

RSMH - principprogram





**Principprogrammet fastställt vid RSMH:s kongress
11-13 maj 2007**

Innehållsförteckning

		Sid
1.	Människosyn	4
2.	Samhällssyn	5
3.	Känslomässiga svårigheter	6
4.	Att belysa vår verklighet	7
5.	Intressepolitiskt engagemang	8
6.	Attityder och fördomar	9
7.	Se hela människan	10
8.	Vård och behandling	12
9.	Kamrattstöd och självhjälp	13
10.	Jämställdhet	14
11.	Internationellt stöd	15
12.	Ett liv på egna villkor	16
13.	Diskussionsfrågor	17

1. Människosyn

RSMHs verksamhet utgår från att alla människor är födda fria och lika i värde och rättigheter samt har rätt att såväl i fysiskt som psykiskt avseende åtnjuta bästa möjliga hälsa. Varje människa har grundläggande känslomässiga, sociala och kroppsliga behov och lever i ett samspel med sin sociala omgivning. Det innebär att hon också har förmåga att påverka sitt eget och andras liv.

Alla människor har också rätt till en levnadsstandard som är tillräcklig för deras hälsa och välbefinnande.

Undersökningar visar att levnadsnivån och välfärden är klart sämre för människor med psykisk funktionsnedsättning än för andra jämförbara grupper. RSMH verkar för att människor som har en psykisk funktionsnedsättning skall kunna utveckla sin förmåga och bli delaktiga i samhällsgemenskapen och därigenom få möjlighet till ett människovärdigt liv. Häri ingår bland annat att ha samma livskvalitet och levnadsstandard som övriga medborgare.



2. Samhällssyn

RSMH anser att samhället måste utvecklas i en riktning som på ett bättre sätt befrämjar den psykiska hälsan. Därigenom minskas inte bara förekomsten av psykiska funktionsnedsättningar - den som har en psykisk funktionsnedsättning får också ett bättre liv.

Den som drabbas av psykisk ohälsa har rätt till en så normal tillvaro som möjligt i samhället – vilket bl a innebär boende i egen bostad och rätt till arbete.

Detta innebär bl a ett gott och meningsfullt arbete åt alla på en vidgad arbetsmarknad, miljöer som främjar uppbyggnaden av trygga och stödjande sociala nätverk, acceptabla ekonomiska omständigheter och tillgång till stöd och hjälp i krissituationer.

Personer som på grund av psykisk funktionsnedsättning inte klarar ett arbete skall beredas annan meningsfull verksamhet.

Vård till och omsorg om människor med psykisk ohälsa måste präglas av ett hälsofrämjande perspektiv som innebär att aktivera, stärka och utveckla individen och omgivningen. I detta ingår också återhämtning genom bl a rehabilitering som en väsentlig del.

3. Känsломässiga svårigheter

Den som genomgår en djup kris eller svår konflikt måste ges möjlighet att utvecklas och växa genom att han eller hon tidigt får en bra hjälp att hantera svårigheterna. Ges inte detta kan individen fastna i ett långt lidande som minskar förmågan att klara till exempel sociala relationer, arbete eller boende.

Ett varaktigt eller återkommande tillstånd av känsломässiga svårigheter som nedstämdhet, oro, rädsla, ångest, tvångstankar och bristande verklighetsuppfattning kan vara av sådan intensitet att det dagliga livet försvåras. Sådana svårigheter har oftast en grund i reaktioner på påfrestande händelser i livet och i samhällets oförmåga att hjälpa och stödja. Individen kan därigenom få en psykisk funktionsnedsättning.



4. Att belysa vår verklighet

RSMH har byggts upp och består av människor som har personliga erfarenheter av funktionsnedsättning samt psykiska och sociala problem. Utifrån vår unika erfarenhet har vi möjlighet att belysa innehållet i begreppen social och psykisk hälsa.

RSMH kan därigenom ge röst åt människor som har psykiska och sociala problem. Tyvärr har samhället visat oförmåga att klara av sådana. Det är vår uppgift att som enskilda medlemmar och genom organisationen dela med oss av våra erfarenheter. RSMH skall påverka människors attityder och samhällets möjligheter att ge bra vård, stöd och service till dem som har psykiska problem. Vi verkar för en radikal förändring av den psykiatriska vården och den sociala omsorgen. Vi verkar också för att dessa skall utgå från den enskildes villkor och behov.

5. Intressepolitiskt engagemang

RSMH är en ideell organisation som är partipolitiskt obunden och religiöst neutral. Förbundet tvekar inte att ta ställning i frågor av intressepolitisk karaktär. Vi arbetar tillsammans med andra brukarorganisationer och socialpolitiska organisationer för att motverka förhållanden som leder till olika former av social utslagning. Vårt perspektiv måste tas på allvar i samhällsdebatten.

RSMH anser därför att kommuner, landsting och regioner måste ta sitt ansvar för att samverka med brukarorganisationerna i enlighet med socialtjänstlagen och hälso- och sjukvårdslagen för att skapa den plats i samhället som dessa lagar garanterar människor med psykiska besvär och funktionsnedsättningar.



6. Attityder och fördomar

Omgivningen reagerar många gånger med undvikande, bestörtning, förvåning eller likgiltighet på yttringar av psykiska besvär. Detta kan vara förståeligt – det man möter lämnar ingen oberörd och väcker många känslor, såväl av osäkerhet som rädsla. Beroende på vad som utspelat sig kan detta vara helt befogade reaktioner, men oftast är det okunskap och fördomar som orsakar reaktionerna. Ett avvikande beteende kan ha sin grund i biverkningar från medicinering, som till exempel rörelsestörningar. Andra orsaker kan vara institutionsskador och social isolering.

Spridningen av fördomar sker t ex genom vinklade reportage i media som återger våldsamma händelser och genom radio- och TV-program som använder galenskap i kommersiella underhållningssyften.

Många människor anser fortfarande att det är en skam att bli psykiskt sjuk eller att hamna i en kris. Rådande attityder och fördomar är en väsentlig orsak till att psykiska funktionshinder blir ett handikapp. Att möta egna och andras fördomar med information är en viktig uppgift i arbetet för social och psykisk hälsa samt att motverka rädsla och utanförskap. Det är en av RSMH:s viktigaste uppgifter att arbeta med attitydpåverkan i samhället.

7. Se hela människan

En genuin behandlingsoptimism måste genomsyra vården och omsorgen. Psykiatrin skall se till *hela* människan och hennes individuella möjligheter. Psykiska problem, psykisk ohälsa och sociala svårigheter hör många gånger ihop. RSMH menar att psykiska funktionsnedsättningar uppkommer när samspelet mellan individen och omgivningen inte fungerar. Det är också vår uppfattning att problem som har sitt ursprung i livets mångskiftande problematik inte kan eller får medicineras bort. Vi vill därför bryta psykiatrins traditionella maktställning och skapa alternativ. Det diagnosinriktade medicinskt-biologiska synsättet har alltför länge dominerat den psykiatriska hjälp som samhället erbjuder.

RSMH verkar för att psykiatrin inte i första hand skall vara en medicinsk specialitet. Den bör istället vara tvärvetenskaplig men med en social inriktning. Inom psykiatrin måste ett verkligt möte komma till stånd mellan olika vetenskaper, som psykologi, sociologi, socialt arbete, filosofi, medicin och neurologi m fl. Riv ner barriärerna mellan olika professionella kulturer.

RSMH arbetar också för att alternativ till den traditionella medicinskt-biologiska modellen skall utvecklas. Exempel på detta är självhjälpgrupper, nätverk och olika brukarstyrda verksamheter.

RSMH menar att det stöd och den hjälp en person behöver från samhällets sida skall ges i individens närmiljö - utanför institutionerna. Det är då lättare att förstå individens situation och att utveckla

Samspelet mellan henne och omgivningen. Förståelsen för människor med psykisk funktionsnedsättning kan också på sikt öka när de inte längre göms undan på institutioner. Detta får dock inte leda till ett liv i ensamhet, övergivenhet och sysslolöshet. RSMH kräver krafttag från ansvariga myndigheter för att psykiatrireformen skall få avsedd effekt för alla berörda.

8. Vård och behandling

Syftet med all vård och behandling måste vara att hjälpa individen till ett fungerande liv. Vården och behandlingen skall utformas efter den enskildes behov och önskemål. Att ställa dessa resurser till förfogande är samhällets skyldighet. Vård och omsorg skall också genomföras med respekt för människovärdet samt rätten till integritet och självbestämmande. Alla har rätt till ett humant och kompetent bemötande!

När någon är intagen i den psykiatriska vården mot sin vilja skall bestämmelserna som reglerar omhändertagandet och vården vara i överensstämmelse med reglerna om mänskliga rättigheter. I annat fall får tvång absolut inte tillgripas. En människas personliga integritet får aldrig kränkas. Patientens rättssäkerhet skall stärkas och tvånget begränsas till ett minimum. RSMH anser att när någon skriver ett psykiatriskt vårdtestamente eller nätverkskontrakt skall det alltid respekteras. I dessa dokument anger en människa sin uttryckliga vilja om hur hon vill bli behandlad om hon blir föremål för psykiatrisk behandling. Ett ökat brukarinflytande måste komma till stånd i vården och omsorgen.

9. Kamratstöd och självhjälp

RSMH:s föreningsarbete, självhjälpgrupper och kamratstöd syftar till att minska, undanröja eller kompensera för de funktionsnedsättningar som psykisk ohälsa kan medföra.

Vi arbetar för att ge varandra

- * tilltro till den egna förmågan
- * stöd i att utvecklas utifrån de egna förutsättningarna
- * hjälp att kämpa för den egna saken.



10. Jämställdhet

Jämställdhet och ett lika värde av kvinnors och mäns insatser i vår verksamhet skall vara en självklarhet.

Kvinnor drabbas ofta mycket hårt av psykisk ohälsa och funktionsnedsättningar. Det är därför viktigt att särskilt kvinnorna i vår organisation stöds och uppmuntras i föreningsarbetet. Ambitionen bör vara att de förtroendevalda i olika sammanhang utgörs av ungefär lika många kvinnor som män – och att detta är en fråga som ständigt skall bevakas i samband med förslag från t ex valberedningar.

Jämställdhet i alla sammanhang, t ex arbetsmarknaden, skall vara ett synsätt som präglar vårt intressepolitiska arbete. Jämställdhet bidrar till en god psykisk hälsa i samhället.

11. Internationellt stöd

Psykisk ohälsa är ett stort och växande problem i världen. I många länder görs goda framsteg i kampen för en god psykisk hälsa. I andra länder är situationen för människor med psykisk ohälsa inte alls bra, eller t o m katastrofal. I ytterligare ett antal länder har psykiatrin använts som ett redskap i maktens tjänst.

Det finns ett stort behov av att bedriva ett internationellt samarbete och stödarbete – detta för att sprida positiva utvecklingar och för att motverka negativa samt för att skapa solidaritet över gränserna. Vi skall i RSMH efter förmåga delta i internationellt samarbete – särskilt i det som bedrivs i länderna närmast omkring oss.

Vi skall utöver detta i solidaritet stödja länder där psykiatris och samhällets omhändertagande av människor med psykisk ohälsa och funktionsnedsättningar inte är utvecklade.



12. Ett liv på egna villkor

Vi vill vara delaktiga i det gemensamma ansvaret för samhällets utveckling och inte låta passiviserande behandling eller mediciner hålla oss borta från detta. Vi kan också dela med oss av vår livserfarenhet och därmed verka för större ödmjukhet i samhället. Genom RSMH:s verksamhet ges möjlighet till en meningsfull tillvaro utifrån individens egna villkor och förutsättningar.

Engagemanget skapar självkänsla så att vi tillsammans kan arbeta för ett människovärdigt liv. Vi är en ovärderlig resurs med vår samlade kompetens och livserfarenhet.

Om du använder denna folder i utbildning, studiecirkel, självhjäpsgrupper eller i andra sammanhang för att diskutera kring frågor som är viktiga för oss i RSMH så har vi nedan några förslag på frågeställningar som kan vara bra att belysa och diskutera omkring:

- * **Arbetar vi i vår** organisation utifrån att alla människor kan ta ansvar och vara delaktiga? Vad gör det svårt med ett sådant arbete?
- * **Hur stärker vi den** enskilda medlemmen när det gäller samhällssyn? Hur skapar vi genom vårt sätt att arbeta förståelse för att det är viktigt att man på olika håll i samhället verkar för en förbättrad psykisk hälsa?
- * **Vilka frågor är aktuella** inom intressepolitiken hos er? Diskutera detta t ex utifrån de förslag som läggs fram av regering och riksdag, kommun och landsting.
- * **Det bästa sättet att** motverka negativa attityder och fördomar mot människor med psykisk ohälsa är att möta och känna någon med funktionsnedsättning. Diskutera på vilka olika sätt ni kan nå ut till fler människor i samhället.
- * **Vad är det som** är bra med hjälp till självhjälp? På vilka sätt kan självhjäpsgrupper vara ett stöd i föreningsverksamheten.
- * **Vad innebär kamratstödet? Hur** arbetar vi och motiverar medlemmarna i kamratstöd?
- * **På vilka sätt stödjer** ni jämställdheten i föreningen?



fördomar
manodepressivitet terapi stämplad
ångest **välbefinnande** psykisk ohälsa
kris **gemenskap** stressfördomar hälsa
psykos manodepressivitet
att må bra utanförskap trötthet
ångest **återhämtning** attityder



Riksförbundet för Social och Mental Hälsa

Instrumentvägen 10, 126 53 Hägersten

Telefon: 08-772 33 60, Fax: 08-772 33 61

E-post: rsmh@rsmh.se, Hemsida: www.rsmh.se