

Vil bruke egne erfaringer til å hjelpe: – Det var en tung veg ut



ERFARNE: Roger Sæther og Liljana Berntzen ønsker å bruke sine erfaringer med rus og psykiatri til å hjelpe andre. – Det er mye jobb, men vi kan være en støtte for dem på vegen, sier de. Foto: Silje Josten Lien

Av [Silje Josten Lien](#)

Publisert:
27.08.24 13:44

Del

– Vi har levd våre liv og sett en veg ut av det.

ANNONSE

For abonnenter

De har begge en del erfaringer fra et liv med rus i bagasjen. Nå vil Liljana Berntzen og Roger Sæther hjelpe andre som sliter.

Det er folksomt ute på plenen foran Sagatun brukerstyrt senter i Hamar. Rundt bordene som er spredt utover sitter ansatte, brukere, noen besøkende og noen rykende ferske studenter.

For fra og med denne høsten har senteret fått et eget studietilbud for erfaringskonsulenter. Blant dem er Liljana Berntzen og Roger Sæther. Det nye tilbudet vil gi dem en fagskoleutdanning og lære dem hvordan de kan bruke egen erfaring til å hjelpe andre.

– Jeg jobber på Crux Hamartiltakene og vil øke fagkompetansen min og se hvordan jeg kan bruke erfaringene mine, sier Berntzen.

Også Sæther så muligheten til å videreutdanne seg og sette erfaringene mer i system.

– Vi har levd våre liv og sett en veg ut av det. Jeg vil vise til andre at du er god nok, det å skape en mestringsfølelse er viktig.

ANNONSE

Opptatt av ettervern

Berntzen og Sæther er begge levende bevis på at det er mulig å snu kursen på et svært utfordrende liv.

– Vi kan bidra til å gi en større forståelse for hva de står i på den andre siden, sier hun, før hun fortsetter:

– Vi ønsker å bidra til å se muligheten som er i hvert menneske, alle har noen ressurser. Vi har de samme utfordringene i dag som da jeg sluttet å ruse meg.

Den ferske studenten håper å få muligheten til å jobbe med forebygging og ettervern, områder hun mener er svært nedprioriterte.

– Uten ettervern, ryker du. Jeg kunne tenke meg å jobbe på et behandlingssted, og bygge bru mot ettervernet. Det er et område som er så viktig, men som ikke får nok støtte, sier Sæther.

Han brøt opp og startet på nytt et annet sted, for å klare å komme seg vekk fra rusen.

ANNONSE

– Det var en tung veg ut, jeg hadde flere tilbakefall. Det å komme til et sted der du kan være deg selv er viktig.

I dag er han aktivitetsleder i Ringsaker kommune og for Road Safety, et samarbeidsprosjekt mellom Norges Cykleforbund og Veien Tilbake.

– Når jeg er ute på sykkelarrangementer, er det ingen som spør om rus, hvor du kommer fra eller lignende, det er mestrings som gjelder. Det å bygge selvtillit, sier han og smiler.

- Mål å komme ut i jobb

Studietilbudet er et samarbeid med KBT Fagskole, som har base i Trondheim, men forgreininger utover landet. Fullført studieløp gir 60 studiepoeng, og tilbudet består av 15 fulltidsplasser, tildelt av fylkeskommunen.

Kårhild Husom Løken, daglig leder for Sagatun Recovery, er veldig fornøyd med at de nå har fått starte opp egen campus.

– Flere her er ansatt som erfaringskonsulenter, og vi ser at det gir mye håp til andre om at det er mulig å snu en vanskelig livssituasjon og finne egne ressurser.

ANNONSE

Undervisningsløpet består av to dager teoretisk undervisning og tre dager praksis per uke. Praksisen vil foregå ute i psykisk helse- og rustjenester, både i kommune og hos ideelle aktører, forteller hun.

– Målet for dette er å komme ut i jobb. Vi kommer til å mangle fagpersoner innen helse- og omsorgsfeltet i tiden framover, her er det mange oppgaver som en med fagskoleutdanning kan utføre.

– Det er helt i tråd med helsepersonellkomisjonens vurdering, som sier at vi må bruke større grad av erfaringskonsulenter og likepersonsarbeid. Slik kan helsepersonell bruke sin kompetanse til å gjøre de oppgavene de skal utføre.

Vil skape større forståelse

Berntzen roser tilbud som det hun selv i dag jobber ved, for å gi en arena der det er rom for alle.

– Det å bli tatt imot med åpne armer, at ingen bryr seg om du har skolegang eller om du har jobb ... Det var avgjørende for meg å få støtte og rom til å ta skritt ut av det. Det er mange faser i en tilfriskning, det er det viktig å forstå, sier hun.

ANNONSE

For selv om noen skrives ut etter et fullført behandlingsløp, betyr ikke det automatisk at de er friske, påpeker de begge.

Det er et langt lerret å bleke, for mange et arbeid som varer livet ut. Da er det essensielt å møte noen som tar deg på alvor, og som selv har kjent på kroppen hvor krevende det kan være.

– Det er vanskelig å forstå for utenforstående, sier Sæther.

I tillegg til selve behandlingen, er møtet med det offentlige også en påkjenning for mange, påpeker han.

– Ta for eksempel Nav. For mange er det vanskelig å forstå systemet, de snakker ikke samme språk. En gang skjønte ikke vi så mye av det heller, men nå kan vi mer og kan hjelpe til.

Ifølge Berntzen kan dette resultere i vanskelige situasjoner, som en kanskje kunne unngått.

– Mange mangler sosial erfaring og kjenner ikke forventningene de møter i det offentlige. Da kan de fort oppleves som vanskelig. Vi kan bidra til å i større grad skape en forståelse.

«Helsepersonellkommisjonen foreslår å utrede hvordan erfaringskonsulenter i større grad kan inngå i arbeid som omfatter helsefremming, forebygging og lavterskeltilbud, men også som brubyggere mot helse- og omsorgstjenestene, særlig innen psykisk helsevern.»

NOU 2023:4 – HELSEPERSONELLKOMMISJONEN KAP. 8.8



LES OGSÅ

- Så dro jeg hjem og la meg og ble liggende i senga i ett år

Les mer om: [Helse](#) [Hamar](#) [Arbeidsliv](#) [Sagatun brukerstyrt senter](#) [Rus og psykiatri](#)

Til toppen

- Ansvarlig redaktør: Rune Steen Hansen • Konst. nyhetsredaktør: Truls Sylvarnes • Adresse: Grønnegata 64, 2317 Hamar
- Personvernpolicy/informasjonskapsler
 - Redaktørplakaten
 - PFU
 - Kundeservice: 32 27 70 61
 - Tips: 62 51 95 00
 - Åpenhetsloven
 - Utgitt av Hamar Arbeiderblad AS
 - Annonseinnstillinger

Hamar Arbeiderblad © 2024