

SKOLEN FOR RECOVERY

Årsrapport for 2016



juni 2017

Skolen for Recovery
Kompetencecenter for Rehabilitering og Recovery
Psykiatrisk Center Ballerup
Region Hovedstadens Psykiatri
www.skolen-for-recovery.dk

Skolen for Recovery: Årsrapport for 2016

Indhold:

1. Resumé
2. Skolens historie
3. Hvem er vi?
4. Skolens formål
5. Kurserne
6. Kursisterne
7. Samarbejdet med andre
8. Forventet udvikling

Resumé

Det har været et begivenhedsrigt og godt år for Skolen for Recovery! 2016 har været Skolens første år som et permanent tilbud til patienter, pårørende og medarbejdere i Region Hovedstadens Psykiatri.

Der har i alt været 933 tilmeldinger til Skolens kurser i 2016. Da mange deltager på mere end et kursus drejer det sig om:

- 524 unikke kursister
- 70 % er kvinder
- hovedparten af deltagerne er mellem 31-50 år
- der er en aldersspredning fra 18 år til 82 år
- 2/3 af de tilmeldte kursister var patienter

Vores spørgeskemaevalueringer viser, at kursisterne overvejende er positive og tilfredse med at deltage i undervisningen, med undervisningsformidlingen og ved at være på Skolen. Det fremgår også, at kursisterne finder det udbytterigt at sidde på skolebænken sammen, det vil sige - patienter, pårørende og medarbejdere.

Det forventes, at Skolen i 2017:

- udvider kursusudbuddet
- afholder kurser på andre matrikler i Region Hovedstadens Psykiatri
- udvikler yderligere på samarbejdet med aktører uden for Region Hovedstadens Psykiatri herunder kommuner og regioner

På baggrund af erfaringer og evalueringer fra 2016 fremhæver vi her de væsentligste udviklingsområder for Skolen for Recovery:

- at tilstræbe en endnu mere ligelig fordeling af de tre målgrupper, patienter, pårørende og medarbejdere på kurserne
- at tilstræbe en mere ligelig kønsfordeling på kurserne
- at videreudvikle vores kurser i samarbejde med vores målgrupper og eksterne samarbejdspartnere, så udbyttet af kurserne skærpes yderligere for alle tre målgrupper
- at skærpe fokus på, at Skolen for Recovery er et tilbud der dækker alle regionens centre og deres patienter, pårørende og medarbejdere
- at videreudvikle og udvide samarbejdet med aktører uden for Region Hovedstadens Psykiatri

1. Skolens historie

Skolen for Recovery startede i januar 2015 som et pilotprojekt som en del af [Strategi for brugerdeltagelse](#), som er et indsatsområde i Region Hovedstadens Psykiatri. Skolen er organisatorisk knyttet til Psykiatrisk Center Ballerup, og hører under Kompetencecenter for Rehabilitering og Recovery. Der blev samlet et team, som fra februar til august 2015 arbejdede på at etablere grundlaget for Skolen og for at udvikle kurser og undervisning. Der blev udviklet:

- et værdigrundlag
- rammer og miljø for Skolen
- et didaktisk grundlag
- kursusbeskrivelser
- læreplaner
- et system for kvalitetssikring
- tilmeldingssystem

Skolen afholdte sit første undervisningssemester fra august til december 2015. Vi udbød 9 forskellige kurser, som alle var åbne både for patienter, pårørende og medarbejdere i Region Hovedstadens Psykiatri. Kurserne var velbesøgte og evalueringerne viste stor tilfredshed med kursernes indhold, undervisernes formidling, og kursisterne beskrev det som en positiv oplevelse, at alle tre målgrupper var repræsenteret på kurserne.

Den stærkeste kvalitet ved kurserne er helt klart, at der både er patienter, pårørende og personale med. Det giver en diversitet og en dynamik, som man ikke kan læse sig til. Man kan ikke læse sig til den slags erfaringer, som de tre parter har tilsammen. [...]

Kursist /
Pårørende

I starten af 2016 overgik Skolen for Recovery fra at være et pilotprojekt til at være et fast tilbud til patienter, pårørende og medarbejdere i Region Hovedstadens Psykiatri. Nu to år efter starten er kursusudbuddet steget til 15 forskellige kurser. Der er fortsat stor tilslutning til kurserne, og som fremgår i tabeller senere i rapporten, viser evalueringerne tilfredshed både med kursernes indhold og form samt med undervisernes formidling.

2. Hvem er vi?

Sammen med resten af Kompetencecenter for Rehabilitering og Recovery har Skolen for Recovery til huse i en selvstændig bygning på Psykiatrisk Center Ballerup. Bygningen er nyrenoveret, og der er lagt vægt på at skabe et åbent, venligt og imødekommende skolemiljø med undervisningslokaler og et caféområde. Alle undervisere har erfaringer fra psykiatrien, nogle er tidligere patienter, nogle har erfaring som medarbejdere, og alle har kendskab til recovery på både teoretisk og praktisk niveau. Alle kurser og workshops er således udviklet i et samarbejde mellem tidligere eller nuværende patienter i psykiatrien og personale med en fagprofessionel baggrund. Selve undervisningen varetages altid af to undervisere med hver deres baggrund i psykiatrien.

Ansatte pr. 1. januar 2017

Der er fem fastansatte undervisere på Skolen, hvoraf de tre har brugererfaring og to har erfaringer som behandlere. Alle undervisere har:

- en mellemlang eller lang videregående uddannelse
- undervisningskompetencer
- pædagogiske kompetencer

Der er også tilknyttet 3 eksterne undervisere som alle har særlige, faglige, kompetencer og erfaringer fra psykiatrien.

Der er tilknyttet to AC-medarbejdere til administration og kommunikation. Det administrative arbejde består blandt andet i:

- tilmelding og kommunikation med kursisterne
- sørge for at holde hjemmeside [Skolen for Recovery](#) og vores [facebook-side](#) opdateret
- udarbejde informationsmaterialer om Skolen
- lave kommunikationsplaner

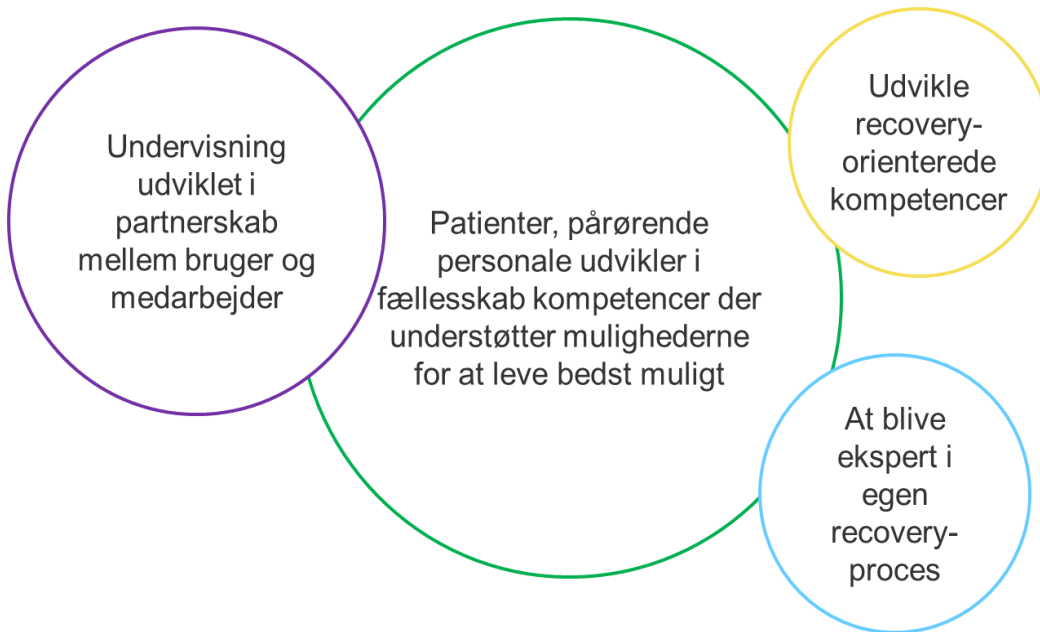
3. Hvad er Skolen for Recovery's formål?

Det er Skolens formål at udvikle og afholde kurser, som både henvender sig til patienter, pårørende og medarbejdere. Kurserne foregår i et ligeværdigt læringsrum, hvor man i fællesskab udvikler kompetencer, der understøtter mulighederne for recovery.

Skolen er ikke et behandlingstilbud, men et undervisningstilbud der komplementerer de eksisterende behandlings- og rehabiliteringstilbud, der er i Region Hovedstaden Psykiatri. Omdrejningspunktet for al undervisning er recovery: - håb, muligheder og empowerment. Der er fokus på mulighederne for, at det enkelte menneske, selv finder frem til at definere, hvad der er et tilfredsstillende og meningsfuldt liv for hende eller ham.

Et bærende element for Skolen og for undervisningen er samskabelse. Alle kurser skabes i fællesskab mellem en underviser med brugerbaggrund og en underviser med sundhedsfaglig baggrund. På kurset deles og opstår viden og erfaringer mellem patienter, pårørende, medarbejdere og undervisningsteamet. Samskabelse og peer-support er altså et gennemgående princip både for Skolens drift, udvikling og læringsprocesser. Skolens formål kan i punktform beskrives således:

- at tilbyde undervisning, der støtter og udvikler den enkelte deltager i at være ekspert i egen recovery-proces
- at pårørende og medarbejdere udvikler recovery-orienterede kompetencer, som kan anvendes til at støtte patientens recovery-proces
- at patienter, pårørende og medarbejdere gennem samskabelse tilegner sig viden og udvikler kompetencer, der understøtter mulighederne for at komme sig og/eller leve bedst muligt med psykisk sygdom
- at tilbyde al undervisning i undervisningsteams, hvor der er to forskellige profiler: undervisere med egne brugererfaringer fra psykiatrien og undervisere med professionelle erfaringer fra psykiatrien



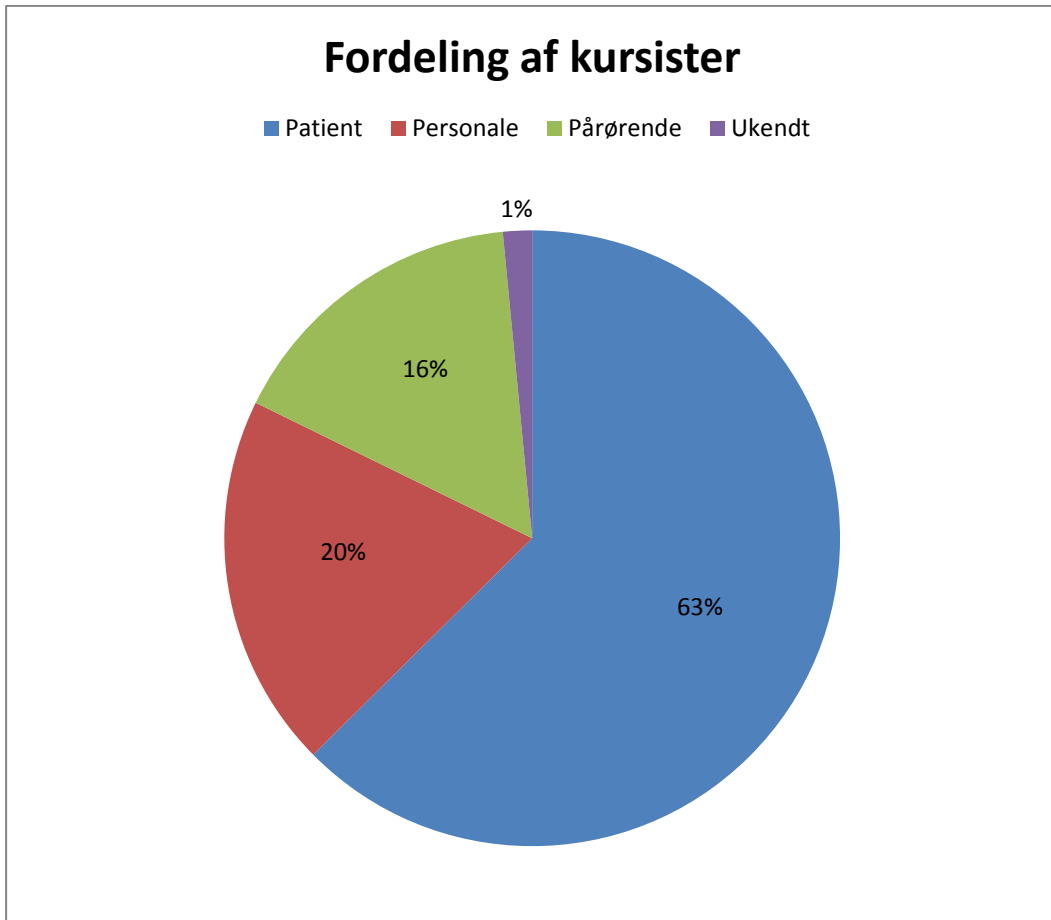
4. Kurserne

I efteråret 2015 blev der udbudt 9 forskellige kurser, i 2016 er der udbudt 15 forskellige kurser, og der er afholdt 99 kurser i 2016. Nogle kurser er 2½ time, andre kan være op til seks gange 2½ time. Der afholdes to kurser, der er rettet mod specifikke diagnoser, mens andre kurser handler om recovery-processer på tværs af diagnoser og vanskeligheder. I efteråret 2015 viste det sig, at der på flere hold var stor efterspørgsel på kurser med fokus på netværk og socialt samvær. For at imødekomme dette ønske, udviklede vi kurserne "Styrk dit netværk og dine relationer" samt "Find et fællesskab". I efteråret 2016 er kurserne "Fælles beslutninger – fordi patienten også er ekspert" samt kurset "Recovery-fortællinger – styrk din recovery gennem fortællingen" kommet til.

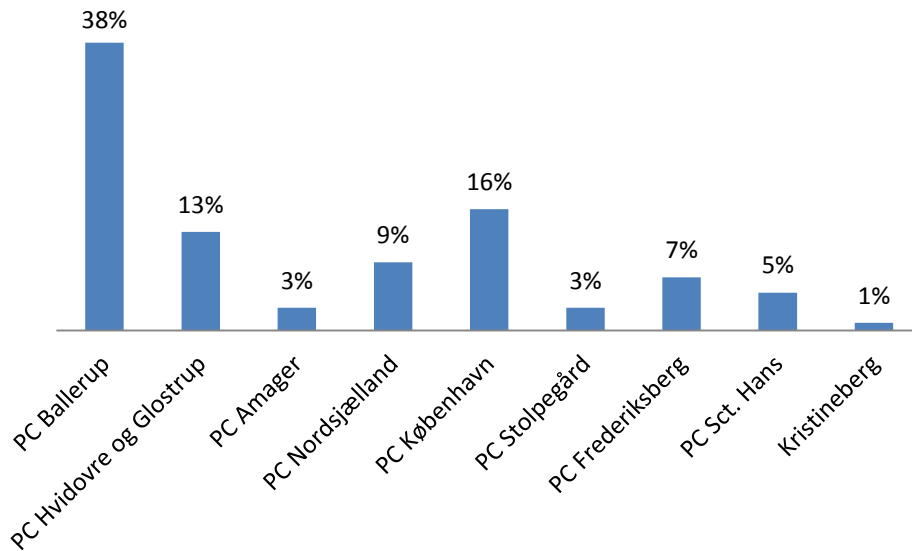
5. Kursisterne

I 2016 har der været 933 tilmeldinger. Da mange deltager på mere end et kursus, drejer det sig om:

- 524 unikke kursister
- 70 % er kvinder
- hovedparten af deltagerne er mellem 31-50 år
- der er en aldersspredning fra 18 år til 82 år
- 2/3 af de tilmeldte kursister var patienter



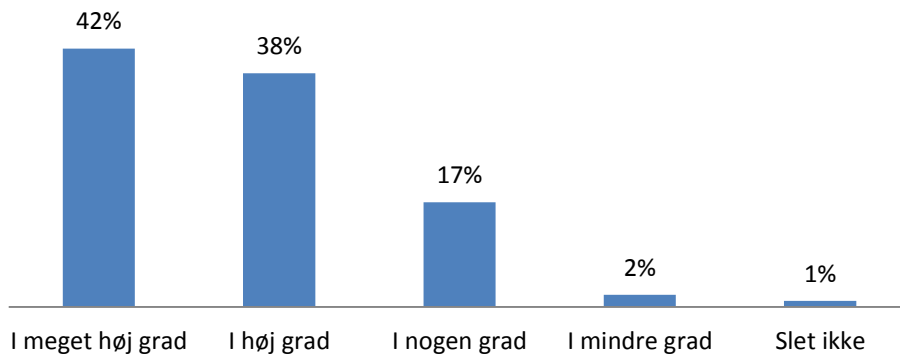
Fordelt på centre fordeler tilmeldingerne sig sådan:



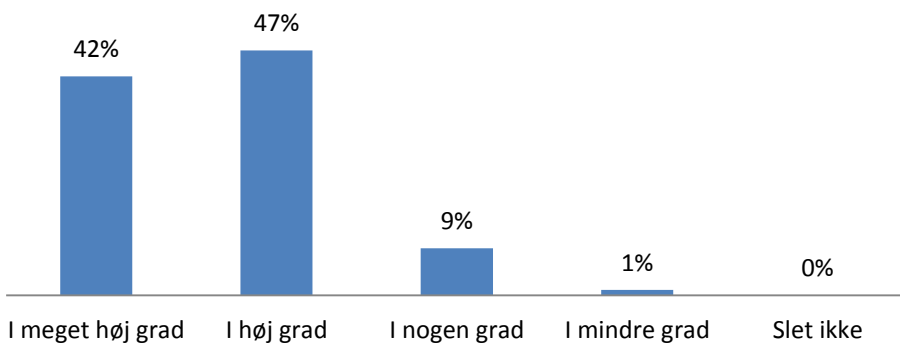
Efter endt kursus har alle kursister fået et evalueringsskema, hvor de er blevet bedt om at forholde sig til undervisningen.

Som det fremgår af de to tabeller neden for, har der været stor tilfredshed med relevansen af og formidlingen af stoffet.

Indholdet var relevant for mig

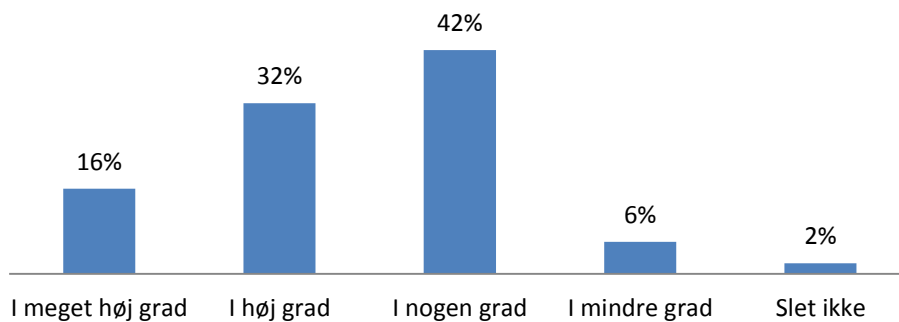


Formidlingen af stoffet har været god



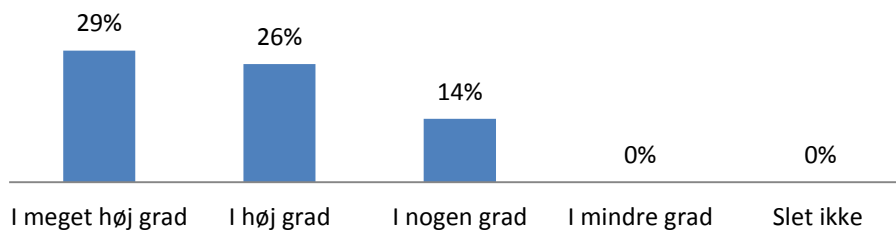
Håb er en essentiel del af en recovery-proces, og patienterne er derfor blevet spurgt om, hvorvidt kurserne har bidraget til øget håb. Som det ses af tabellen neden for, svarer hovedparten positivt på, at de efter deltagelse i kurser på Skolen oplevede øget håb for fremtiden.

Øget håb for fremtiden



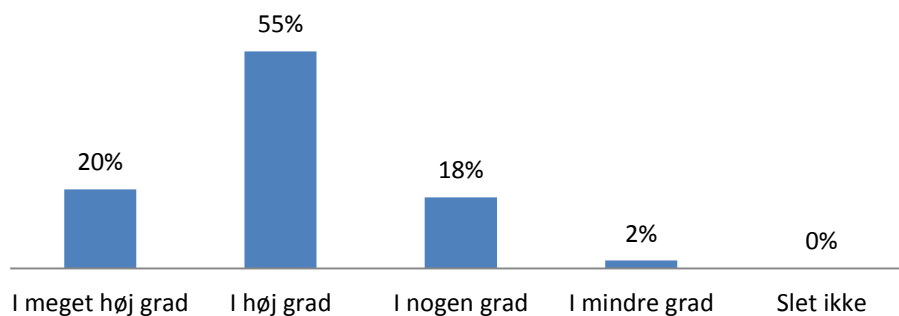
Når et familiemedlem rammes af alvorlig psykisk sygdom, så rammes hele familien. De pårørende lider sammen med den person, som er patient, og de lever med i vedkommendes situation. Det kan derfor være vigtigt, at man som pårørende føler sig hjulpet og støttet i sin rolle. Alle de kursister der deltog som pårørende svarede, at kurserne havde hjulpet dem i deres rolle som pårørende.

Hjulpet mig i min rolle som pårørende



Et af formålene med Skolen er at øge medarbejdernes viden og kompetencer inden for det at arbejde recovery-orienteret. Vi kan se, at udbyttet af kurserne er stort, idet 75 % af medarbejderkursisterne angiver at have fået større forståelse for hvilke områder, der er vigtige for at komme sig:

Større forståelse for områder der er vigtige for at komme sig



6. Samarbejdet med andre

Skolen for Recovery har som hovedopgave at tilbyde kurser, der er centreret omkring recovery, men også på andre måder arbejder vi med at udvikle recovery-orienterede kompetencer, og det beskriver vi neden for.

Samarbejde med andre undervisere

Udover fem fastansatte undervisere har vi på kurserne samarbejdet med 14 andre undervisere. Nogle undervisere er tilknyttet på grund af deres særlige viden og kompetencer, og der er undervisere, der er stillet til rådighed fra deres arbejdsplads i Region Hovedstadens Psykiatri. De har haft interesse i at være med til at formidle recovery-orienteret læring, og deres ledelse har set det som positivt, at de har kunnet bruge tid på det arbejde. Disse undervisere beskriver, at de oplever, at de udvikler sig som undervisere, og at de kan bruge disse erfaringer i deres øvrige arbejde.

"Det er ikke i at sætte patienter, pårørende og medarbejdere sammen på skolebænken, at vi arbejder i fællesskab med udvikling og drømme, har givet mig flere perspektiver på hvordan vi alle kan udvikle os personligt, professionelt og som organisation - uanset hvor vi kommer fra, og hvor vi skal videre hen. Jeg har stor nytte af disse erfaringer i min praksis ude i klinik, hvor recoverytankegangen, medinddragelse og selvbestemmelse ofte kan blive udfordret."

Socialrådgiver og ekstern underviser

Kurset "Økonomi og gæld – fra uoverskuelighed til overblik" er udviklet og afholdt i samarbejde med [Settlementet på Vesterbro](#). Vi afholder kurser både på Skolen og i Settlementets lokaler.

I samarbejde med PsykInfo har der været afholdt et debatarrangement om pårørende i psykiatrien og Skolen har afviklet et kursus hos PsykInfo - "Er du nysgerrig på recovery?". Der var stor tilslutning til begge arrangementer.

Skolen har også afholdt en kulturel udflugt til Sct. Hans. Målet var udstillingen "[Stueren](#)" skabt af kunstneren Nicolai Brie Petersen. Han har brugt kunsten i sin egen recovery-proces og han sætter ord, billeder og stemninger på sine personlige oplevelser med psykisk sygdom og sit forløb i psykiatrien. Det gør han med malerier, installationer, skulpturer og digte.

Oplæg om Skolen

En vigtig del af Skolens virke er at informere om Skolens eksistens og om, hvad man som kursist kan lære her. Når et nyt semester skal til at starte, kontakter vi de psykiatriske centre med tilbud om, at underviserne kommer og fortæller om Skolen og om kurserne. I 2016 var der 34 arrangementer på forskellige afsnit og centre. Det har drejet sig om: korte oplæg på personalemøder, en-times arrangementer med patienter, personale og pårørende og alt derimellem. Der har også været holdt oplæg for sygeplejerskestuderende og SOSU-elever på Psykiatrisk Center Ballerup. Endelig har der været holdt oplæg om Skolen på enkelte væresteder og i foreninger.

Praktikanter

I 2016 har Skolen haft tre praktikanter. Det har været en kandidatstuderende og to forløb for praktikanter, der har haft fokus på at få job som underviser. Det er også en gevinst for Skolen at have et blik udefra. Vi har også været i kontakt med studerende fra flere forskellige uddannelser. De har deltaget i kurser i forbindelse med deres praktik i psykiatrien, interviewet kursister med henblik på opgave/speciale.

praktikant

"Jeg var i foråret 2016 i praktik på skolen for Recovery, hvilket var en fantastisk oplevelse. Jeg blev taget utrolig godt i mod og alle var rigtig søde og inkluderende. Det var meget givende at få indblik i en arbejdsplads som Skolen for Recovery og det var meget interessant at opleve undervisningen, tilgangen til undervisningen og kursisterne. Således har praktikken på Skolen for Recovery har været en utrolig lærerig oplevelse, som gav mig inspiration til mit studie/speciale og som har givet mig mod på mit fremtidige arbejdsliv."

Kommunikation

Der er oprettet en [facebook-side](#), hvor man kan følge med i fx nyheder som de nye kursusataloger, ekstrakurser, sommerkurser, ledige pladser på kurser og arrangementer. I december-nummeret af Psykiatrifondens blad "Psykiatri Information" er der fokus på recovery, og blandt andet er der en artikel om Skolen for Recovery: [Skolen for Recovery : nye muligheder giver håbet tilbage](#)

I Outsiderens aprilnummer er der også en artikel om Skolen: [De personlige erfaringer bliver ekspertviden](#).

Samarbejde

Inspireret af de engelske Recovery Colleges tog vi initiativ til et netværk for recovery-skoler i Danmark. Det første møde blev afholdt på Skolen den 19. september med deltagelse af:

- [ARK-Roskilde: Akademiet for Recovery og Kompetenceudvikling](#)
- Gladsaxe Kommune
- ["Ligestillet Støtte: en vej til recovery" samarbejdsprojekt mellem Region Midtjylland, Viborg Kommune, Randers Kommune, Aarhus Kommune og Sind](#)
- [Peer to peer Vejle, Vejle Kommune og Psykiatrifonden](#)
- [Skolen for Recovery](#)

Der er enighed om, at udgangspunktet for at kunne deltage i netværket er, at "undervisningen er udviklet i et fællesskab mellem fagprofessionelle og erfaringskompetente (tidligere brugere af psykiatriske tilbud)". Planen er, at der skal være arrangementer i netværket to gange årligt.

7. Forventet udvikling

Det er planlagt, at kursusudbuddet øges og at kredsen af samarbejdspartnere i Region Hovedstadens Psykiatri udvides i løbet af 2017. Fx skal der planlægges kurser i samarbejde med Børne- og Ungdomspsykiatrisk Center.

Via vores statistik kan vi se, at den største del af kursisterne kommer fra Psykiatrisk Center Ballerup, hvor Skolen jo også ligger. For at sikre, at der ikke er for store transportproblemer for kursister fra resten af Region Hovedstaden, bliver der som forsøg i 2017 afholdt kurser på flere adresser i Region Hovedstadens Psykiatri, nemlig på:

- Psykiatrisk Center Nordsjælland (Hillerød og Helsingør)
- Psykiatrisk Center Amager
- PsykInfo

I slutningen af 2017 bliver der taget stilling til, om det skal gøres til en permanent ordning, og om den eventuelt skal udbredes til andre matrikler.

Da nogle kommuner har vist interesse for den model som Skolen baserer sig på, indgår Skolen i 2017 på forsøgsbasis en partnerskabsaftale med kommunerne i 4K samarbejdet (Rudersdal Kommune, Gentofte Kommune, Lyngby-Taarbæk Kommune og Gladsaxe Kommune). Hensigten er at udvikle fælles undervisningstilbud for borgere/patienter, pårørende og medarbejdere/ frivillige. Et sådant samarbejde, der går på tværs af sektorer og kommunegrænser, øger kapaciteten, giver flere undervisere og kursister, og samtidig kan de undervisningskoncepter, der udvikles, anvendes flere steder. Et tværgående samarbejde tænkes at kunne bidrage til en fælles referenceramme og dermed understøtte, at recovery-tilgangen bliver mere ensartet på tværs af de kommunale og regionale tilbud. En mere ensartet tilgang til recovery vil understøtte den enkelte borgers recovery-proces og organisationernes recovery-orientering bedre. En mere ensartet recovery-tilgang kan mindske de gange, hvor borgerne får modsatrettede informationer og vejledninger, og den kan understøtte, at trygheden for borgere, patienter og pårørende øges. Det er også tanken, at udveksling og fælles udvikling af undervisning kan øge kendskabet til og forståelsen for hinanden

på tværs af kommuner og region. På den måde kan aktiviteterne bidrage til en meningsfuld og effektiv samproduktion på tværs af sektorerne og med borgeren/patienten i centrum. Samarbejdet tænkes afprøvet i 2017-2019, hvorefter det evalueres.

Årsrapporten er redigeret af underviser Annette Christine Larsen, underviser Niels Laurs Pedersen, AC-medarbejder Helle Rasmussen, leder Lone Petersen.

