

SKOLEN FOR RECOVERY

Årsrapport for 2018



Marts 2019



Psykiatri

Skolen for Recovery
Kompetencecenter for Rehabilitering og Recovery
Psykiatrisk Center Ballerup
Region Hovedstadens Psykiatri
<http://www.skolen-for-recovery.dk>



Indholdsfortegnelse

Resume	1
Kort fortalt om 2018.....	2
Evalueringer.....	3
Kursister som er patienter.....	4
Kursister som er pårørende.....	5
Kursister som er medarbejdere.....	6
Særlige samarbejdsprojekter i 2018.....	7
Mål og ønsker for 2019	9

Resume

Skolen for Recovery er et gratis undervisningstilbud til patienter, pårørende og medarbejdere i Region Hovedstadens Psykiatri, og tilbuddet komplementerer de eksisterende behandlings- og rehabiliteringstilbud.

Alle kurser skabes i et fællesskab mellem en underviser med brugerbaggrund fra psykiatrien og en underviser med sundhedsfaglig eller socialfaglig baggrund, som også har erfaring som behandler i psykiatrien. På et kursus deles erfaringer og der opstår ny viden i et samspil mellem patienter, pårørende, medarbejdere og undervisningsteamet. Samskabelse og peer-support er gennemgående principper både for skolens drift, for udvikling og læringsprocesser. Personlig recovery er omdrejningspunkt for undervisningen, hvor vi har fokus på, at det enkelte menneske selv kan definere, hvad der er et tilfredsstillende og meningsfuldt liv for hende eller ham.

Skolen for Recovery startede i efteråret 2015 som et pilotprojekt og overgik i 2016 til at være et fast tilbud i Region Hovedstadens Psykiatri. Udbuddet af kurser er steget fra 9 forskellige kurser i 2015 til 25 forskellige kurser i 2018. Nogle kurser varer 2½ time, andre kan vare op til seks gange 2½ time. I 2018 afholdt vi 6 kurser, der var rettet mod forståelse af psykisk sårbarhed/psykisk sygdom, og de øvrige 15 kurser handlede om recovery-processer på tværs af diagnoser og vanskeligheder.

Der var stor tilslutning til kurserne, og som det fremgår af tabeller senere i rapporten, viser evalueringerne, at der er tilfredshed både med kursernes indhold og form samt med undervisernes formidling. Evalueringerne viser, at de fleste kursister er positive, og at de både er tilfredse med at deltage i undervisningen og med at komme på Skolen. Det fremgår også, at patienter, pårørende og medarbejdere er glade for at sidde på skolebænken sammen.

De fleste kurser foregår på skolen i Ballerup, og for at øge tilgængeligheden for de kursister, som bor langt væk fra Ballerup, har vi også holdt kurser på andre matrikler i Region Hovedstadens Psykiatri, fx på Psykiatrisk Center Bornholm, Psykiatrisk Center Nordsjælland, Psykiatrisk Center Sankt Hans, Psykiatrisk Center Amager, Psykiatrisk Center København og i PsykiInfo. Det er også en væsentlig opgave at udbrede og vedligeholde kendskabet til skolen i hele Region Hovedstadens Psykiatri, og vi har holdt 63 oplæg om skolen, om recovery og om de nye kurser i 2018.

Der har været besøg af grupper fra Finland, Island og Norge, som var interesserede i at søge inspiration på området.

I 2018 var der flere kursister med pårørende- og medarbejderbaggrund, end der var i 2017. For at sætte fokus på de pårørendes situation, har vi lavet et kursus med særlig fokus på det. Kurset blev udarbejdet og afholdt sammen med en ekstern underviser, som selv har erfaring som pårørende. 2018 blev også året, hvor vi i samarbejde med Børne- og Ungdomspsykiatrisk Center lavede et nyt kursus om et godt hverdagsliv med børn og unge, der har en psykisk sårbarhed.

Med udgangspunkt i den enkeltes kursists ønsker om læring og for at kunne lægge en individuel kursusplan tilbød vi i 2018 individuelle samtaler til kommende kursister. 48 kursister benyttede sig af tilbuddet.

I forhold til medarbejderne har vi iværksat en undersøgelse af, hvad der eventuelt kan være en barriere for, at medarbejderne kommer på kurserne. Samtidig undersøger vi, hvilke kurser medarbejderne ser som særligt relevante for deres arbejde

Det at skabe en mere ligelig fordeling mellem de tre målgrupper er fortsat et udviklingspunkt.

Kort fortalt om 2018



615 unikke kursister

1135 tilmeldinger



65% patienter

15% pårørende

20% medarbejdere


 63 oplæg i Region
Hovedstaden


6 fastansatte undervisere.

15 eksterne undervisere



9 forskellige lokationer

90 kurser

9000 kataloger



Gratis kaffe

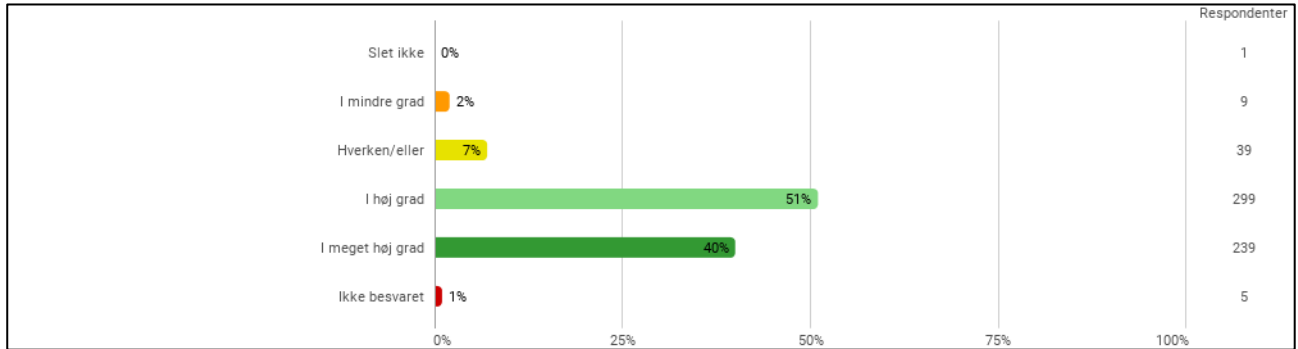
Som det ses i tabellen nedenfor, kommer kursisterne fra hele Region Hovedstadens Psykiatri. Tallene stammer fra evaluering af skolens kurser.

	Respondenter	Procent
Psykiatrisk Center Ballerup	211	36%
Psykiatrisk Center København	89	15%
Psykiatrisk Center Nordsjælland	79	13%
Psykiatrisk Center Glostrup	55	9%
Psykiatrisk Center Bornholm	47	8%
Psykiatrisk Center Amager	34	6%
Psykiatrisk Center Sct. Hans	24	4%
Børne - og Ungdomspsykiatrisk Center	12	2%
Psykoterapeutisk Center Stolpegård	9	2%
Kristineberg	1	0%
Ikke besvaret	33	6%
I alt	594	100%

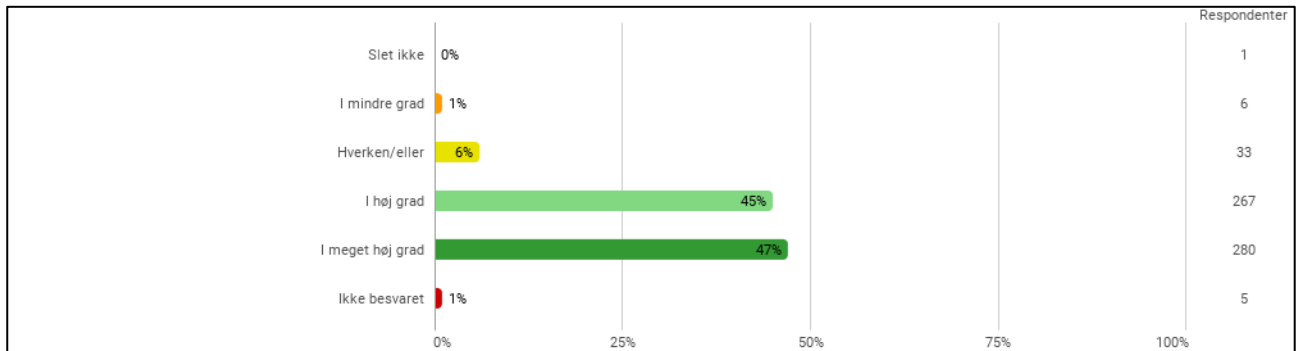
Evalueringer

Når et kursus slutter, får alle kursister et evalueringsskema, hvor de bliver bedt om at forholde sig til undervisningen. Som det fremgår af de tre tabeller herunder, har der været stor tilfredshed med indhold, formidling og det sociale samspil på kurserne.

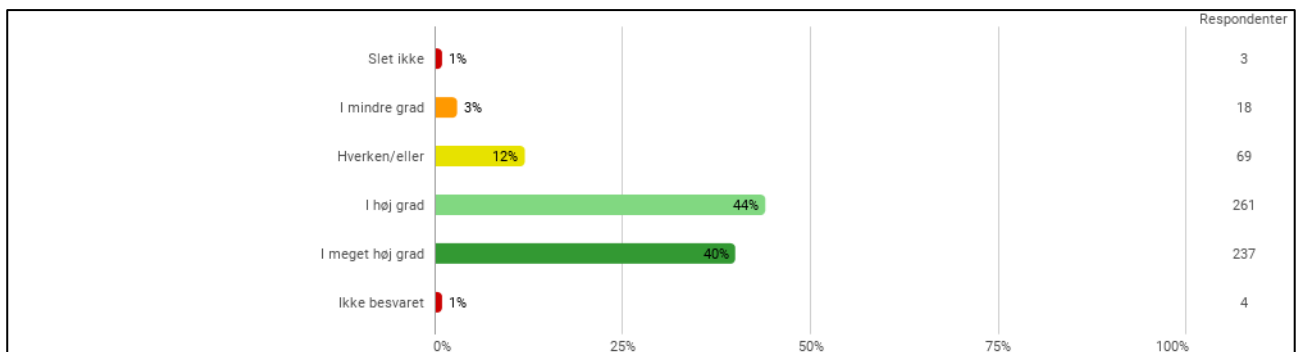
Var kursets indhold relevant for dig?



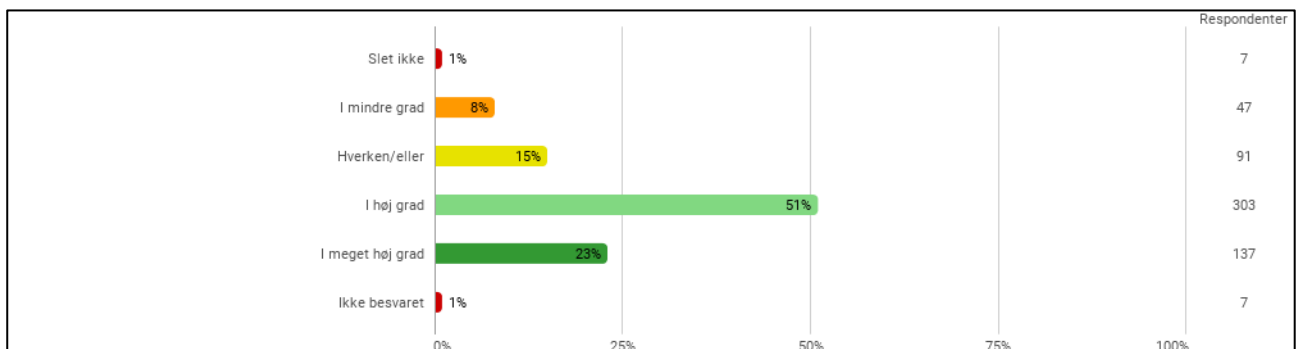
Er du tilfreds med underviserens formidling af stoffet?



Var samværet med de andre kursister værdifuldt for dig?



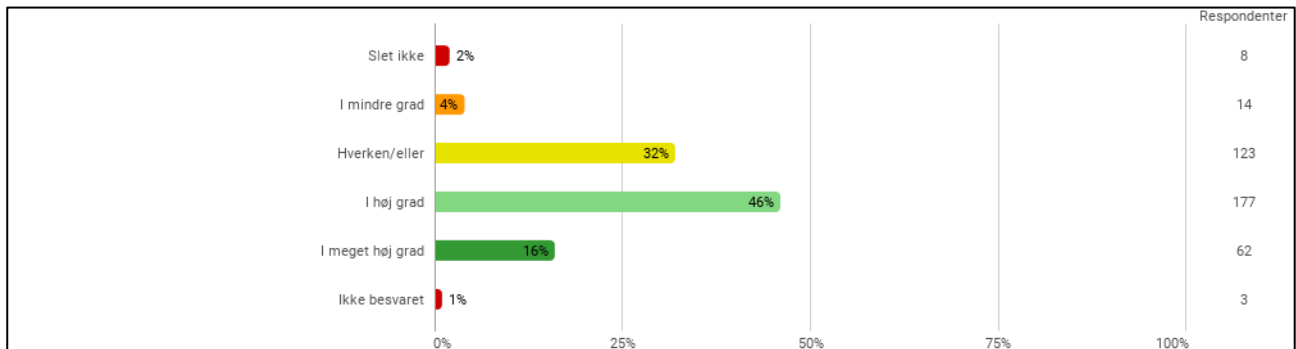
Har du fået viden på kurset, som du ikke havde i forvejen?



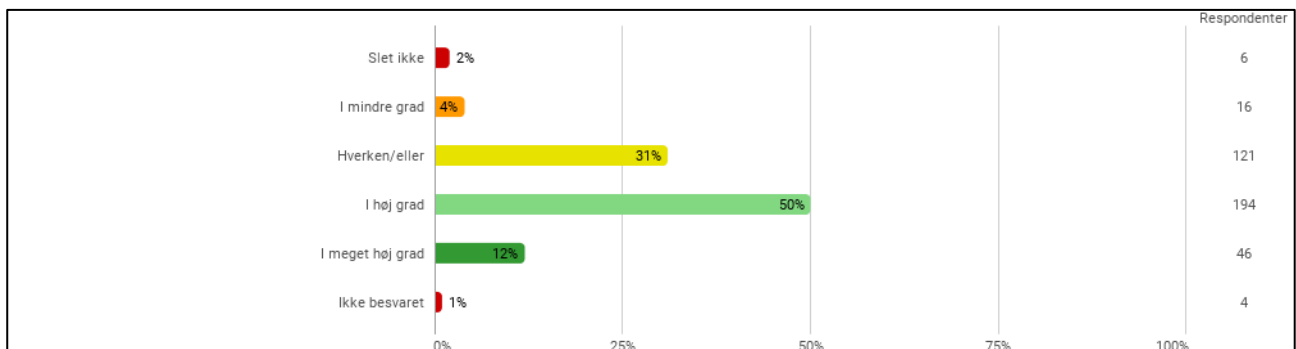
Kursister som er patienter

At have en følelse af håb for fremtiden, at have en oplevelse af at have kontrol i sit liv, at kunne se muligheder i sit liv, er essentielle dele af en recovery-proces. Derfor er kursister, som er patienter, blevet spurgt om dette. Som det ses af tabellerne nedenfor, svarer hovedparten positivt på, at de efter deltagelse i kurser på skolen oplevede øget håb for fremtiden, større grad af kontrol i livet samt at kunne se flere muligheder i tilværelsen:

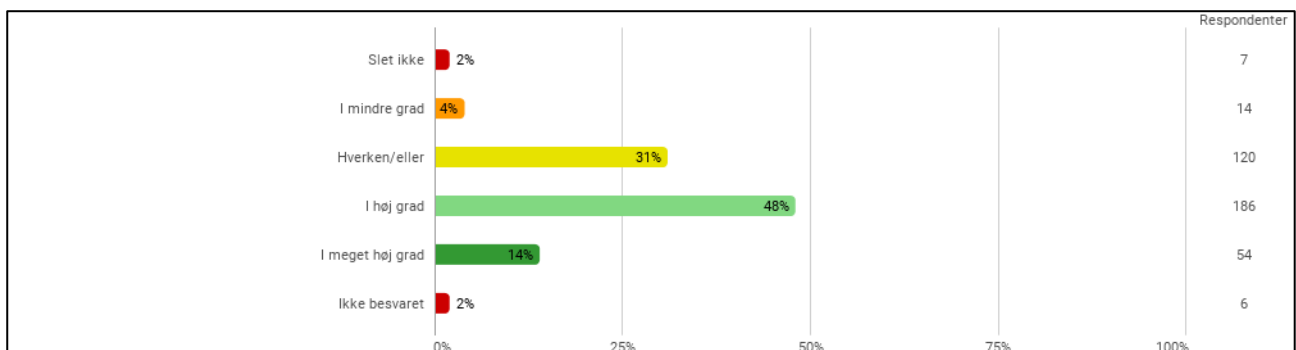
Har kurset bidraget til, at du føler dig mere håbefuldt omkring din fremtid?



Har kurset bidraget til, at du oplever større grad af kontrol i dit liv?



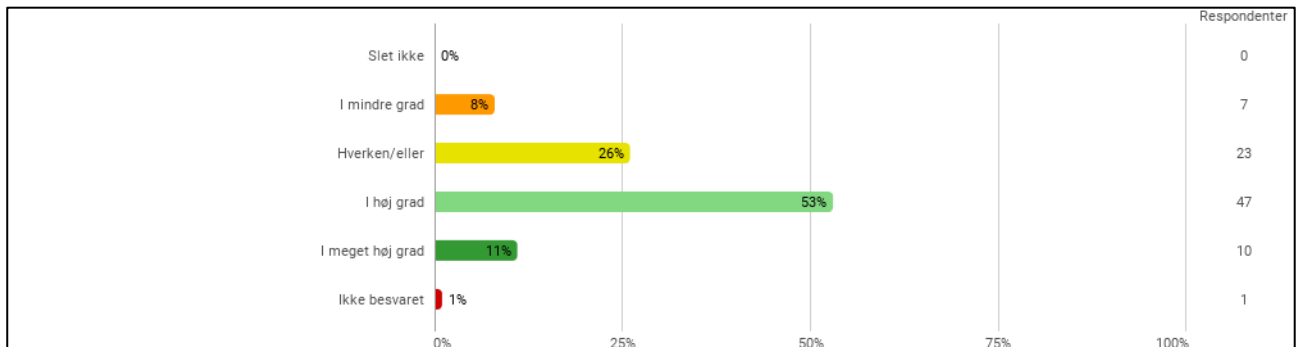
Har kurset bidraget til, at du ser flere muligheder i dit liv?



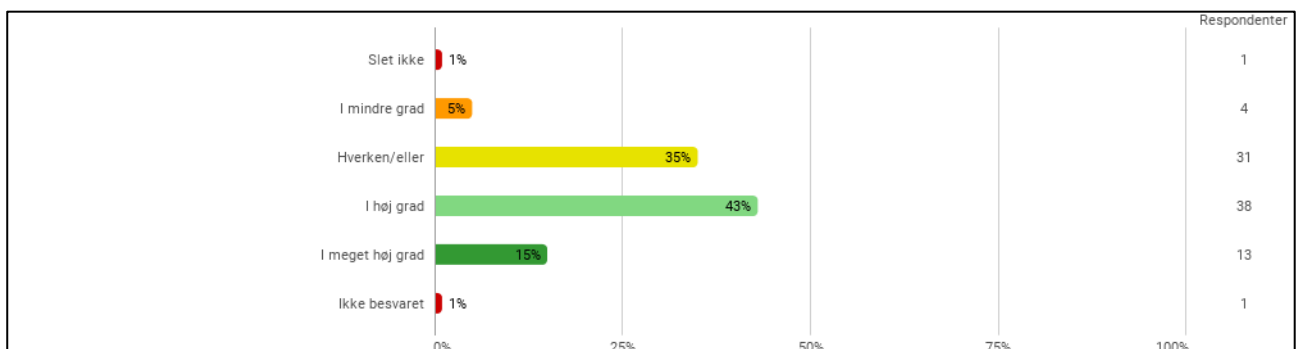
Kursister som er pårørende

Når en person rammes af alvorlig psykisk sygdom, så rammes de pårørende også. Det kan derfor være vigtigt, at man som pårørende føler sig hjulpet og støttet i sin rolle. Som det fremgår af tabellerne nedenfor, har kursister med pårørendebaggrund følt sig godt hjulpet i forhold til deres rolle, fået øget tro på, at deres pårørende kan komme sig, og de har fået mere viden om, hvordan man kan være støttende:

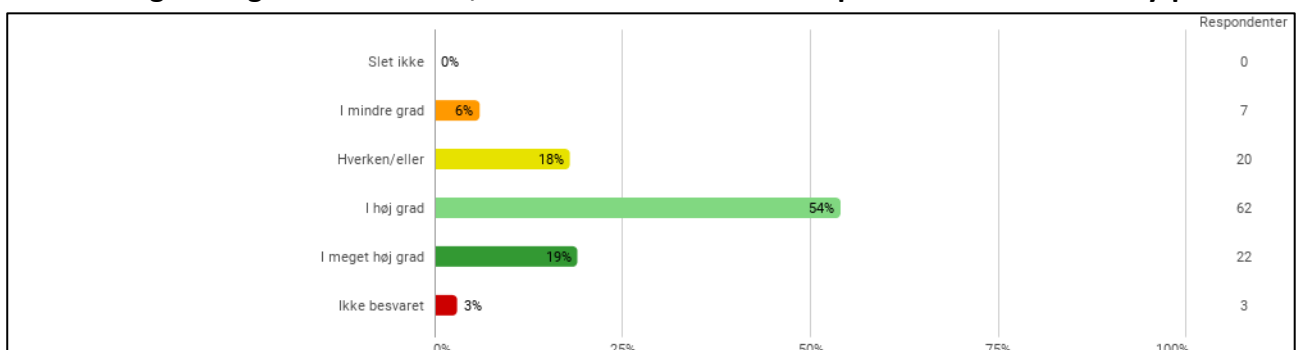
Har din deltagelse på kurset hjulpet dig i din rolle som pårørende?



Har din deltagelse på kurset givet dig øget tro på, at din pårørende kan komme sig?



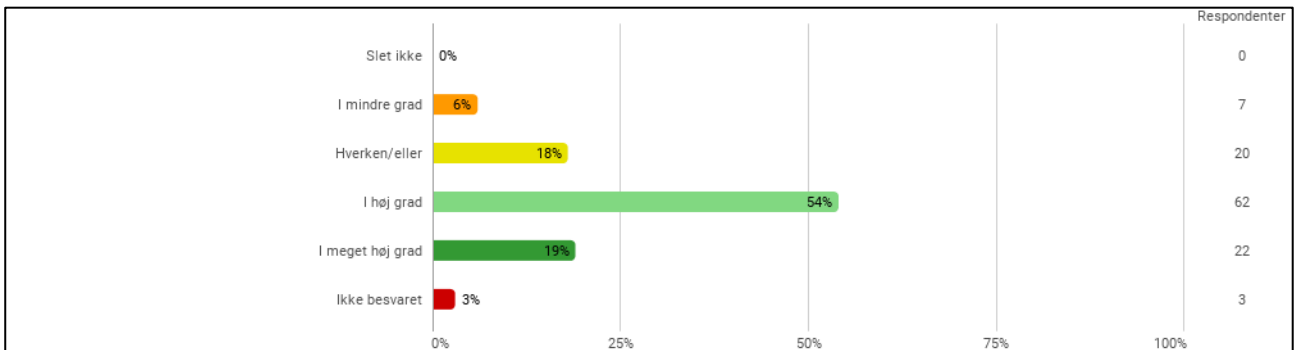
Har kurset givet dig mere viden om, hvordan du kan støtte din pårørende i sin recovery-proces?



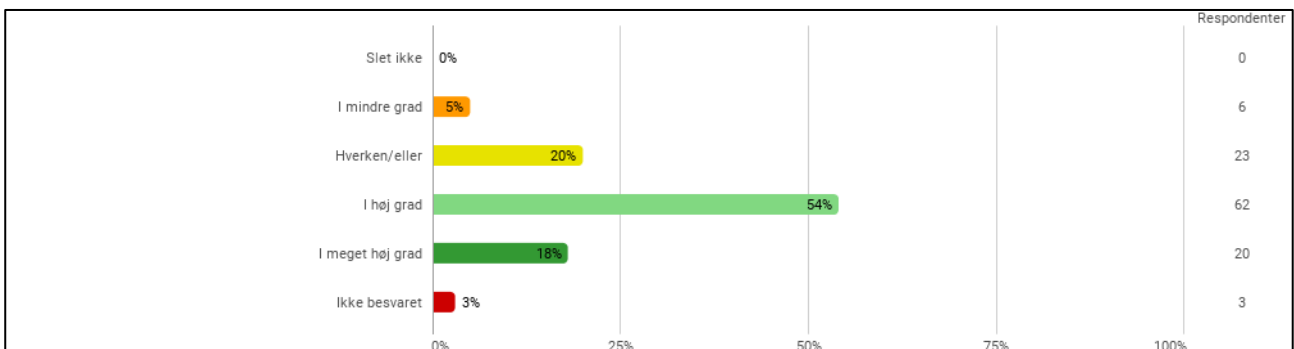
Kursister som er medarbejdere

Skolens kurser er også for medarbejderne i Region Hovedstadens Psykiatri. Målet er, at kurserne kan give medarbejderne en større indsigt i, hvad der kan være vigtigt for patienter og pårørende i en recovery-proces. Som det fremgår i tabellerne herunder, er der stor tilfredshed med udbyttet af kurserne hos de kursister, som er medarbejdere:

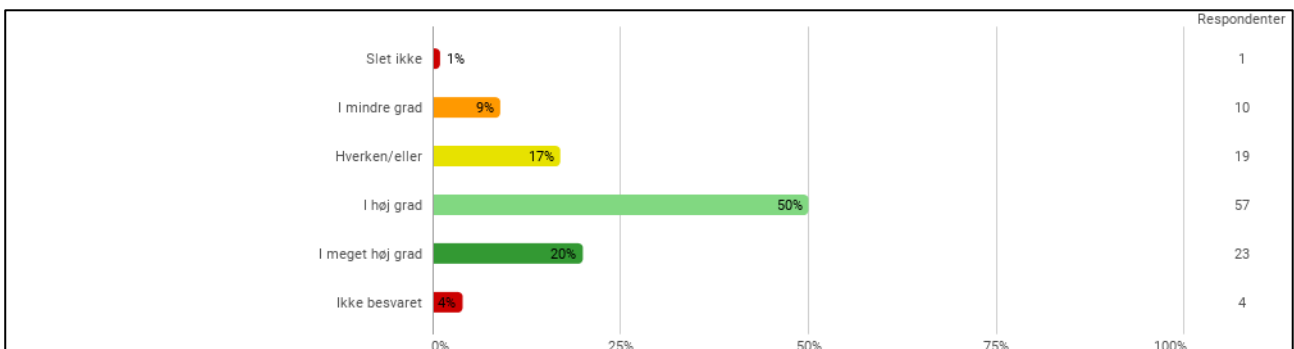
Har kurset givet dig mere viden om, hvordan du kan støtte andre i deres recovery-proces?



Har kurset givet dig en større forståelse for, hvilke områder der er vigtige for at kunne komme sig?



Har kurset givet dig konkrete redskaber, som du kan bruge i dit arbejde?



Særlige samarbejdsprojekter i 2018

Skole på Tværs

I 2018 startede de første kurser i Skole på Tværs. Skole på Tværs er et partnerskab mellem Region Hovedstadens Psykiatri, Skolen for Recovery og de fire kommuner Rudersdal, Lyngby-Taarbæk, Gentofte og Gladsaxe. I perioden januar 2018 til september 2019 samarbejder de fem parter om at udvikle og afholde recovery-kurser for mennesker med psykisk sårbarhed, pårørende, medarbejdere og frivillige.

I løbet af 2018 er der udviklet og afholdt fem kurser. 60 kursister har tilmeldt sig og 32 kursister har gennemført eller deltaget på størstedelen af et kursus. På tværs af de fem projektparter har der været 12 undervisere involveret i udviklingen og afholdelsen af kurserne. Arbejdsgruppen har løbende holdt møder og løst en række opgaver inden for såvel udvikling som drift af projektet. Et kvalitetspanel var samlet inden kursusstart og kvalificerede kursusbeskrivelserne, og styregruppen fastlagde de grundlæggende rammer for Skole på Tværs.

Der er udarbejdet en midtvejsevaluering, som viser, at der blandt de deltagende kursister var stor tilfredshed med indhold, form og udbytte på de kurser, som blev afholdt i pilotperioden.

Også fra underviserne er der positive tilbagemeldinger om det tværgående samarbejde omkring udviklingen og afholdelsen af kurserne.

Sindets dag 2018

I forbindelse med Sindets dag i 2018 var Skolen for Recovery en del af arrangementet *Seksualitet, samliv og selvværd – veje til intimitet under psykisk sygdom*, som blev afholdt af PsykInfo i Region Hovedstadens Psykiatri på Kosmopol. Arrangementet handlede om, hvordan psykisk sygdom kan påvirke seksualiteten – og hvordan man kan arbejde med det både set fra det kliniske og fra det brugererfærede perspektiv.

Samarbejde med Kompetencecenteret for Dobbeldiagnoser på Psykiatrisk Center Sct. Hans

Der er stor interesse for skolens særlige viden om co-teaching og co-production. I forbindelse med projektet "Fælles undervisning" indgik skolen derfor i efteråret 2018 et samarbejdsprojekt med Kompetencecenter for Dobbeldiagnoser på Psykiatrisk Center Sct. Hans. Og i forbindelse med rekruttering af undervisere og udvikling af undervisningstilbuddet bidrog Skolen for Recovery med sparring.

Praktikanter

Skolen modtager mange henvendelser fra personer, som ønsker at komme i praktik på skolen. I 2018 var der to tidligere kursister, som havde lyst til at prøve kræfter med rollen som underviser, og som derfor gennemførte et praktikophold på skolen.

Specialuddannelsen for psykiatriske sygeplejersker

I 2018 bidrog et par af skolens undervisere med undervisning om recovery på Specialuddannelsen for Psykiatrisk Sygepleje.

Netværk for Recovery-skoler

Inspireret af de engelske Recovery Colleges tog vi i 2016 initiativ til et netværk for recovery-skoler i Danmark. Det første møde blev afholdt på Skolen for Recovery den 19. september 2016 med deltagelse af:

- [ARK-Roskilde: Akademiet for Recovery og Kompetenceudvikling](#)
- [Gladsaxe Kommune, Carlshuse](#)
- ["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](#)

I 2018 har der været afholdt ét netværksmøde, som var arrangeret af ARK – Roskilde: Akademiet for Recovery og Kompetenceudvikling.

Mål og ønsker for 2019

I forbindelse med udarbejdelsen af Handleplan for udvikling og forankring af en recovery-kultur i Region Hovedstadens Psykiatri har vi opstillet følgende mål for skolen i 2019:

- at der fortsat er fokus på, at der deltager ca. 25 % pårørende og 25 % medarbejdere på kurserne
- at der er en forholdsvis ligelig fordeling af kursister fra alle centre
- at antallet af undervisningsmatrikler udvides
- at samarbejdet med kommuner på baggrund af evalueringen af pilotprojekt Skole på Tværs udvides
- at der udvikles særskilte kurser alene til pårørende, der afprøves i pilot på 2 udvalgte centre i efteråret 2019
- At der udvikles et kursus, der særligt henvender sig til unge under 18 år, og at der udvikles et forældrekursus i efteråret 2019 med henblik på at afholde det fra foråret 2020.



Årsrapporten er redigeret af underviser Mads Lange, underviser Lis Andersen, leder Lone Petersen, AC – medarbejder Helle Rasmussen