

Et Bedre Liv.

Presentasjon av et samarbeidsprosjekt



Facebook: @pasientundervisning, eller Et bedre liv.

Takk til alle som gjør
prosjektet mulig!



Nasjonal kompetansetjeneste TSB

ROP

Nasjonal kompetansetjeneste for
samtidig rusmisbruk og psykisk lidelse



C+ Oslo universitetssykehus



Blå Kors

KIRKENSBYMISSJON



• VESTRE VIKEN

STIFTELSEN
Renåvangen

Et Bedre liv

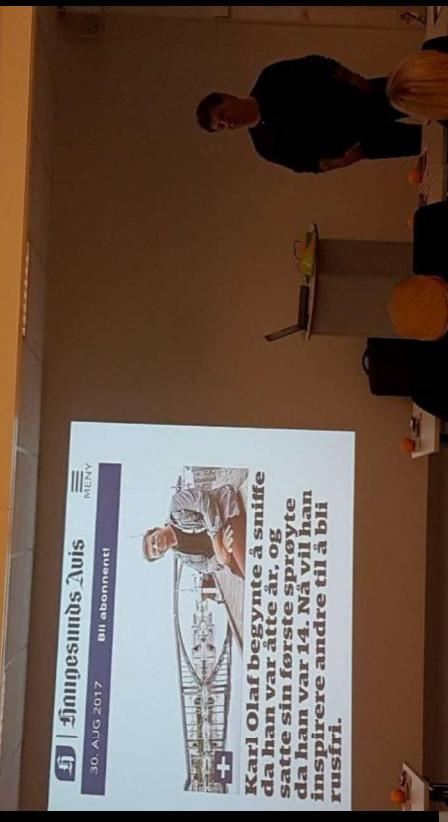
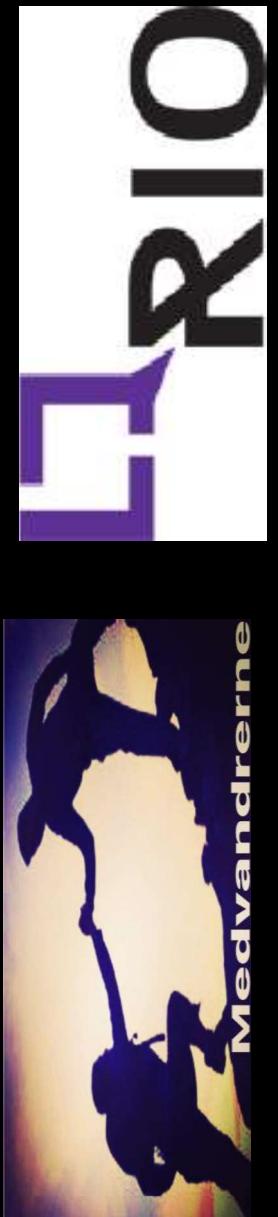
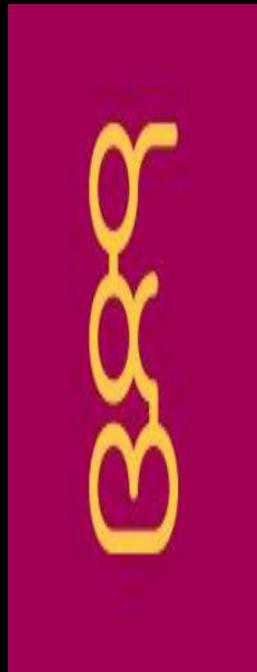
- ExtraStiftelsen gir støtte for at vi skal arrangere undervisning/temadager for pasienter innlagt i rusbehandling.

- Prosjekt er drevet av:
- A-larm.
- LMS.
- BAR.

I tillegg bidrar mange andre organisasjoner/enkeltpersoner med sin brukerkompetanse.



7 organisasjoner/stiftelser har bidratt i prosjektet. I tillegg kommer enkeltpersoner som ikke er tilknyttet organisasjoner.



Litt Historie - Borgestad 2014

- Fagdag for ansatte om selvhjelp. Ønsker brukerrådet å være med?
- Fagdagen gjennomføres november 2014, for 100 deltagere.
- Innlegg bruker-og pårørendeorganisasjoner, selvhjelpsgrupper og fagpersoner.
- **Tilbakemeldinger fra pasienter gjorde inntrykk!**

Resulterte i prosjektsøknad.

Hovedformålet var gjennom likepersonarbeid å skape håp om at endring var mulig. Samt å få fokus på hverdagen etter behandling.

Støtte til to prosjekt fra ExtraStiftelsen

- **2015 -2017. Kompetente Passienter i rusbehandling (metodeutprøving):**
23 temadager: «*Den viktige hverdagen etter rusbehandling*». Valgte å ikke søke videreføring, behov for praktiske endringer.
- **2017- ... Et Bedre Liv (metodeutvikling):**
Mål 60 temadager: Temadagen: «*Din plan, ditt prosjekt, ditt liv*». Mer fokus på eierskap, pårørende inv., planarbeid, brukermedvirkning og samarbeid, vi måler også mer effekt, men også fokus på tiden etter behandling.

Vi skal gjennom prosjektet utvikle en modell for pasientundervisning gjennom likepersoner

Hoved- og delmål

Delmål 1: «Temadagene skal fremme recovery perspektivet og håpet om at endring og bedring fra rusavhengigheter er mulig».

Delmålene skal oppfylles gjennom å bruke rett kompetanse på rett plass.

Bilde: Cecilie, Michael og Marius utenfor familieavdelingen BK.

Delmål 2: «Myndiggjøring gjennom undervisning og kunnskapshøvding skal bidra til økt brukermedvirkning ved at patientene får eierskap i egen behandling».



Hovedmål: «Å lage et produkt som blir en del av tjenestene etter prosjektperioden».

Nøkkelttall etter to år (30.08.18)

- Temadager = $(23 + 27) = \underline{\underline{50}}$
- Deltagere = $(769 + 845) = \underline{\underline{1614.}}$
- Innlegg = $(74 + 98) = \underline{\underline{172}}$
enkeltinnlegg.
- Innledere = $(21 + 27)$. Noen innledere
har deltatt begge årene.
- Totalt har 37 ulike personer deltatt!



Institusjoner og organisasjoner som deltar

Blå Kors

Borgestadklinikken,
Eina, Lade, Lolland
Haugaland.

Kirkens bymisjon

Origo, A-senteret, Villa
Berg

Helseforetak Oslo
Universitetssykehus,

OUS Voksen Ullevål,
ung Gaustad,
Rusakuttmotaket (RAM)

Renåvangen

Fossumkollektivet
Vallnesfjord (vår 2019).

På disse institusjonene planlegger vi 30
temadager siste driftsåret.

Rammen rundt en temadag

- 3-4 innlegg basert på egen erfaring som bruker eller pårørende
- Hva skapte bedring i ditt liv? Hvilke faktorer var viktige?

Innlederne vektlegger:

- Betydningen av aktivitet og å «finne seg en ny flokk».
- Eierskap og ansvar i egen behandling.
- Betydningen av pårørendeinvolvering.
- Innlegg bekrefter ofte kunnskap fra veiledere/retningslinjer.

Dagen avsluttes med gruppearbeid, brukerundersøkelser, og en kort oppsummering

Resultat fra brukerundersøkelsen

Brukerundersøkelsen forsøker å måle om vi oppnår det vi har sagt vi skal gjøre i prosjektet.

Det er ca. dobbelt så mange svar fra pasienter som fra fagpersoner.

Spørsmål 1 og 2

Hvordan har du hatt det i dag?

(1 = Dårlig, 3 = Ok, 5 = Veldig Bra)

En kommentarer som går mye igjen på dette spørsmålet er at man har hatt en fin dag, men at man allikevel har det dårlig.

= 4,11

Har det liten/stor betydning at undervisningen gjøres av personer med egenerfaring?

(1= liten betydning, 5 = stor betydning)

= 4,59

Fagpersoner og pasienter er tydelige på at det er verdifullt at undervisningen gjøres av likepersoner.

Spørsmål 3

Har innleggene bidratt lite/mye til å skape håp om at endring er mulig?
(1 = Lite, 5 = mye)

snitt = 4,11

Med et snitt på 4,11 tør jeg konkludere med at undervisning gjennomført av likepersoner kan skape håp for fagpersoner og pasienter.

Spørsmål 4 Og 11

Spørsmål 4: Kun pasienter fikk dette spørsmålet.

Tror du dagen i dag får betydning for resten av din behandling?
(1= liten, 5 =stor).

Mange scoret 1 og skrev at de var nesten ferdige i behandling, ved flere institusjoner deltok også dagpasienter.

Spørsmål 11: Kun fagpersoner fikk dette spørsmålet.

Har dagen i dag liten/stor betydning for ditt arbeid i rusbehandling?
(1= liten, 5 stor)

Snitt = 4,28

Kunnskapssutbytte

Delmål 2: «Myndiggjøring gjennom undervisning og kunnskapsheving».

Jeg har lært/ikke lært noe om følgende temaer i dag? (1 = lite, 5 = Mye)

- Betydningen av brukermedvirkning/eierskap
- Betydningen av pårørendeinvolvering
- Betydningen av likepersonssarbeid/selvhjelp
- Hva som er viktig i en Recovery/bedringprosess
- Individuell plan og behandlingsplan

Deltagerne scorer litt i underkant av 4 på alle disse spørsmålene

Hva er likepersonsarbeid?

En definisjon:

«En likemann er en person med egenerfaring eller pårørendeerfaring med en sykdom, lidelse, eller tilstand. Likemannen har selv vært der, men har kommet videre og blitt styrket i sin utvikling».

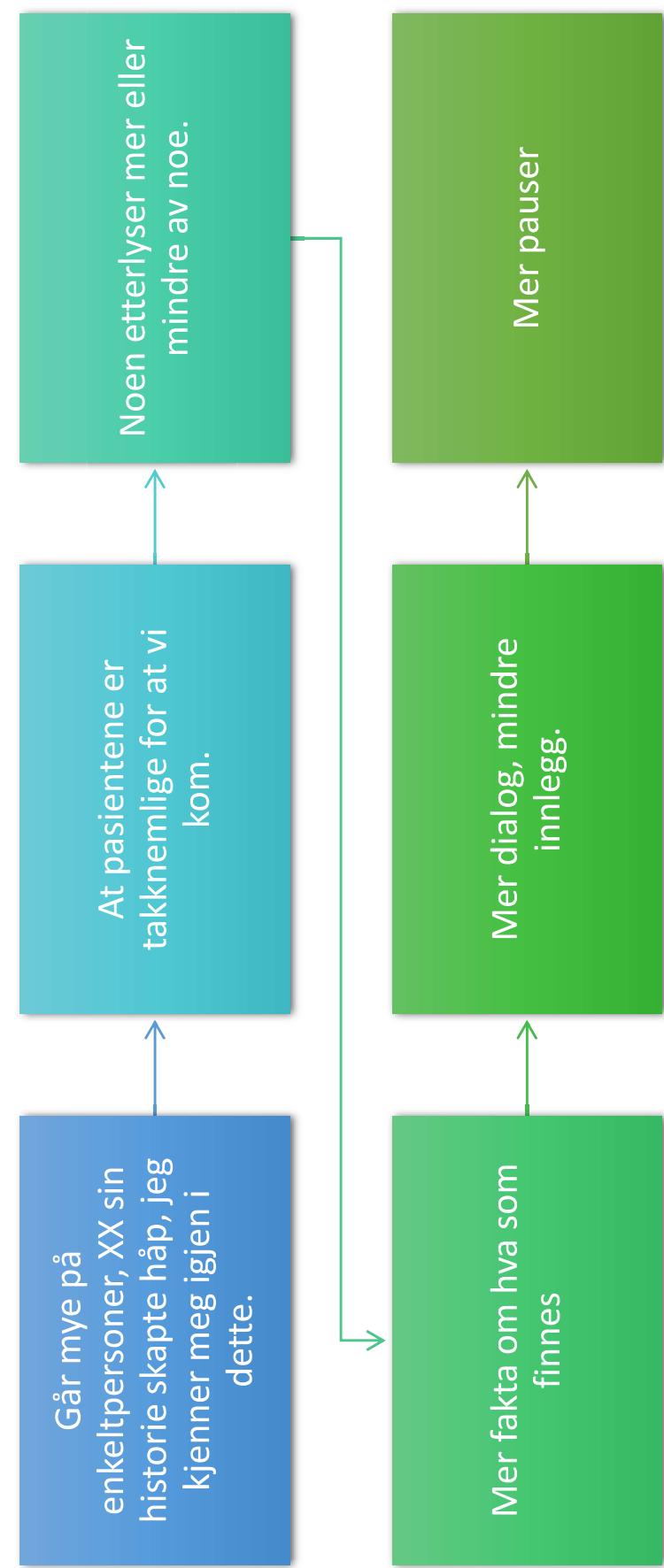
Hva kan gevinsten være:

- Skaper håp.
- Nye nettverk (ofte gjennom selvhjelpstiltak).
- Troverdighet/tillit/gjenkjennelse.



Renate i Trondheim
høsten 2017

Kommentarer til evaluering



Skaper likepersonssarbeid håp?

«Veldig bra at undervisningen gjøres av personer med egenerfaring. Veldig motiverende og at det er håp i fremtiden».

«Det finnes håp for meg også».

«Veldig nyttig og lærerikt å høre om andres erfaringer med rus og veien til å bli rusfri».

«Historiene var bra, håp for de fleste».

Utrolig lærerikt, interessant å føle på håpet over framtid».

«Superduper! Håp til fremtiden, og vi er alle bra nok <3».

Troverdighet, gjenkjennelse og refleksjon

«Jeg fikk reflektert mye over min egen behandling».

«Gjenkjenner mye av det som er blitt sagt av foredragsholderne, tydeliggjør hva jeg selv har opplevd i mitt liv».

«Godt at begge partene i avhengigheten ble satt fokus på, er selv både pårørende og avhengig».

«Bra med fokus på IP».

«Viktigste for meg i dag har vært fokuset på å jobbe etter egne drømmer, finne/skape seg selv».

«Dette er veldig bra, ga meg mer enn annet opplegg så langt».

«Kanskje den viktigste dagen i mitt liv».

Håpets betydning

Fra våre brukerundersøkelser:

«Det er godt å se at livet kan bli bedre, å se at andre har vært der jeg er i dag og har klart å reise seg gir håp».

«Dette har kanskje vært den viktigste dagen i mitt liv».

- «Jeg følte at vi hadde noe felles i en verden som egentlig jeg bare ville dø fra. Så var det et menneske som hadde vært der jeg var nå. Det var ganske verdifullt» (sitat fra rapport).



Enkeltsitter fagpersoner

- «Personer med egenerfaring åpner opp for nye måter å tenke på og påvirker hvordan vi jobber med pasientene».
- «Mer forståelse for hvordan pasienter og pårørende kan oppleve behandling og tiden etter».
- «Kjekt å ha ansatte og pasienter på samme kurs. Veldig glad for valget jeg tok om å komme på en fridag».
- «Dagen i dag har gjort noe med måten vi ser på hverandre på»
- «Vi blir kjent med hverandre på en ny måte».

Noen refleksjoner rundt resultatene

- Hva handler det om at fagpersoner sier at dette får stor betydning for deres arbeid?
 - Terapeutisk nytteverdi?,
 - Bekreftelse av egen praksis, eller endrer man praksis?
 - Likepersonsarbeid kan skape håp, gi kunnskap og gjøre at pasienter nyttiggjør seg behandling mer:
 - Hvordan skal vi forholde oss til dette når vi utformer tjenester?
 - Hvem skal kvalitetssikre bruk av erfaringskompetanse fremover?
- Er det bare å dra inn og fortelle historien sin?**



Å bruke erfaringer.

Kvalitetsikring:

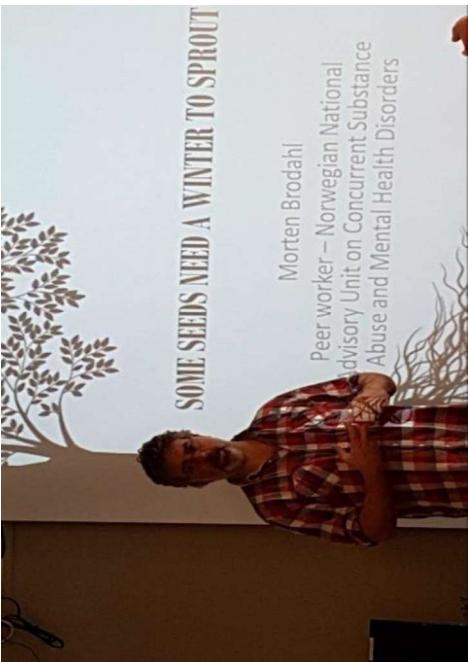
- Hva er mitt ansvar?
- Institusjonens ansvar?
- Såre minner
- Hva når opplevelsen for den som har innlegg ikke blir bra?
- Hva med det vi åpner hos tilhørerne?

Noen erfaringer:

I forhold til innledere:

- ALLE forbereder seg på en måte som er eksepsjonell.
- Fravær og sykdom- et fremmedord, 4 av 172 innlegg er avlyst, ingen på samme dag (alle fravær har blitt meldt i forkant).
- Hvor fersk skal/kan erfaringen være?
- ”Proffe” brukere, eller et mangfold?





Følg oss gjerne på facebook, @pasientundervisning, og på: etbedreliv.blog