkesgruppes arbeidsdag, en arbeidsdag som er helt forskjellig fra min. Dette er spennende og lærerikt, og det gir meg en bedre forståelse av denne yrkesgruppens hverdag. Jeg har også ansvaret for å registrere og katalogisere de svarene som innhentes fra de fire HUSK-miljøene. En bieffekt av dette er at jeg får lært meg et helt nytt datasystem.

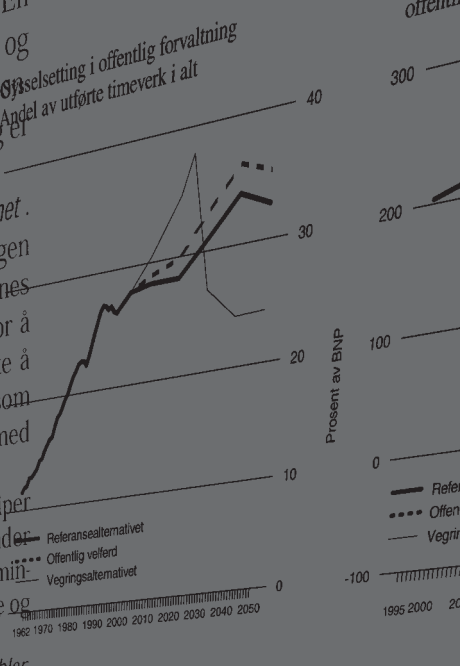
Livet er ikke enkelt, men det skal det heller ikke være. Det jeg har erfart er at livet utvikler seg etter de valg jeg gjør. Og for meg finnes det ikke dårlige valg, det er hvordan jeg forvalter valgene jeg tar som kan være dårlig. Et positivt utslag av denne dårlige håndteringen er at jeg har fått erfaringer som jeg ikke ville ha fått på en annen måte. Har blant annet vært bostedløs i fire år, hvor to av årene var uten noen form for støtte fra det offentlig. Den kunnskapen jeg tilegnet meg gjennom denne tiden får man ikke ved å gå på skole eller gjennom arbeid. Denne kunnskapen får man bare gjennom å leve og bo på gata. **Gjennom å få delta i HUSK har jeg fått inspirasjon til å begynne å studere, og dersom NAV vil, har jeg tilbud om både en studieplass ved Brobyggerstudiet og en delt stilling som forskningsassistent**. Jeg vet jeg er **på vei tilbake i spillet som sentral midtbanespiller, og herfra kan jeg motta pasninger fra andre og fordele baller til de andre på laget**. Men det som er viktig for meg nå, er at jeg selv bestemmer tempoet i spillet, og jeg bestemmer selv hvilke baller jeg vil arbeide med.

Mye av det jeg har fått med meg fra HUSK kan og vet jeg at jeg får nytte av i mitt nye arbeidsliv.

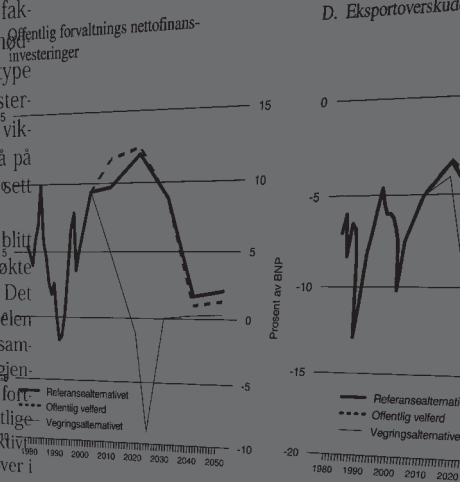
Referansealternativet, Vegringsalternativet



ser i formuesskatten vil 100 000 færre pensjonsveksten bør settes av til lokale forhandlinger i de avtaleområder hvor er måtte betale formuesskatt. det i dag er forholdsvis liten lokal fleksibilitet. En gruppe av pensjonister vil få med seg utdanning på utdanning. Arbeidskraften er vår viktigste ressurs. Disse medlemmer viser til figuren nedenfor. Skattelettelser på utdanning. Vårt utdanningssystem må være på høyt internasjonalt nivå, og ta hensyn til arbeidslivets behov. Etter- og videreutdanning er sentralt virkemiddel for økt produktivitet og aktiv yrkesdeltakelse. Tiltak som legger til rette for en høy yrkesdeltakelse og lav arbeidsledighet. Vårt velstandsnivå avhenger av at arbeidskraften tas i bruk. Målsettingen om høy yrkesdeltakelse berører unges inntreden i arbeidslivet, voksnedeltakelse, og eldre arbeidstakers fortsatte innsats i arbeidslivet. For å oppnå en høy yrkesdeltakelse må det være lønnsomt for den enkelte å søkes arbeid, faktisk får en også må legge forholdene til rette for at de som økende andel eldre forsterker behovet for høy yrkesdeltakelse. Myndighetene griper inn i privat sektor på ulike måter. Myndighetenes virkemidler, herunder konkurransepolitikken, det offentlige eierskapet i næringslivet, utformingen av skattesystemet og næringsstøtten, de handelspolitiske avtalene og samferdselspolitikken, må støtte opp under en høy verdiskaping. Tiltak som legger til rette for innovasjon, forskning og utvikling, og etablering av nye virksomheter. Økonomiens evne til omstilling er en sentral faktor for økonomisk vekst. Nyetableringer og nedleggelses er viktig og nødvendig for å oppnå omstilling av næringsstrukturen. Denne type virksomheter og fornyelse er både et spørsmål om innovasjonstakt i eksisterende virksomheter og om å etablere nye virksomheter. Det er viktig at man nå vil få det samme fradraget for utgifter til forskning og utvikling som man er gift eller ikke, og at det dermed er gunstig å etablere nye virksomheter. Økonomiens evne til omstilling er en sentral faktor for økonomisk vekst. Nyetableringer og nedleggelses er viktig og nødvendig for å oppnå omstilling av næringsstrukturen. Denne type virksomheter og fornyelse er både et spørsmål om innovasjonstakt i eksisterende virksomheter og om å etablere nye virksomheter. Det er viktig at man nå vil få det samme fradraget for utgifter til forskning og utvikling som man er gift eller ikke, og at det dermed er gunstig å etablere nye virksomheter.



B. Nettofinansielle investeringer




D. Eksportoverskud

til endringer i skattereglene for pensjonister og næringslivet. Dette medlem mener imidlertid at det er viktig å sikre at man nå vil få det samme fradraget for utgifter til forskning og utvikling som man er gift eller ikke, og at det dermed er gunstig å etablere nye virksomheter. Økonomiens evne til omstilling er en sentral faktor for økonomisk vekst. Nyetableringer og nedleggelses er viktig og nødvendig for å oppnå omstilling av næringsstrukturen. Denne type virksomheter og fornyelse er både et spørsmål om innovasjonstakt i eksisterende virksomheter og om å etablere nye virksomheter. Det er viktig at man nå vil få det samme fradraget for utgifter til forskning og utvikling som man er gift eller ikke, og at det dermed er gunstig å etablere nye virksomheter.

Dette medlem fremmer følgende forslag: «1. Lov 26. mars 1999 nr. 14 om skatt skal endres slik at skattefradraget for utgifter til forskning og utvikling i virksomheter som er etablert etter 1. januar 2000 skal lyde: «3) Fradraget nedsettes når skattepliktig virksomhet opprettes eller når skattepliktig virksomhet overføres til et annet selskap eller til et annet selskaps medlemmer.»

Referansealternativet, Vegringsalternativet og Offentlig velferd
Referansealternativet og Offentlig velferd er det i motsetning til Vegringsalternativet en relativt jevn vekst i offentlig sysselsetting gjennom perioden. I både Referansealternativet og Offentlig velferd vil den offentlige sektoren utgjøre en større del av statens inntekter og utgifter. Dette medlem mener imidlertid at det er viktig å sikre at man nå vil få det samme fradraget for utgifter til forskning og utvikling som man er gift eller ikke, og at det dermed er gunstig å etablere nye virksomheter.



Alt kan brukes, men hvor er bruksanvisningen?
Er ikke det på meg.
Hadde jeg bare hatt det, kunne jeg vært i bruk for lenge, lenge siden.

Hvor er bruksanvisningen?

Hva er jeg?

Hvem er jeg?

Forsiktig, ellers smuldrer jeg bort.

Hva skal jeg brukes til?

Kan jeg brukes til noe? Det vet ikke jeg.

Bare er her jeg, så kan jeg tas frem om det er bruk for meg.

Jeg står jo fint her, men vil så mye mer.

Tør bare ikke.

Plutselig fikk jeg tilbudet om et HUSK-kurs i et annet land, Tyrkia. Jeg ble redd, hva er det? skulle jeg bli med? Jeg som ikke reiste noen steder uten at jeg hadde noen kjente med meg og trodde jeg trengte god, god tid til å forberede meg. Jeg fikk to dager til å **bestemme meg**. Altfor kort for meg. *Nei, jeg tør ikke*. Noe inni meg sa at jeg hadde litt lyst. Telefonen ringte, og jeg sa ja, *hva hadde jeg gjort?*

Så var jeg der, ingen hadde sett meg før, ingen visste hva jeg var. Alle deltok på lik linje, uansett ståsted eller livserfaring. Alle var så nysgjerrige og åpne for at jeg var noe, og at jeg var noe spesielt på lik linje med alle de andre. At jeg kunne brukes og hadde funksjon og ressurser, selv uten at de hadde lest bruksanvisningen på meg. Hmmm, dette var rart.

Jeg var som en skilpadde som gjemte meg så fort noe ble skummelt.

Jeg måtte gjøre ting litt annerledes enn jeg var vant med. Ikke gå i den samme sirkelen min, **gjemme meg** bak "jeg vet ikke", "det er greit" eller ikke si noe, men

bryte ut av den, si fra. Det var en selvransakelse, gå ordentlig inn i meg selv og stille meg en del grunnleggende spørsmål.

Hva gjør meg glad?

Hva kan jeg?

Kan det hende min opplevelse ikke stemmer med sånn det egentlig er?

Hva liker jeg?

Hva ønsker jeg?

Hva gir meg energi?

Hva gjør at barnestemmen kommer?

Hva kan jeg gjøre annerledes når frykten kommer?

Det er samlingstid i Tyrkia. Vi sitter samlet rundt bordet. Hun ser på meg, øynene går gjennom meg. Stemmen overdøver alt. Jeg krymper meg. Er hun sinna? Hva har jeg gjort galt? Vi fortsetter praten, stemmen min brister, ordene er som en kjedekollisjon i halsen og jeg blir som en liten jente som har gjort noe hun ikke skulle. Hvordan skal jeg få henne blid? Jeg vil hun skal være fornøyd. Hva kan jeg gjøre? Vi fortsetter. Plutselig sier hun "ååå dette er så spennende, jeg blir så engasjert"... Jeg som trodde hun var sinna.

Jeg har gått inn i meg selv før, prøvd ihvertfall, mange ganger, det er bare det at Skammen alltid ble så stor, jeg ble så liten, og følelsen av avmakt kom.

Den skjøre, den lille kommer som en storm.

Jeg vil smuldre bort.

Jeg bestemte meg likevel for å ta sjansen, fordi opplevelsen av respekt og likeverd var stor.

De snakket til meg, ikke ned til meg.

Skammen ble mindre. De **så på meg** når jeg snakket, de avbrøt meg ikke, de lot meg bruke tid på å si det jeg ønsket å formidle, og alle ga av seg selv. Det jeg sa ble ikke feid under teppet. Kom Skammen og Redselen, sto jeg i det. Dette ga et kick, tøft var det, kroppen min reagerte, følelsen av å være stappet med kakerlakker som prøver **komme seg** ut gjennom huden min, likevel så ingen rart på meg. Jeg ble drevet av ikke å føle meg mindreverdig, ubetydelig.

Jeg er noe.

Det har betydning det jeg sier.

Selvransakelsen ble **annerledes da jeg fikk erfare ting i situasjoner**, og kunne ta det da.

Det ble klarere.

Det er varmt, klærne klistrer seg til kroppen, det er klamt. Vi sitter i en L rundt det hvite plastbordet. Vi skal fortelle noe om oss selv, husker ikke hva. Jeg stivner, tenner meg en røyk, bena rister, jeg kjenner det harde steingulvet mot hælen. Klærne klistrer seg mer. Jeg legger hendene på bordet, jeg setter meg tilbake igjen. Tenner en røyk, flammen dirrer, ååå få fyr på denne røyken da, jeg prøver igjen, der ja. Det blir stille rundt bordet, ikke en lyd, jo viften, en stemme fra noen tyrkere som går forbi, så spretter en opp og stemmen går uavbrutt. Så kommer neste. Alle uttrykker seg så bra. Det er det jeg tror, selv om ordene er bare summing. Snart er det meg, snart er det meg, er det eneste hodet mitt greier å høre. En legger en hånd på skulderen min, ser på meg, øynene sier "dette går bra". Det gjør godt, men frykten vil ikke gi slipp. Min tur, alles øyne rettes mot meg, de går gjennom meg.

Helene er såre nå, plaststolen hard og stor, som om jeg forsvinner i den. Jeg reiser meg, kroppen prikker, jeg kjenner ikke annet enn kroppen, som om jeg er en sentrifuge, klærne henger som om jeg nettopp har vært i bassenget. Hendene prøver å gripe tak i stolen, men får ikke ordentlig feste, de rister sånn og den smetter ut av hendene. Jeg åpner munnen, ikke et ord, tårene presser seg fram, å nei ikke kom, beina er som gele som ikke har stivnet helt ennå, jeg merker hvordan jeg må hive etter pusten, jeg hører bare noe stotring. De andre blir diffuse. Hilde kommer bort, holder meg på ryggen, det var godt, noe trygt. Jeg blir stående, husker ikke hva jeg sa, men noe hadde jeg sagt. Jeg glir ned i stolen som en våt, krøllet klut, jeg er ferdig, det blir stille noen sekunder. Noen ser ned, noen ser på meg, øynene sier det gikk bra. Jeg vil bort, men blir. Når vi er ferdige blir vi, noen prater med hverandre, noen klemmer, noen går for seg selv, noen kommer bort til meg, det var bra, du var tøff. Redselen gikk over i en stolthet, jeg klarte det.

Jeg måtte ikke hjem til min lille hule etterpå, stappe i meg to kneipp, en pose store havregryn, en ustekt pizza og gjerne en liter is etterpå, hadde ikke noe å si hva det var, bare det gikk fort og tok bort Frykten og Skammen der og da. Skammen over hva jeg hadde sagt og om jeg hadde sagt noe stygt om noen andre. For så å krabbe til badet, reise meg kunne jeg ikke, finne den hvite ti-litersbøtten med det sorte håndtaket og se hvor mye jeg kunne fylle den i dag.

Jeg vil snakke mer.

Jeg kan uttrykke meg.

Prosessen gjorde at jeg ble mer bevisst på hvordan jeg forholder meg til andre og hvordan andre oppfatter meg, hvordan jeg kunne feiltolke situasjoner og selv bidra til situasjoner som oppsto. Nå så jeg det selv, ikke bare hørte det fra alle andre. Jeg ble flinkere til ikke å ta alt personlig, særlig situasjoner som ikke gjelder meg.

Inne på kontoret satte jeg meg i den blå kontorstolen, med det ekle knudrete tekstilstoffet, med brune trehåndtak. Var ikke spesielt god å sitte i, best satt jeg om jeg plasserte rumpa helt ytterst, lente meg bakover, nei da virker det som om jeg ikke bryr meg og ikke ønsker gjøre noe og det stemmer ikke. Eller skulle jeg sitte rett som en

stolpe med rumpa most i ryggen og veldig ubehagelig. Ja det må jeg. Rommet var sterilt som alle andre kontorer, trelaminatbokhyller med blå store permer på den ene veggen og trelaminat kontorpult, pc og damen på den andre veggen. Det var tomt, trykkende, hendene mine klistret seg sammen som vått papir. Hodet så ned på knærne mine som ristet, tror jeg, husker ikke så mye. Det stod en halvdød kaktus i vinduet. Hva ville hun si? Hun snakket, jeg nikket, sa ja, ja. Bare hun ble fornøyd. Redd for at om jeg sa feil, ville hun stoppe pengene mine. For hva skulle jeg gjøre da? Turte ikke si noe, hun måtte bare være fornøyd.

Etter hvert som **ordene kom**, og menneskene møttes som likeverdige, så skjedde det noe annet...

Jeg kommer inn på kontoret. Der står den blå kontorstolen, her står den ved veggen med et lite bord ved siden av. I det jeg kommer inn døren blir jeg møtt med et varmt "hei" og et smil som flyr som et fly rundt hodet hennes. Ansiktet mitt ser på henne, så ned på hendene mine, som fikler med hverandre. Hun strekker frem hånden for å hilse. Ikke lyst til å møte hånden hennes så hun kjenner hvordan de rister, er våte og klamme. Men jeg gjør det, et godt, fast grep. Hun setter seg ved siden av meg, ikke bak kontorpulten.

Så sier hun: Jeg lurte på om det er i orden at vi prater litt slik at jeg kan danne meg et lite bilde av hvem du er?

Ja, sier jeg. Litt usikker, dette var uvant. Prate litt? Hva mente hun med det?

Damen spurte meg om mine interesser, hva jeg kunne tenke meg, hva jeg liker. Hun virket nysgjerrig på meg og så meg. Jeg svarte så godt jeg kunne. Etter litt sa hun, "nå vet jeg ganske mye om hva du ønsker, liker og hva du kan, så **her blir det ikke noe problem å finne noe å gjøre**".

Jeg kjente knuten løsnet litt i magen og vi snakket mer. Etter hvert hadde jeg fortalt hva jeg hadde drevet med, lyst til og drømte om, og hun litt om seg. Øynene mine åpnet seg, hodet **løftet seg**. Vi var i gang. Vi var enige om en forsiktig start. Alt ble lysere.

Jeg reiste meg for å gå, lyst til å klemme henne, smilet mitt møttes også på baksiden av hodet, jeg gikk ut fra kontoret rett som en stolpe og kunne ikke vente med å møte noen jeg kjente. Jeg skulle komme i gang.

Gjennom kommunikasjonsformer, samtaleteknikker, roller og dialoger ble det innøvde mønsteret synligere og **bevisstheten gjorde at forandringene kom**. Jeg ville ikke lenger la det bestemme over meg og la det styre meg, jeg ville bli **sjef i eget liv**.



Jeg vil utfordre meg selv og andre.

Etter hvert fikk jeg på endringsmetodekursene en dobbeltrolle. Jeg skulle være deltager, og samtidig ha noen arbeidsoppgaver. Jeg skulle være assistent og ha ansvaret for aktiviteter. Det å få den tilliten var skummelt. Men siden vi sammen hadde kommet frem til oppgavene og jeg hadde utformet aktivitetene, ble jeg tryggere på hva jeg skulle gjøre. Jeg ble trygg på at jeg hadde kompetansen til nettopp disse oppgavene. Opplevelsen av dette gjorde at jeg ble **sikrere**.

Virvaret av ledninger i hodet som var fylt med Redsel og Frykt fikk strøm titt og ofte. Men nå var **troen** på at jeg kunne greie det **mer tilstede**, sammen med tryggheten på at jeg fikk denne oppgaven fordi jeg kunne. Det å vite at skulle det ikke funke kunne vi bare gjøre noen forandringer og så heller se på det jeg hadde lært. Jeg opplevde at jeg fikk det til, og gode tilbakemeldinger løftet meg.

Alle sitter rundt det store, hvite plastbordet, bassenget ligger uberørt. Masse forskjellige mennesker, noen ser spørrende ut, noen skriver, noen prater, det er varmt og klærne limer seg til kroppen. Det blir fortalt litt om opplegget på kurset. Plutselig hører jeg den klare, kraftige stemmen si: "er det noe dere lurer på eller har spørsmål om kan dere henvende dere til Heidi..." En pil traff meg i brystet, alle så på meg, en anelse av Frykt kom, men så rettet jeg meg opp i ryggen, jeg smilte, dette var gøy, jeg ble stolt. Så reiste jeg meg opp, jeg ristet, jeg klamret meg til stolen, tror det så ut som om jeg var 165 centimeter, lavere enn jeg pleier, mens jeg fortalte om aktivitetene. Jeg ble bombardert av blikk, men blikkene virket interesserte, noe skjedde, gradvis ble jeg

172 cm høy, jeg smilte, jeg var stolt, det kom en følelse av tilfredshet.

Jeg som nesten ikke greide ta beslutninger, fryktet for ikke være bra nok eller for at det jeg sa og gjorde var galt, skjønte at hvis jeg fortsatte på den gamle stien, ville jeg ikke komme noen vei. Nå så jeg flere stier jeg kunne prøve. Alle stiene jeg prøver fører ikke frem, men etter hvert skjønner jeg at det gjør ingen ting, jeg forsvinner ikke i en myr. Jeg kan bare prøve en ny, og det er helt greit. Faller jeg kan jeg reise meg igjen, det gir meg heller en erfaring. **Styrken kom snikende og jeg ble løftet og jeg ville prøve mer.**



Møter

Møte etter møte etter møte

Alle ser så voksne ut
Så smarte og intelligente
Ord og uttrykk jeg ikke skjønner
Jeg tør ikke spørre

Lange møter, mange møter

De snakker og snakker
Deres ord er ikke mine ord
Jeg har ingen knagger
Hvorfor er jeg her?
Nervøs, usikker, kaos
Er det min skyld at jeg ikke forstår?

Møter, møter, møter

Kommer jeg noen gang til å forstå?
Så mye informasjon, for mye informasjon
Så vanskelig å fordøye
for mye å fordøye

**Tid kommer
Ord kommer
Jeg har en stemme**

Jeg ble i 2008 spurt om jeg ville være med i HUSK-prosjektet som har som mål å få til bedre tjenester for brukerne av NAV.

Min deltakelse i HUSK-prosjektet

Jeg sa ja fordi jeg er samfunnsengasjert og fordi jeg synes det var et spennende prosjekt.

Som en del av Husk-prosjektet har jeg vært med på å planlegge og gjennomføre brukermøter for **brukere** av NAV. Som **bruker** av NAV hadde jeg selv opplevd at det kan være vanskelig å få vite om sine rettigheter på tross av at de har veilednings- og informasjonsplikt.

Brukermøter

Møtene hadde temaer som

bostøtte, bolig, arbeid, og opplysning om muligheter i bydelen. I tillegg ble det informert om Juss Buss, som gir gratis juridisk rådgivning, og Aktiv på dagtid, som gir rimelig trening.

Møtene hadde tilbud om tolk for de som ga beskjed på forhånd.

Jeg fikk stor forståelse for hvor vanskelig det kan være å finne ut av sine rettigheter og plikter når språket er en utfordring.

Det var en fin erfaring å samarbeide med andre brukere, NAV-ansatte, studenter og ansatte fra Høgskolen.

Jeg har i korte og lengre perioder arbeidet i helsevesenet.

Jeg falt ut av arbeidslivet i 2000 på grunn av psykisk sykdom. Denne lever jeg nå bra med.

Sykdom og fravær fra arbeidslivet gjorde at jeg mistet troen på egne ressurser og ble mer problemfokustert. Jeg så flere begrensninger enn muligheter. Jeg kom i slags brukertilstand der ordet bruker ble en del av min identitet.

Jeg ble med på et endringsmetode kurs i regi av Kreativt og Mangfoldig arbeidsliv der jeg fikk igjen troen på meg selv og mine ressurser.

Jeg har vært med på å arrangere **brukermøter** for brukere av NAV og har fått erfaring som medforsker.

Ved å delta i Husk-prosjektet har jeg fått styrket min kompetanse og kommet tilbake til arbeidslivet.

Sommeren 2008 ble jeg med på Endringsmetodekurs i byen Kemer i Tyrkia.

KREMs Endringsmetodekurs endret meg

Hvorfor Tyrkia, tenker du kanskje.

Jeg er medforsker i et studie blant mennesker som deltar i Kvalifiseringsprogrammet (KVP).

Medforsker er et samlebegrep som viser til forskningsaktiviteter der mennesker som har egenerfaringer,

Medforsker

deltar i forskningsprosessen

sammen med skolerte forskere (Borg 2009).

Det er interessant å få benytte den **bruker-kunnskapen** jeg har i forskning.

Forskerne er inkluderende, og vi som er medforskere deltar med våre kunnskaper. Det er givende å være en del av et arbeidsfelleskap og gjøre en innsats jeg får betalt for. **Som medforsker har jeg erfart at det kan være krevende å distansere seg fra egne erfaringer når informantene forteller om situasjoner der jeg har opplevd liknende situasjoner.**

Jeg ble medforsker i januar 2010 og har vært med på arbeidet med å

opdatere meg på eksisterende forskning.

lage og godkjenne spørsmålene til forskningsintervjuene.

intervjue informantene.

Det er en god opplevelse å bidra til at det samles kunnskap om hva som hjelper og hvilke utfordringer mennesker har når de ønsker å finne veien **tilbake** til arbeidslivet.

Det er **flott** å komme seg vekk fra sitt vante miljø når en skal gjøre endringer i eget liv.

Det er billigere enn i Norge, og sol gir **godt** humør for de aller fleste.

Vi var en gjeng kursdeltakere som hadde ulike erfaringer og utfordringer.

Det ble **fort** et trygt sosialt miljø der vi oppmuntret og støttet hverandre.

Det gjorde sterkt inntrykk på meg når andre deltakere fortalte om avhengighetsforhold til narkotika og hvordan de kjempet for å holde seg rusfrie.

Vi hadde mange gode gruppesamtaler der vi delte erfaringer og la fra oss frustrasjoner.

Hilde Dalen, som ledet Endringsmetodekurset, er flink til å motivere og få mennesker til å tenke positivt. Hun understreket betydningen av å se muligheter og tro på seg selv og sine ressurser.

Endringsmetodekurset ga meg innsikt i andre menneskers utfordringer samtidig som jeg fikk økt styrke til å mestre mine egne. Jeg lærte meg å se at mulighetene er større enn begrensningene. Jeg la fra meg problemfokuseringen og så etter løsninger. Det har gjort at jeg ser på meg selv i et bedre lys og ført til at jeg opptrer på en annen måte enn tidligere i møte med andre.



Braker

Det tynger
Ikke menneske
Mindre verdt
Lengter meg tilbake
Til innsiden
Jeg er mer enn
En **braker**
Ordet stenger
Jeg vil ut
Av boksen
LØFT meg

Likeverdig samarbeid

Vi er **alle** forskjellige
Vi respekterer **hverandre**
Vi **har** ulike roller
Vi anerkjenner **hverandre**
Vi er åpen **for hverandres** kunnskap
Vi er rause mot **hverandre**
Alle bidrar
Alle **er** med



Brøker

En bruker er en bruker er en bruker

Ingeniøren Direktøren Sjøføren

Frisøren Suffløren Konduktøren

Sykepleieren Hjelpepleieren

Hjelpemann på bil

Tallknekker'n Snekker'n Hacker'n

Den sjenerte Den blaserte Den engasjerte

Den etablerte Den barberte

Den rolige Den urolige

Den lattermilde Den gråtkvalte

Den kreative Den kollektive

Individualisten Separatisten Adventisten

Sosialisten Kapitalisten

Den drømmende Den dømmende

En bruker er en bruker er en bruker - eller?



Ord 1

Ord -

Nøkkelen til virkeligheten

Nøkkelen til verdigheten

Nøkkelen innover

Nøkkelen utover

Kampen om ordene er

Kampen om **virkeligheten**

Det finnes ingen større ensomhet

Enn den ordløse

Den som finner ordene

Er ikke alene



Ord II

Jeg sitter fast i ordene
De stanger meg. Klorer ut øynene mine
Drar meg ned, ned, ned
"Du klarer det ikke", sier ordene.
"Du er ikke noe verdt," fortsetter de og klyper meg i siden.
"Det er ikke bruk for en som deg," avslutter de
og smiler fornøyd når jeg bøyer nakken i skam
Ord er som mennesker
Noen vil deg vel - andre vil helst rive deg i filler
Du må **velge** dine venner **med omhu**
Så også med **ordene**





Bruker med bagasje

Jeg bruker og bruker

Jeg bruker men **står stille**, kommer ikke videre

Jeg bruker i fortvilelse, det blir aldri bedre

Jeg er en rusmisbruker **i solnedgang**

Bruker med bagasje

Jeg bruker og bruker

Jeg bruker **hele tiden**, men det er ikke nok

Jeg bruker i isolasjon, dem ser meg ikke

Jeg er en oppbrukt mann **i gåsegang**

Bruker med lenke

Jeg bruker og bruker

Jeg bruker i **refleksjon**, jeg lærer av feil

Jeg bruker på tvers, sammen går vi frem

Jeg er en langtidsbruker **i fremgang**

Bruker med erfaring

Jeg bruker og bruker

Jeg bruker i organisasjon, vi kommuniserer

Jeg bruker **høyt og lavt**, jeg sier i fra

Jeg er en rådgiver, Husk er satt i gang

Bruker **med virkning**



Ikke bare en bruker!

I HUSK skal vi være likeverdige samarbeidspartnere: **Er vi** det? Har vi kommet langt nok i dette viktige arbeidet?

Etter jeg var ferdig utdannet vernepleier i 2006 fikk jeg meg en smell så det sang. Jeg hadde fått en ny psykose. Verden gikk i tusen knas, og jeg måtte bygge meg opp fra bunnen av atter en gang. Det gikk ca et halvt år, så rundt juletid fikk jeg en telefon fra min tidligere gruppeleder i TIPS (tidlig intervensjon ved psykose). Han lurte på om jeg var interessert i en jobb i et prosjekt som skulle gå over to år. Han fortalte litt om prosjektet, og jeg sa ja jeg var veldig interesert i den jobben. Så gikk det en lite stund, og **jeg ble innkalt til intervju.**

Det var tre personer som intervjuet meg, og **jeg fikk både spørsmål om min utdanning, samt min livserfaring fra psykisk helse.** Her var min livserfaring fra psykisk helse et kriterie for å få jobben, og jeg kjente jeg slappet mer og mer av i skuldrene. Jeg har aldri opplevd at min livserfaring var en fordel, så dette var en ny opplevelse. Da **jeg fikk tilbud om jobben,** sa jeg ja uten å måtte tenke meg om, og ble kjempeglad. Juhu! ropte jeg etter jeg hadde lagt på røret, og tok gledesdansen rundt i stua. Det gikk ca to måneder etter jeg hadde fått jobben, til jeg faktisk begynte. **Kommunen skulle være min arbeidsgiver, men jeg skulle ha arbeidssted på Universitetet i et kollegialt felleskap på HUSK kontoret.**

Prosjektet jeg skulle jobbe som **prosjektleder** i ble

Det snakkes så fint om brukermedvirkning, men forstår alle brukere og fagpersoner hva som menes med brukermedvirkning?

etter noen diskusjoner hetende «Sammen om brukerkunnskap». **«Sammen om brukerkunnskap»** var et toårig prosjekt mellom HUSK, Mental Helse, Sandnes Kommune og Sandnes DPS. I begynnelsen var prosjektet rettet mot psykisk helse, men ble senere utvidet til å også omfatte rustjeneten. Jeg var den

første som ble ansatt, og ble ansatt som prosjektleder for psykisk helseverndelen av prosjektet. Det var en 50% stilling hvor jeg var ansatt med de rettighetene og plikter som er nedfelt i arbeidsmiljøloven.

I begynnelsen gikk mye av arbeidet ut på å sette seg inn i prosjektet.

Hva var målene for prosjektet?

Hva var mine arbeidsoppgaver?

Hvor skulle jeg starte?

Fikk jeg opplæring?

Hva betyr å være prosjektleder?

Hvem blir mine samarbeidspartnere?

Hva er skrevet om tilsvarende prosjekter?

Hvilken litteratur må jeg tilegne meg i forhold til den jobben jeg skal gjøre?

Det var mange spørsmål, og jobben var ganske uklar i begynnelsen. Heldigvis er jeg ganske strukturert inne i hodet mitt, så jeg klarte å begynne ett sted å fortsette å struktere hver arbeidsdag med forskjellige arbeidsoppgaver. **Jeg ble veldig godt mottatt på HUSK-kontoret**, og dette gjorde at jeg kunne føle meg trygg, være meg selv, og vite at det alltid var noen jeg kunne henvende meg til dersom jeg lurte på noe. Jeg tenkte som så, det fins ingen dumme spørsmål, men det kan finnes flere dumme svar, mens **jeg kastet meg ut i det ukjente**.

Jeg husker med skrekkblandet fryd den dagen jeg skulle holde mitt første foredrag eller innlegg om du vil. Mannen som hadde tilbudt meg jobben og jeg skulle holde et femminutters innlegg om prosjektet. Jeg var rimelig fersk i jobben, og hadde egentlig liten peiling på hva dette prosjektet dreide seg om. Jeg stotret nå frem det jeg skulle si, vi fikk applaus fra salen, og jeg kjente Puh... jeg klarte det! Jeg hadde jo holdt foredrag via utdannelsen, samt jeg hadde holdt foredrag om min historie fra psykisk helse, men jeg hadde aldri snakket foran så mange mennesker om noe som jeg egentlig ikke hadde så peiling på den gang. Men det sies jo at en lærer så lenge en lever...

Så kom dagen jeg gledet meg til: Vi skulle få prosjektmedarbeidere med livserfaring fra psykisk helse inn i prosjektet. Det ble med skrekkblandet fryd:

Nå skulle jeg få lederansvar.

En fra styringsgruppen for prosjektet og jeg skulle ta ansvaret for å intervjuer aktuelle kandidater, og ansette de vi ønsket som prosjektmedarbeidere. Det var en nervepirrende prosess, da jeg hadde ansvaret for å være intervjueren. Vi fikk tilsammen tre prosjektmedarbeidere som jeg hadde lederansvar for. Jippi, tenkte jeg:

Nå er vi i gang med prosjektet!

Vi fikk opplæring i kvalitativ metode (dybdeintervjuer), metoden **bruker-spør-bruker**, transkribering (å gjøre muntlige utsagn om til skriftlig tekst), hvordan vi skulle bruke båndopptakeren, analyse av intervjuer og fokus gruppeintervjuer. Jeg deltok også på en del kurser rundt om i landet, blant annet om brukermedvirkning, prosjektledelse, samt Medarbeider med brukererfaring. På HUSK-kontoret var jeg med på de ukentlige drøftingsmøtene, hvor jeg lærte mye om NAV, andre samarbeidspartnere,

rustjenesten, LAR (Legemiddel Assistert Rehabilitering), om ulike sosialfaglige utdannelse, om HUSK, hvordan HUSK var bygd opp, hva HUSK stod for, hvordan vi arbeidet i HUSK, enda mer om brukermedvirkning osv.

«Sammen om brukerkunnskap» vil jeg påstå var **et rimelig brukertyrt prosjekt**, om jeg skal bruke det begrepet. Med brukerstyrt mener jeg at personer med livserfaring fra psykisk helse var med å utforme prosjektet, det var bare prosjektmedarbeidere med livserfaring fra psykisk helse som var ansatt i prosjektet, og det satt flere brukere i styringsgruppen. Jeg satt og i styringsgruppen. Jeg husker godt en gang jeg ble spurt om å være leder for både rusdelen av prosjektet, samt psykisk helseverndelen. Jeg sa at jeg trodde ikke det var så lurt, og foreslo at vi burde ha to prosjektledere, en for rusdelen og jeg for psykisk helsevern delen, med styringsgruppa som øverste organ. **Det ble slik jeg foreslo**, og det mener jeg er et eksempel på brukerstyring.

Samarbeidet både i prosjektet og på HUSK-kontoret gikk utrolig bra.

Vi hadde grunnleggende respekt for hverandre, hørte på hva hver enkelt mente og sa, og de som hadde brukererfaring hadde den største innflytelsen på både utformingen og gjennomføringen av prosjektet.

Vi turde å si forskeren og fagpersoner midt i mot, og vi drøftet ulike problemstillinger til vi kom til en felles enighet. Jeg tror vi lærte mye av hverandre med denne måten å jobbe på. Vi var åpne om våre erfaringer både fagpersoner og såkalte brukere, noe som medførte at vi ble mer likestilte og likeverdige. Jeg tenker også fagpersoner og forskere har sine erfaringer på godt og vondt, og jeg tror i et slikt prosjekt er det viktig å vise sin sårbarhet. **At både forskere og fagpersoner er villig til å by på seg selv, og at det ikke blir denne ovenfra og ned holdningen.**

Likeverdighet handler for meg om å ha respekt for hverandres kompetanse og erfaringer. Dersom samarbeidet skal oppleves som

likeverdig er det også viktig for meg å kunne møte på jobb på lik linje med mine andre kollegaer, hvor vi har et kollegialt fellesskap. I det kollegiale fellesskapet vil en hverandre vel, en har en åpen dialog, hvor vi lytter til hva den enkelte sier, samt ens meninger får resultat i prosjektet. Likeverdighet betyr for meg at mennesker møtes på lik linje, at det ikke er en ovenfra og ned holdning, men at en har genuin interesse for det mennesket en har foran seg. I «Sammen om brukerkunnskap» hadde vi et arbeidsfellesskap hvor brukere, forskere og fagpersoner (praktikere) var samlet på ett sted, hvor vi spiste lunsj sammen og kunne snakke sammen om det som opptok oss der og da. For meg var det også viktig å få ansvar, og at det arbeidet som jeg skulle utføre følte meningsfylt for meg. **Jeg fikk brukt både mine personlige erfaringer, samt min utdanning, noe som medførte personlig vekst og utvikling. Jeg fikk økt selvfølelse i takt med at jeg så jeg mestret det arbeidet jeg skulle utføre.**

Bruker? Hva betyr det? Bruker er for meg et ord som ikke bringer de beste assosiasjoner, vi er først og fremst en person med hele oss. Ikke en diagnose. Jeg sier noen ganger: ingen er en diagnose.

I psykisk helse når du er innlagt er du en pasient, slik jeg har vært. Pasient synes jeg er et enda værre ord enn bruker.

Heldigvis har jeg for min del klart å legge historien fra psykisk helse bak meg, men arrene er der fremdeles. Jeg snakker sjelden om de opplevelsene jeg hadde da jeg var innlagt. Jeg prøver å se fremover og ikke tilbake. Jeg har det godt nå, og har ikke lyst til å grave meg ned i «driten».

De to årene jeg jobbet i prosjektet «Sammen om brukerkunnskap» var de to beste årene i mitt liv. Jeg føler samarbeidet har vært likeverdig i dette HUSK-prosjektet. Vi møtte hverandre med respekt og en åpenhet som jeg aldri har opplevd i arbeidslivet hverken før eller siden. Jeg savner jobben i prosjektet, og håper det kan komme en tilsvarende jobb i fremtiden. Kollegaene mine var fantastiske mennesker og vi ville hverandre vel. Jeg

følte meg verdsatt, og følte jeg kunne være meg selv. Dette gjorde at jeg ble mer sikker på meg selv. **Jeg dugde!** De liker meg jo som den jeg er! Jeg trenger ikke late som! Jeg kan være meg selv, og det er godt nok.

Jeg er stolt over den jobben jeg gjorde, og utrolig glad og takknemlig for de menneskene jeg jobbet sammen med da. Jeg har fortsatt kontakt med noen av dem, og har dermed fått utvidet mitt nettverk.

Jeg er heldig. Jeg er ikke en såkalt «svingdørs pasient» som går inn og ut av psykiatrien, men betegner meg selv som noenlunde «normal», hva nå enn det er.

Det er et dikt jeg husker godt. Det er hentet fra dikt og billedboken til «Kunsten og leve». Det handler om å sette spor etter seg. Jeg husker godt en setning og den går noe sånn som dette:

Vi blir født som originaler, men de fleste dør som kopier!

Jeg føler at via HUSK prosjektet har ihvertfall jeg fått lov å sette noen spor etter meg. Da tenker jeg spesielt på rapporten jeg står som forfatter på som heter: Sammen om brukerkunnskap – psykisk helse: «Ikke en doktorgrad i arkiv 13».

Jeg har alltid oppfattet meg som annerledes

Nå er jeg ikke så annerledes lenger, men annerledes nok...

TEKST OG FOTO: ERIK BJERKE ME MYSELF

Jeg har vært ute en vinternatt før. Noen vil si at det har vært vinter hele tida, men jeg har ikke opplevd det sånn. På tross av et liv på utsiden og mangeårig rusmisbruk, som jeg selv tok ansvaret for å avslutte da jeg fikk den daglige omsorgen for sønnen min for 8 år siden, har jeg alltid oppfattet meg selv som en oppegående, ressurssterk person. Ressursene som bor i meg har gitt meg styrke til å overleve og en anledning bli godt kjent med hvem jeg er og hva jeg er laget av.

Oppveksten i et flerkulturelt miljø var veldig sosial og lærte meg å nærme meg folk med ydmykhet og nysgjerrighet. I tillegg reiste vi jorda rundt, noe som har gjort meg tolerant og glad for at andre er ulik meg selv. Livet på utsiden er delvis et valg jeg har gjort selv fordi mitt behov for å gjøre noe meningsfullt ikke ble møtt i det ordinære arbeidslivet. På den måten kunne jeg også dyrke min lidenskap for teater, video og musikkproduksjon. Jeg ville nok ikke bli voksen så fort heller. Det var inn å være ut - droppe inn og ut igjen. Drivkraften i det kreative uttrykket mitt har alltid hatt som mål å utfordre det bestående til å akseptere mangfoldet som menneskene utgjør. Mangfold gjør samfunnet til et rikere sted å være. **Det som er på utsiden er en del av mangfoldet – det**



er gull der ute som kan berike og berøre oss alle.

Jeg har gjennom årenes løp vært flittig bruker av forvaltningstjenester som sosialkontor, AETAT, barnevern og kriminalomsorg. Dette har gitt meg muligheten til å bli kjent med de forskjellige "ansiktene" og alle de gode intensjonene om å hjelpe, samt lære en del om hvordan de jobber. Jeg har erfart hvor lett det blir til at helperne vil skape løsningene for meg og ikke med meg. Derfor har jeg vært nødt til å bruke mye kreativitet for å beholde styringen i mitt eget liv.

Jeg har alltid vært i stand til å skape mine egne skreddersydde tiltak i samarbeid med forvaltningen. Alt fra det private næringslivet hvor jeg lærte å drive

kontor for etablering av grundervirksomheter, til Det Norske Teatret hvor jeg lærte å samarbeide på tvers av fag mot felles mål. Vi ble hele tiden utfordret på å finne praktiske og teoretiske løsninger inn mot **premieren**. Arbeidet var tidsbegrenset og krevde at vi produserte løsningene til tida. Her fikk jeg innsikt i og respekt for andres kompetanse, samtidig som jeg opplevde at de andre var interessert i å høre mine forslag til løsninger. Samarbeidet mellom de ulike faggruppene i produksjonen gav meg energi og følelse av fellesskap og mestring.

Alt dette har vært kunnskap som har hjulpet meg i HUSK-samarbeidet.

Erfaringer i HUSK

ERIK BJERKE ME MYSELF

Mine erfaringer etter å ha deltatt prosjektet i over to år har bidratt til at jeg er blitt tryggere og mer selvstendig. **Møtet med Hilde Dalen og KREM gjorde erfaringene mine fra tiden utenfor om til kapital for meg.**

Jeg begynte min arbeidspraksis i KREM høsten 2007 og er det noen kaller en organisert bruker. Det å ha hatt tilknytning til KREM har gitt meg tilgang på egne ressurser, forståelse for sosialfaget samt et sosialt og faglig nettverk.

Jeg merker at språket mitt har forandret seg, fra å tilegne meg språket til de sterkt faglige deltakerne i prosjektet, til å bruke egne ord fordi jeg er tryggere og vet at jeg har noe å bidra med i samarbeidet med andre.

Denne tryggheten kan jeg ta med meg hjem i den nære relasjonen til familie, venner og mine barn.

Det som har bidratt stort til personlig vekst hos meg er KREMs endringsmetodekurs i Tyrkia hvor jeg ble utfordret til å ta ansvar selv, lærte mye om hvem jeg er og lar andre være i møte med meg, samt om min personlige kompetanse. Bevisstheten rundt hva jeg er god til og hva jeg ønsker å bli bedre på, gjør at jeg nå reflekterer på et høyere nivå enn tidligere. Jeg er i større grad oppmerksom på at det er jeg som er ansvarlig for min egen utvikling og for å nå mine mål.

Jeg ønsker nå å være den beste utgaven av meg selv.

Gjennom å ha deltatt på flere endringskurs har jeg foretatt vesentlige endringer i livet mitt, og kan nå også bidra til andres endringsprosesser.

Videre må jeg si at HUSK-nettverksamlingen i Tyrkia våren 2008 ble et vendepunkt for meg i arbeidet i vår prosjektgruppe. KREMs engasjement for å få oss brukere til å se på vår rolle i samarbeid med andre, gav meg en

forståelse av hva som måtte til for å bidra på en positiv måte i HUSK. Målet var ikke å bli sett og hørt og tatt på alvor, men hva jeg kunne produsere når jeg ble sett og hørt. Praktikerne og forskerne hadde også behov for å bli sett og hørt. **Det er mitt ansvar å lytte og invitere til samarbeid som fører til noe av verdi for oss alle.** Viktig var også kunnskapen som forskerne fra Diakonhjemmet Høgskole formidlet, om de ulike gradene av medbestemmelse. Jeg ble klar over hvilken grad av medbestemmelse som skulle til for å oppnå likeverdig samarbeid.

Da skjønte jeg at det var mulig å ta mye mer plass og at taket var høyt – Jeg kunne reise meg!

Avslutningsvis på nettverksamlingen presenterte brukerne fra de forskjellige HUSK-regionene hvordan medvirkningen fungerte i deres prosjekt. Da det ble HUSK-Bærum sin tur, ble vi ganske lange i maska, ganske flau og rådville. Vi hadde en opplevelse av å sitte som «gissel» i prosjektgruppa og være et alibi for brukermedvirkning. Opplevelsen av å ha liten eller ingen medvirkning var vond. Med et brennende engasjement dro en samlet brukergruppe hjem til Bærum med noen verktøy i bagasjen, fast bestemt på at NÅ skulle det skje forandringer. Det var her visjonen om å jobbe likeverdig med praktikerne mot felles mål begynte å spire i mitt hode. **Dette gav håp om og tro på at det var muligheter for å få utrettet noe i Bærum.**

Bærum «Barracudas»

Det første møtet i prosjektgruppa var bare noen dager etter vi kom hjem fra Tyrkia. Dagsorden var som vanlig fastsatt på forhånd av prosjektlederen, som representerte praksisfeltet. Denne dagen skulle også dette forandre seg. Vi fortalte om Tyrkiasamlingen, om hvordan de andre HUSKene jobbet og om vår opplevelse av å ha liten eller ingen medbestemmelse i HUSK-prosjekt.

Vi var tydelige og samstemte i at fra nå av skulle møtene våre være brukerstyrte eller like mye styrt av brukerne

som av de andre partene i samarbeidet. Vi gjorde det også klart for ledelsen at ledelsens rolle ikke var å styre gruppa, men å lede det likeverdige samarbeidet. Videre skulle alle kunne ha innflytelse på agendaen. Referatskriving skulle gå på rundgang. Ledelsen svarte at dette med likeverdige samarbeid med brukere var nytt for dem og følgelig var prosjektet styrt på tradisjonell måte. **Bra sa vi, dette er nytt for oss også, så la oss komme i gang og gjøre noe annet herfra.**

Det viktigste var å finne ut hva vi drev med i prosjektet, og hva som var målsetningene for dette året. Vi fikk vite at målsetningene var de samme som ledelsen hadde søkt midler om året før. Brukerne hadde ikke vært med på denne prosessen fordi det ikke var brukere med i prosjektet på dette tidspunktet. Vi syntes dette var lite likeverdige og var tydelige på at brukerne skulle være med å legge premissene for hva vi skulle drive med neste år.

Det skulle gjennomføres tre delprosjekter. To av disse var allerede igangsatt uten deltakelse av brukere. Vi

bestemte oss derfor for at det tredje delprosjektet, en brukerundersøkelse som skulle evaluere arbeidet praksisfeltet gjorde for klientene, skulle være i regi av brukerne. **Dette ble vårt eget prosjekt - vi tok eierskap i det.**

Dette møtet ble et vendepunkt i prosjektet HUSK-Bærum. Blant brukerne ble dette senere omtalt som «kuppet». Brukerne hadde skapt rom, og fått en sterk og samlet stemme inn i samarbeidet.

Vi opplevde å ha utrettet noe, maktbalansen var jevnet ut. Dette åpnet for dialog og tydelighet mellom partene i samarbeidet.

Det var flere, inkludert oss selv, som både var ganske bustete på håret og røde i ansiktet etter møtet. Trolig av forskjellige årsaker, men for oss i "Bærum Barracudas" var det resultatet av en veldig energiboost. Denne energien skulle jeg ta med meg på veien videre og jeg skulle aldri gå tilbake.

Da Golden Boy kom til HUSK

Det var en gang Golden Boy var invitert med for å bygge om det store, gamle skipet AETAT. Det gamle skipet hadde blitt veldig skrøpelig etter en mannsalder i folkets tjeneste. Det skulle frakte folk som av en eller annen grunn stod utenfor arbeid eller videre mot målet sitt, hvor det enn måtte være. Skipets sjødyktighet var under enhver kritikk og evnen til å finne frem til folks ønskede destinasjon var blitt betydelig redusert, så Kongen hadde beordret at det skulle bygges **et helt nytt skip**. Det nye skipet skulle bli helt **enormt stort**, være **ufattelig raskt** og navigeringen **uhyre presis**. Det skulle **tåle alt, seile i alle farvann og være rustet for all fremtid**. Skipet skulle hete NAV.

Golden boy hadde mange ganger fått billett for å reise med det gamle, skrøpelige skipet AETAT, men hadde ikke reist så mange ganger med det. Det ble ofte til at han heller byttet billetten inn i mat og andre ting han behøvde for å leve. Billetten han fikk holdt nemlig ikke til noe særlig mer enn det...

Å knytte kontakter med andre brukere i HUSK gav meg følelsen av tilhørighet, skapte identitet og en forståelse av at jeg var utvalgt som representant. Jeg hadde et ansvar for å bringe brukernes stemme frem. Det var med en viss stolthet jeg kom til denne forståelsen. Videre oppdaget jeg at jeg fikk en stemme inn blant forskere og praktikere. De var interessert i å høre mine synspunkter og ville samarbeide med meg. Det var lett å begeistres over dette og menneskene som var oppriktig interessert. Relasjonen til disse menneskene har utviklet seg derfra, og de er blitt medarbeidere og venner.

Mitt engasjement i ulike fora i HUSK har gitt meg bedre forståelse for hvordan folk jobber med sosialt arbeid fra ulike ståsted og de forskjellige

ge kulturene de representerer.

Jeg ga tilbakemeldinger til oppdragsgiverne om at styringsgruppen jeg var en del av fungerte som kontrollorgan som hemmet det likeverdige samarbeidet i prosjektgruppen. Mine tilbakemeldinger bidro i sin tur til

endring i ledelsen slik at prosjektgruppen kunne jobbe likeverdig og ta avgjørelser i fellesskap.

Dette lærte meg noe om maktstrukturer.

Å bli kjent med de ulike partenes arenaer og arbeidsmetoder har hjulpet meg til å forstå meg selv og min rolle som brukermedvirker og brobygger bedre. Det har gitt meg distanse til min egen historie samtidig som jeg kan bruke egne erfaringer konstruktivt.

Hva har **HUSK-nettverket** betydd for din utvikling?

Helt siden jeg var ganske ung har jeg søkt etter noen å samhandle med for å skape noe sammen. Det er noe jeg har fått erfare de siste årene i KREM og HUSK. Gevinsten og gleden over å få til noe sammen, **noe som er til nytte for flere**, har gjort dette til de beste årene av mitt liv. Det har gitt meg en mulighet til å prøve meg ut på en sosialfaglig arena, lært meg noe om de ressursene jeg har og hva de kan brukes til. Dette brenner jeg for - det er dette jeg vil gjøre.

Jeg har evnen til å inspirere brukere og fagfolk til å tenke nytt, noe jeg tenker er verdifullt som veileder og brobygger. Jeg er etter hvert blitt trygg på egen kompetanse og ser gevinsten i å lytte og gi andre mer

i, og kommentere faglitteratur for høyskolene. Da er jeg **ikke lenger bruker, men vitenskapelig assistent**. Dette har gitt mersmak og jeg ser hele tiden etter muligheter for å samhandle og skape noe nytt og positivt i samarbeid med fagfolk og med de som har skoa på.

Min erfaring fra prosjektarbeid i KREM og HUSK har gjort det mulig for meg å jobbe i prosjekter utenfor HUSK. For tiden jobber jeg med KREMs Workshop "Skjulte Talenter", et samarbeid med Nav Horten for drop-out ungdom som skal inn på Kvalifiseringsprogrammet. Jeg har også jobbet med en workshop for innsatte som skal tilbake til samfunnet ved Bastøy Fengsel.

På hvilken måte har deltakelse i prosjektet **nærmet deg arbeidsmarkedet?**

rom i samarbeid med meg. Mitt engasjement er helhjertet og jeg mener å sitte på erfaringsbasert kunnskap som kan bidra til at andre mennesker kommer seg raskere videre. Jeg er tilbudt studieplass på Brobyggerstudiet ved Diakonhjemmets Høyskole i Oslo fra september 2010.

Tilbakemeldingene jeg får når jeg formidler mine erfaringer med hjelpeapparatet, er udelt positive. Jeg snakker om hvordan **samarbeidet mellom mennesker skaper verdighet** når hjelpen ikke kommer ovenifra. Når jeg forteller forskere, studenter og praksisfeltet om mine tanker om hvordan gjøre verden til et bedre sted for flere, merker at de blir engasjerte. Kanskje fordi jeg er bruker, fordi jeg selv har erfart det jeg snakker om, og fordi jeg kan knytte det jeg snakker om opp mot noen teorier de har. Det kan til og med hende at det jeg formidler gir dem energi og inspirasjon til å tenke nytt når de skal hjelpe folk opp på veien og videre. Jeg velger å tenke at jeg har utviklet meg både faglig og som menneske og at jeg er god til å formidle.

Det er mer enn et klapp på skulderen når jeg blir bedt om å holde innlegg, skrive om prosjekter jeg har deltatt

Jeg har også fått muligheten til å jobbe med "Participatory Video". Dette er korte, enkle videoproduksjoner som bidrar til å øke forståelsen av egen og andres rolle knyttet opp mot sosiale utfordringer. Målet er å

oppnå sosial forandring gjennom å **myndiggjøre** enkeltindivider og grupper.

Når jeg samarbeider med andre, krever jeg nå mer av meg selv og mer av de andre. Det er viktig at det vi jobber med skal føre til noe konkret, at metoden vi utvikler underveis skal kunne brukes av andre. Deltakerne i prosjektet skal lære noe om det å samarbeide på tvers, og utvikle metode underveis. Målgruppa vi jobber med skal gjennom deltakelse i prosjektet ha utvikling og bevegelse i retning arbeid. Det er flere og flere som vil samarbeide med meg.

Arbeidsmarkedet jeg skal inn i er det markedet som jeg har vært med på å skape i HUSK-samarbeidet. Dette markedet ser nytten av å involvere folk med erfaringsbasert kunnskap i utviklingen av metoder som skal hjelpe folk videre mot arbeid.

Jeg er en sosial og glad person med et positivt fokus, som har **mot til å gå mot strømmen**.



Da bia tok utfordringen

Det var problemer i bikuben. Stadig færre bier arbeidet, selv om de var i sin beste alder. Hjelpebiene skulle ta seg av disse problematiske biene. Skyggebiene ble de kalt. Egentlig skulle hjelpebiene få alle i arbeid, men det var veldig vanskelig. Det var i grunnen enklest å gi dem litt blomsterstøv – nok til å overleve, men ikke til å fly.

Slik kunne det ikke fortsette. De trengte å produsere mer honning og de kunne ikke bruke så mye blomsterstøv på skyggebiene. Dronningbien og utvalgte hjelpebier og professorbier bestemte seg for å finne noen lure løsninger. Dronningbien kom på at det var så moderne med skyggemedvirkning, og befalte at de måtte ha med en av skyggebiene også. Bia var en godt voksen biedame som hadde opplevd mye i livet sitt. Hun hadde nok surret seg litt bort. Og hadde mange arr. Det ble henne de tok med på råd. Så satt Bia der da, ved det store møtebordet, og forsto egentlig ikke så mye. Men alle smilte og nikket vennlig når hun forsøkte å summe litt.

Jeg hadde av flere årsaker vært utenfor arbeidslivet i mange år, og mottok sosialstønad, da min nye saksbehandler spurte om jeg ville være med i et prosjekt i bydelen. Jeg følte at jeg måtte si jatakk til alle tilbud, men skjønnte ikke hva jeg kunne bidra med.

Selvstigmatiseringen hadde lullet meg inn i den passive håpløshets**tåken**. Dette var i desember 2007. I de neste månedene deltok jeg, men skjønnte ikke egentlig hva min rolle var. Unyttig staffasje? **Følte ikke jeg kunne delta på de andres nivå.**

**Jeg ser på speilbildet mitt.
Nakne øyne.
Hvorfor er du din egen verste fiende?
Skal vi ikke heller være venner?
Så kan vi **danse** til vi en gang slukner sammen.**

I april 2008 reiste brukere fra alle de lokale HUSK-prosjektene til Tyrkia i regi av brobyggerorganisasjonen KREM. Nå forsto jeg endelig hva HUSK skulle være.

Gjennom et likeverdig samarbeid skal brukere, praksis, utdanning og forskning utvikle nye metoder og arenaer for å bedre tjenestene – for alle parter. Gjennom

opplegget oppdaget jeg at jeg faktisk har en erfaringskompetanse, og at den er en ressurs. **Jeg erkjente at jeg besitter verdifulle egenskaper.** Og best av alt: Jeg har et utviklingspotensiale! Det sosiale samværet var avgjørende for den positive prosessen. Nettverket jeg fikk i Tyrkia er fremdeles svært viktig for meg både faglig og personlig. Jeg var livredd da jeg reiste, og

hadde egentlig planlagt å sitte på rommet hele tiden. Men vi var en samling **unike** mennesker, og atmosfæren var spesielt varm **og inkluderende**. Det viste seg at når jeg først hadde tatt den første utfordringen og reist, så bare fortsatte jeg bevegelsen. **Nå kastet jeg loss og satte båten i bevegelse.** Jeg er kaptein.

Hjem fra Tyrkia med meg selv i bagasjen.

Inspirert, glad og optimistisk.

I gruppeterapi.

Forteller om opplevelsene – stråler!

Jeg er min egen kraft!

De er sjokkert.

Vi skulle jo som vanlig konkurrere om hvem som hadde hatt den verste uken.

Noen gråter.

Kreves det positivitet nå?

Så gråter jeg.

Og går.

Videre.

Etter Tyrkia så jeg på HUSK som en mulighet jeg måtte gripe. Nå ville jeg vite mer om hva det likeverdige samarbeidet egentlig innebar. Vi hadde aldri diskutert dette i vårt prosjekt. Kanskje var det derfor jeg følte min rolle som udefinert. Premissene var allerede satt av de andre partene, og det var deres arena og språk. Jeg

fikk noen oppgaver på siden av prosjektet, men disse lot seg ikke gjennomføre på grunn av manglende forankring av HUSK i ledelsen på NAV-kontoret. Det er ingen grunn til at brukere skal stå alene i prosjektsammenheng, om de ikke da kun skal være **staffasje**.

Gorgon Vaktmester har fått et nytt vokabular.

Om og om igjen messer han:

brukermedvirkning, likeverd, samarbeid, respekt, partnerskap,

brukermedvirkning, likeverd, samarbeid, respekt, partnerskap.

Jeg kjenner kulden fra ordene.

De lurer oss.

Pompe- og Piltangsten kommer snikende.

Våren 2009 sto vi ved en **skillevei** i prosjektet. Vi var nå to brukere, og sammen med representanten fra praksis ønsket vi oss en ny kurs basert på reelt likeverdig samarbeid. Kompetansen til de ulike partene er **ulik, men like mye verdt**, og samspillet mellom disse skulle være en av bærebjelkene for den nytenkningen vi mente HUSK skulle stå for. **Vi mente at vi kunne gjennom-**

føre en snuoperasjon, vi hadde tross alt mye bra å bygge på. Dessverre ble prosjektet avvirket. Vi kan likevel høste lærerike erfaringer fra den prosessen vi gjennomgikk i prosjektet. Derfor er det viktig å dokumentere prosessen.

På denne tiden ble det økt fokus på samarbeidet mellom

partene i HUSK. Jeg deltok aktivt i debatten og vokste personlig og faglig. Samtidig utvidet jeg nettverket, igjen med både personlig og faglig gevinst. Noe som igjen påvirket den sosiale utviklingen. Jeg mener det hadde vært vanskelig å ha denne personlige utviklingen uten et nettverk med andre brukere eller en organisasjon i ryggen.

Jeg deltok, og deltar fremdeles, på en rekke eksterne HUSK-arrangement. Gjennom samarbeidet med Diakonhjemmet Høyskole har jeg deltatt i undervisning og flere skriveprosjekter.

Fra desember 2008 hospiterte jeg i KREM. Her tok jeg stadig flere utfordringer. Jeg måtte være selvstendig og

ta ansvar. Det var altså stort rom for å utvikle kompetansen. Jeg ble også tryggere som menneske. Selvtilliten økte. Og motivasjonen. Jeg fikk en helsemessig gevinst, både psykisk og fysisk. **Alt henger sammen!**

HUSK og KREM har altså betydd mye for min personlige og sosiale utvikling. Det er **en flott treningsarena**, passe **trygg** og samtidig utfordrende. Og ikke minst samfunnsnyttig. Det er min utvikling, den er sterkt forankret i bevisstheten min. Den faglige kunnskapen jeg har tilegnet meg har vært en **bonus**. Nå skal jeg begynne på Brobyggerstudiet på Diakonhjemmets Høgskole. Her får jeg formalisert og videreutviklet denne **i kombinasjon** med erfaringskompetansen.

"Bia, hvis du var en dessert, hvilken ville det være?"

Bia trenger ikke tenke lenge:

"Av og til er jeg en skjelvende géle, men stadig oftere en spenstig sorbet!"

Det siste året har vært vanskelig for meg på det private plan på grunn av alvorlig sykdom i familien. For to år siden tror jeg ikke jeg hadde stått oppreist gjennom vanskelighetene. Nå har jeg en større indre styrke og tro på meg selv. Men den plattformen må bli enda stødigere – jeg **vil** ikke tilbake til der jeg var!

I september 2009 gikk jeg inn i stillingen som som prosjektleder i HUSK Bærum, en stilling jeg deler med en annen bruker. Arbeidet er en stor utfordring, og jeg **Lærer** veldig mye. Vi har et stort ansvar, og tilliten er motiverende. Det er ikke enkelt, for vi **møter** en del fordommer og skepsis. Dette **tar** vi som en utfordring!

Vi ønsker å fungere som et bindeledd mellom brukere, utdanning, praksis og også etterhvert næringsliv. Vi skaffer oss stadig flere gode samarbeidspartnere. I skrivende stund har vi særlig fokus på saksbehandlernes arbeidssituasjon. Denne må bedres for at brukerne skal få bedre tjenester.

Vi er på god vei til å nå HUSK-målene.

**Tenk at jeg tør dette!
Tenk at jeg får det til!**

Jeg løfter et lønneblad og der ligger nøkkelen jeg har lett etter.

Jeg ønsker jeg hadde løftet det tidligere.

Hvorfor så jeg det ikke før nå?

Har det vært der hele tiden?

Nei, det har det jo ikke...

Hvorfor så jeg ikke nøkkelen før bladet dekket den?

Det måtte kanskje et vakkert lønneblad til.

De fleste av oss som er blitt voksne tar vel et lite tilbakeblikk på livet nå og da. Og er vi ærlige så må vi nok innrømme at mye er tilfeldig. Det gjelder både det som har gått bra, og det som har kræsja. Selv om vi nok ofte gir oss selv ære for det som gikk bra, og tilfeldighetene eller uflaks skylden for det som gikk dårlig.

Tilfeldigheter og real

Da jeg gikk på barneskolen og læreren spurt hva vi skulle bli når vi ble store, kan jeg ikke akkurat huske at jeg rakk opp handa og sa "rusmisbruker". Men det ble jeg faktisk.

For all del, jeg ble ikke tvunget inn i miljøer hvor det var mye rus, jeg oppsøkte dem selv i ung alder.

Jeg har også hatt mye flaks i livet, fikk utdanning, familie og gode jobber før rusen tok helt over.

Men til slutt kom jeg dit, til "det var jo ikke sånn det skulle bli"-plassen. Ganske så alene og fri for det meste, bortsett fra paranoia og angst.

Det er snart 4 år siden jeg kom ut fra behandling. Sto på en rutebilstasjon med en ryggsekk. Hadde et sted å bo, men ellers var det ganske lite.

Jeg hadde gått i selvhjelpsgrupper før behandling, så jeg hadde et lite nettverk. Men **resten ble nok litt**

tilfeldig. Det er mye tilfeldigheter i rusrehabiliteringen. Det er litt tilfeldig hva leger mener, man får tilfeldige behandlere basert på når man er født, behandlingsstedet er ofte tilfeldig og hva som skjer etter behandlingen er i alle fall tilfeldig.

Jeg begynte å gå på Crux i Sandnes, et oppfølgings-senter for de som ønsker seg ut av rusavhengighet. Det er greit å lære seg å spise lunsj igjen. **Tilfeldigvis ble jeg med på et seminar om prosjektet "Sammen om brukerkunnskap" som ble igangsatt av Sandnes kommune i samarbeid med HUSK.** Litt tilfeldig var det ei ansatt ved HUSK som spurte om jeg ville bli intervjuet i forbindelse med et annet prosjekt de hadde.

Slik ble jeg kjent med HUSK, og de med meg. Så ble **tilfeldigvis** stillingen som prosjektleder for rusdelen i "Sammen om"-prosjektet ledig, og jeg ble spurt om å overta den. Jeg takket (ikke tilfeldig) ja, og dermed var jeg i jobb for første gang på mange år.



kompetanse

I dag har jeg en flott jobb i HUSK ved universitetet i Stavanger, og i KORFOR (regionalt kompetansesenter for rusmiddelforskning) innenfor spesialisthelsetjenesten i Helse Vest. **Jeg får brukt min realkompetanse i jobber jeg trives veldig godt i.**

Jeg har nok hatt en del flaks fordi "brukermedvirkning" er inn i tiden. Jeg kom **tilfeldigvis** inn i dette på rett tidspunkt. Hadde jeg kommet fra behandling ett år tidligere hadde jeg nok gjort noe annet i dag, hatt en annen jobb eller ruset meg. Mulighetene er mange.

Tilfeldigheter kan være bra, **men når det gjelder "brukerkompetanse" råder nok tilfeldighetene litt for mye.** Jeg har ansvaret for RIO (Rusmisbrukernes Interesseorganisasjon) i Vest-Norge, og det hender jeg får telefoner fra kommuner som spør om jeg har "en bruker" til dem i forbindelse med prosjekter.

Jeg har litt problemer å se for meg at en bedrift som

trenger noen på IT-avdelingen ringer rundt og spør om noen tilfeldigvis skulle ha en "IT'er" der. Dersom de blir spurt om hva "IT'eren" skal brukes til, så aner de ikke noe om lønn, arbeidsoppgaver eller tidsperspektiv. De trenger liksom bare en "IT'er".

Jeg er utdannet økonom, i tillegg til praksisperioden min innen rus. Det er ingen tvil om hvilken kompetanse som var tyngst å tilegne seg. Alle kan bli økonomer, men få klarer å bli skikkelige rusmisbrukere, og enda færre klarer å komme ut av det i kortere eller lengre perioder.

Det skal bli kjekt den dagen Aftenposten har en stor annonse hvor det søkes etter mennesker med **real-kompetanse** til en fast stilling med spesifiserte lønnsbetingelser og ansvarsoppgaver. Når det ansettes en med brukererfaring fordi arbeidsgiver ser verdien som ligger i denne kompetansen. På lik linje med annen kompetanse.

Da blir værstingene ansatt!



En «bruker»medvirkers karriere

Lila Ina

Jeg vil beskrive mine egne erfaringer fra brukermedvirkningsbevegelsen.

Kan vi i det hele tatt snakke om en bevegelse?

Ja, fordi vi er en gruppe mennesker som har ulike erfaringer knyttet til offentlige tjenester. Målet til bevegelsen er å bli hørt, at våre stemmer **og kunnskap kan bidra** til å gjøre tjenestene bedre.

Hvor startet denne bevegelsen for meg?

Det begynte i det små. Vi var en gruppe som kalte oss Fagforum. Fagforum holdt til i Stavanger og besto av personer med egen ruserfaring, og personer som hadde en formell kompetanse på rus. Noen hadde begge deler. Vi samarbeidet på tvers for å bedre rusbehandlingen, særlig ettervernet, som fungerte dårlig. Ofte var det totalt fraværende. Vi ville gjøre noe med den saken. Vi fikk **disponere** et ettervernshus fra kommunen, og etter hvert to stillinger. Ettervernstilbudet utvidet seg. Vi reiste på turer, gikk på kino og teater, og jobbet politisk. Vi ble en liten gjeng. Etter hvert la vi ned Fagforum og startet foreningen VEKST. VEKST skulle jobbe for personer som hadde sluttet med aktiv rus, og også valgt bort substitusjonsbehandling som metadon og subutex. Mange

i VEKST kom og gikk. Noen havnet utpå igjen. Noen er døde. Andre ville ikke være i et miljø som samlet så mange med felles rusproblematikk.

Noen arbeider med å drive foreningen videre. Dette er ikke lett. Det er ikke mange som klarer å kutte ut et liv med rus. Avhengighet kan være som en **hengemyr**, ekstremt vanskelig å komme seg ut av. Det er ikke kun viljen det kommer an på, men også om en har flaks eller uflaks. **Mange som har kuttet ut et aktivt liv med rus, har ikke så mye energi til overs. De fleste har ofte nok med seg selv. De strever med å komme inn i et nytt miljø, få seg en jobb eller gå på skole.** Frivillig arbeid er et viktig bidrag til samfunnet, det gir også mye tilbake til den enkelte, men det krever mye energi. En bør ha en god porsjon idealisme for å holde ut. Det er ikke lange køer med personer som har kuttet ut aktiv rus, **og** som makter å gjøre en frivillig innsats. Mange **strekker seg** likevel **lenger** enn det de egentlig klarer, og blir i stedet tappet for energi. Dette handler om "brukermedvirkningens pris".

I VEKST ble vi spurt om å delta på det ene og det andre. Mange endte opp som utbrente. "Brukermedvirkning" ble til et krav. Kristin Humerfelt beskriver retten til å reservere seg til å medvirke:

«Brukermedvirkning handler også om å respektere brukernes reservasjon i forhold til ønsket om å medvirke, slik at en som helse- og sosialarbeider ikke bidrar til å opprettholde en devaluert status.»

Brukermedvirkningsbegrepet var "in" på denne tiden. Alt fra praktikere til forskere **lekte seg med** det nye begrepet. Gjorde de ikke det, var det liten økonomisk støtte å hente fra statskassen. Brukermedvirkning ble sett på som et "must". Bruken av **ordet** vokste i takt med omfanget av New Public Management, en markedsorientert tilnærming på offentlige tjenester. Resultatet av denne tenkningen førte til at de som tidligere var klienter, ble omtalt som brukere, som er nærmere forbrukerbegrepet. **Brukermedvirkning blåste som en vind gjennom academia og sosialkontorene. Nå skulle stemmene til sosialklientene, rusmisbrukerne og de fattige endelig høres.** Brukermedvirkning var noe helt nytt, noe som en aldri før hadde drevet med. Mange praktikere fikk prestasjonsangst av det nye begrepet. Senere roet denne angsten seg litt. Mange oppdaget at dette var noe de alltid hadde bedrevet, og **pustet** lettet ut. Forskerne på sin side fortsatte å lete etter forskergull fra informanter, slik de alltid har gjort. De laget den ene flotte teorien etter den andre for å definere hva brukermedvirkning er. Ingen ting er så praktisk som en god teori...

"Brukerne" oppfattet begrepet veldig forskjellig. Noen synes det **klang** fint. De så på begrepet som nøytralt. Alle var jo på et vis brukere. En kunne være bruker av flere typer tjenester, alt fra strømforbruk til bibliotek tjenester. Andre igjen mislikte ordet sterkt. Tidligere rusmisbrukere ble fornærmet over å bli kalt "bruker". Bruker var noe de hadde vært før, mens de brukte stoff.

I arbeidet med VEKST kom jeg i kontakt med mange spennende mennesker. Jeg ble informant for en hovedfagsoppgave om brukermedvirkning, som igjen **åpnet opp** for andre jobber. Jeg ble med i en ressursgruppe tilknyttet et doktorgradsprosjekt. **Jeg fikk tilbud om et jobbengasjement** ved Rogalandsforskning. Det var stor etterspørsel etter min kompetanse. Dette var veldig spennende, men jeg måtte passe på at det ikke ble for mye. Jeg gikk på skole på

denne tiden, og avsluttet ungdomsskolen og tok studiekompetanse i voksen alder. Senere begynte jeg på universitetet.

Gjennom nettverket som jeg hadde fått i mitt arbeide i brukerbevegelsen, fikk jeg **tilbud om jobb** i HUSK Stavanger. HUSK står for høgskole universitetssosialkontor, og består av fire likeverdige parter: Forskere, brukere, praktikere og studenter. Disse skal samarbeide for å gjøre sosialtjenesten, nå NAV, bedre for dem som benytter seg av disse tjenestene, med andre ord "brukerne".

Jeg ble ansatt ved universitetet, der HUSK Stavanger holder til. Dette var min første store stilling, noe som betydde mye for meg. **Min kompetanse ble anerkjent.** Jeg kom i en posisjon der jeg fikk mulighet til å være med å påvirke utviklingen av en mer brukervennlig tjeneste. Jeg er med på å utfordre oppleste og vedtatte sannheter knyttet til det å være en "bruker".

Hva vil det si å være en bruker?

Hvordan skal brukeren se ut, tenke og oppføre seg? Finnes det i det hele tatt en mal for dette? Mitt hovedfokus har vært å **nyansere** forståelsen av rus og avhengighet.

HUSK Stavanger er veldig radikal. Radikal i den forstand at vi gir "brukerne" lønn og en stilling med tilhørende arbeidskontrakt. Man kan ikke bare ringe til "brukerne" i HUSK Stavanger når man finner det for godt, fordi man tilfeldigvis trenger en "brukerstemme". Vi er en del av miljøet i HUSK, på lik linje med de andre aktørene. Vi har et vern i en kontrakt, noe som gjør at jeg føler meg ganske fri til å si det jeg mener. Jeg er ikke bekymret for at de kanskje ikke skulle ringe til meg igjen, hvis jeg tilfeldigvis sier noe de misliker. Oss blir du ikke kvitt så lett.

Jeg mener det er **lettere** å bli et brukermedvirkningsalibi og "brukergissel" når du ikke har noen rettigheter i form av en formell kontrakt. **Jeg har et arbeidsmiljø** med kollegaer. Vi spiser lunsj sammen, diskuterer, og prater om løst og fast. **I dette miljøet opplever jeg at vi kan gå ut av våre roller** som praktikere, brukere og forskere,

og heller anse hverandre som samtalepartnere, uavhengig av status. **Det skaper et mer likeverdig samarbeid.** Vi kan utforske kunnskapen hos hverandre, slik at vi sammen kan oppnå målet om å forbedre tjenestene.

Det er viktig med en ledelse som åpner for at alle kan komme med tanker, meninger og forslag til nye prosjekter. For å gjennomføre reell medvirkning i praksis er en avhengig av tilgjengelige ressurser i form av kontorplass, data, reisepenger og prosjektmidler. Dette gir både fleksibilitet og makt til å påvirke systemet.

Jeg håper at den kompetansen som vi i HUSK har opparbeidet **gjennom samarbeid på tvers av kulturer**, vil fortsette. Vi har fortsatt en vei å gå når det gjelder å utvikle ny kunnskap og utfordre etablert praksis. **Vår samlede kunnskap gir en helhetlig kunnskap.**



KREM ble etablert i 2005 og det står for **KRE**ativt og **M**angfoldig arbeidsliv.

KREM er en **sosialentreprenør** og en **brobyggerorganisasjon** av, med og for mennesker som har erfaring som brukere av offentlige tjenester og/eller på andre måter er engasjert i arbeidet med å utvikle samarbeidsmodeller mellom offentlig forvaltning, brukere og næringslivet.

KREM bygger broer mellom **enkelt-individer** og **systemer** og mellom ulike sektorer, og viser mulighetene som ligger i å møtes **på tvers**.

KREM skaper tiltak, utvikler modeller og metoder uavhengig av rådende retningslinjer, byråkratiske regler og normer sammen med målgruppen og i samarbeid med eksempelvis NAV, kommune, forskning og næringsliv i **likeverdige partnerskap**. Vårt fokus er på å utvikle modeller og metoder lokalt; **bottom-up**. Målet er å gjøre veien tilbake til skole og arbeidsliv kortere og smartere og gjennom handling bidra til å skape et kreativt og mangfoldig arbeidsliv. Fordi det er lurt!

KREM synliggjør erfaringer, kompetanse og ressurser den enkelte besitter. Vår erfaring er at **den korteste veien blir til i samarbeid med målgruppen**. **KREM** systematiserer denne kunnskapen og leverer nye tjenester og tiltak inn i kvalifisering og rehabiliteringsarbeid. Denne rapporten er en av mange publikasjoner som dokumenterer våre metoder og resultater. **KREM** initierer og utvikler prosjekter, workshops og Endringsmetodekurs for mennesker som av ulike grunner er utenfor arbeid og utdanning. **KREM** utvikler **læringslaboratorier** på tvers. **KREM** holder foredrag og arrangerer konferanser. **KREM** leverer innhold til virksomheters samfunnsansvar.