

# **Empowerment - Egenkraftmobilisering**

## **En oppsummering av tolkninger og synspunkter på innholdet i begrepet**

Det engelske/amerikanske begrepet empowerment blir ofte oversatt til norsk med *bemyndigelse*, *myndiggjøring* eller *mektiggjøring*. I det dokument som beskrev en videreutdanning tilbudt til ansatte i Trondheim kommune skrev man følgende om empowerment:

*"Empowerment" eller myndiggjøring står i dag fram som en sentral politisk målsetting rettet mot personer med funksjonsnedsettelse og andre med spesielle behov for hjelp, støtte og omsorg. Tilnærmingen setter fokus på hvordan den etablerte tenkningen om rehabilitering og tjenestebasert omsorg kan føre til umyndiggjøring og undertrykking av brukerne. Opp mot dette setter empowerment-tenkningen tjenestebrukernes rett til innflytelse over sine tjenestetilbud og egen livssituasjon i fokus."*

Dette er en rådende forståelse i mange sammenhenger. At myndiggjøring/bemyndigelse er noe helse- og sosialprofesjonene kan bidra til ved å gi fra seg makt til pasienten/brukeren. Dette er i seg selv viktige prosesser. Men for at det skal finne sted prosesser der mennesker "får" muligheten til merbestemmelse og medbestemmelse i eget liv er det helt avgjørende at det også foregår indre prosesser der en selv setter seg i stand til å ta kontroll over egen hverdag. Det sentrale i oversettelsen myndiggjøring/bemyndigelse er å synliggjøre at vi opererer i et system der makten og endringskraften tilsynelatende har ligget hos profesjonene. I denne sammenhengen bidrar en bredere forståelse av begrepet til å synliggjøre forholdet mellom makt og opplevelsen av avmakt i egen situasjon.

*"Empowerment" handler om å mobilisere og styrke folks egne krefter, samt å nøytralisere krefter som bevirker avmakt. Dette er nødvendig for at pasienter skal bli friske og beholde helsen, og ofte for å motvirke effekten av samfunnsbetinget undertrykking, som fra tid til annen videreføres i medisinsk praksis. Undertrykkingsteori kan hjelpe leger å forstå hvordan marginalisering og diskriminering foregår, og hvordan dette kan ha betydning for helse og helsevesenet."*

"Empowerment" og pasientstyrking - et undervisningsopplegg

Av [Janecke Thesen](#) og [Kirsti Malterud](#),

Tidsskr Norsk Lægeforening 2001; 121: 1624-8

Forståelsen av empowerment på denne måten, kan slik vi ser det, lett oppfattes som passiv. Som noe som "gjøres med deg", utenfra. Når vi i selvhjelpsarbeidet snakker om empowerment, snakker vi om den enkeltes egen prosess, som er nødvendig for at en skal kunne sette seg i stand til å bli "myndiggjort".

### **Hva ligger i begrepet egenkraftmobilisering?**

*"Egenkraftmobilisering (empowerment) er den prosessen som er nødvendig for å styrke og aktivere menneskets egenkraft til å bli kjent med egne problemer, og erverve seg nødvendige ressurser for å kunne håndtere hverdagen."*

Talseth, 2000

Denne tolkningen av begrepet støttes også av Thesen og Malterud i deres artikkel i Tidsskrift for den Norske Lægeforening:

*"Empowerment-begrepet oppstod i USA i 1960-årene i "the new social movements" (6, 7): Stigmatiserte grupper (etniske minoriteter, fargede, homofile og lesbiske, kvinner, funksjonshemmede) begynte å kjempe for menneskerettigheter og respekt. Her betyr empowerment det omvendte av undertrykking, og handler om mobilisering og styrking av egne krefter parallelt med nøytralisering av motkrefter (8). Denne betydningen av empowerment fastholder vi i det følgende, vel vitende om at det finnes alternative fortolkninger. En vanlig norsk oversettelse er f. eks. "å bemyndige, gi makt til, sette en i stand til" (9). Her settes søkelyset på det en mektig aktør kan gjøre med en mindre mektig, nemlig bemyndige. Man overser imidlertid at individet selv kan mobilisere og ta i bruk krefter som ikke nødvendigvis skjenkes ham av andre."*

Andre artikler i Tidsskrift for Den Norske Lægeforening drøfter begrepet Empowerment, og kommer fram til at en norsk oversettelse kan være "styrking":

*"Empowerment" er i grammatikalsk forstand en substantivering av verbet empower (slik som "treatment" er avledet av "treat"). Det synes naturlig å foreslå en tilsvarende substantivering av et norsk verb. Verbet bemyndige (oversettelsen av "empower") har i norsk språktradisjon en sterk tilknytning til offentlig makt og jus, og bemyndigelse vil neppe slå an som oversettelse i medisinsk sammenheng. Innflytelse, som foreslått av Nilsson & Westman, har etter vårt skjønn for lite preg av prosess og har ikke sitt eget verb. I og med at "empowerment" brukes i svært ulike sammenhenger og har en litt uklar fortolkning, er det vårt syn at vi på norsk bør bruke "styrking", av verbet styrke. I Tidsskriftet i 1995 oversatte Janecke Thesen National Empowerment Center med nasjonalt styrkingssenter (12). Fordelene med valg av "styrking" er at ordet alt er brukt (8, 12), at det viser både dynamikk og maktendring uten å an vise hvem eller hva som initierer endringen, og at det er et godt norsk ord. I tillegg tvinges forfattere til å tenke gjennom hvem eller hva som styrkes i den setningen de bruker ordet. Ulempen måtte være at det vil ta tid før "styrking" assosieres med "empowerment", og at mange derfor ikke vil tenke på "empowerment" når de leser om "styrking" på norsk.*

Styrking - det rette norske begrep for empowerment?

Av [Pål Gulbrandsen](#), Tidsskr Nor Lægeforen 2000; 120: 2330

## Selvhjelp og empowerment

Selvhjelp er med på å gi **et innhold og en praksis** for begrepet egenkraftmobilisering (empowerment).

Selvhjelp handler om **de aktive prosessene** der en sakte, men sikkert tar tilbake myndighet og endringskraft i eget liv, ved å ta eierskap og ansvar for eget problem. Ikke ansvar for få til endring alene, men for å være den første beveger i egen prosess, ved for eksempel å be om hjelp. Selvhjelp og egenkraftmobilisering handler om styrkings-prosesser – å sette seg selv i stand til å bli aktiv deltaker i eget liv.

Selvhjelp og egenkraftmobilisering dreier seg om **å ta tilbake problemet som drivkraft for endring**. I motsetning til å sitte maktesløs og vente på at en "løsning" skal komme fra det offentlige, fra de profesjonelle. Det dreier seg om å gå inn i egne prosesser der det blir synlig at det å eie et problem også betyr at en har kunnskap. I dette ligger gjenerobringen av egne krefter.

*"- Jeg tror på empowerment-tanken. Denne type tenking; at folk eier sitt eget problem, men at de også eier mulighetene til endring..Det er mange grunner til at et menneske ikke har det bra. Helse, økonomi, mennesker rundt.. Vi tenker at alt hadde vært annerledes hvis bare det var annerledes, eller den var annerledes. Men vi kan ikke forandre andre mennesker. Det er svært mange faktorer som er med på å gjøre situasjonen vår slik den er, og det er ikke alle vi kan forandre. Det eneste vi har kontroll over – og som vi kan endre – er oss selv. Og når en brikke i et system endrer seg, vil det automatisk skje endringer i hele systemet. I det øyeblikket du ser dette, ser du også at det er deg selv som sitter med nøkkelen til et bedre liv. Dette er spennende."*

Kate Hoel, leder Frivillighetssentralen i Fredrikstad