



# Forskningsstrategi Rådet for psykisk helse 2008-2012



## Innledning

Rådet for psykisk helse visjon er et best mulig liv for barn og voksne med psykiske lidelser og deres pårørende, og et rausere og varmere samfunn som bidrar til god psykisk helse.

Rådet for psykisk helse anlegger et bredt perspektiv på forskning i denne strategien. Vi mener dette er helt nødvendig for å sikre gode forskningsprosjekter basert på kunnskap fra både fagfolk, brukere og pårørende. God forskning på dette feltet er forskning som får fram kunnskap som kan bidra til at folk får et bedre liv. Derfor må forskningen også rettes mot å skaffe ny og relevant kunnskap om det livet mennesker lever i vårt samfunn og som har betydning for deres psykiske helse. Den må ikke ha et ensidig fokus på diagnose eller behandlingstiltak.

Forskning om vår psykiske helse ligger langt bak forskning om somatisk helse hvis vi måler etter statlige økonomiske prioriteringer. Rådet for psykisk helse vil med sitt forskningsrettede innsats de neste årene arbeide for en økt økonomisk prioritering av forskning om psykisk helse, både nasjonalt og internt i de ulike forskningsinstitusjonene.

Samtidig som vi arbeider for at dette forskningsfeltet skal prioriteres høyere nasjonalt, skal Rådet for psykisk helse bidra til å utvide bredden i kunnskap om hva som gir god psykisk helse for barn, unge og voksne. Herunder skal vi også vektlegge forskning om hva som bidrar til gode bedringsprosesser og god behandling. Vi skal samtidig arbeide for at kunnskap basert på brukere og pårørendes erfaringer gjøres mer gjeldende i praksis. For å få til dette må vi også øke omfanget av brukerinvolvert forskning i Norge.

Denne strategien er en retningsgiver i Rådet for psykisk helse arbeid for å påvirke forsknings- og kunnskapsproduksjonen på psykisk helse-feltet de neste årene. Dette strategidokumentet må sees i sammenheng med Rådet for psykisk helse femårsstrategi vedtatt på årsmøtet i representantskapet 23. april 2008.

## Situasjonsbeskrivelse

Rådet for psykisk helse skal jobbe både med hvordan samfunnet best kan fremme psykisk helse og hvordan tjenestene kan bli best mulig for mennesker med psykiske problemer og deres pårørende.

Vi er bekymret for utviklingstrekk i samfunnet som hemmer utviklingen av god psykisk helse. Vi vet at stadig flere opplever ensomhet i en slik grad at det fører til dårligere helse. For Norges omlag 100 000 fattige medfører situasjonen store psykiske belastninger og sosial ekskludering. Mange opplever at forholdet mellom de som er innenfor og de som er utenfor øker, og vi står overfor store utfordringer når det gjelder å skape inkluderende miljøer på alle samfunnsarenaer. Mangel på tilhørighet, stigmatisering og diskriminering kan bidra til at flere får en dårlig psykisk helse. Barn og unge utsettes i økende grad for de samme utfordringene som voksne, og de opplever stress og redsel for ikke å strekke til allerede i tidlige barneår. Rus og vold bidrar også til større utrygghet og dårligere kår for den psykiske helsen for mange.



Rådet for psykisk helse mener at det har skjedd forbedringer på tjenestefeltet under opptrappingsplanens periode. Vi har sett en nødvendig bevegelse fra langvarige institusjonsopphold til mer lokalbasert hjelp. Brukere og pårørende har fått økt innflytelse og, ikke minst, psykisk helse er blitt et viktigere helse- og velferdspolitisk tema i løpet av de siste ti årene. Til tross for forbedringer er Rådet for psykisk helse fortsatt sterkt bekymret. Hjelpen er fremdeles ofte mangelfull, utilgjengelig, usammenhengende og ofte uten medvirkning for brukere og pårørende. Likeledes ser vi at bruken av tvang er foruroligende høy. Utviklingen går for sakte, og det er motstridende krefter som forhindrer nødvendig endring. Det legges fortsatt for stor vekt på reparering fremfor forebygging og på det å skape vilkår for god psykisk helse.

Til grunn for målene i denne strategien ligger en samlet vurdering av helse- og velferdspolitikken for psykisk helse. Analysene er samlet i flere rapporter fra Rådet for psykisk helse de senere årene<sup>1</sup>.

Rådet for psykisk helse mener at følgende spørsmål fortsatt er så lite belyst i forhold til betydningen for psykisk helse at det må utvikles ny kunnskap og ny kompetanse:

- Hvordan påvirker fordommer, stigmatisering og diskriminering den psykiske helsen?
- Hvordan er sammenhengen mellom psykisk helse og faktorer som oppvekstvilkår, levekår, utdanning, deltakelse i arbeidsliv, boforhold og deltakelse i samfunnet?
- Hvordan er sammenhengen mellom psykisk helse og opplevd mestring i hverdagslivet?
- Hvordan kan ulikheter i forekomst av psykiske lidelser innen ulike befolkningsgrupper forstås?
- Hva gir bedring?
- Hvordan er sammenhengen mellom rus og psykisk helse?
- Hvordan påvirker medvirkning og innflytelse bedring og tilfredshet?
- Hvordan kan pårørendes helsemessige belastninger bedres?
- Hvordan kan vi forebygge situasjoner som gir bruk av tvang?
- Det er for mye bruk av tvang og de geografiske forskjellene er store. Vi ønsker derfor forskning som gir oss kunnskap om årsakene til dette og som undersøker alternativer til bruk av tvang.
- Hva slags sammenheng er det mellom ulike kunnskapstradisjoner og ulike praksisformer innen psykiatri og psykisk helsevern?
- Hvilke rammebetingelser for profesjonsutøvelse i psykisk helsevern kan hemme eller fremme en brukerorientert og brukermedvirkende praksis?
- Hvilke tiltak må til for at de som trenger flest og sammensatte tjenester skal få et best mulig liv ute i kommunene?

---

<sup>1</sup> Rådet for psykisk helse (2004): Stykkevis og delt. Om kvalitetsutvikling i psykisk helsearbeid, Rådet for psykisk helse (2004): Verdig liv. Velferd, medvirkning og helhet ved psykiske lidelser, Rådet for psykisk helse (2006): Utdanning til morgondagens praksis. Vidareutdanning i psykisk helsearbeid og spesialiseringar til psykolog og psykiater i lys av utvalde statlege føringar, Rådet for psykisk helse (2007): Psykisk helse i et flerkulturelt samfunn, Rådet for psykisk helse (2008): Med livet som kompetanse, Rådet for psykisk helse (2008) Spesialisthelsetjeneste på brukerens arena – en utvalgsrapport til Rådet for psykisk helse.



På denne bakgrunn har Rådet for psykisk helse to hovedmålområder for den delen av det forskningsstrategiske arbeidet som retter seg mot mer kunnskapsutvikling knyttet til bedringsprosesser og livsbetingelser:

### **1. Et inkluderende samfunn for alle**

Den psykiske helsen kan ikke sees isolert fra livsbetingelser og det er derfor viktig med et folkehelseperspektiv på psykisk helse. Forskning på dette området må inkludere faktorer som er viktige i den enkeltes hverdagsliv i alle livsfaser. Det er videre behov for mer og bedre kunnskap om levekårenes betydning for forebygging og bedring av psykisk helse og for god livskvalitet. Vi vil sette søkelyset på sammenhengen mellom psykisk helse og levekår knyttet til:

- Å ha et trygt hjem
- Trygg og forutsigbar økonomi
- En meningsfull og trygg hverdag som inkluderer utdanning, arbeid eller aktivitet
- Tilhørighet og inkludering

Dette er helt grunnleggende faktorer i et verdig liv. I et folkehelseperspektiv er det også viktig å se betydningen av god holdningsskapende virksomhet som et virkemiddel i antistigmaarbeidet som må til for å skape et aksepterende og inkluderende samfunn der alle får delta i samfunnet i verdsatte roller.

### **2. Tjenester på brukernes premisser**

Skreddersydde tjenester på brukernes premisser innebærer at en får hjelp når en trenger det, der en trenger det for det en selv definerer at en trenger hjelp til. Dette er måter å yte helse- og omsorgstjenester på som i stor grad vektlegger betydningen av folks hverdagsliv og mestring. Det krever utvidet kompetanse hos fagfolk i forhold til den kompetanse som er basis for tjenestene i dag. Et videre kunnskapsperspektiv er derfor nødvendig, og Rådet for psykisk helse skal gjennom forskning undersøke:

- Betydningen av reell makt og innflytelse til brukere og pårørende
- Hva er det som gir bedring?
- Hvordan etablere sammenheng og helhet i hjelpetilbudet for den psykiske helsen?
- Hvordan øke frivillighet og redusere bruk av tvang?

Rådet for psykisk helse vil med dette gjøre en systematisk innsats for at det nasjonalt og regionalt satses mer på forskningsfeltet psykisk helse. Samtidig skal vi arbeide for at mer av kunnskapsutviklingen i Norge konsentrerer seg om bedringsprosesser og livsbetingelser. Mer bruker- og pårørendeinvolvert forskning er både et grunnprinsipp og en forutsetning for å få til dette.



## **Virkemidler**

Får å realisere målene i denne forskningsstrategien har Rådet for psykisk helse fire hovedvirkemidler:

### **1. Initiere forskning**

Rådet for psykisk helse skal initiere forskning ved:

- Å sikre at de forskningssøknader som sendes inn til Stiftelsen for Helse og Rehabilitering fra Rådet for psykisk helse følger denne forskningsstrategien og har god nok kvalitet til å oppnå støtte.
- Å bygge nettverk med nøkkelpersoner i brukermiljøer og i Norges forskningsråd, de regionale helseforetakene og andre relevante forskningsmiljøer, både gjennom individuell kontakt og gjennom å arrangere møtearenaer, samlinger og seminarer som formidlingskonferanser og seminarer.
- Å stimulere forskningsmiljøene til å følge opp Rådet for psykisk helses forskningsstrategi
- Å bidra til utvikling av bruker- og pårørendestyrt og bruker- og pårørendeinvolverte forskningsprosjekt.

### **2. Støtte forskning økonomisk**

Rådet for psykisk helse har som mål å utvikle et forskningsfond. Ved å få finansiert utvalgte forskningsprosjekter som er spesielt knyttet opp mot Rådet for psykisk helses visjon og strategi, vil vi over noe tid ha bidratt til en stor kunnskapsproduksjon og praksisendring på psykisk helsefeltet.

### **3. Påvirke nasjonal forskningspolitikk**

Rådet for psykisk helse vil aktivt påvirke de politiske føringene på framtidens kunnskap. Dette skal vi gjøre ved:

- Å drive et aktivt medierettet arbeid for å påpeke kunnskapsmangler og formidle hva Rådet for psykisk helse mener er den nødvendige bredden og tilnærmingen til problemstillingene i psykisk helseforskning
- Å samarbeide med ulike aktører om kunnskapsformidling
- Å spre kunnskap og informasjon om bruker- og pårørendeinvolverte og bruker- og pårørendestyrt forskningsprosjekt



#### **4. Arbeide for at forskning får innflytelse på praksis**

En av de store utfordringene vi står overfor i dag, er hvordan vi skal iverksette tiltak basert på ny og bredere kunnskap slik at de kommer landets lokalmiljøer og brukere til gode. Rådet for psykisk helse skal bidra til bedre og bredere implementering av ny kunnskap gjennom:

- Et fortsatt systematisk kvalitetsutviklingsarbeid i fagfeltet.
- Kunnskapsspredning. Her står våre forskningsprosjekter finansiert gjennom Helse og Rehabilitering i en særstilling ettersom det er Rådet for psykisk helse prosjekter. Det gir oss viktig innflytelse på praksis.
- Utvikle retningslinjer til hjelp for forskningsprosjekter slik at implementering av ny kunnskap i praksis blir en integrert del av hele forskningsprosessen.
- Å arbeide aktivt for å øke bruker- og pårørendenær kunnskap og forskningens innflytelse på praksis

Det skal utvikles årlige handlingsplaner for det forskningsrettede arbeidet til Rådet for psykisk helse.