

Frivilligstrategi 2022-2031

Det at være pårørende til et menneske med psykisk sygdom kan i perioder være meget ensomt og meget belastende. Ofte så belastende, at den pårørende selv ender med at blive syg. Derfor arbejder Bedre Psykiatri for at hjælpe pårørende til et bedre liv.

Det sker i høj grad gennem et stærkt frivilligt engagement. Frivillige støtter og hjælper pårørende, frivillige taler de pårørendes sag over hele landet, og frivillige skaber fællesskaber, som modvirker den isolation og frustration, mange pårørende oplever. Samtidig har vi den overbevisning, at netop det at være frivillig er med til at styrke den enkelte pårørende. Hos os er frivilligheden ikke blot et middel til at løse nogle opgaver, men et mål i sig selv, fordi det at handle og det at stå sammen med andre giver styrke.

Bedre Psykiatris strategi

Frivillighedens betydning fremgår klart af Bedre Psykiatris strategi 2021-2031, som viser retningen for foreningens arbejde de kommende ti år under overskriften: Vi hjælper pårørende til et bedre liv, vi er de pårørendes støtte, styrke og stemme.

I strategien er angivet tre målsætninger for det frivillige arbejde, som denne frivilligstrategi tager udgangspunkt i. De tre målsætninger er:

- Bedre Psykiatri er til stede i alle kommuner med bæredygtige frivilligfællesskaber, som støtter pårørende med relevante tilbud, taler de pårørendes sag og skaber rammerne, så pårørende kan støtte og finde styrke i hinanden.
- Bedre Psykiatri er organiseret i alle fem regioner med frivillige, der arbejder på at få indflydelse på behandlingspsykiatrien.
- Bedre Psykiatri er en attraktiv forening at være frivillig i for alle, der vil gøre en aktiv indsats uanset livssituation og kompetencer.

Frivilligstrategien skal sætte *retningen* for foreningens frivillige indsatser de kommende år, så vi når vores strategiske målsætninger, og er primært et prioriteringsredskab for landsbestyrelsen og sekretariatet. Den bliver vedtaget sammen med en Frivilligpolitik, som sætter *rammerne* for den enkeltes frivillige indsats.

Status og analyse

Bedre Psykiatri er en landsdækkende organisation, der helt fra starten har haft et mål om at være repræsenteret over hele landet. Status i foråret 2022 er, at der er 400 frivillige i 50 lokalafdelinger, hvoraf nogle består af ganske få frivillige, og det kræver dermed en prioriteret indsats at nå vores strategiske mål.

Vi har et stærkt fundament at bygge på: Vi har en vigtig sag, som bevæger sig opad på den politiske dagsorden. Vi har en kæmpe stor målgruppe, vi har stærke frivillige, som de sidste par år er blevet mere omstillingsparate og digitale, og vi har en organisation, som er sund og klar til forandring.

Men vi har også nogle udfordringer, som knytter sig til, hvem vi er som organisation, og som vi skal finde ud af at håndtere – uden at gå på kompromis med netop det, der gør os til det, vi er. Dette stiller os i nogle dilemmaer, som skal adresseres i fremtiden:

Dilemma 1: Foreningsstrukturen

Bedre Psykiatris organisering af frivillige bygger på en klassisk foreningsstruktur med selvstændige lokale foreninger med egne bestyrelser og egen økonomi. Det er en model, der skaber ejerskab og selvbestemmelse, som er stærkt motiverende for mange frivillige. Men samtidig forudsætter det også en række foreningsbureaukratiske opgaver, som mange oplever som motivationsdræbende. Således mener 43% af lokalafdelingerne, at der er for meget administration forbundet med at være lokalafdeling (Aktivitetsundersøgelsen 2021).

En anden udfordring ved den klassiske foreningsstruktur er, at der er en tendens til, at der bliver færre faste frivillige og til gengæld flere periodiske frivillige (Frivilligrapport 2019-21). Flere ønsker altså at engagere sig i korterevarende og mere uforpligtende aktiviteter fremfor i det lange seje træk i bestyrelsen – og spørgsmålet er, om vi har aktiviteter, som de kan engagere sig i. Vi har brug for, at der er nogle loyale frivillige, der forpligter sig til at tage det lange seje træk, for det er nødvendigt for at skabe politisk forandring, men samtidig er der brug for at kunne tilbyde frivilligaktiviteter til dem, der ønsker noget mindre forpligtende.

Dilemma 2: Rummelighed og sårbarhed

Et særligt kendetegn ved Bedre Psykiatris frivillige er, at målgruppen for at deltage i de frivillige aktiviteter er den samme som for at udføre dem. Det er en styrke, at de frivillige således kan rekrutteres direkte fra dem, der deltager i aktiviteterne, de kender på forhånd målgruppen for deres aktiviteter, og de har ofte selv på egen krop oplevet den forskel, man gør som frivillig. Men samtidig skaber det nogle særlige vilkår i forhold til, hvad man kan forvente af den frivillige, idet der kan være perioder, hvor den frivilliges pårørende har det så dårligt, at man må trække sig fra fællesskabet – og det er ok.

Rummeligheden er en nødvendighed og en styrke, men betyder samtidig, at vores frivillige fællesskaber er præget af en sårbarhed. Særligt hvis en lokalafdeling kun består af få frivillige, skal der ikke meget frafald til, før arbejdsbyrden bliver for stor for resten, så de også trækker sig. Der er brug for, at fællesskaberne bliver mere robuste – enten ved at være flere eller ved stærkere organisering, så man kan modstå de frafald, der vil opstå i perioder.

Dilemma 3: Fællesskaber for alle

Vi vil arbejde for, at alle pårørende kan finde andre pårørende at få støtte hos og stå sammen med, samt at der er frivilligfællesskaber i hele landet. Vi tror nemlig på, at pårørende står stærkere sammen, og at fællesskaber modvirker den isolation og frustration, som mange pårørende oplever.

Mange af vores frivillige fællesskaber er relativt homogene. Det kan være en fordel, når man skal samarbejde, forstå og have det godt med hinanden, men det kan også gøre det svært for folk udenfor at se sig selv som en del af fællesskabet. Skal vi kunne tilbyde handlefællesskaber for alle, kræver det ikke blot flere frivillige, men også større mangfoldighed blandt vores frivillige og frivilligaktiviteter.

Vores prioriterede indsatsområder

Vi skal finde ud af, hvordan vi opnår bæredygtige frivilligfællesskaber lokalt og regionalt med udgangspunkt i den organisation, vi er. Vi skal finde ud af, hvordan vi sikrer selvbestemmelse, uden at frivillige drukner i bureaukrati, og hvordan vi skaber mere robuste fællesskaber uden at gå på kompromis med rummeligheden. Og vi skal finde en bedre balance mellem frivilligaktiviteter og frivilliges motivation og ressourcer.

Med udgangspunkt i vores dilemmaer, har vi udpeget fem prioriterede indsatsområder, som sætter retningen for de kommende års arbejde frem mod vores strategiske mål. For hvert indsatsområde er beskrevet en vision, en tilgang og et kortsigtet mål for 2023.

1. ORGANISERING

Vi skal organisere os, så vi også i fremtiden har bæredygtige fællesskaber, og så frivillige oplever, at de får mest muligt ud af deres indsats – at de gør størst mulig forskel og bruger mindst muligt tid på opgaver, de ikke finder interessante.

Vi skal afprøve andre organiseringsmodeller med øje på geografi, demografi og ressourcer og styrke brug af projektorganisering, også på tværs af afdelinger. Bestyrelsesarbejdet skal forenkles og eventuelt fordeles på færre hænder. I den forbindelse skal det undersøges, hvordan sekretariatet bedst kan understøtte de frivilliges bestyrelsesarbejde og organisering.

I 2023 er det målsætningen, at:

- Vi har igangsat et projekt, der afprøver andre organiseringsformer, som passer til fremtidens frivillige og til vores ambition om bæredygtige og attraktive fællesskaber lokalt og regionalt.
- Bestyrelsesarbejdet opleves som mindre administrativt tungt.

2. AKTIVITETER

Vi skal udvikle og udvide vores frivilligaktiviteter, så vi bedre kan hjælpe pårørende og tale deres sag overfor beslutningstagere mv., og så interesserede oplever, at de kan engagere sig i arbejdet, uden nødvendigvis at være medlem af en bestyrelse.

Vi skal arbejde med kvalificering/standardisering af udvalgte aktiviteter, så tilbuddene bliver tydeligere for pårørende, og så det gøres lettere for frivillige at gøre en indsats af høj kvalitet til gavn for pårørende. Samtidig skal vi undersøge mulighederne for at udbrede nye aktiviteter, som opfylder pårørendes behov og ikke mindst nye frivilliges ønsker – gerne i samarbejde med andre aktører.

I 2023 er det målsætningen, at:

- Udvikle vores udvalgte kernetilbud igennem øget kvalificering/standardisering, som lokalafdelinger introduceres til og opfordres til at følge.
- Afprøve nye tilbud til pårørende, som også kan tiltrække nye frivillige.

3. REKRUTERING

Vi skal rekruttere flere frivillige, så det er muligt for os at realisere vores strategi og fastholde fællesskaberne. Derudover skal vi evne at rekruttere nye typer af frivillige, både ift. dem som ønsker mere fleksibilitet og mindre traditionel foreningsstruktur, og ift. at få større diversitet blandt vores frivillige og derigennem afspejle samfundet og alle pårørende bedre.

Vi skal kunne gribe aktuelle sager og bruge dem til at mobilisere og engagere nye typer af frivillige, og vi skal have et kontinuerligt fokus på at styrke engagement, deltagelse og mobilisering til handling i vores aktiviteter. Vi skal sætte fokus på nogle af de grupper, som i dag er repræsenteret i ringe grad blandt vores frivillige i dag. Sekretariatet skal støtte lokalafdelingerne i aktivt og kontinuerligt at arbejde med rekruttering og velkomst af nye frivillige.

I 2023 er det målsætningen, at:

- Vi har 500 frivillige engageret i lokalafdelinger og regionsafdelinger.

4. SAMARBEJDE & VIDENDELING

Vi skal prioritere samarbejde og videndeling på tværs af organisationen for at styrke fællesskabet og lokalafdelingernes aktiviteter igennem inspiration, erfaringsudveksling og brug af kompetencer på tværs af afdelinger. Vi skal søge og udbygge samarbejder med kommuner og regioner og andre civilsamfundsorganisationer, og i et samarbejde med dem løfte os og de pårørende.

Vi skal afprøve forskellige metoder for at skabe rum for erfaringsudveksling og videndeling, uanset om det er fysisk eller virtuelt gennem møder og kurser, gennem understøttelse af netværksdannelse på tværs af organisationen – både tematisk og geografisk, og generelt ved at dele eksempler og gode erfaringer gennem vores interne medier.

I 2023 er det målsætningen, at:

- Langt de fleste lokalafdelinger samarbejder og videndeler med andre afdelinger.

5. KOMPETENCEUDVIKLING

Vi skal opbygge og udvikle frivilliges kompetencer for at styrke både kvaliteten i opgaveløsningen og de frivilliges motivation.

Vi vil tilbyde webinarer, kurser og læringsforløb indenfor både organisation, kommunikation, politisk interessevaretagelse og det pårørendenære. Vi skal udnytte de digitale muligheder, men holde fast i de fysiske møder, hvor det er relevant, og vi skal lægge vægt på tilegnelse af konkrete færdigheder såvel som inspiration og styrkelse af fællesskab. Der vil være et særligt fokus på, hvordan frivillige med en ansvarsrolle kan styrkes mere gennem målrettet kompetenceopbygning og netværk.

I 2023 er det målsætningen, at:

- Flere frivillige oplever, at de er klædt godt på til at varetage deres opgaver.

Plan for opfølgning og evaluering

Denne frivilligstrategi er dynamisk og vil blive genbesøgt af Landsbestyrelsen årligt med en kort status for at se, om vi er på rette vej og indarbejdet tiltag i målplanen. På repræsentantskabsmødet i slutningen af 2023 vil der blive givet en status på strategiens målsætninger, og der vil blive besluttet målsætninger for de næstkommende to år.