



# SLUTTRAPPORT

Recoveryverksteder – fellesarenaer for utvikling,  
samarbeid og kunnskap

Therese Austrheim Johnson, Marielle Andersen, Katrine H.  
Wilhelmsen, Marit Borg og Bengt Karlsson



Rådet for psykisk helse

## Forord

## Sammendrag

## Innhold

1.0	Bakgrunn og målsetting for prosjektet .....	1
1.1	Prosjektorganisering .....	1
1.1.1	Ansatte .....	1
1.1.2	Kompetansegruppe .....	2
1.2	Hovedmål for Recoveryverkstedene .....	2
1.3	Målgrupper for Recoveryverkstedene .....	2
2.0	Prosjektgjennomføring og metode .....	2
2.1	Dialogarenaer og temaorienterte grupper og kurs innen recovery 2015-2017 .....	3
2.1.1	Temagruppene 2015-2017 .....	3
2.1.2	Hovedverksteder 2015-2017 .....	3
2.1.3	Vennegruppen .....	3
2.1.4	Temacafé .....	4
2.1.5	Recoveryverksted i bolig .....	4
2.1.6	Informasjons- og temadager i Asker kommune .....	4
2.1.7	Kurs i digitale fortellinger .....	5
2.1.8	Selvstyringskurs .....	5
2.1.9	Recoverydannelse i og med Drammen og Nedre Eiker kommuner .....	5
2.2	Recoveryorientert tjenesteutvikling 2015-2017 .....	6
2.2.1	Samskaping og åpenhet .....	6
2.2.2	Mestringsplaner .....	6
2.2.3	Forskningssamarbeid .....	6
2.2.4	KRON – kommunalt recoveryorientert nettverk .....	6
2.3	Styrke muligheter for ansettelse av erfaringskonsulenter 2015-2017 .....	7
2.3.1	Lokalt nettverk for erfaringskonsulenter .....	8
2.4	Utvikle en modell .....	8
2.4.1	Recoveryverksteder på andre steder .....	8
2.5	Informasjonsarbeid og hjemmeside 2015-2017 .....	9
2.6	Tilbud for konkrete målgrupper 2015-2017 .....	9
3.0	Forskningsbasert evaluering, resultater og resultatvurderinger .....	9
3.1	Metode .....	9

3.1.1 Fokusgruppeintervjuer .....	9
3.1.2 Informasjon og samtykke.....	10
3.1.3 Utvalg og gjennomføring .....	10
3.2 Analyse .....	10
3.3 Funn .....	10
3.3.1 En god møteplass .....	10
3.3.2 En utfordrende arena.....	11
3.3.3 Å lære av hverandre .....	11
3.3.4 En nøytral arena og roller .....	12
3.5 Resultatvurdering.....	13
3.5.1 Utvikle og tilby recoverybaserte dialogarenaer, temagrupper og kurs som kan støtte personers bedrings- og mestringsprosesser.....	13
3.5.2 Styrke recoverykunnskapen og utvikling av recoveryorienterte tjenester og praksisformer .....	13
3.5.3 Styrke muligheter for ansettelse av erfaringskonsulenter i utviklingstiltak og tjenester .....	13
3.5.4 Utvikle recoverymodell som kan overføres til andre kommuner .....	14
3.5.5 Nytteverdi .....	14
4.0 Videre planer .....	14

## Litteraturliste

### Vedlegg:

1. Temaoversikt.
2. Invitasjon infomøte.
3. Omtaler.
  - a) Askerposten.
  - b) Lenker.
4. Flyer.
5. Politisk dokument Saksnummer: 17 / 16515.
6. Informasjonsskriv til deltakere i forskningsprosjektet.
7. Samtykkeskjema om deltagelse i forskningsprosjektet.
8. Godkjennelse Norsk samfunnsvitenskapelige datatjeneste (NSD).
9. Intervjuguide til bruk i fokusgruppeintervju.

## **FORORD**

Denne rapporten har til hensikt å beskrive erfaringer gjort i rehabiliteringsprosjektet «Recoveryverksteder – fellesarenaer for utvikling, samarbeid og kunnskap». Recoveryverksteder er et samarbeid mellom Senter for psykisk helse og rus, Høgskolen i Sørøst-Norge og Asker kommune, Virksomhet psykisk helse- og rustjenester, støttet av Ekstrastiftelsen gjennom Rådet for psykisk helse fra 2015 til 2017.

Takk til alle deltakere på Recoveryverkstedene, innbyggere, fagpersoner, ledere og politikere i Asker kommune. Videre vil vi takke Rådet for psykisk helse, Ekstrastiftelsen, NAV Asker, Nakuhel Asker, Asker frivillighetssentral Hasselbakken, Mental helse Asker og Bærum, Mental helse ungdom Asker og Bærum, Aktivitetshuset Asker kommune, Grindestua rusfri aktivtetscafe, bruker og pårørende organisasjonen A-larm, Landsforeningen for pårørende innen psykisk helse avdeling Asker og Kiwi Fusdal for godt samarbeid.

## **Sammendrag**

### Bakgrunn for prosjektet og målsetting

Grunnlaget for Recoveryverksteder ble lagt i et forskningssamarbeid mellom Senter for psykisk helse og rus, Høgskolen i Sørøst-Norge og Asker kommune. Hensikten var å skape en arena for diskusjon og dialog om recovery og samarbeid. Her kunne mennesker med ulik bakgrunn og erfaringer møtes som fagpersoner, pårørende, brukere og som innbyggere. Dialogen skulle være et sted ingen "eide", en nøytral arena for alle deltakere.

Målene var:

Utvikle og tilby recoverybaserte dialogarenaer, temagrupper og kurs som kunne støtte personers bedrings- og mestringsprosesser

Styrke recoverykunnskapen og utvikling av recoveryorienterte tjenester og praksisformer

Styrke muligheter for ansettelse av erfaringskonsulenter i utviklingstiltak og tjenester

Utvikle recoverymodell som kunne overføres til andre kommuner

Målgruppen var alle innbyggere i Asker som har en interesse for temaer innenfor psykisk helse og rus. Det var høy grad av medvirkning og involvering i å planlegge og å utvikle Recoveryverksteder.

### Prosjektgjennomføring

Arbeidsmetoden under prosjektperioden har vært basert på åpen dialog ved at temaer og fokus har vært bestemt basert i hva som har kommet frem som viktig - og at alle stemmer skal bli hørt. Hvert semester har startet med et planleggingsverksted hvor deltagerne har snakket om og bestemt organisering de temaene som deltakerne har ønsket å arbeide med. Sammen med regelmessige evalueringer underveis har dette dannet grunnlag for å bestemme retningen videre. Prosjektet har hatt «hovedverksted» en gang i måneden. Det har utviklet seg ulike aktiviteter og initiativ fra verkstedet. Dette har vært en vennegruppe, verksteder i en bolig, temagrupper, temacafe, og informasjons- og fagdager.

Recoveryverksteder har vært en arena for deling av erfaringer gjennom å lære av hverandre. Det har vært en arena for samarbeid om å utvikle og påvirke tjenestene med fokus på recoveryorientering og ansettelser av erfaringskonsulenter.

Det har vært driftet en hjemmeside og Facebookside. Det har videre blitt drevet informasjon- og inspirasjonsarbeid for andre som har vært interessert i prosjektets erfaringer, og som har ønsket å starte opp tilsvarende verksteder selv.

### Resultater og resultatvurdering

Recoveryverksteder som prosjekt har bidratt til økt dialog mellom tjenester, brukere, pårørende og innbyggere i Asker kommune. Evalueringene og tilbakemeldingene viser at Recoveryverksteder som prosjekt har innfridd flere av sine hovedmålsettinger. Deltagerne på Recoveryverkstedet beskriver hovedverkstedene som en god møteplass hvor man kan lære av hverandre. Evalueringen av Recoveryverkstedene viser at nytten ved å delta på knyttes til læring som kan skje når man utvikler arenaer for dialog, møtes på tvers av bakgrunn og erfaringer, og samtaler om felles temaer. Denne måten å samle og å diskutere på kan være en god måte til å fremme og drive medvirkning og påvirkningsarbeid. Recoveryverksteders arbeidsform har bidratt til å dele kunnskap på tvers av erfaringer slik at deltakerne kan lære av hverandre, og bidrar til endringsprosesser i personer, og i tjenester.

### Videre planer

Recoveryverkstedet vil fra 2018 bli videreført og videreutviklet av Asker kommune. Erfaringene om og med Recoveryverksteder vil bli innarbeidet i regulær drift i psykisk helse- og rustjenestene og i Nærmiljøenheter som skal etableres der folk bor og/eller oppholder seg. Formen på verkstedene vil dreies mer mot undervisning og erfaringsdeling knyttet til temaer som omhandler recovery. Asker kommune vil regelmessige arrangere større dialogsamlinger i samarbeid med fagfolk og personer med egen og/eller pårørendeerfaring. Samlingene skal gi innspill til utviklingen av recoveryorienterte tjenester.

## **1.0 Bakgrunn og målsetting for prosjektet**

I perioden 2012-2015 hadde daværende Høgskolen i Buskerud et aksjonsforsknings samarbeid med Asker kommune kalt: «Samarbeidende praksiser innen psykisk helse og rus som mangfoldige partnerskap». Samarbeidet mellom tjenestene i kommunen og høgskolen synliggjorde et behov for en møteplass, en åpen arena for diskusjon og dialog om recovery og samarbeid. Dette la grunnlaget for oppstarten av Recoveryverksteder – fellesarenaer for utvikling, samarbeid og kunnskap.

Det ble utviklet et pilotprosjekt for å se på muligheter og ulike former for samarbeid. Denne perioden ble finansiert i samarbeid mellom Nasjonalt senter for erfaringskompetanse innen psykisk helse og Senter for psykisk helse og rus, Høgskolen i Buskerud og Vestfold. Prosjektet hadde blant annet som hensikt å bidra til sosial deltagelse for innbyggere med psykisk helse- og rusutfordringer og å få oversikt over tilbud i og utenfor tjenestene. Samt å skape dialog på en nøytral arena. Da en arena som ingen «eier». Tanken var på denne måten å kunne bidra til økt fokus på at erfaringene og kunnskapen som bringes inn er like verdig.

Ved oppstart i pilotperioden ble det arrangert et «kick-off» møte i januar 2014. Her deltok mellom 40-50 personer med bruker-, pårørende- og fagpersonbakgrunn, ledere, forskere, frivillige og andre interesserte. I påfølgende verksteder ble det gjennom dialog og felles planlegging lagt føringer og bestemt hvordan Recoveryverksteder skulle organiseres fremover, samt hvilke områder og tema det skulle jobbes med. Disse områdene ble jobbet med i ulike temagrupper satt sammen av de som var interessert i de ulike områdene.

Det ble søkt om prosjektmidler i denne perioden. Recoveryverksteder mottok midler fra Ekstrastiftelsen gjennom Rådet for psykisk helse for å videreutvikle og arbeide med Recoveryverksteder i tre år (2015-2017). Høy grad av brukermedvirkning og involvering i å planlegge og utvikle Recoveryverksteder har vært vektlagt. Det har hele tiden vært lagt opp til dialog og samarbeid for å utvikle og arbeide med Recoveryverksteder på en mest mulig demokratisk måte. Hvert semester har startet med et planleggingsverksted, og deltagerne har snakket om og bestemt organisering og temaene det har vært ønske om å jobbe med. Prosjektet har hatt det vi har kalt «hovedverksted» en gang per måned. Det har utviklet seg ulike aktiviteter og verksteder utfra disse verkstedene. Regelmessige evalueringer underveis har også dannet grunnlag for å bestemme retningen videre.

### **1.1 Prosjektorganisering**

#### 1.1.1 Ansatte

Det ble innvilget en 100 % stilling i prosjektet. Prosjektleder, Therese A. Johnson har hatt 50 % stilling. Prosjektleder ble ansatt på bakgrunn av sin dobbeltkompetanse som innebærer at hun har egenerfaring med psykisk helse utfordringer samt fagbakgrunn som sosionom. Tommy Thompson har vært ansatt som ansvarlig for hjemmesider, digital informasjon og kurs i en 20 % stilling i hele prosjektperioden. De resterende 30 % har vært ulikt fordelt gjennom prosjektperioden. Først mellom professorene Marit Borg og Bengt Karlsson fra Senter for psykisk helse og rus, Høgskolen i Sørøst-Norge, og deretter en prosjektansatt med dobbeltkompetanse, Tommy Sjøfjell. Asker kommune, virksomhet psykisk helse og rus har bidratt med en 50 % stilling under hele prosjektperioden ved Marielle Andersen (sykepleier med Master i psykisk helsearbeid).

Senter for psykisk helse og rus, Høgskolen i Sørøst Norge har bidratt med egne midler inn i prosjektet. Det har vært knyttet til lønn og sosiale utgifter, delvis til Marit Borg og Bengt

Karlsson, og til en 10 % stilling til høgskolelektor Katrine Hordvik Wilhelmsen. Ansatte ved Senter for psykisk helse og rus, Høgskolen i Sørøst-Norge har i tillegg bidratt til gjennomføring av evalueringer to ganger per år, til søknadsskriving og ad hoc oppgaver.

### 1.1.2 Kompetansegruppe

En kompetansegruppe ble etablert under pilotperioden, og har blitt utvidet med aktuelle samarbeidspartnere underveis i prosjektet. Gruppen har møttes fire ganger i året. Målsettingen med kompetansegruppen har vært å trekke veksler på hverandres erfaringer og kompetanse for å utvikle, følge, samt for å fremme Recoveryverkstedene. Arbeidsformen i kompetansegruppe har vært jevnlig informasjon om status og framdrift og å drøfte konkrete problemstillinger. Ulike problemstillinger og temaer har blitt diskutert og alle parter nettverk har blitt brukt til å spre informasjon om prosjektet. Disse bidragene har gjort at Recoveryverkstedene har blitt kjent og benyttet internt i kommunen. Kompetansegruppen beskrives som nyttig og lærerik. Særlig er det å bringe ulike miljøer, personer og virksomheter sammen blitt fremhevet.

Fra 2015 har kompetansegruppen bestått av ansatte i prosjektet, to uavhengige brukerrepresentanter (en fra 2016), en representant fra NAV Asker, fra Aktivitetshuset Asker, fra NaKuHel Asker og FOUI avdelingen i Asker kommune. Fra 2017 har avdelingsleder for avdeling psykisk helse og rus i Asker kommune vært en del av kompetansegruppen.

## **1.2 Hovedmål for Recoveryverkstedene**

Målene for Recoveryverksteder 2015-2017 er definert som:

- Utvikle og tilby recoverybaserte dialogarenaer, temagrupper og kurs som kan støtte personers bedrings- og mestringsprosesser
- Styrke recoverykunnskapen og utvikle av recoveryorienterte tjenester og praksisformer
- Styrke muligheter for ansettelse av erfaringskonsulenter i utviklingstiltak og tjenester
- Utvikle en recoverymodell som kan overføres til andre kommuner.

## **1.3 Målgrupper for Recoveryverkstedene**

Målgrupper for Recoveryverksteder er innbyggere i Asker kommune som har erfaringer med psykisk helse- og rusutfordringer, deres pårørende, fagpersoner i kommunen, personer med FoU- og veiledningsoppgaver og andre aktuelle f.eks. frivillige personer og organisasjoner.

Hvordan målgruppen har blitt definert har endret seg underveis i prosjektet etter diskusjoner på Recoveryverkstedene. Ønsket har vært å være inkluderende, og å forsøke å ikke sette «merkelapper» på hverandre. Fokuset har vært at «folk er folk» og at vi alle har ulike erfaringer og kunnskap som vi bringer med oss inn til verkstedet. Like viktig er all annen erfaring og kunnskap som bringes med inn. Målgruppen for Recoveryverksteder har utviklet seg fra det som var fra utgangspunktet, og er i dag: «Alle innbyggere i Asker som har en interesse for temaer innenfor psykisk helse og rus».

## **2.0 Prosjektgjennomføring og metode**

Siden Recoveryverksteder startet opp har det utviklet seg i tråd med deltagerens ønsker og tilbakemeldinger. Det har vært oppstart av ulike tiltak og nye prosjekter som har vært et resultat av hva som har kommet frem som viktig temaer under verkstedene. Arbeidsmetoden under prosjektperioden har vært basert på:

- Åpen dialog

- Tema og fokus bestemmes ut i fra hva som har kommet frem som viktig
- Alle stemmer skal bli hørt.

## **2.1 Dialogarenaer og temaorienterte grupper og kurs innen recovery 2015-2017**

### 2.1.1 Temagruppene 2015-2017

I pilotperioden ønsket deltagerne på verkstedene å jobbe i ulike temagrupper. Gjennom samarbeid og diskusjoner i Recoveryverksteder ble det samlet inn konkrete forslag til forbedring av eksisterende tjenester, og til strategier for sosial deltakelse og bruk av lokale tilbud. Behov for lokale utviklingstiltak i forhold til arbeid, brukermedvirkning i tjenestene, samt bedre tilgjengelighet og oversikt over kommunens tilbud, ble særlig understreket. Dette arbeidet ble opprettholdt inn i 2015. Noen av gruppene fikk en naturlig avslutning når oppgavene var ferdigstilt, som gruppen for å lage guider over gode møteplasser i Asker kommune. De andre ble avsluttet når deltagerne ønsket en annen form og et annet fokus for verkstedene.

### 2.1.2 Hovedverksteder 2015-2017

Første hovedverksted i januar 2015 ble brukt til å planlegge vårens verksteder og aktiviteter. Verkstedene endret gradvis fokus fra arbeids- og temagrupper til et ønske om å ha innlegg med påfølgende diskusjon i smågrupper rundt ulike temaer. Gjennom å lage mindre forum for diskusjonene i små grupper, ble det enklere for alle å dele sine erfaringer og støtte hverandre. Dette var noe deltagerne formidlet behov for. Temaene har vært knyttet til ulike aspekter ved recovery og recoveryorienterte tjenester (Se vedlegg 1).

### 2.1.3 Vennegruppen

Vennegruppen fikk sin oppstart i 2014, og har fortsatt gjennom hele prosjektperioden. Sosiale nettverk var tidlig et tema. Vennegruppen ble opprettet for å kunne støtte hverandre i å bruke lokale steder og aktiviteter sammen med andre i Asker, og kunne opprettholde og skape seg et større nettverk. Gjennom et samarbeid med ansatte i prosjektet og i Senter for psykisk helse og rus, Høgskolen i Sørøst-Norge ble det i 2015 søkt om midler til Vennegruppen fra «Legat for fremme av folkehelsen». Bakgrunnen for dette var kunnskap om økonomiens betydning for aktivitet og deltagelse. Gjennom fokusgruppeintervjuer og diskusjoner på Recoveryverkstedene har tilgjengelighet til sosiale arenaer. Det å få til og kunne delta på aktiviteter og utvikle nettverk, har vært et tilbakevendende tema. I den sammenheng har økonomi ofte blitt pekt på som en begrensende faktor. Det har også blitt tematisert at økonomiske begrensninger, i en velstående kommune som Asker, kan oppleves som en ekstra belastning for den det gjelder. Vennegruppen ble tildelt 75 000 kr som skulle disponeres av gruppen etter eget ønske. Midlene kunne brukes til å skape flere arenaer der folk kunne delta i meningsfulle aktiviteter, og bidra til økt delaktighet i lokalmiljøet. De økonomiske midlene har muliggjort ulike aktiviteter som å gå ut å spise, gå på kino og konserter, ha julebord og cafetreff. Det har handlet om å kunne delta på ulike sosiale aktiviteter lik det andre innbyggere har muligheter til å gjøre, og sammen med andre. Vennegruppen samles gjennom en Facebook-gruppe som også er en kanal for å dele informasjon og lage avtaler. De bruker også telefon og epost til å invitere de som ikke er på internett. Gruppen samarbeider om og etterspør forslag til aktiviteter. Gruppen har pr. desember 2017 i alt 143 medlemmer i sin Facebook-gruppe.

#### 2.1.4 Temacafé

Prosjektets hensikt har vært å bidra til fellesarenaer for dialog og recoverykunnskap og kurs. På noen Recoveryverksteder kom det fram at deltakerne syntes hovedverkstedene kunne være store og vanskelige å delta i. Det ble derfor forsøkt finne fram til en mindre arena. I 2015 til 2016 var det et samarbeid med de frivillige på Hasselbakken gjennom Frivillighetens hus i Asker. Her ble det drevet en cafe annenhver uke med oppstart februar 2015. I forkant ble det gjennomført møter med deltagere som ønsket å være med på å starte recoverykurs, hvor det sammen ble besluttet å legge dette til cafeene. Cafeen var en arena som ga mulighet til «småprat», samt å være sammen sosialt og kunne ha dialog rundt temaer som omhandlet recovery. En del kom også for å høre mer om Recoveryverksteder, og hovedverkstedene. Det var ulike temaer, som f.eks. «Penger – personlig økonomi», «Recovery i Asker» og «Aktiv i egen prosess». Cafeen ble jevnlig besøkt og ga mulighet både for uformell prat over kaffe og vafler og diskusjon av tema. Deltagelsen ble etter hvert mindre. Det ble blant annet tatt opp at kommunen hadde mange andre aktiviteter samtidig. Cafetilbudet ble tatt opp som et eget tema på hovedverkstedet hvor det i samråd med deltagerne ble bestemt å bruke ressursene annerledes.

#### 2.1.5 Recoveryverksted i bolig

Når temacafeen ble avsluttet ble det på et hovedverksted foreslått å ta Recoveryverksteder mer konkret ut i tjenestene i Asker kommune. Fagpersoner og beboere i et boligtilbud for voksne med psykisk helse og/eller rusutfordringer ble forespurt om det kunne vært aktuelt for dem. Det ble i samarbeid besluttet å ha Recoveryverksteder en dag i måneden i et botilbud. Etter inspirasjon fra hovedverkstedene ble temaene for dialogene bestemt fra gang til gang. Det lokale Recoveryverkstedet har startet med felles middag. Temaene har dreid seg om utfordringer og gleder i hverdagen. Eksempler på temaer er «Hva er bra her?», «Rettigheter og plikter, med fokus på NAV», «Noe å glede seg til», samt «Å ikke falle tilbake». Skriftlige tilbakemeldinger fra deltagere beskrev at det har vært nyttig og bra med Recoveryverksteder i botilbudet. Det var noe deltagerne har satt pris på (vedlegg 2). Disse verkstedene ble avsluttet i desember 2017.

#### 2.1.6 Informasjons- og temadager i Asker kommune

Recoveryverksteder har vært med på å planlegge og gjennomføre informasjons – og temadager i Asker kommune. Dette har vært åpne dager for alle innbyggere og for innbyggere med erfaring som brukere, fagpersoner, ledere, politikere, pårørende og andre interesserte.

«Verdensdagen for psykisk helse» har blitt marker hvert år, med tema på hovedverkstedet. Recoveryverksteder har også vært delaktig i planleggingen av Asker kommunes markeringer, hvor prosjektet har vært tilstede på stand.

«Pårørendedagen» var et prosjekt initiert av Recoveryverksteder i samarbeid med Senter for psykisk helse og rus, Asker kommune, Virksomhet psykisk helse- og rustjenester, Grindestua – en rusfri Aktivitetskafe, A-larm, Landsforeningen mot stoffmisbruk og Al-Anon som er en pårørendeorganisasjon. Hensikten med prosjektet var å presentere hva som finnes av tilbud for pårørende i regi av Asker kommune og de frivillige organisasjonene. I tillegg skulle det være en arena for dialog mellom pårørende og kommunen med fokus på hva av tjenestetilbudene i kommunen som oppleves som bra, og hva savnes og hva det er ønskelig med mer av. Dagen ble arrangert i september 2017. Erfaringer ved å samarbeide på tvers har vært en positiv opplevelse, og viste bredden i tilbudene som finnes i kommunen i kommunal og frivillig regi. Samtidig som det opplevdes svært nyttig å samarbeide på tvers av kommunal og frivillig regi. Ulike perspektiver knyttet til et tema tydeliggjorde mangfoldet av behov og

vinklinger. Tilbakemeldingene fra deltagere på selve dagen var at de synes det var informativt, nyttig og at de ønsket mer av det.

I oktober 2017 ble det arrangert en informasjonsdag med mulighet for dialog rundt pasient- og brukerrettigheter i samarbeid med Aktivitetshuset i Asker kommune. Her bidro pasientombudet i Oslo og Akershus med et innlegg om deres arbeid, roller og tilbud.

Det har vært arrangert åpne frokostseminarer for ansatte i virksomhet psykisk helse og rus i Asker kommune med recoveryorienterte temaer. Videre har Recoveryverksteder har presentert seg i ulike tjenester og ved ulike arrangementer.

#### 2.1.7 Kurs i digitale fortellinger

Digitale fortellinger er korte personlige multimediafortellinger. Historien fortelles ved hjelp av digitale verktøy. Recoveryverksteder i Asker har benyttet Ipader, finansiert av Nasjonalt senter for erfaringskompetanse innen psykisk helse, i sitt arbeid med digitale fortellinger. En digital fortelling varer ofte ikke mer enn 2-3 minutter, og består vanligvis av en personlig historie, fortalt med ens egen fortellerstemme, støttet av passende stillbilder (fotografier/tegninger).

Recoveryverksteder har gjennomført en rekke kurs i digitale fortellinger. Kursene har hatt ulike profiler og målsettinger. Det har vært gjennomført to lavterskelkurs på biblioteket i Asker for brukere av psykisk helse- og rustjenester i kommunen. Det har vært gjennomført ett kurs ved Aktivitetshuset i Asker og to kurs ved Grindestua i Asker. I tillegg har det vært gjennomført ett kurs for ansatte ved Senter for psykisk helse og rus ved Høgskolen i Sørøst-Norge som har vært knyttet til Recoveryverksteder. Det er deltakerne som har råderett over sine fortellinger. De som har ønsket har fått sine fortellinger publisert gjennom [www.recoveryverksteder.no](http://www.recoveryverksteder.no) eller prosjektets Facebookside.

#### 2.1.8 Selvstyringskurs

Gjennom samarbeid med Sagatun Brukerstyrte senter har det blitt holdt to selvstyringskurs i Asker kommune i 2016 og 2017. Selvstyringskurs har vært for ansatte og brukere av tjenestene i Asker. Fokus for kurset er en innføring i temaene «Empowerment, kommunikasjon og brukermedvirkning» på individ og systemnivå. Det fokuseres på øvelser som har til hensikt å øke selvtillit, spontanitet og grensesetting for seg selv og kommunisere dette til andre. Erfaringer fra deltagere viser at det var svært nyttig å gå på kurs sammen uavhengig av bakgrunn og erfaringer.

#### 2.1.9 Recoverydannelse i og med Drammen og Nedre Eiker kommuner

Senter for psykisk helse og rus gjennomførte i 2017 i samarbeid med Drammen og Nedre Eiker kommuner «Recoverydannelse». Recoveryverksteder bidro i samarbeidet gjennom undervisning og veiledning. Begrepet dannelse brukes om det å legge til rette for og samarbeide om recoveryutvikling i en organisasjon og i tjenester. Dannelse viser også til samarbeid mellom bruker, fagperson og andre som må skapes, utvikles og endres i recoveryprosesser og prosjekter. I «Recoverydannelse» deltok i underkant av 30 personer fra de to kommunene med bruker-, pårørende-, fagperson- og/eller lederbakgrunn. Prosessen ble ledet av personer med dobbeltkompetanse samt forskere fra Recoveryverksteder og Senter for psykisk helse og rus. Opplegget besto av en månedlig temadag og en halv refleksjonsdag pr. måned. Temadagen var obligatorisk og lagt opp med en kombinasjon av forelesninger og refleksjoner der deltakerne relaterte tema til egen praksis. Refleksjonsdagen var frivillig og var tilrettelagt som en arena der deltakerne kunne bringe inn konkrete problemstillinger fra

egen praksis. Recoverydannelsen varte fra januar – juni 2017. Høsten 2017 foretas evaluering og en evalueringsrapport vil foreligge i februar 2018.

## **2.2 Recoveryorientert tjenesteutvikling 2015-2017**

### 2.2.1 Samskaping og åpenhet

Recoveryverksteder som prosjekt har bidratt til økt dialog mellom tjenestedeler, aktører, bruker og pårørende i Asker kommune. Verkstedet har bidratt til økt dialog mellom ansatte i Virksomhet psykisk helse- og rustjenester knyttet til forholdet mellom erfaringskunnskap og fagkunnskap. Deltagerne på Recoveryverksteder har sagt at «*avstanden mellom brukere og fagfolk blitt mindre og forståelsen for hverandre blitt større av de som deltar på verkstedet*». I arbeidet med kommunens «Temaplanen for psykisk helse», og i arbeidet knyttet til omorganiseringen av tjenestene, har Recoveryverksteder fungert som sparringspartnere. Her har deltagerne kunnet komme med spørsmål, kritikk, samt med innspill og forslag. Prosjektet har hatt dialog med ledere, administrasjon og politikere i prosjektperioden. Verkstedet har deltatt i formelle og uformelle forum knyttet til strategisk utvikling av recoveryorientering av tjenestene, informasjon om recovery og undervisning innen recovery.

Som et resultat av et bevisst og systematisk arbeid med å sette personen selv (brukeren) i sentrum har en kulturendringsprosess blitt igangsatt i Virksomhet psykisk helse- og rustjenester. Personfokuset har medført verdi- og holdningsrefleksjoner, nye arbeidsmetoder, større vekt på oppsøkende virksomhet og et utvidet tjenestetilbud. Virksomheten er organisert for å bedre imøtekomme brukernes ønsker og behov. Erfaringskonsulentene som etter hvert ble ansatt, brukerrådet og brukerorganisasjonene bidrar til å styrke bruker- og pårørendeinnsikten i tjenestene.

### 2.2.2 Mestringsplaner

En annen viktig del av utviklingen av recoveryorienterte tjenester er å ta i bruk verktøy som setter personer i stand til gjenkjenne endringer og be om hjelp før utfordringene blir så store at det oppstår en krise. Gjennom prosjektperioden har kommunens representant for Recoveryverksteder arbeidet systematisk i å utvikle en mal for mestringsplaner i samarbeid med brukere, fagfolk og brukerorganisasjoner.

### 2.2.3 Forsknings samarbeid

Professorene Marit Borg og Bengt Karlsson og prosjektmedarbeider Tommy Sjøfjell, Senter for psykisk helse og rus, Høgskolen i Sørøst-Norge hadde i 2015 et forsknings samarbeid med ledere og ansatte i en bolig for personer med både psykisk helse- og rusutfordringer. Målsettingen var å utforske og beskrive recoveryorienterte tjenester ved boenheten. Det ble gjennomført åtte fokusgruppeintervjuer over et år knyttet til «Hvordan samarbeides det om recovery i en bolig?». Dette har resultert i to mastergradsoppgaver med fordypning i psykisk helsearbeid ved HSN, hvor det også er to artikler i vente. Videre har en masterstudent gjennomført kvalitative intervjuer med beboere knyttet til erfaringer med recoveryorienterte praksiser. Denne mastergradsoppgaven ble levert medio januar 2018.

### 2.2.4 KRON – kommunalt recoveryorientert nettverk

Recoveryverksteder har sammen med Senter for psykisk helse og rus ved Høgskolen i Sørøst-Norge og Asker kommune, Virksomhet for psykisk helse og rustjenester vært initiativtakere til å starte opp, og delta i et flerkommunalt recovery-nettverk (KRON). Hensikten med KRON er å styrke kompetansen lokalt i noen utvalgte kommuner knyttet til tjenesteutvikling og recoveryorienterte praksiser. Et utviklings- og læringsnettverk ble etablert i 2015.

Nettverket består i dag av Asker, Bærum, Sandnes, Bergen kommuner, Bydel Gamle Oslo, samt Helseetaten i Oslo, Nasjonalt kompetansesenter for psykisk helsearbeid for voksne i kommunene (NAPHA) og Senter for psykisk helse og rus, Høgskolen i Sørøst-Norge. Det har deltatt maks. 5 deltakere fra hvert sted. Et viktig prinsipp er at det skal være deltakelse av erfaringskonsulenter og /eller brukerrepresentanter fra hvert sted. Dette har bidratt til å øke kunnskapen, få fram iderikdom og endre holdninger hos de som har deltatt.

Fagfeltene psykisk helse og rus har vært representert fra hver kommune og bydel. Hvert deltakende sted har arrangert hver sin samling. Disse har vært arrangert to ganger per år med to dagers varighet. Det ble etablert et arbeidsutvalg for planlegging og styring av samlingene i 2015. Arbeidsutvalget har forberedt samlingene sammen med den lokale arrangøren.

Erfaringsdeling på tvers av deltagerne inspirerer, gir ny kunnskap og ideer. Det er nyttig å lære av hverandres erfaringer. Det å dele med andre gir også økt egen bevissthet gjennom forberedelse, presentasjon og tilbakemeldinger. Nettverket har fått tilført nyttig kunnskap fra NAPHA og Senter for psykisk helse og rus, Høgskolen i Sørøst-Norge.

I forbindelse med tjeneste- og kvalitetsutvikling er det en styrke i å ha kontaktnett utenfor kommunen. KRON-nettverket fortsetter i 2018 og framover.

### **2.3 Styrke muligheter for ansettelse av erfaringskonsulenter 2015-2017**

Ansettelser av erfaringskonsulenter er en viktig forutsetning for realiseringen av brukerbaserte og recoveryorienterte tjenester ([www.imroc.org](http://www.imroc.org)). Dette har vært en viktig tema for prosjektet, og deltakere i Recoveryverksteder har fungert som pådrivere for slike ansettelser i Asker kommune, Virksomhet psykisk helse og rustjenester. I oktober 2015 ble det på hovedverkstedet markert «Verdensdagen for psykisk helse» med tema – «Å kaste maska i arbeidslivet». Her var fokuset på åpenhet i arbeidslivet, erfaringskompetanse, hull i cv`en og behovet for små stillinger. Representanter for NAV arbeidslivssenter i Akershus og direktøren for HR-avdelingen (lønn, personal, kompetanseutvikling og HMS) i Asker kommune deltok på verkstedet. Dette førte til et nytt møte med HR-avdelingen hvor strategier som ble diskutert på verkstedet ble bragt videre. Arbeidet førte til at det i Asker kommunes «Arbeidsgiverpolitiske plattform 2020» er skrevet inn at det skal vurderes praksisplasser og faste stillinger for personer med dobbeltkompetanse (ansatte med brukererfaring og formell kompetanse – «recovery»), som mulige tiltak i planens delmål om mangfold og inkludering.

I mai 2016 arrangerte Recoveryverksteder en fagdag om erfaringskonsulenter: «Erfaringskonsulenter – hva er det?». Dagen skulle informere og diskutere temaer knyttet til erfaringskompetanse og erfaringskonsulenter med ansatte, brukere og andre interesserte.

Det var lagt inn i prosjektets budsjett et besøk til Nottingham, England og miljøer der som har mye kompetanse innen recoveryorienterte praksiser, Recoverycolleges og likepersonarbeid og erfaringskonsulenter. Reisen ble forhindret og midlene brukt til å invitere ressurspersoner fra Nottingham til Asker og Senter for psykisk helse og rus. Videre ble det organisert en studietur til Bergen til WAPR-konferansen i mai. Her besøkte man Alf AS for å lære mer om strategier, samarbeid og erfaringer knyttet til erfaringskonsulenter i tjenestene og utdannelsen «Medarbeider med brukererfaring».

Recoveryverksteder har samarbeidet med Asker kommune, Virksomhet psykisk helse og rus om å søke midler om ansettelser av fire erfaringskonsulenter. Høsten 2017 ble det ansatt fire erfaringskonsulenter i virksomheten.

Recoveryverksteder har vektlagt jevnlig samarbeid med NAV, gjennom invitasjon til innlegg på verkstedene, kompetansegruppen og informasjonsmøter. Prosjektet har også samarbeidet

med fagpersoner i NAV om muligheter for å utvikle og starte opp en utdanning for erfaringskonsulentene sammen med Senter for psykisk helse og rus. En undersøkelse fra 2015 om opplærings- og veiledningsbehov hos erfaringskonsulenter konkluderer med at det er en usikkerhet hos erfaringskonsulentene om de ønsker en slik felles utdanning, videre at kun et mindretall ønsker en felles høgskoleutdanning (Odden, Kogstad, Brodahl og Landheim 2015). Planen om å utvikle en utdanning ble lagt på is, og Recoveryverksteder ønsket å se på andre måter for veiledning og kompetanseutvikling for erfaringskonsulentene.

### 2.3.1 Lokalt nettverk for erfaringskonsulenter

«Nasjonalt kompetansesenter for erfaringskunnskap innen psykisk helse» har de siste årene hatt nasjonale samlinger for erfaringskonsulenter. I sammenheng med at Nasjonalt senter for erfaringskompetanse innen psykisk helse etterlyser regionale og lokale nettverk ønsket Recoveryverkstedene å undersøke interessen for et regionalt nettverk.

Invitasjon til diskusjon av dette ble sendt ut erfaringskonsulenter i Asker kommune Virksomhet psykisk helse og rustjenester, samt til nedslagsfeltet til Høgskolen i Sørøst-Norge – Buskerud, Telemark og Vestfold. Oppstartsmøte var mars 2017. Det er blitt holdt fire møter i 2017. Deltagerne har selv bestemt hva nettverket skulle være, og har hatt fokus på kollegaveiledning gjennom reflekterende team-modellen og deling av hverandres erfaringer. Nettverket organiseres i et samarbeid med Senter for psykisk helse og rus og holdes på Campus Drammen, og vil bli videreført av Høgskolen i Sørøst-Norge fra 2018.

## **2.4 Utvikle en modell**

Erfaringene med samarbeidet i Recoveryverksteder, er et eksempel på å samle og ta i bruk lokale ressurser fra ulike miljøer og krefter til å starte i det små med dem de gjelder. Dette vil kunne ha overføringsverdi til andre kommuner og virksomheter. Derfor ble utviklingen av en modell en av målsettingene til prosjektet. Fokuset på lokal forankring og grunntankene i recovery, at recovery kan være ulikt for mange, har gjort at prosjektet har endret denne målsettingen underveis. Derfor har prosjektet ønsket å gi informasjon, dele erfaringer og være til inspirasjon i større grad enn å utvikle en modell. Eksempelvis vil et Recoveryverksted i Troms kunne se annerledes ut enn i Asker. Her er noen hovedelementer som er blitt trukket frem og som kan karakterisere Recoveryverksteder:

- Deltagernes ønsker og behov skal være utgangspunkt for et verksted når det gjelder form og innhold. Felleskapet bringer prosjektet videre.
- Det en arena for dialog mellom ulike mennesker med ulik erfaringsbakgrunn, hvor alle stemmer skal høres og verdsettes likt.
- Å møtes på et sted som ikke «eies» av noen av deltagerne. En nøytral arena er fremholdt som meget positivt og viktig.

### 2.4.1 Recoveryverksteder på andre steder

Det har vært stor interesse for Recoveryverksteder rundt om i landet. Prosjektet har gjennomført en rekke informasjons- og dialogmøter hvor vi har samlet miljøer som har tatt kontakt med oss og som ønsket informasjon (se vedlegg 3). Det har vært Skype-møter, mail-korrespondanse og telefonmøter med interesserte som ikke har kunnet delta på lokale møter. Drammen og Nedre Eiker kommuner er i gang med å finne sine former for lokale Recoveryverksteder. Sagatun brukerstyrte senter hadde i 2016 et samarbeid med professor Jan Kåre Hummelvoll om Recoveryverksteder i Hamar. Dette fortsetter 2018. Universitetssykehuset i Nord-Norge har Recoveryverksteder som en del av sitt medisinfrie behandlingstilbud.

## **2.5 Informasjonsarbeid og hjemmeside 2015-2017**

Recoveryverksteder har jobbet systematisk med informasjonsarbeid under hele perioden. Nettsiden [www.recoveryverksteder.no](http://www.recoveryverksteder.no) ble opprettet for å kunne gi og dele informasjon om aktivitetene i prosjektet. Her vil man også kunne finne invitasjoner og referater fra Recoveryverkstedene, heftene som er laget og generell informasjon samt lenker til saker omhandlende recovery og recoveryorientering. Videre har det vært stor interesse for Recoveryverksteder nasjonalt, og nettsidene har vært med på å gi løpende informasjon om recoveryorientert temaer. Prosjektet har brukt Twitter og opprettet sin egen Facebookside i 2016.

Recoveryverksteder har vært omtalt i aviser, tidsskrifter og på ulike nettsider lokalt og nasjonalt (Se vedlegg 4). Samt resultert i tre masteroppgaver, med tre artikler i påvente av publisering i kjølevannet av forskningssamarbeidet som er beskrevet tidligere. Videre ventes publisering av et bokkapitel og en artikkel omhandlende vennegruppen. Prosjektet har også blitt presentert på ulike seminarer, konferanser, samt undervisning, fra nord til sør i Norge og internasjonalt. Denne rapporten vil også bli publisert i publikasjonsserien til Senter for psykisk helse og rus ved Høgskolen i Sørøst-Norge.

## **2.6 Tilbud for konkrete målgrupper 2015-2017**

Det er ikke gjort noen konkrete kartlegginger av ulike målgrupper, slik det er beskrevet i prosjektbeskrivelsen. Recoveryverksteder har brukt innspill fra deltagere på verkstedene, kompetansegruppen og nettverkene rundt. Et innspill var at det ble etterlyst et tilbud til mennesker som kunne oppleve hovedverkstedene som en utfordrende arena, som kunne hatt behov for at vi kom ut til dem. Dette ble forsøkt ved å ha Recoveryverksteder i det tidligere nevnte boligtilbudet.

## **3.0 Forskningsbasert evaluering, resultater og resultatvurderinger**

Evalueringen av Recoveryverksteder er gjennomført for å kunne vurdere måloppnåelse i prosjektet, og for å få frem beskrivelser og områder som kan vurderes i forhold til overføringsverdi til andre kommuner og virksomheter.

### **3.1 Metode**

Evalueringene av Recoveryverksteder fra pilotperioden ble gjort gjennom KOR-skjemaer og fokusgruppeintervjuer og er beskrevet i *Evalueringsrapport Recoveryverksteder 2014* (Johnson & Wilhelmsen, 2015), samt i kapitel i en bok som blir utgitt i mars 2018 (Johnson & Wilhelmsen, i Karlsson, B. & Borg, M. (red). (2018).

Evalueringene av Recoveryverkstedene ble gjort frem til 2017. Det er funn fra de siste tre års evalueringer som presenteres i denne sluttrapporten. Hensikten med evalueringsstudien var å få frem hvordan Recoveryverksteder kunne bidra til å utvikle og tilby ulike former for dialogarenaer. Det var også viktig å få frem hvordan verkstedene kunne bidra med kunnskaper og praksiser som støttet personers bedrings- og livsprosesser.

#### **3.1.1 Fokusgruppeintervjuer**

Deltakernes erfaringer og opplevelser med å være med å være med på Recoveryverksteder ble undersøkt gjennom bruk av fokusgruppeintervjuer. Lerdal og Karlsson (2008) beskriver at fokusgruppeintervjuets styrke er i den åpne diskusjonen og refleksjonene over erfaringer som deltakerne i fokusgruppene har felles.

### 3.1.2 Informasjon og samtykke

Informasjon om studien og invitasjon til frivillig deltakelse i fokusgruppeintervju ble gitt på Recoveryverkstedet måneden før, i invitasjoner som ble sendt deltakerne på mail og på hjemmesiden på Facebook. Skriftlig informasjon og samtykkeskjemaer ble utlevert på Recoveryverkstedet den dagen intervjuene skulle foretas (se vedlegg 6 og 7). Intervjuene ble lagt til siste del av Recoveryverkstedet slik at de som ikke ønsket å delta likevel kunne være tilstede på selve Recoveryverkstedet. Studien ble godkjent av Norsk samfunnsvitenskapelige datatjeneste, NSD (se vedlegg 8).

### 3.1.3 Utvalg og gjennomføring

Deltagerne har vært personer med ulike erfaringsbakgrunn. Vi har vært opptatt av å sikre ulikhet i utvalget til gruppene. Intervjuene hadde en varighet på ca. 60 minutter og ble ledet av to ansatte ved Senter for psykisk helse og rus ved Høgskolen i Sørøst-Norge, som ikke hadde tilknytning til Recoveryverkstedet. En intervjuguide ble brukt for å ivareta studiens hensikt (se vedlegg 9). Intervjuene ble tatt opp på lydbånd og transkribert.

Totalt syv fokusgruppeintervjuer ble gjennomført i tidsperioden 2015-2017. To intervjuer i desember 2015, to i juni 2016, ett i juni og to i desember 2017. Antallet deltakere i fokusgruppeintervjuene har variert fra 5 til 12 personer.

## **3.2 Analyse**

Intervjuene ble analysert inspirert av Kvale og Brinkman (2015). Intervjutekstene ble lest flere ganger for å få et helhetsinntrykk av samtalenes innhold. Det ble gjennomført en tentativ analyse av intervjuene hvor det ble gjort en tematisering av meningsdannende enheter som berørte vår problemstilling. Intervjuene ble først gjennomgått enkeltvis, for deretter å bli sammenlignet med hverandre for å identifisere fellestrekk, forskjeller og mønstre. Oppsummering fra analyseprosessen ble i hele perioden formidlet tilbake til deltakerne og funnene diskutert i fellesskapet på Recoveryverkstedene. Funnene som presenteres nedenfor er foreløpige og vil bli arbeidet videre med.

## **3.3 Funn**

Det kom frem fire temaer i analysen: 1. En god møteplass, 2. En utfordrende arena, 3. Å lære av hverandre og 4. En nøytral arena og roller.

### 3.3.1 En god møteplass

Deltakerne snakket mye om erfaringer med Recoveryverksteder som en åpen og god møteplass. Det å treffe folk og være samlet rundt en felles interesse, det å utveksle ideer og å kunne være med å påvirke tjenestene opplevdes som meningsfullt og energigivende. Som en av deltakerne uttrykte det «... *da føler jeg på en måte tilhørighet ... det føles veldig fint ... det er inkluderende, det er godt å være her, du blir behandlet bra. For det blir ofte en del dører som stenges når du er syk, og sånn føler jeg det ikke er her*».

Det at Recoveryverksteder har blitt en arena for dialog mellom deltagere med ulike erfaringer og bakgrunn kommer også frem i intervjuene. «*Jeg synes det her er en viktig og spesiell arena fordi det er en møteplass hvor vi treffer fagfolk på en annen måte enn akkurat terapi og behandling. Det synes jeg er kjempespennende og spenstig.*» En annen sier: «*Jeg synes det er veldig positivt at det blir en møteplass på tvers av alt, altså fagfolk, brukere, forskere*».

En annen deltager sier: «*Nettopp det å bli kjent på den måten som har vært mulig her, er helt annerledes enn når du er en mottaker av en tjeneste eller i en hjelperrolle ... Det skjedde ganske tidlig at vi kalte oss deltakere på Recoveryverksteder ... jeg husker en gang at det var*

*en pårørende som spurte hvem er det som sitter rundt bordet her, hvor vedkommende egentlig ikke fikk det svaret som han var vant til å få, nettopp hvilken tittel, tjeneste eller ... men fikk også en forklaring på hvorfor det var sånn. Og det er ikke mange fora der det skjer. Og det er verdifullt».*

Recoveryverksteder beskrives som en arena som skaper muligheter for samtaler og for åpne dialoger. Både deltakere med fagerfaring, pårøndererfaring og brukererfaring trakk fram at dette er for dem, en god møteplass. Dette oppleves som meningsfullt og energigivende. Samværet med andre og å samles rundt en felles interesse er noe som gjør at deltagerne har gledet seg til, og prioritert å komme på Recoveryverkstedene.

### 3.3.2 En utfordrende arena

Gjennom fokusgruppene kom det også fram at det å være med på Recoveryverkstedene kan oppleves som utfordrende. Det knyttes til både Recoveryverkstedenes form og innhold og at det være vanskelig å delta i et rom med mange mennesker. Som en deltager uttrykker det: *«Jeg tror at det er vanskeligere å komme hit når det har vært litt sånn diffust hva vi skal gjøre – det tror jeg er komplisert for folk. Og ihvertfall hvis man er litt usikker på seg selv og det å møte andre ... jeg husker det ble et tema at spørsmålene ble for akademiske og at det ble for vanskelig å forstå for mange hva som egentlig menes der».* En annen deltager sier: *«Og så synes jeg det er bra at du satte ord på det med at det er litt akademisk miljø, for det liker jo vi. Men det er også kanskje derfor det er veldig mange som ikke kommer».* Det fremkom i fokusgruppeintervjuene at enkelte av temaene som hadde vært opp til diskusjon i verkstedene opplevdes som akademiske og store. Noen oppgir at de foretrekker dette akademiske preget, mens andre opplever det akademiske preget som utfordrende.

En annen utfordring som trekkes frem er uroen for å ha blitt en «gjeng», og at det å inkludere nye deltagere på en god måte kan være vanskelig. En deltager sier: *«Jeg tror det kan være at selv om vi prøver å være inkluderende så kan det være litt sånn, litt sånn å føle som å komme inn i en gjeng med folk som kjenner hverandre godt, som har ting vi snakker om, litt sånn på siden ... Så det kan jo hende at det er utfordrende, eller det kan ikke bare hende, jeg tror det er utfordrende rett og slett»*

Å være deltager på Recoveryverksteder kan oppleves både som utfordrende og utviklende. Deltagerne er opptatt av å inkludere alle på en god måte. I intervjuene kommer det fram at noen temaer kan oppleves som krevende å snakke om, fordi de oppleves akademisk formulert, eller at de kan bli for personlig og da kan berøre nære ting. Samtidig oppleves temaene som spennende og lærerike.

### 3.3.3 Å lære av hverandre

Et gjennomgående tema har vært beskrivelser av hvilken nytte Recoveryverkstedene har vært for både den enkelte deltakers bedringsprosess og for psykisk helsearbeid i Asker kommune. En av deltakerne beskriver nytten av deltakelse slik: *«Nytten for min del ... jeg må koble mere direkte til læring, det er noe jeg lærer, som jeg tenker er verdifullt for meg, og ergo blir det en form for nytte. For min del husker jeg vel kanskje best den kvelden hvor vi diskutere tilhørighet, det var spennende diskusjoner ... Så det er nok det her med læring, det å ta med nye betraktninger, ny kunnskap, ny tanker over på andre områder».* En annen sier: *«Jeg synes det har vært gøy å på en måte få til ting. Altså, jeg synes det er kjempespennende, vi har mye spennende temaer å prate om, jeg føler at jeg lærer mye».*

Påvirkningen på fagfolk og tjenesten bekreftes av andre deltakere: *«Jeg tenker at Recoveryverkstedet har bidratt til å løfte inn en del ting inn i tjenestene, som gjør at tjenestene faktisk endrer seg. Og det er kanskje det som er den største nytteverdien her tenker*

*jeg ... det at det kommer masse fagfolk som møter brukere, som møter disse på en annen arena, og det tror jeg er med å skape andre fagfolk faktisk». En annen beskriver Recoveryverksteder som en arena som gir mulighet for en annen type samtaler enn man vanligvis har. «Jeg har i alle fall ikke vært med og snakke om det på den måten da, hvor ikke jeg er i posisjon av at jeg er fagperson eller familieterapeut, eller men bare her, her deler vi alle sammen dette og den type samtale tror jeg heller ikke er, hvis jeg skal gjette litt, så veldig, veldig utbredt blant fagpersoner, og det betyr jo at du må, du må rett og slett altså tørre å by noe på deg selv, og bidra med noe av deg selv».*

Siste året uttrykkes det i fokusgruppeintervjuene glede og stolthet over å se de konkrete og synlige resultatene av det som er arbeidet med på Recoveryverkstedene – som hjelpeheftene, fagdager og kurs, digitale fortellinger, ansettelse av erfaringskonsulenter og aktivitetene i vennegruppa. Eller som en av deltakerne sa: «Godt at det har vært også noen resultater, som for eksempel det med erfaringskonsulenter ... det vi har snakket om her har faktisk gitt synlig resultat, vi har vært med å påvirke noe, vært med å endre noe, nå er vi gang».

Nytten ved å delta på Recoveryverkstedene knyttes til læringen som kan skje når man møtes på tvers av bakgrunn og erfaringer, og samtaler om felles temaer. Samt at man ser konkrete og synlige resultater av arbeidet som er blitt gjort.

#### 3.3.4 En nøytral arena og roller

Hvilke roller man har og at alle har vært deltagere er noe som snakkes om i mange av intervjuene. Diskusjonen har dreid seg om det er mulig å møtes uten «hatter» eller roller, om det er mulig med likeverdige møter på en nøytral arena fordi man har ulike roller og «hatter». Dette oppleves på forskjellig måter, som en sier: «Når jeg presenterte meg for vedkommende som ... så sa jeg: ” P3, jeg jobber her.” Altså ... men det gjør jo ikke meg bedre eller annerledes. Jeg har mine livserfaringer, du har dine livserfaringer. Men jeg må jo anerkjenne rollen jeg har når jeg er i en setting. Altså du kan forvente noe av meg her i dag. Jeg er på jobb .... Men det gjør ikke meg noe annerledes. Men ... men jeg må anerkjenne den rollen».

En annen sier: «Fordi hvis vi tenker at dette stedet her liksom skal ha den funksjonen at det er ingen av oss som i utgangspunktet liksom eier denne arenaen ... altså så får du merkelapp, også får jeg en merkelapp ... altså er det mulig å skape noen møter i det hele tatt som er likeverdig i den betydning? Fordi problemet er ... vi må anerkjenne at vi har ulik erfaringsbakgrunn».

Andre opplever det litt annerledes, som en sier: «Jeg synes at det er godt at vi møtes på en nøytral arena. Og får av oss de ordinære hattene». En knytter likeverdigheten til at det oppleves som en nøytral arena som ingen eier. «En ting som jeg tror er veldig viktig i forhold til den her likeverdigheten, det er ingen her som har noen definisjonsmakt på noen som helst måte. Man kan ikke ta ifra, man kan ikke gi verken goder eller ... og det tror jeg og er viktig altså».

Recoveryverkstedet oppleves som en nøytral arena. Deltagerne snakker om hvilke betydning roller og erfaringer når man møtes på tvers.

### **3.4 Kompetansegruppens erfaringer**

I de to siste møtene i kompetansegruppen har agendaen vært å få muntlige tilbakemelding fra deltakerne om Recoveryverksteder i prosjektperioden.

Recoveryverksteder beskrives av deltagerne i kompetansegruppen som en arena som har spilt en betydningsfull rolle i Asker kommune innenfor psykisk helse- og rusfeltet. Det har vært en plattform for utveksling av erfaringer, hvor man har kunnet gi innspill til tjenestene på ulike måter og ulike nivåer. Det har gitt føringer til tjenestene, og har blitt beskrevet som en «utålmodig aktør» og et litt «uregjerlig korrektiv». Videre opplever deltakerne at Asker kommune har i sin recoverytilnærmingen, gjennom samarbeidet med Recoveryverksteder og høgskolen bidratt til en dreining av tjenestene i samsvar med sentrale målsetninger om en aktiv bruker- og pårørenderolle knyttet til mestring av eget liv. Recovery kan sees som en av flere metoder som setter samskaping og medborgerskap ut i praksis i tjenestene. Prosjektet har vært med på å allmenngjøre et kanskje mer ukjent og smalt begrep som recovery og medborgerskap. Prosjektet har samarbeidet med mange aktører lokalt, som NAV, Nakuhel, Grindestua- en rusfri aktivitetskafé, og frivillige organisasjoner. Dette arbeidet har vært med på å muliggjøre aktiviteter, knoppskytinger samt lagt til rette for nye samarbeidsarenaer med kjente og ukjente organisasjoner.

### **3.5 Resultatvurdering**

I vår søknad og i prosjektbeskrivelse beskrives mål og målsettinger for Recoveryverksteder, hvilke aktiviteter som var planlagt, samt en fremdriftsplan. Derfor er det naturlig å se om disse ulike målsettinger er oppnådd, om fremdriftsplanen er overholdt, og om det er ting som kunne vært gjort annerledes. Recoveryverksteder har hatt en høy grad av brukerinvolvering og medbestemmelse, slik at planlagte aktiviteter og fremdriftsplanen har blitt endret underveis. Evalueringene og tilbakemeldingene viser at Recoveryverksteder har innfridd flere av sine hovedmålsettinger som prosjekt.

#### 3.5.1 Utvikle og tilby recoverybaserte dialogarenaer, temagrupper og kurs som kan støtte personers bedrings- og mestringsprosesser.

Deltagerne på Recoveryverkstedet beskriver hovedverkstedene som en god møteplass hvor man kan lære av hverandre. Det er utviklet ulike grupper, som Vennegruppen og andre ulike gruppebaserte aktiviteter i prosjektet. Funnene i evalueringen viser at nytten ved å delta på Recoveryverkstedene knyttes til læring som kan skje når man utvikler arenaer for dialog, møtes på tvers av bakgrunn og erfaringer, og samtaler om felles temaer. Når det gjelder å starte recoverykurs og kartlegge behov for dette slik det beskrives i søknaden, har ikke blitt innfridd. Her har prosjektet endret sitt fokus underveis. Vi har konkludert med at Recoveryverksteder har vært en åpen arena for alle innbyggere. Det har derfor ikke vært naturlig å kartlegge spesifikke behov i utvalgte grupper. Recoverykursene ble omgjort til en kafe slik det er beskrevet i punkt 2.1.4.

#### 3.5.2 Styrke recoverykunnskapen og utvikling av recoveryorienterte tjenester og praksisformer

Som omtalt tidligere har prosjektet vært med på å utvikle tjenestene til å bli mer recoveryorienterte, og bidratt til å starte en kulturendringsprosess og bidra til nye arbeidsmetoder i tjenestene i Asker kommune. Videre har arbeidet med å styrke kunnskapen om recovery og recoveryorienterte tjenester ført til økt dialog mellom tjenestesteder, og mellom tjenester og brukere og pårørende. Recoveryverksteder har bidratt til arbeidet med, og oppfølging av Temaplanen for psykisk helse i Asker kommune, samt vært sparringspartner i omorganiseringsprosessen i kommunens psykisk helse- og rustjenester.

#### 3.5.3 Styrke muligheter for ansettelse av erfaringskonsulenter i utviklingstiltak og tjenester

I prosjektperioden har det blitt jobbet med å styrke mulighetene for å ansette erfaringskonsulenter i tjenestene Asker kommune. Recoveryverkstedet har vært pådriver, og

samarbeidet med ulike aktører for å skape bevissthet rundt nytten av erfaringskunnskap inn i tjenestene. Målet må sies å være nådd når det nå er ansatt fire erfaringskonsulenter.

#### 3.5.4 Utvikle recoverymodell som kan overføres til andre kommuner

Slik det er beskrevet i punkt 2.4 er det ikke utviklet en modell for recovery som kan overføres til andre. Det er utviklet tre faktorer som prosjektet Recoveryverksteder mener er sentrale og viktige for et Recoveryverksted. Samtidig er det gjort et grundig arbeid med å formidle og dele erfaringene fra Recoveryverksteder både nasjonalt og internasjonalt. Flere publiseringer er gjort og flere fra prosjektet er under arbeid. På denne måten kan andre som ønsker å starte opp egne Recoveryverksteder lære av prosjektet i Asker kommune, og relatere disse de nødvendige lokale tilpasninger ved behov.

#### 3.5.5 Nytteverdi

Erfaringene fra prosjektet har nytte for andre kommuner, organisasjoner og andre som ønsker å skape gode møteplasser og arenaer for dialog. Denne måten å samle og å diskutere på kan være en god måte til å fremme og drive medvirkning og påvirkningsarbeid.

Recoveryverksteders arbeidsform har bidratt til å dele kunnskap på tvers av erfaringer slik at deltakerne kan lære av hverandre, og bidrar til endringsprosesser i personer, og i tjenester.

### **4.0 Videre planer**

Recoveryverkstedet vil bli videreført og videreutviklet etter endt prosjektperiode av Asker kommune. Erfaringene om og med Recoveryverksteder skal innarbeides i regulær drift i de kommunale psykisk helse- og rustjenestene. Nærmiljøenheter som etableres i nærhet til der folk bor og/eller oppholder seg, skal nyttiggjøre seg kunnskaper fra Recoveryverksteder. Slik ønsker og håper man kan bidra til en bredere deltakelse fra kommunens innbyggere. Det planlegges å etablere lokale Recoveryverksteder i nærmiljøet eller knyttet til et samlingspunkt (eks. Grindestua – rusfri aktivitetskafé, Aktivitetshuset). Formene dreies mot undervisning og erfaringsdeling knyttet til tema som omhandler mestring, myndiggjøring, håp og kontroll i eget liv. Asker kommune vil arrangere regelmessige større dialogsamlinger som utvikles i samarbeid med fagfolk og personer med egen og/eller pårørendeerfaring for å få innspill i utviklingen av recoveryorienterte tjenester.

## Litteraturliste

- Johnson, T.A & Wilhelmsen, K.A (2015). *Evalueringsrapport Recoveryverksteder 2014*. Hentet fra: <http://www.recoveryverksteder.no/getfile.php/13406289/Recoveryverksteder/Filer/Publikasjoner/Evalueringsrapport%20Recoveryverksteder%202014%281%29.pdf>
- Johnson, T., A. og Wilhelmsen K., H. (2018) En annerledes arena for psykisk helse- og rusarbeid? - Recoveryverksted som arena for samarbeid og dialog. I Karlsson, B. & Borg, M.(red).: *Perspektiver på psykisk helse- og rusarbeid. Recovery, erfaringskunnskap og samarbeidsbasert kunnskapsutvikling*. Oslo: Fagbokforlaget
- Karlsson, B. & Borg, M. (red). (2018). *Perspektiver på psykisk helse- og rusarbeid. Recovery, erfaringskunnskap og samarbeidsbasert kunnskapsutvikling*. Oslo: Fagbokforlaget.
- Kvale, S. og Brinkman, S.(2015). *Det kvalitative forskningsintervju*. 3. utgave. Oslo: Gyldendal akademisk.
- Lerdal, A. og Karlsson, B. (2008). *Bruk av fokusgruppeintervju*. Sykepleien Forskning. 3(3), 172-175.
- Odden, S., Kogstad, R., Brodahl, M., og Landheim, A. (2015) *Opplærings- og veiledningsbehov hos erfaringskonsulenter*. Nasjonalt senter for erfaringskompetanse innen psykisk helse. Hentet fra: <http://www.erfaringskompetanse.no/publikasjoner/>  
[www.imroc.org](http://www.imroc.org)

## **Vedlegg**

- 1. Temaoversikt**
- 2. Invitasjon infomøte**
- 3. Omtaler**
  - a) Askerposten**
  - b) Lenker**
- 4. Flyer**
- 5. Politisk dokument Saksnr .: 17 / 16515**
- 6. Infoskriv**
- 7. Samtykkeskjema**
- 8. Godkjennelse NSD**
- 9. Intervjuguide**

**2015**

**Januar** - veien videre, driftsmidler og muligheter

**Februar** – presentasjon av evalueringer 2014, informasjon om digitale fortellinger. Innspill til handlingsplanen for psykisk helse og rus 2015-2018.

**Mars** - språk og begreper. Innlegg Lillian og Therese og musikkinnslag

**April**- hvordan få til ett godt samarbeid med din hjelper. Informasjon om prosjektet ReConnect

**Mai** – informasjon og innspill til omorganiseringen. Innlegg ved Tor Erik Befring

**Juni** – sommeravslutning med evaluering av våremester og planlegging av høsten. Besøk av ordfører Leine Conradi

**August** – arbeid og planlegging i forhold til Verdensdagen for psykisk helse

**September** – praktisk verksted med gjennomgang av guider og ulike oppgaver som trengtes oppdatert og oppfølging

**Oktober** – «å kaste maska i arbeidslivet». Innlegg av HR avdeling Asker Kommune ved Jostein Bø og Nav Arbeidslivssenter ved Synnøve Skårud og Ann-Mari Samskott

**November** – tema erfaringskonsulenter. Innlegg av Morten Brodahl – erfaringskonsulent Nasjonal kompetansetjeneste Rop, Oda Høiland – erfaringskonsulent Bydel Gamle Oslo, Tor Erik Befring – leder avdeling psykisk helse og rus

**Desember** – juleavslutning med planlegging av våren og fokusgruppeintervjuer. Besøk av direktør for Helse og Omsorg i Asker kommune, Aud Hansen.

**2016**

**Januar**- orientering om omorganiseringen prosessen. Tor Erik Befring

**Februar**- Likepersonsarbeid. Innlegg Tommy og Tommy – Alam

**Mars** – videre om likepersonsarbeid. Innlegg Selvhjelp Norge, LPP og Nakuhel

**April**- presentasjon fokusgruppene. Diskusjon rundt recoverybegreper som håp og tilhørighet

**Mai** – Brukermedvirkning og selvstyrking. Besøk og innlegg fra Sagatun brukerstyrte senter

**Juni** – Sommeravslutning og fokusgruppeintervjuer

**August** – planlegging høst

**September** – håp og vende punkter

**Oktober** – Verdensdagen «Ta verdensdagen tilbake»

**November** – omorganisering og medvirkning

**Desember** – planlegging våren 2017

**2017**

**Januar** - «Hvordan overkomme utfordringer som hindrer meg i å gjøre det jeg vil?»

**Februar** – «åpenhet og småprat»

**Mars** – «tilhørighet og en meningsfull hverdag»

**April** – «Recoveryverksteder 2018? planlegging recoverydaga»

**Mai**- «HJELP TIL Å KLAGE – Hva kan vi gjøre når tjenestene ikke fungerer?»

**Juni** – sommeravslutning

**August**- hva kan godt psykisk helse og rusarbeid være? Innlegg fagperson m/ dobbeltkompetanse

**September** – Hva kan recovery være i Asker? Fagdag

**Oktober** – Venngruppen

**November**- Oppsummering tjenesteutvikling ved virksomhetsleder og fokusgrupper

**Desember** - juleavslutning



Asker  
kommune



Sammen  
gjør vi  
det mulig!

## **INFORMASJONSMØTE OM RECOVERYVERKSTEDER**

**Sted: Høgskolen i Buskerud og Vestfold, rom 5301**

**Tid: 1. juni 2015 09.00-11.30**

**Vi opplever stor interesse for prosjektet Recoveryverksteder. Og nå ønsker vi å inviterer interesserte kommuner til en samling hvor vi ønsker å dele våre erfaringer, og skape en dialog rundt hvordan å komme i gang i sin kommune, og hvordan vi kan samarbeide videre.**

**Vi har 15 plasser, og oppfordrer sterkt til at brukere/brukerrepresentanter inviteres med.**

**Vi stiller med kaffe/te, og ser frem til å møte dere.**

**Påmelding og eventuelle spørsmål kan rettes til Therese Johnson, 92206987 eller [thereseaj@hbv.no](mailto:thereseaj@hbv.no)**



**RÅDET FOR PSYKISK HELSE**



## RECOVERY- VERKSTEDER

ET SAMARBEIDSPROSJEKT MELLOM ASKER KOMMUNE  
OG HØGSKOLEN I BUSKERUD OG VESTFOLD



## FELLESARENAER FOR UTVIKLING, SAMARBEID OG KUNNSKAP

### Hva er Recoveryverksteder?

Recoveryverksteder er møteplasser og dialogarenaer for innbyggere med erfaringer knyttet til psykisk helse og rus utfordringer, pårørende, fagpersoner og andre interesserte. Det er ett samarbeidsprosjekt mellom Asker kommune og Høgskolen i Buskerud og Vestfold og har fått støtte fra Ekstrastiftelsen gjennom Rådet for psykisk helse. Det er åpne møteplasser hvor det legges til rette for dialog rundt konkrete recoverytema mellom deltakerne. Deltagerne er innbyggere i Asker som ønsker utvikling innen psykisk helse- og russtiltbud i Asker og utvikling av et rausere lokalmiljø. Temaene er knyttet til bedringsprosesser og mestring, i tillegg til at det er fokus på bedring av tjeneste i Asker kommune.

### Kurs og aktiviteter:

#### RECOVERYVERKSTEDER

En gang pr måned  
Asker frivillighetsentral, Hasselbakken  
Se nettsider for dato og tidspunkt

#### TIRSDAGSCAFE HVER TIRSDAG

Asker frivillighetsentral, Hasselbakken  
11.00-13.00

#### VENNEGRUPPE

Ulrike aktiviteter lokalt i Asker

#### GUIDEGRUPPE

Se nettsider for presentasjon av allerede utarbeidede guider

#### KURS I DIGITALE FORTELLINGER

Se nettsider for mer informasjon

Andre tema- og arbeidsgrupper opprettes når dette er aktuelt i forhold til aktivitetene og strategiene vi jobber med på verkstedene.

#### HOVEDMÅL FOR RECOVERYVERKSTEDENE

- å styrke personers muligheter til deltakelse i lokalmiljøet og til et godt, meningsfullt liv
- å videreutvikle helse- og velferdstilbud i kommunene slik at de er tilgjengelige, fleksible, samarbeidsorienterte og bidrar med håp og støtte slik den enkelte ønsker det. Aktivitetene og strategiene for Recoveryverkstedet utvikles i dialog og i samarbeid med deltakere.

#### KONTAKTINFORMASJON

Therese A. Johnson:  
922 05 067 / thereseaj@hbv.no  
Marlette Andersen:  
marllet.andersen@asker.kommune.no / 46800324

Adresse:  
Asker Frivillighetsentral,  
Hasselbakken, Askerveien 47

[recoveryverksteder.no](http://recoveryverksteder.no)

«Jeg synes også det har vært veldig inspirerende å være med og at det gir energi, det bobler liksom av ideer, og jeg har tenkt litt på at jeg opplever gruppene som uformelle, ufarlige, sånn at jeg tror at det er lettere å si noe da enn hvis det hadde vært mere en utvalgt gruppe som skulle utrede et eller annet. Og så føler jeg også at det er en sånn unison gruppe. Det er ikke sånn at du kan si at der er en bruker og der er en fagperson. Sånn opplever i allefall jeg det. Det er sånn at vi er en gruppe som har et felles mål. Vi skal være med på å skape en felles arena».

UTTALELSE FRA DELTAGER.



Asker  
kommune



Samarbeid  
i Buskerud  
og Vestfold



er læringskompetanse.no  
Høgskolen i Buskerud og Vestfold



RÅDET FOR PSYKISK HELSE



ASKER  
STIFTELSEN



## Saksframlegg

---

**Saksbehandler:** Tor Erik Befring  
**Saksnr.:** 17/16515

---

---

**Behandles av:** Komite for helse og omsorg

---

### Recovery - statusorientering

Rådmannens forslag til  
**v e d t a k:**

- 1. Statusrapport for recoveryarbeidet i Asker kommune tas til orientering**
- 2. Recoveryorientert arbeid videreføres i virksomheten psykisk helse og rustjenester**

#### **1. Sammendrag og konklusjon**

I nasjonale føringer for helse- og omsorgstjenestene skal tjenestenes perspektiv endres fra passiv til aktiv omsorg med fokus på å utvikle en aktiv brukerrolle. Primærhelsemeldingen beskriver dette som «*Pasientens helsetjeneste*» der bruker medvirker både til å planlegge og å utvikle tjenestene. Aktiv deltakelse og økt innflytelse over egen livssituasjon skal sikre mobilisering av den enkeltes ressurser for økt mestring og selvstendigjøring. I Opptrappingsplanen for rusfeltet, 2016 – 2020 (Prop. 16s) er forebygging, behandling og oppfølgings-tjenester satsingsområder.

Asker kommune arbeider systematisk med å tilpasse organisasjonen i henhold til vedtatte mål og intensjoner. Gjennom implementering av Strategi 2020 (sak 6/13) og tilhørende temaplaner har tjenesteområdet et godt grunnlag for videre retningsgivende arbeid i utvikling av helse- og omsorgstjenestene. Innsatsområdene i Asker kommunes temaplan for psykisk helse og rus (sak 77/14) samsvarer med de nasjonale føringene. Recoveryorientert praksis er beskrevet i Temaplanen Psykisk helse og Rus og legger føringer for omstillinger og organisering i virksomheten Psykisk helse og Rustjenester.

Recovery handler om styrking av personens egne ressurser og forutsetninger for håndtering av sin situasjon og å skape seg et meningsfylt liv i lokalmiljøet. Recoveryorientert tjenester er det fagpersoner gjør for å støtte personers bedringsprosesser (Borg, Karlsson og Stenshammer, 2013). Recoveryverksted prosjektet i samarbeid med Høgskolen i Sør-Øst Norge har ført til utvikling av en

modell som implementeres i Asker og kan videreføres til andre kommuner. Tjenestetilbudet er utviklet og utvidet med recoverybaserte dialogarenaer, temagrupper og kurs som kan støtte personers bedrings- og mestringsprosesser. Erfaringskonsulenter er ansatt, mestringsplaner og systematisk brukertilbakemeldinger (Feedback Informed Treatment; FIT) benyttes. Det er etablert lavterskel døgntilbud/døgntelefon og andre lavterskel tiltak som Grindestua og Rask psykisk helsehjelp. Implementering av arbeidsrehabiliteringsmodellen Individuell Jobbstøtte (IPS) er igangsatt.

Som et resultat av et bevisst og systematisk arbeid med å sette brukeren i sentrum har en kulturendringsprosess blitt igangsatt i virksomheten. Brukerfokuset har medført nye arbeidsmetoder, større vekt på oppsøkende virksomhet og et økt tjenestetilbud. Virksomheten er organisert for å bedre imøtekomme brukernes ønsker og behov.

## **2. Bakgrunn for saken/saksopplysninger.**

Nasjonale føringer (St.mld 46, St.mld 26) peker på at Helse- og omsorgstjenestene endrer perspektiv fra passiv til aktiv omsorg med fokus på å utvikle en aktiv brukerrolle. Primærhelsemeldingen beskriver dette som «Pasientens helsetjeneste» der bruker medvirker både til å planlegge og å utvikle tjenestene. Aktiv deltakelse og økt innflytelse over egen livssituasjon skal sikre mobilisering av den enkeltes ressurser for økt mestring og selvstendigjøring.

Målene for psykisk helse- og rusmiddelpolitikken er beskrevet i «Opptappingsplanen for psykisk helse (1999–2008)» og Stortingsmeldingen «Se meg! En helhetlig rusmiddelpolitikk (2011–2012)». De nasjonale faglige retningslinjer innen psykisk helse og rus og veileder «Sammen om Mestring» beskriver krav og forventninger til lokalt psykisk helsearbeid og rusarbeid i lys av gjeldende lovverk og nasjonale føringer for området. Den angir hvem som er sentrale aktører og skisserer hvordan tjenestene kan ivareta målene på en god måte.

Asker kommune har gjennom implementering av Strategi 2020 (sak 6/13) og tilhørende temaplaner et godt grunnlag for dette retningsgivende arbeid i utvikling av helse- og omsorgstjenestene. Helhetlige og koordinerte tjenester, aktiv bruker og pårørenderolle, kompetanse og teamarbeid er sentrale fokusområder. De nasjonale føringene samsvarer med innsatsområdene beskrevet i Asker kommunes temaplan psykisk helse og rus (sak 77/14)

### **Recoveryorienterte tjenester**

Recovery er et faglig perspektiv som tar utgangspunkt i at bedring (recovery) er en sosial og personlig prosess, hvor målet er at den enkelte kan leve et meningsfullt liv til tross for de begrensningene psykiskhelse- eller rusproblemer kan forårsake. Myndiggjøring og gjenvinning av kontroll over eget liv er sentrale elementer i bedringsprosessen. Tiltakene som iverksettes støtter opp under brukerens egen bedringsprosess (bedringsorientert praksis). I nordiske studier er recovery belyst med fokus på samfunnsforhold, levekår og sosiale prosesser. Hjemmet, arbeid og aktivitet, utdanning, økonomi, sosiale arenaer, lokalmiljøet, venner og familie er tillagt stor betydning for bedringsprosessen. «Å komme seg» eller recovery foregår på hverdagslivets ulike arenaer og er uavhengig av varierende behandlingsideologier.

Recovery handler om å utvikle måter å håndtere ulike psykiske problemer på, og ikke minst de sosiale konsekvensene av problemene. Recovery perspektivet legger til

grunn at tjenesteutøveren anser brukeren som ekspert på seg selv og formidler tro på at han eller hun kan utvikle seg og få et bedre liv. Relasjonen mellom bruker og tjenesteutøver må preges av likeverdighet, åpenhet, ærlighet og tillit. Pårørende og andre støttepersoner kan spille en betydningsfull rolle i brukerens bedringsprosess.

Recoveryorientert praksis er beskrevet i Temaplanen Psykisk helse og Rus og legger føringer for omstillinger og organisering i virksomheten Psykisk helse og Rustjenester.

Recoveryverksteder er en nyskaping innenfor rammen av kommunalt psykisk helse- og rusarbeid, folkehelsearbeid og lokal kompetansebygging. Hensikten med Recoveryverksteder er at personer med ulik erfaringsbakgrunn arbeider med å finne måter å styrke personers recoveryprosesser og muligheter til deltakelse i lokalmiljøet samt forbedre kommunalt psykisk helse- og rusarbeid.

### **Recoveryverksted prosjektet**

Recoveryverksted prosjektet ble i 2014 etablert som et samarbeidprosjekt mellom Høgskolen i Sør Øst Norge (HSN) og Asker kommune. Det ble fra januar 2015 innvilget driftsmidler fra Extrastiftelsen gjennom Rådet for Psykisk Helse ut 2017 til en full stilling og driftskostnader. I tillegg har Asker kommune bidratt med 50 % stilling og HSN 20 % stilling i prosjektet. Hovedmålsettingen med dette samarbeidet har vært å styrke recovery kunnskapen hos brukere, pårørende, fagpersoner og ledere og utvikling av Recoveryorienterte tjenester og praksisformer. Prosjektet avsluttes ved utgangen av 2017.

### **Hovedmål i prosjektperioden**

1. Utvikle og tilby recoverybaserte dialogarenaer, temagrupper og kurs som kan støtte personers bedrings- og mestringsprosesser
2. Styrke recovery kunnskapen og utvikling av Recoveryorienterte tjenester
3. Styrke muligheter for ansettelse av erfaringskonsulenter i utviklingstiltak og tjenester
4. Utvikle recoverymodell som kan overføres/inspirere andre kommuner.

**Målgruppe;** Innbyggere i Asker med erfaringer innen psykisk helse og rusutfordringer, deres pårørende, fagfolk og andre interesserte.

### **Erfaringer gjennom prosjektperioden**

Siden pilotprosjektet startet opp i januar 2014 har prosjektet utviklet seg med ulike tiltak og delprosjekter. Recoveryverkstedet har vært opphav til ulike arbeidsgrupper og temagrupper, møte med lokalpolitikere, kurs i digitale fortellinger, vennegruppe, forskningsprosjekt, prosjekt erfaringskonsulenter, inspirasjonsseminarer og temadager.

Gjennom prosjektperioden formidler deltagerne at verkstedene en unik møteplass hvor ulike erfaringer deles i dialog ut i fra ulike temaer. Deltagerne har kommet med innspill til utviklingen av recoveryorienterte tjenester, noe som virksomhet psykisk helse- og rustjenester har erfart som svært hensiktsmessig. Omstillingene og oppfølgingen av temaplanen har blitt tatt opp i verkstedet og deltagerne har kommet med innspill, spørsmål og forslag. I prosjektperioden har følgende recoveryorienterte tiltak blitt etablert:

**Erfaringskonsulenter:** Det er ansatt seks personer i prosjektstillinger med egenerfaring. To er tilknyttet Grindestua, fire i Fleksible ambulante tjenester (FAT). Disse vil jobbe med brukere. I følge forskning (Imroc college, England) er ansettelse av erfaringskonsulenter en av de viktigste organisatoriske endringer som skal til for å skape recoveryorienterte tjenester. Gjennom prosjektperioden har det blitt arbeidet systematisk og strategisk med denne endringen noe som har medført at Asker Kommune er en av få kommuner i Norge som i Arbeidsgiver politisk plattform (Sak 48/16) har fremhevet erfaringskompetanse som en viktig ressurs.

**Mestringsplaner:** En annen viktig del av utviklingen av recoveryorienterte tjenester er å ta i bruk verktøy som setter personer i stand til gjenkjenne endringer og be om hjelp før symptomene blir så vanskelige at det oppstår krise. Det har det siste året vært fokus på bruk av mestringsplaner og det er utviklet en mal for mestringsplan i samarbeid med brukere av tjenestene. Det er et uttalt mål i virksomhetsplanen at de som har behov for mestringsplan skal ha dette.

**Brukermedvirkning/innflytelse:** Representanter fra brukerrådet er trukket inn i utviklingsarbeid i virksomheten, arbeidsgrupper og høringer. Mestringshuset benytter systematisk brukertilbakemeldinger (Feedback Informed Treatment; FIT). Det vurderes å benytte metoden i andre avdelinger, eventuelt benytte tilsvarende tilbakemeldingsmetoder som "*Hva er viktig for deg*".

**Lavterskel døgntilbud/døgntelefon:** Gjennom omstillingen av virksomhet psykisk helse- og rustjenester er det igangsatt en rekke tiltak som skal forbedre tilgjengeligheten og fleksibiliteten mot en mer recoveryorientert praksis. Lavterskel døgntilbud til psykisk syke har åpnet med to brukerstyrte senger slik at kjente brukere kan forebygge forverring og forhindre at sykehusinnleggelse blir nødvendig. Det har i tillegg blitt opprettet en råd- og veiledningstelefon som er tilgjengelig for Asker kommunes innbyggere 24 t i døgnet.

**Lavterskel tiltak:** Det er også igangsatt brukerstyrte lavterskel aktivitetstiltak i Asker kommune på Grindestua og i samarbeid med Fontenehuset. I tillegg bidrar Aktivitetshuset og Kirkens feltarbeid med å skape en meningsfull hverdag gjennom aktivitet. Rask psykisk helsehjelp er en tjeneste som gir tilbud uten vedtak og igangsettes raskt for mennesker som plages av lettere til moderate psykisk helse- og rusutfordringer før symptomene utvikler seg til å bli et alvorlig helseproblem.

**Individuell Jobbstøtte(IPS):** Virksomheten er i ferd med å implementere den recoverybaserte modellen Individuell Jobbstøtte (IPS) for arbeidsrehabilitering. Det ansettes IPS jobbspesialister tilknyttet Fleksible ambulante tjenestene (FAT). Utvidelsene i FAT vil øke den tverrfagligkompetanse og det tverretatlige samarbeidet med spesialisthelsetjenesten og NAV. IPS er en forskningsbasert og utprøvd modell for å få mennesker med psykiske helse/rusplager ut i ordinært lønnet arbeid. Asker kommune har fått prosjektmidler fra Helsedirektoratet til implementering av IPS. Forskning på feltet konkluderer med at arbeid er tilfrisknende og gir gode helsemessige effekter for mennesker med psykiske/rus utfordringer forutsatt at man finner riktig type jobb og gir riktig støtte til bruker og arbeidsgiver.

### **Veien videre**

Virksomhetens overordnende profil er recoveryorientert og den påbegynte dreining av tjenestene vil bli videreført. Erfaringskonsulentene, brukerrådet og brukerorganisasjonene bidrar til å styrke bruker- og pårørendeinnflytelsen over

tjenestene. I tillegg vil et fortsatt samarbeid med Høyskolen sikre tilfang på nye ideer og inspirasjon fra andre deler av. Recoveryverkstedet vil bli videreført og videreutviklet etter endt prosjektperiode. Metoden innarbeides i regulær drift og de etableres i nærhet til der folk bor og/eller oppholder seg, dette vil bidra til bredere deltakelse.

Det planlegges å etablere lokale recoveryverksteder i nærmiljøet eller knyttet til et samlingspunkt (eks. Grindestua, Aktivitetshuset). Formen dreies mot undervisning og erfaringsdeling knyttet til tema som omhandler mestring, myndiggjøring, håp og kontroll over eget liv (CHIME). Arrangere regelmessige større dialogsamlinger som utvikles i samarbeid med fagfolk og personer med egen og/eller pårørendeerfaring for å få innspill i utviklingen av recoveryorienterte tjenester.

Kompetanseøkning om recoveryorienterte tjenester sikres gjennom virksomhetens årlige kompetanseplan. Videre er det planlagt å etablere nye samarbeidsprosjekter og forskningssamarbeid med Høyskolen Sørøst. Systematisk brukertilbakemeldingsverktøy i behandlingen (FIT og Hva er viktig for deg) og IPS kvalitetsevaluering vil styrke bruker og pårørendemedvirkningen.

### **3. Tidligere behandling**

Recovery er beskrevet i Strategi 2020 (sak 6/13) og Temaplan Psykisk helse og Rus (sak 77/14) som ble behandlet i kommunestyret 2014.

### **4. Rådmannens vurderinger**

Målsettingen om å sette brukeren i sentrum forutsetter et bevisst og systematisk arbeid og har medført en kulturendring i virksomheten psykisk helse og rustjenester. Brukerfokuset har ført nye arbeidsmetoder, blant annet i form av større vekt på oppsøkende virksomhet og innføring av nye samtaleverktøy. Virksomheten er organisert for å imøtekomme brukernes ønsker og behov på en bedre måte. Organisering av tjenester med utgangspunkt i brukerens ønsker og behovsvurderinger er et uttrykk for, og en anerkjennelse av, brukerkompetanse. Tjenestene utformes og tilrettelegges slik at det foreligger ulike tilbud og reelle valgmuligheter for brukeren. Et nært samarbeid med brukerne og deres organisasjoner i utvikling og organisering av tjenestene er en forutsetning for å etablere gode brukertilpassede tjenester.

I Asker kommune har recoverytilnærmingen, recoveryverkstedet og samarbeidsprosjektet med høyskolen bidratt til en dreining av tjenestene i samsvar med sentrale målsetninger som aktiv bruker- og pårørenderolle og mestring av eget liv. Recovery kan sees som en av flere metoder som setter samskaping og medborgerskap ut i praksis i tjenestene.

Prosjekt Recoveryverksted har fått positiv omtale i ulike fagmiljøer og Asker blir sett på som en foregangskommune i utviklingen av recoveryorienterte tjenester i Norge. Gjennom deltagelse i Kommunalt recovery orientert nettverk (KRON) møter vi og deler erfaringer med andre kommuner hvor målet er og «lære av hverandre», det unike med nettverket er at «alle stemmer skal bli hørt» og at brukerstemmen er godt representert.

Lars Bjerke

## **Forespørsel om deltakelse i evaluering av «Recoveryverksteder – fellesarenaer for recoveryarbeid, lokale samarbeidspraksiser og kunnskapsutvikling».**

### DEL A Bakgrunn og hensikt

Denne forespørselen gjelder studien «Recoveryverksteder – fellesarenaer for recoveryarbeid, lokale samarbeidspraksiser og kunnskapsutvikling». Hensikten med denne studien er å evaluere hvordan recoveryverkstedet i Asker har bidratt til utvikle og tilby ulike former for dialogarenaer og temaorienterte grupper, og hvordan har verkstedet bidratt med kunnskaper og praksiser som støtter personers bedrings- og livsprosesser. Som deltaker i recoveryverkstedet ønsker vi å intervju deg om dine erfaringer med verkstedet. Hvordan har organiseringen og innholdet i recoveryverkstedet bidratt til mer recovery- og samarbeidsorientert kunnskap og praksisformer for de som har deltatt, og hvordan recoveryverkstedet har vært for deg som deltaker knyttet til utbytte og nytteverdi.

### Hva innebærer studien?

For å få belyst erfaringene dine ønsker vi at du skal delta i et fokusgruppeintervju sammen med andre deltakere. Intervjuene vil bli ledet av ansatte ved Høgskolen i Buskerud og Vestfold, Fakultet for helsevitenskap, Senter for psykisk helse og rus. Fokusgruppeintervjuet vil vare i ca. 1,5 til 2 timer og vil utdype de erfaringene du har som deltaker. Hele intervjuet vil bli tatt opp på bånd. Det skrives så ut og om du ønsker sendes dette til deg for endelig godkjenning.

Henvendelsen og førstegangskontakten til deg med muntlig og skriftlig informasjon om studien og deltakelse, gjøres på Recoveryverksteder av kurslederne. Ønsker du å delta sender du en underskrevet samtykkeerklæring i vedlagte konvolutt til Høgskolelektor Katrine Hordvik Wilhelmsen.

### Frivillig deltakelse

Det er frivillig å delta i studien. Du kan når som helst og uten å oppgi noen grunn trekke ditt samtykke til å delta i studien. Dersom du ønsker å delta, undertegner du samtykkeerklæringen. Dersom du senere ønsker å trekke deg eller har spørsmål til studien, eller generelt ønsker mer informasjon om prosjektet kan du kontakte professor Bengt Karlsson, Høgskolen i Buskerud og Vestfold, mobil 90 64 90 78.

### Hva skjer med informasjonen om deg

Alle data vil bli behandlet konfidensielt og på en forsvarlig måte i henhold til Personopplysningsloven og etter retningslinjer gitt av Datatilsynet. Dette innebærer at forskeren vil ha taushetsplikt overfor alle personopplysninger som samles inn. Datamaterialet vil bli anonymisert og slettet når forskningsprosjektet er avsluttet, senest 31.12.2017.

Resultatene vil bli publisert i vitenskapelige artikler.

### DEL B Personvern

Informasjonen som lagres om deg skal kun brukes slik som beskrevet i hensikten med studien. Alle opplysningene vil bli behandlet uten navn og fødselsnummer eller andre direkte gjenkjenkende opplysninger. En kode knytter deg til dine opplysninger gjennom en navneliste. Det vil ikke være mulig å identifisere deg i resultatene av studien når disse publiseres.

Dekan Heidi Kapstad ved Høgskolen i Buskerud og Vestfold, Fakultet for helsevitenskap, er databehandlingsansvarlig.

Prosjektleder er professor Bengt Karlsson, Fakultet for helsevitenskap, Høgskolen i Buskerud og Vestfold.

Personvernombudet for forskning, Norsk samfunnsvitenskapelig datatjeneste AS, har godkjent studien.

Rett til innsyn og sletting av opplysninger om deg

Hvis du sier ja til å delta i studien, har du rett til å få innsyn i hvilke opplysninger som er registrert om deg. Du har videre rett til å få korrigert eventuelle feil i de opplysningene vi har registrert. Dersom du trekker deg fra studien, kan du kreve å få slettet innsamlede opplysninger, med mindre opplysningene allerede er inngått i analyser eller brukt i vitenskapelige publikasjoner.

Økonomi

Studien er finansiert av Høgskolen i Buskerud og Vestfold.

Informasjon om utfallet av studien

Du har som informant rett til å få tilgang til utfall av studien.

Dersom du ønsker å delta, ber jeg deg om å underskrive samtykkeerklæringen og returnere svarkonvolutten til Katrine Hordvik Wilhelmsen.

Vennlig hilsen

Oslo 2.november 2015.

Bengt Karlsson, Prosjektleder.

**Samtykke til deltakelse i prosjektet ”**  
**«Recoveryverksteder – fellesarenaer for**  
**recoveryarbeid, lokale samarbeidspraksiser**  
**og kunnskapsutvikling».**

Jeg er villig til å delta i studien «Recoveryverksteder – fellesarenaer for recoveryarbeid,  
lokale samarbeidspraksiser og kunnskapsutvikling».

---

(Signert av prosjektdeltaker, dato)

Jeg bekrefter å ha gitt informasjon om studien «Recoveryverksteder – fellesarenaer for  
recoveryarbeid, lokale samarbeidspraksiser og kunnskapsutvikling».

---

(Signert, rolle i studien, dato)

Bengt Karlsson, prosjektleder.



Harald Hårfagres gate 29  
N-5007 Bergen  
Norway  
Tel: +47-55 58 21 17  
Fax: +47-55 58 96 50  
nsd@nsd.uib.no  
www.nsd.uib.no  
Org.nr. 985 321 884

Bengt Karlsson  
Institutt for sykepleievitenskap Høgskolen i Buskerud og Vestfold  
Postboks 7053  
3007 DRAMMEN

Vår dato: 07.04.2014

Vår ref: 37914 / 3 / LB

Deres dato:

Deres ref:

## TILBAKEMELDING PÅ MELDING OM BEHANDLING AV PERSONOPPLYSNINGER

Vi viser til melding om behandling av personopplysninger, mottatt 28.02.2014. Meldingen gjelder prosjektet:

37914                      *Recoveryverksteder - fellesarenaer for recoveryarbeid, lokale samarbeidspraksiser og kunnskapsutvikling*  
*Behandlingsansvarlig      Høgskolen i Buskerud og Vestfold, ved institusjonens øverste leder*  
*Daglig ansvarlig              Bengt Karlsson*

Personvernombudet har vurdert prosjektet, og finner at behandlingen av personopplysninger vil være regulert av § 7-27 i personopplysningsforskriften. Personvernombudet tilrår at prosjektet gjennomføres.

Personvernombudets tilråding forutsetter at prosjektet gjennomføres i tråd med opplysningene gitt i meldeskjemaet, korrespondanse med ombudet, ombudets kommentarer samt personopplysningsloven og helseregisterloven med forskrifter. Behandlingen av personopplysninger kan settes i gang.

Det gjøres oppmerksom på at det skal gis ny melding dersom behandlingen endres i forhold til de opplysninger som ligger til grunn for personvernombudets vurdering. Endringsmeldinger gis via et eget skjema, <http://www.nsd.uib.no/personvern/meldeplikt/skjema.html>. Det skal også gis melding etter tre år dersom prosjektet fortsatt pågår. Meldinger skal skje skriftlig til ombudet.

Personvernombudet har lagt ut opplysninger om prosjektet i en offentlig database, <http://pvo.nsd.no/prosjekt>.

Personvernombudet vil ved prosjektets avslutning, 31.12.2017, rette en henvendelse angående status for behandlingen av personopplysninger.

Vennlig hilsen

Katrine Utaaker Segadal

Lene Christine M. Brandt

Kontaktperson: Lene Christine M. Brandt tlf: 55 58 89 26

Vedlegg: Prosjektvurdering

*Dokumentet er elektronisk produsert og godkjent ved NSDs rutiner for elektronisk godkjenning.*

*Avdelingskontorer / District Offices:*

*OSLO:* NSD, Universitetet i Oslo, Postboks 1055 Blindern, 0316 Oslo. Tel: +47-22 85 52 11. [nsd@uio.no](mailto:nsd@uio.no)

*TRONDHEIM:* NSD, Norges teknisk-naturvitenskapelige universitet, 7491 Trondheim. Tel: +47-73 59 19 07. [kyrre.svarva@svt.ntnu.no](mailto:kyrre.svarva@svt.ntnu.no)

*TROMSØ:* NSD, SVF, Universitetet i Tromsø, 9037 Tromsø. Tel: +47-77 64 43 36. [nsdmaa@sv.uit.no](mailto:nsdmaa@sv.uit.no)



## Prosjektvurdering - Kommentar

---

Prosjektnr: 37914

Utvalget består av deltakere i et recoveryverksted. De rekrutteres ved at kursleder videreformidler kontakten/informasjonen om prosjektet på vegne av forsker, slik at det legges opp til at informantene rekrutterer seg selv. Personvernombudet minner om at forespørsel må rettes på en slik måte at frivilligheten ved deltagelse ivaretas, og at det understrekes at det ikke vil ha noen innvirkning på deres deltagelse i verkstedet, dersom de ikke vil delta i studien eller senere velger å trekke seg.

Utvalget informeres skriftlig og muntlig om prosjektet og samtykker til deltagelse. Informasjonsskrivet er godt utformet, forutsatt at det i setningen om at "Alle opplysningene vil bli behandlet uten navn og fødselsnummer eller andre direkte gjenkjennende opplysninger" tilføyes at "en kode knytter deg til dine opplysninger gjennom en navneliste".

I lys av prosjektets tematikk tas det høyde for at det vil kunne fremkomme sensitive opplysninger om helseforhold, jf. personopplysningsloven § 2 nr. 8 c).

Personvernombudet legger til grunn at forsker etterfølger Høgskolen i Buskerud og Vestfold sine interne rutiner for datasikkerhet. Vi anbefaler at koblingsnøkkelen (navnelisten) oppbevares adskilt fra det øvrige datamaterialet.

Forventet prosjektslutt er 31.12.2017. Ifølge prosjektmeldingen skal innsamlede opplysninger da anonymiseres. Anonymisering innebærer å bearbeide datamaterialet slik at ingen enkeltpersoner kan gjenkjennes. Det gjøres ved:

- å slette direkte personopplysninger (som navn/koblingsnøkkel)
- og slette/omskrive indirekte personopplysninger (identifiserende sammenstilling av bakgrunnsopplysninger som f.eks. bosted/arbeidssted, alder og kjønn)
- samt slette lydopptak

## **Intervjuguide for Recoveryverksteder 2015-2017**

### ***Om å delta på Recoveryverksted:***

Hvordan vil du beskrive dine erfaringer med å delta i Recoveryverkstedet?

Hvordan var det for deg å delta? Ble du tatt med, hørt, forstått og respektert?  
Hvordan/hvordan ikke?

Hva har betydd mest for deg med å delta i Recoveryverkstedet?

Hva var du mest og minst fornøyd med i Recoveryverkstedet?

Hvordan vil du beskrive nytten ved å delta?

### ***Om innholdet og form i Recoveryverksted:***

Hvordan vil du beskrive innholdet i Recoveryverkstedet?

Hvordan opplever du Recoveryverkstedenes form og gjennomføring – grupper, plenum, evt forslag til endring?

Hvordan kan Recoveryverkstedet bidra til å løse oppgaver og gi konkret hjelp?

Hva er dine erfaringer med samarbeid og medvirkning på Recoveryverkstedets innhold og form? Ble din stemme hørt og evt. hvordan/hvordan ikke?

### ***Refleksjoner knyttet til samtalen; innhold og deltakelse.***

Hva har hver enkelt opplevd som viktig i denne fokusgruppen?

Hvordan har du opplevd din egen deltakelse?

Er du noe du ønsker å tilføye før vi avslutter?