

Folketinget  
Christiansborg  
1240 København K

Sundheds- og Forebyggelsesudvalget

Esbjerg, den 18-7-2014

Recoveryteamet sender som oplæg til vor anmodning om foretræde følgende:

***Recoveryteamet vil hermed gerne medvirke til at få skabt debat om og nysgerrighed på, hvordan der i Hospitals- og Socialpsykiatrien etableres systematiske recovery-processer for personer med psykiatriske diagnoser i hele Danmark!***

Da daværende sundhedsminister Astrid Kragh på Psykiaritopmødet i oktober 2013 udtrykte, at alle kan recover sig, vakte det stort håb – også for os i Recoveryteamet. Vi ser frem til en mere målrettet ny -orientering for behandlings tilbud til psykisk sårbare i fremtiden!

Derfor vil vi i recoveryteamet gerne have mulighed for at redegøre for og vise eksempler på, at det faktisk er muligt at recover sig fra psykiatriske diagnoser med symptomer, der i traditionel psykiatri er betegnet som f.eks. skizofreni, psykoser, anoreksi og cutting.

De unge i Recoveryteamet udtaler:

*Vi unge her i dag er selvstændige og aktive i vores eget liv, hvor vi er i fuld gang med uddannelse, job eller bare det at komme videre. For flere af os har det været en rejse gennem psykiatrien på op til 10 år, før vi nu endelig er ude i et normalt liv. Med dette indslag ønsker vi at pege på, at andre også bør have en lignende mulighed for at recover sig, der hvor de bor i landet.*

*I et sundhedssystem som vi har i Danmark, må det kunne lykkes!!*

Recoveryteamet ([www.recoveryteamet.dk](http://www.recoveryteamet.dk)) er startet i Esbjerg, og det består af unge og voksne, der allerede er recovered fra at have psykiske symptomer. Den faglige leder er psykoterapeut Mette Bang, som vi har samarbejdet med gennem vores recovery proces. Vi unge og voksne har alle søgt anden behandling efter forløb i den offentlige psykiatri. Vi har alle haft håbet og drømmen om at komme videre til at kunne leve et såkaldt normalt liv med uddannelse og/eller arbejde på lige fod med andre. Vi har desværre skullet ud af den offentlige psykiatri, for at finde en metode til bevidst recovery-behandling, hvilket gør at vi kommer her i Folketingets sundheds- og forebyggelses udvalg, for at bringe recovery i debat.

Vi recovered unge og voksne samt psykoterapeut Mette Bang har gennem flere år arbejdet sammen om at bringe de gode livshistorier ud til andre, der måtte starte op på en lignende behandling ud af deres psykiske symptomer.

I bogen: "Fra traume til recovery", (Mette Bang, Forlaget Brinch, 2014), har vi beskrevet vores lange vej ud af de psykiske symptomer, over til en målrettet psykoterapeutisk recovery-behandling med håbet og drømmen om et liv uden symptomer.

Det er en holdning og en erfaring i Recoveryteamet, at der ikke kun findes en enkelt behandlingsmetode for at opnå personlig recovery, men at modellen er, at der skal forskellige behandlingsmetoder til. Metoden skal ganske enkelt være tilpasset, således at den konkrete person kan være tryk i sin udvikling ud af psykiatri-symptomerne.

Vi har med udgangspunkt i narrativ praksis arbejdet os frem til individuelle løsninger, hvor den pågældende psykisk sårbare har bearbejdet symptomer på sin psykiske sårbarhed og de personlige traumer der er synlige for den pågældende. Gennem bearbejdningen oplevede personen at han/hendes symptomer mindskes, og de begyndte at forstå de traume hændelser der tidligere har givet dem symptomer på sårbarhederne.

**Vi vil på dette foretræde beskrive de effekter som vi unge og voksne har opnået efter tiden med symptomer, til i dag at være uden brug af både det offentlige psykiatri system og det terapeutiske system.**

Recoveryteamet ser frem til at berette om de positive effekt- værdier som recovery-processen har bragt den enkelte, og at I Sundheds- og Forebyggelsesudvalget kan blive nysgerrige på recovery-processer tilbage til et normalt liv. Vores håb for foretræde vil også være, om Recovery kan systematiseres på et større plan for flere, således at andre også kan komme i gang med at realisere deres håb og drømme om et aktivt og selvstændigt liv!

*Ved at være rollemodel/ambassadør for recovery-processer i Esbjerg, har vi unge og voksne været inspirerende forbilleder, som har givet flere muligheden og lysten til at starte deres individuelle recovery-proces!*

*Dette kan også ske for andre, andre steder i landet.*

### **Som noget nyere i Esbjerg:**

Som et nyt tiltag i Recoveryteamet har vi etableret en hjemmeside hvori der blandt andre ting indgår en brevkasse, hvor psykisk sårbare unge og voksne kan skrive ind til os, der allerede er recovered. Psykisk sårbare personer kan stille spørgsmål, der er målrettet f.eks. anoreksi, cutting eller psykoser, eller der kan være spørgsmål til de recovery-processer, de gerne vil opstarte.

I Esbjerg er etableret udviklingsgrupper, hvor unge psykisk sårbare mødes 1 gang om måneden. Deltagerne fortsætter ofte i grupperne efter endt behandling, idet de oplever at kunne give noget meget vigtigt videre til de nye, og de finder det gode arbejde med recovery så spændende, at det stadig giver mening for dem.

Vi ser frem til, at vi gennem vores foretræde for Folketingets Sundheds- og forebyggelsesudvalg vil kunne bringe liv i debatten omkring recovery i det offentlige betalte psykiatri, således at flere brugere af psykiatrien opnår et normativt liv. Vi vil gerne fortælle omkring de effekt værdier vi har opnået ved at recover os.

Med venlig hilsen

Recoveryteamet  
Kongensgade 72.3  
6700 Esbjerg  
Hjemmeside: [www.recoveryteamet.dk](http://www.recoveryteamet.dk)

Kontaktperson og leder Psykoterapeut Mette Bang, mobil 2224 9233