

# Om återhämtning

begrepp, förekomst och hjälpande  
faktorer  
Alain Topor

(från boken Vad hjälper? Natur och Kultur, 2004)

## Återhämtningens förekomst

Att människor återhämtar sig från svåra psykiska störningar av betvivlats inom psykiatrin. Att de skulle kunna återhämta sig från diagnosen schizofreni har av många knappast ansetts vara möjligt.

Samtidigt visar en rad uppföljningsstudier att så är fallet. Människor återhämtar sig. Och det är inte få som återhämtar sig.

I Tabell 1 presenteras en sammanställning från fem studier där forskare har följts patientgrupper som fått diagnosens schizofreni. Dessa uppföljningsstudier täcker mycket långa tidsepoker.

Tabell 1. Återhämtning bland patienter som tidigare fått en schizofrenidiagnos.

	Antal patienter	% helt återhämtade	% socialt återhämtade	% helt och socialt återhämtade
Bleuler 1972	208	23	43	66
Harding et al 1986	269	34	34	68
Hubert et al 1975	502	26	31	57
Tsuang et al 1972	186	20	26	46
Ciampi & Muller 1976	289	29	24	53

(Källa Harding 1988)

## Återhämtningsforskningens lärdomar

Några möjliga slutsatser av återhämtningsforskningen är:

Tabell 2: Lärdomar från återhämtningsforskningen

- 1 En majoritet av de människor som hade fått diagnosens schizofreni återhämtade sig
- 2 Det aldrig är för sent för att återhämta sig.
- 3 Människor återhämtar sig i alla kulturer och att skillnaderna i andelen personer som återhämtar sig kan till viss del förklaras av sociala och kulturella omständigheter
- 4 Återhämtningen har förekommit i alla tider
- 5 Det förekommer gemensamma faktorer i alla behandlingsinsatser och hos alla professioner som är verksamma
- 6 Det är nödvändigt att vända oss till de närmast berörda, brukarna och deras närmaste, och fråga dem vad de anser har varit till hjälp för dem?

## Några för- och nackdelar med begreppet återhämtning

Fördelar med begreppet ”återhämtning”:

1. Det är inte knutet till någon profession.
2. Den betonar brukarens egen roll i hantering av de psykiska problemen.
3. Den saknar en entydig och mätbar definition och blir därmed svårare att inkludera i en professionell begreppsvärld.

Nackdelar med begreppet ”återhämtning”

1. Den antyder att brukaren kommer tillbaka, blir åter den person han/hon en gång var.
2. Den kan ha en individualiserande inriktning, men återhämtning är en individuell och social/kollektiv process.
3. Den saknar en entydig och mätbar definition och blir därmed svårare att inkludera i en professionell begreppsvärld.

## Förhållandet mellan behandling, rehabilitering och återhämtning

Tabell 3. Förhållandet mellan behandling, rehabilitering och återhämtning

	Fokus	Mål	Aktör
Behandling	Symptom	Bot	Läkare, terapeut
Rehabilitering	Funktion	Motverka handikapp	Arbetsterapeuter
Återhämtning	Symptom, funktion, makt	Finna sig själv, makt över det egna livet	Brukaren, med hjälp av professionella och socialt nätverk

Källa: Topor, A (2004a)

## Ny praktik – ny kunskap

Den avinstitutionalisering av den psykiatriska vården som startade i västvärlden i samband med andra världskrigets slut handlade inte enbart om att minska den slutna vårdens omfattning eller ens att riva ner mentalsjukhusen.

Lika viktigt var att bygga alternativ till denna slutna vård. I de nya relationer som professionella och samhällsmedborgarna i övrigt kan börja bygga upp med människor med psykiska problem som inte avskiljs från samhället kan nya kunskaper och nya praktiker växa fram. Nya praktiker i och med de förändrade institutionella förhållandena kring mötet.

Nya kunskaper om psykiska problem och mänsklig tillvaro.

## En annan professionalitet

I återhämtningsforskningen framskyntar existensen av möten mellan brukare och professionella som inte stämmer med reglerna för en traditionell professionalitet.

Om en traditionell professionalitet bygger på tankar om distans, neutralitet och lika bemötande för alla, så bygger denna andra professionalitet på personligt engagemang och olika insatser för olika personer.

Denna andra professionalitet som bygger på närhet betecknas vanligtvis i termer av ”ram- och regelbrott” samt som ”oprofessionell”.

Det paradoxala är att den tas upp av många personer som återhämtat sig från svåra psykiska problem som ett väsentligt bidrag till deras återhämtning. Frågan är om det ”oprofessionella” inte kan vara högst ”professionellt”?

Tabell 4. Två former av professionalitet

	Professionalitet som distans	Professionalitet som närhet
Tid	Given	Förhandlingsbar
Rum	Bestämt	Öppet
Jag	Neutralt	Tydligt
Relation	Ensidig	Ömsesidig

Källa: Topor, A. (2004b)

## Källor

Borg, M. & Topor, A (2003) Virksomme relasjoner, Oslo: Kommuneforlaget.

Topor, A. (2001) Återhämtning från svåra psykiska störningar, Stockholm: Natur och Kultur.

Topor, A. (2004b) Vad hjälper? – Återhämtningsvägar från svåra psykiska problem, Stockholm: Natur och Kultur.

Se även [www.aterhamtning.se](http://www.aterhamtning.se)

För korrespondens:  
alain.topor@sll.se