

Region Hovedstaden

Evaluering af Skolen for Recovery

Udarbejdet af Kompetencecenter for Rehabilitering og Recovery samt
Enhed for Evaluering og Brugerinddragelse

Evaluering af Skolen for Recovery

Udarbejdet af Enhed for Evaluering og Brugerinddragelse på vegne af Region Hovedstadens Psykiatri

Evalueringskonsulent Charlotte Støy
Konsulent Elisabeth Frank Larsen
Chefkonsulent Rikke Gut

Enhedschef Marie Fuglsang

© Enhed for Evaluering og Brugerinddragelse, Region Hovedstaden,
Marts 2016

ISBN: 978-87-93047-82-2

Uddrag, herunder figurer, tabeller og citater, er tilladt mod tydelig kildeangivelse.

Rapporten kan findes på www.patientoplevelser.dk

Henvendelser vedrørende undersøgelsen til:

Evalueringskonsulent Charlotte Støy

Enhed for Evaluering og Brugerinddragelse
Nordre Fasanvej 57
2000 Frederiksberg
Telefon: 38649966
E-mail: eeb@regionh.dk

Fotograf: Thomas Bertelsen

Indholdsfortegnelse

Resumé	4
1 Introduktion	5
1.1 Baggrund	5
1.2 Rammerne	5
1.3 Undervisningen	5
1.4 Kurserne	6
1.5 Evalueringens formål	6
2 Metode	8
2.1 Spørgeskemaundersøgelsen af Skolen for Recovery	8
2.2 Interviewundersøgelsen af Enhed for Evaluering og Brugerinddragelse	9
3 Resultater af spørgeskemaundersøgelsen	11
3.1 Kursisternes oplevelser og udbytte	11
4 Resultater af interviewundersøgelsen	15
4.1 Erfaringsudveksling på de blandede kursushold	15
4.2 To undervisere med hver sin baggrund	18
4.3 Kursisternes udbytte af undervisningen	19
4.4 Kursisternes vurdering af rammerne for undervisningen	24
4.5 Patienter kan være sårbare kursister	26
4.6 Kursisternes forslag, idéer og ønsker	27
5 Fælles opsamling	29
5.1 Undervisningen er til stor glæde for kursisterne	29
5.2 Mulige optimeringer af Skolen for Recovery	29
5.3 Udviklingsområder og visioner ifølge Skolen for Recovery	30

Resumé

Denne rapport er en evaluering af *Skolen for Recovery* i Region Hovedstadens Psykiatri. Evalueringen består af to devalueringer. Den ene devaluering er gennemført af Skolen for Recovery. Det er en kvantitativ spørgeskemaundersøgelse med 249 besvarelser blandt patienter, pårørende og medarbejdere om deres oplevelser af undervisningen på Skolen for Recovery og deres udbytte heraf. Den anden devaluering er gennemført af Enhed for Evaluering og Brugerinddragelse på vegne af Region Hovedstadens Psykiatri. Det er en kvalitativ interviewundersøgelse blandt 16 patienter, pårørende og medarbejdere og omhandler ligeledes deres oplevelser af undervisningen og deres udbytte af undervisningen på Skolen for Recovery.

Overordnet viser de to devalueringer, at patienter, pårørende og medarbejdere, der har deltaget i undervisningen på Skolen for Recovery, har positive oplevelser og stor glæde af såvel undervisningen som af udbyttet af undervisningen. Patienter, pårørende og medarbejdere oplever, at indholdet af undervisningen er relevant for dem. De oplever, at formidlingen af stoffet har været rigtig god. De betragter det som en force, at underviserne har forskellige baggrunde – at én har brugererfaring og én har fagspecifik baggrund. Samtidig oplever deltagerne, at de har haft et ligeværdigt samvær med de andre deltagere på holdet og underviserne.

Hvad angår deltagernes udbytte af undervisningen, viser devalueringerne, at kursisterne får en øget forståelse af, hvad recovery-tankegangen og psykisk sundhed er. Som supplement hertil viser interviewundersøgelsen, at patienter, pårørende og medarbejdere får forskelligt udbytte af undervisningen på Skolen for Recovery, fordi kurserne og deltagernes forhåndsviden er forskellige. Såvel spørgeskemaundersøgelsen som interviewundersøgelsen viser, at patienterne ved at deltage i kurserne på Skolen for Recovery får øget håb om fremtiden, større kontrol i deres liv, ser flere muligheder med deres liv, ligesom de får indsigt i betydningen af medbestemmelse. I relation hertil viser interviewundersøgelsen, at undervisningen giver patienterne værktøjer til at komme sig, og at patienterne føler sig i bedre i stand til at tage hånd om deres egen recovery proces efter undervisningen.

For de pårørende viser begge devalueringer, at undervisningen giver de pårørende mulighed for bedre at kunne støtte deres pårørende i deres recovery proces. Desuden viser interviewundersøgelsen, at de pårørende selv finder trøst og håb i at spejle sig i andre kursUSDeltagere i samme situation.

Både spørgeskemaundersøgelsen og interviewundersøgelsen viser, at undervisningen giver medarbejderne inspiration til recovery processer i praksis, de får indsigt i betydningen af medbestemmelse, ligesom de får bedre mulighed for at støtte andre i deres recovery proces. Fx viser interviewundersøgelsen, at medarbejdere føler sig mere trygge ved at henvise patienter, pårørende og andre medarbejdere til undervisning på Skolen for Recovery, når de selv har deltaget på skolens kurser.

1 Introduktion

1.1 Baggrund

Skolen for Recovery er ikke et behandlingstilbud, men et undervisningstilbud, som komplementerer de i Region Hovedstaden Psykiatri allerede eksisterende behandlings- og rehabiliteringstilbud. Omdrejningspunktet for al undervisning er recovery - håb, muligheder og empowerment, og fokus er på at det enkelte menneske finder frem til de virkemidler og redskaber, som kan bidrage til, at han eller hun kan leve et, for ham eller hende, mere tilfredsstillende og meningsfuldt liv.

Et bærende element for skolen og i undervisningen er samskabelse. Alle kurser skabes sammen, hvor viden og erfaringer deles og opstår mellem patienter, pårørende, medarbejdere og undervisningsteamet (bestående af en underviser med brugererfaring og en underviser med en fagspecifik baggrund). Samskabelse og peersupport er således et gennemgående princip for skolens drift, udvikling og læringsprocesser.

For at sikre løbende udvikling og inspiration er der til skolen oprettet en referencegruppe. Referencegruppen er et rådgivende og sparrende forum med både repræsentanter fra Region Hovedstadens Psykiatri, brugerorganisationer og andre interessenter.

1.2 Rammerne

Skolen for Recovery er etableret i en selvstændig bygning på Psykiatrisk Center Ballerup. Bygningen er nyrenoveret og der er skabt et åbent, venligt og imødekommende skolemiljø med undervisningslokaler og et caféområde.

I projektperioden blev der ansat fire faste undervisere på skolen, hvoraf de tre har brugererfaring. De tre undervisere med brugererfaring har, udover egne erfaringer fra psykiatrien, alle undervisnings- og pædagogiske kompetencer/erfaring samt en mellemlang eller lang videregående uddannelse. Underviseren med sundhedsfaglig baggrund har mange års erfaring som sygeplejerske i psykiatrien samt undervisnings- og pædagogiske kompetencer og erfaring. Underviserne er ansat henholdsvis 25 (2 af undervisere), 30 og 34 timer/uge.

I projektperioden er der yderligere tilknyttet fem eksterne undervisere på skolen. Det er en fysioterapeut, to psykologer, en socialrådgiver og en mindfulness-instruktør, som alle har særlige faglige kompetencer og erfaringer fra psykiatrien. De eksterne undervisere ansættes til en enkelt kursusrække af gangen.

Til administration af skolen er tilknyttet projektledelse samt en AC-medarbejder.

1.3 Undervisningen

Udvikling af alle kurser er lavet i samarbejde mellem undervisere med brugererfaring og undervisere med sundhedsfaglig baggrund. Der er for kurserne udviklet:

- Værdigrundlag
- Rammer og miljø for skolen
- Didaktisk grundlag
- Kursusbeskrivelse
- Læreplaner
- Kvalitetssikring

I undervisningen er der altid to undervisere med hver deres baggrund. Undervisningen bygger på at kursisterne bringer deres egne temaer ind i øvelser og diskussioner. Det betyder også, at undervisningen er fleksibelt tilrettelagt, og at den tilpasses det enkelte hold. Kursisternes egne erfaringer bliver anerkendt som vigtig viden på linje med det, ”der står bøgerne”. Samskabelse i praksis er et omdrejningspunkt i undervisningen og bidrager til de tre elementer: Viden, færdigheder og mestring, samt en udviskning af tankegangen om ”dem” og ”os”.

1.4 Kurserne

Skolen har i projektperioden udbudt kurser fra medio august til medio december 2015. Der er udbudt i alt ni forskellige kursusrækker, og alle kurser er udbudt flere gange. Der har i alt været beregnet pladser til 445 kursister, men da man som kursist har haft mulighed for at melde sig til op til tre længerevarende kurser, er der ikke tale om 445 unikke kursister.

Kurserne varierer i længde og med undtagelse af et enkelt kursus med et maksimalt antal på 12 kursister, har alle øvrige kurser haft et maksimum på 15 deltagere. Udover de ni kursusrækker har der været afholdt introduktionskurser ”Introduktion til skolen og din individuelle læringsplan” af 2,5 times varighed, hvor skolen og de øvrige kurser er blevet præsenteret, og hvor det har været muligt for den enkelte kursist at udarbejde en individuel læringsplan.

Efterårets kurser har fordelt sig således:

• Introduktion til Recovery	2, 5 time	Udbudt 8 gange
• Recovery - et liv i forandring	4 x 2,5 time	Udbudt 3 gange
• At leve med bipolar lidelse	6 x 2,5 time	Udbudt 2 gange
• At leve med psykose og skizofreni	6 x 2,5 time	Udbudt 2 gange
• 5 veje til et godt liv	6 x 2,5 time	Udbudt 2 gange
• Tag kontrollen i dit liv	6 x 2,5 time	Udbudt 2 gange
• Introduktion til Mindfulness	3 x 2,5 time	Udbudt 2 gange
• Fortæl din historie	4 x 2,5 time	Udbudt 2 gange
• Den gode udskrivelse	2 timer	Udbudt 8 gange

Da Skolen for Recovery er et tilbud for hele Region Hovedstadens Psykiatri, er der foretaget en bred rekruttering af kursister og en bred indsats for at skabe så stort et kendskab til skolen som muligt. Rekrutteringen er foretaget ved at undervisere og projektleder har holdt oplæg rundt på regionens centre og i brugerorganisationer. Oplæggene har været afholdt i forskellige sammenhænge alt efter de specifikke centre og organisationers forslag og behov. Der har været afholdt åbent hus arrangementer, oplæg på personalemøder, oplæg på fællesmøder, informationsmøder, opslag på intra- og internet osv. med fokus på at sprede budskabet om Skolen for Recovery og skolens tilbud.

1.5 Evalueringens formål

Nærværende rapport præsenterer resultaterne af en evaluering af Skolen for Recovery. Evalueringen består af to delevalueringer. Den ene delevaluering er foretaget af Skolen for Recovery, som en kvantitativ spørgeskemaundersøgelse om patienter, pårørende og medarbejderes oplevelser af undervisningen og deres udbytte af undervisningen på Skolen for Recovery. Den anden delevaluering er foretaget af Enhed for Evaluering og Brugerinddragelse, som er en kvalitativ interviewundersøgelse om patienter, pårørende og medarbejderes oplevelser af undervisningen og deres udbytte af undervisningen på Skolen for Recovery.

Evalueringsens formål er at få viden om, hvordan patienter, pårørende og medarbejdere har oplevet selve undervisningen, som de har fået på Skolen for Recovery, samt hvordan de har oplevet udbytte af den undervisning, som de har fået på skolen.

Derudover giver evalueringen viden om, hvad der har virket særligt godt og mindre godt ved såvel undervisningen som udbyttet af undervisningen, samt hvad der ligger til grund for disse forhold for patienter, pårørende og medarbejdere.

2 Metode

2.1 Spørgeskemaundersøgelsen af Skolen for Recovery

Gennem hele efterårssemestret 2015 ved afslutningen af hvert enkelt kursus, er skolens kursister blevet bedt om at evaluere kurset og undervisningen. Hertil kommer at Skolen for Recovery har opgjort antal kursister, tilmeldinger, ventelister mm.

Data om antal kursister, tilmeldinger, ventelister, demografi er opgjort ud fra Skolen for Recovery's tilmeldingslister. Data om kursisternes oplevelser af kurserne, undervisningen og deres personlige udbytte er indsamlet via spørgeskemaer.

2.1.1 Opgørelsen over antal kursister, tilmeldinger, ventelister, demografi mm.

Antal kursister og tilmeldinger

Skolen for Recovery har i efterårssemestret 2015 haft 326 tilmeldinger. Nogle kursister deltager på op til tre kurser, så antallet af unikke personer er på 202.

Alder

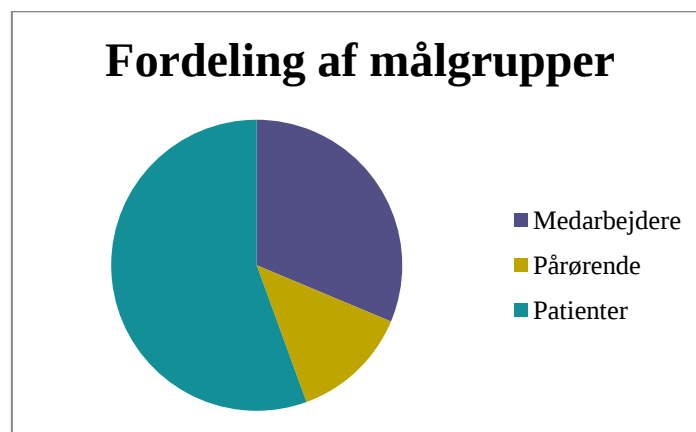
Aldersfordelingen på skolen spænder fra kursister på 18 år til 72 år. Fordelingen er forholdsvis jævn dog med en overvægt i de tre grupper fra 30 til 60 år.

Køn

Fordelingen af køn blandt kursister er at 2/3 er kvinder og 1/3 er mænd.

Patient, pårørende eller medarbejder

Kravet for at deltage i et kursus på Skolen for Recovery er en nuværende tilknytning til Region Hovedstadens Psykiatri. Opgørelsen viser, at lidt over halvdelen af kursisterne på skolen er patienter.



Hvilke centre kommer kursisterne fra

Der har været kursister fra samtlige af Region Hovedstadens Psykiatris centre med undtagelsen af Psykiatrisk Center Bornholm. Fordelingen viser, at der er en klar overvægt af kursister fra PC Ballerup (94 kursister) og PC København (62 kursister). Hertil kommer mellem 10 og 15 kursister fra henholdsvis PC Nordsjælland, PC Frederiksberg og PC Glostrup.

Kursisterne med patientbaggrund kommer både fra ambulant- og døgnregi.

Ventelister, fravær og frafald

Af de 326 tilmeldinger er 265 kursister dukket op, hvilket betyder at 61 kursister er udeblevet fra kurset (frafald).

Fravær og frafald

	Frafald *	Fravær **
Recovery - et liv i forandring	17%	10%
Fortæl din historie	31%	15%
5 veje til et godt liv	15%	15%
Introduktion til mindfulness	4%	21%
At leve med bipolar affektiv lidelse	11%	32%
Tag kontrollen i dit liv	29%	32%
At leve med psykose og skizofreni	12%	36%
Den gode udskrivelse	6%	***
Introduktion til recovery	24%	***
Introduktion skolen og til din individuelle læringsplan	25%	***

* Frafald defineres som tilfælde hvor kursisten er tilmeldt et kursus men ikke møder op

** Fravær er beregnet for kursister der er mødt op én gang eller mere

*** Fravær ikke relevant, da der kun er én kursusgang

Ved frafald ved afbud eller blot fravær ved første kursusgang er der så vidt muligt hentet kursister ind fra ventelisterne. Der har været ventelister på seks kurser svarende til min. 60 kursister.

Opgørelsen er uden data fra introduktionskurset ”Introduktion til skolen og din individuelle læringsplan”, da tilmelding til dette kursus ikke har været påkrævet.

2.2 Interviewundersøgelsen af Enhed for Evaluering og Brugerinddragelse

Interviewundersøgelsen blev gennemført som en række kvalitative enkeltinterview og fokusgruppeinterview. Fokusgruppeinterview blev valgt som metode, da de dels giver viden om mønstre i en gruppe af informanternes beskrivelser, dels giver mulighed for at informanterne kan spørge ind til og kommentere på hinandens synspunkter, hvilket kan skærpe nuancer og give holdningsprægede udsagn, og dels mulighed for at udfolde ligheder og forskelle i deres oplevelser af Skolen for Recovery.

Da det viste sig at være vanskeligt at rekruttere informanter til fokusgruppeinterviewene, blev fokusgruppeinterviewene suppleret med enkeltinterview, som blev gennemført som enten face-to-face interview eller telefoninterview.

Der blev gennemført interview med følgende informanter:

- Patienter, der har deltaget i kurser på Skolen for Recovery
- Pårørende, der har deltaget i kurser på Skolen for Recovery
- Medarbejdere, der har deltaget i kurser på Skolen for Recovery

Der blev afholdt interview med i alt 16 tidligere kursister (se Figur 2.1). Rekrutteringen af informanter blev foretaget af Skolen for Recovery. Fokusgruppeinterviewene fandt sted på Skolen for Recovery.

Figur 2.1 Informanter i interviewundersøgelsen

Figuren viser antallet af interview og deltagere fordelt på henholdsvis patienter, pårørende og medarbejdere.

Patienter	Pårørende	Medarbejdere
• 1 fokusgruppeinterview • 2 face-to-faceinterview • 1 telefoninterview • I alt 7 deltagere	• 1 face-to-faceinterview • 2 telefoninterview • I alt 3 deltagere	• 1 fokusgruppeinterview • 1 face-to-faceinterview • 3 telefoninterview • I alt 6 deltagere

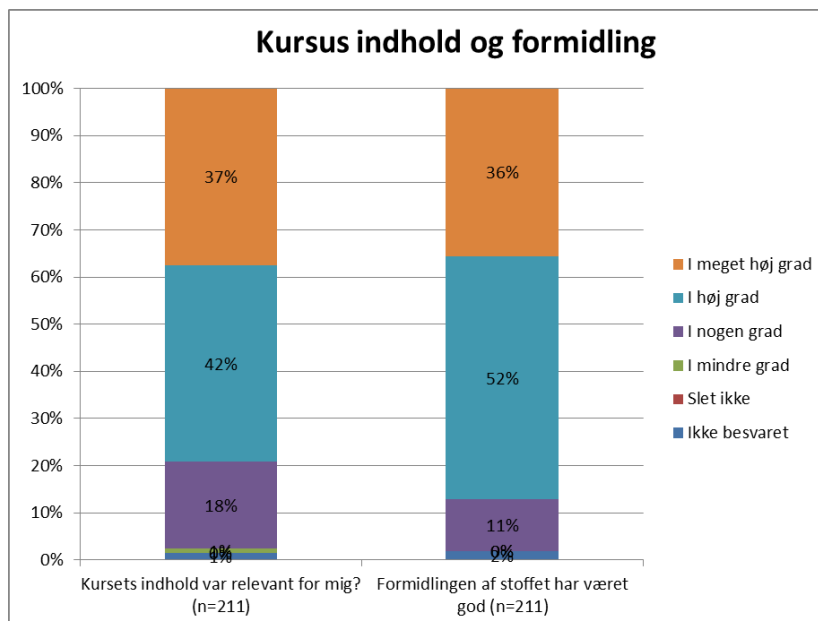
Informanterne bestod af både kvinder og mænd. Informanterne var eller havde været tilknyttet forskellige psykiatriske centre i Region Hovedstadens Psykiatri. Informanterne havde deltaget på forskellige kurser på Skolen for Recovery, de havde forskellige diagnoser og forskellige uddannelsesmæssige baggrunde.

Interviewene blev foretaget ud fra en tematisk struktureret interviewguide. Interviewene varede mellem 30 min. og 1½ time. Interviewene blev lydoptaget, og der blev skrevet referater af interviewene. Efterfølgende blev der foretaget en tematisk meningskondenserende analyse af interviewene.

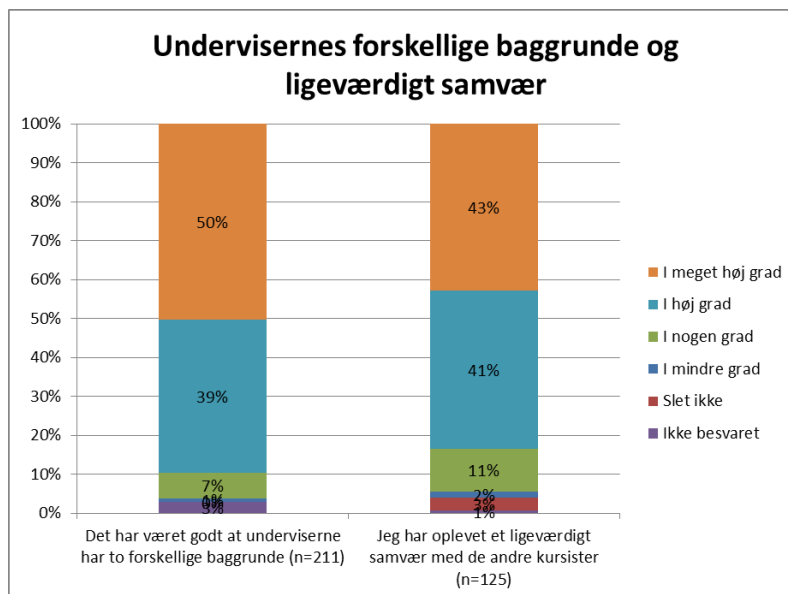
3 Resultater af spørgeskemaundersøgelsen

3.1 Kursisternes oplevelser og udbytte

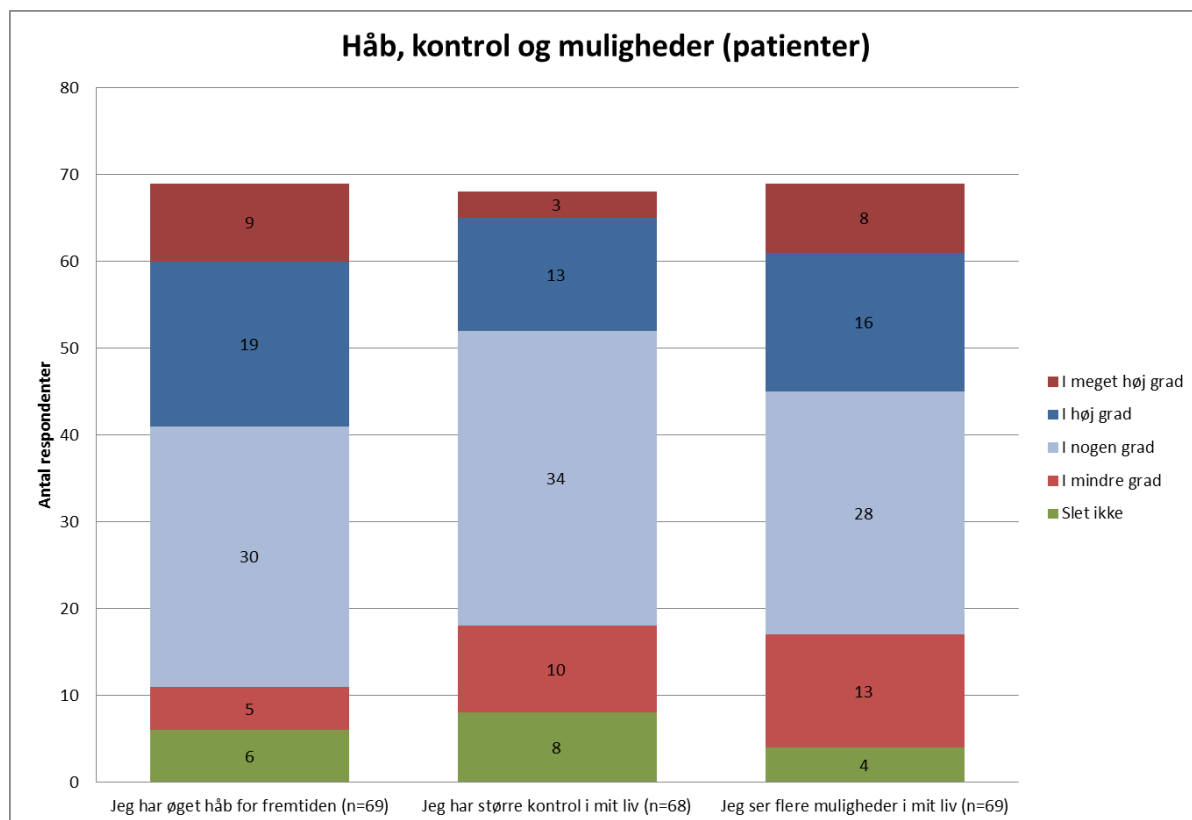
Alle kursisterne er efter kurset/kursusrækken blevet spurgt ind til de mere overordnede rammer omkring kurset. De er blevet spurgt ind til om kursets indhold var relevant for dem og om formidlingen af stoffet har været god. Som det fremgår af nedenstående tabel har tilbagemeldingerne været meget positive og 79 % finder kurset indhold relevant for dem i høj eller i meget høj grad. 86 % svarer at de i høj eller i meget høj grad finder formidlingen af stoffet god.



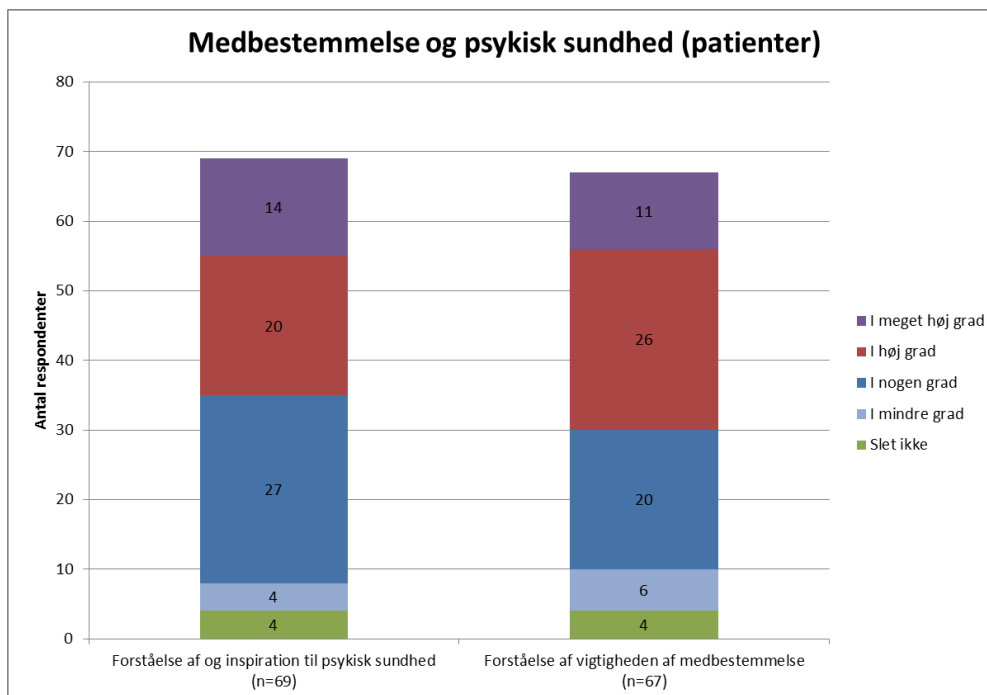
Skolen for Recovery er en del af Region Hovedstadens Psykiatris brugerdeltagelsesstrategi, hvilket blandt andet betyder, at brugererfaringer, samskabelse og ligeværdighed er grundlæggende tilgang til alle aktiviteter på skolen. Kursisterne er derfor blevet spurgt ind til deres oplevelse med, at underviserne på alle kurser har to forskellige baggrunde, samt om de har oplevet et ligeværdigt samvær med de andre kursister. Her er tilbagemeldingerne positive, da 89 % af de adspurgte svarer, at det i høj eller i meget høj grad er godt, at underviserne har to forskellige baggrunde. 84 % af kursisterne har i høj eller i meget høj grad oplevet et ligeværdigt samvær med de øvrige kursister.



Som skole med recovery som omdrejningspunkt er fokus på læring og udvikling hos det enkelte menneske. I spørgeskemaerne har vi forsøgt at komme dette nærmere ved at spørge ind til den mere individuelle effekt af kurserne og om kursisten gennem kurserne har fået øget håb for fremtiden, opnået større kontrol og ser flere muligheder i sit liv. Spørgsmålene har kun været rettet mod de kursister, som er på skolen i kraft af at være patienter i Region Hovedstadens Psykiatri. Som det fremgår af nedenstående er besvarelsene hovedsagligt positive, men andelen af 'i nogen grad' er stor og indikerer et fremtidigt indsatsområde. Samtidig er spørgsmålene stillet umiddelbart ved afslutningen af et kort kursus eller en kursusrække, hvilket kan gøre det vanskeligt for kursisterne allerede der at svare på den lidt mere langsigtede effekt af kurset.

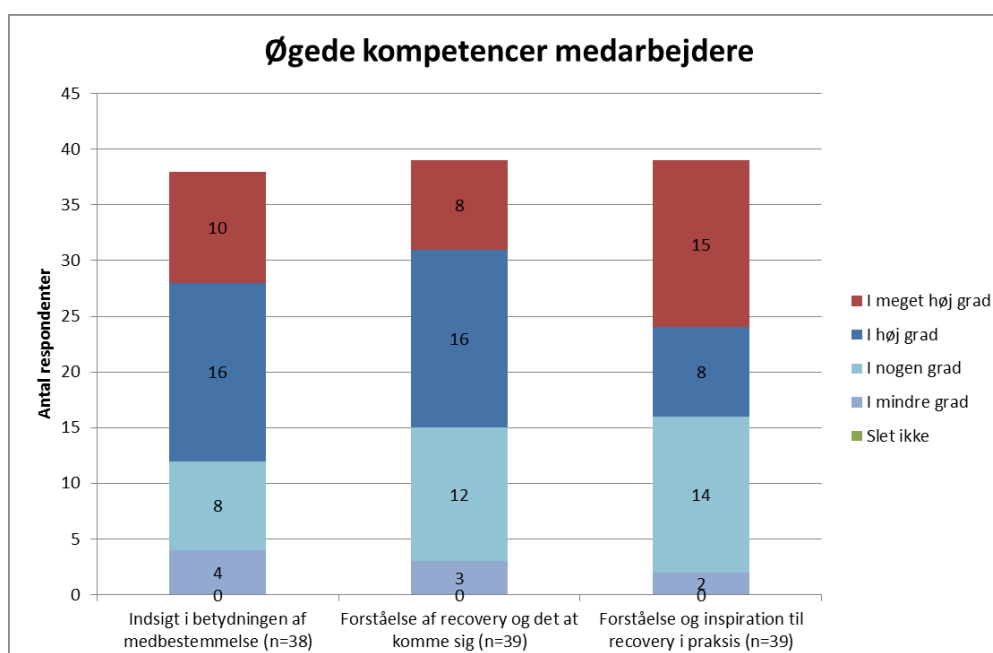


Som en essentiel del af hele recovery-tankegangen er patienterne, der har deltaget på skolens kurser også blevet spurgt om kurserne har bidraget til deres forståelse af vigtigheden af medbestemmelse. Her svarer 57 ud af 67 adspurgte, at de i nogen-, i høj- eller i meget høj grad har fået en større forståelse for, hvorfor deres medbestemmelse er vigtig. På spørgsmålet til om kurserne har givet dem inspiration til at håndtere deres egen psykiske sundhed svarer 61 ud af 69, at det har det i nogen-, i høj- eller i meget høj grad.

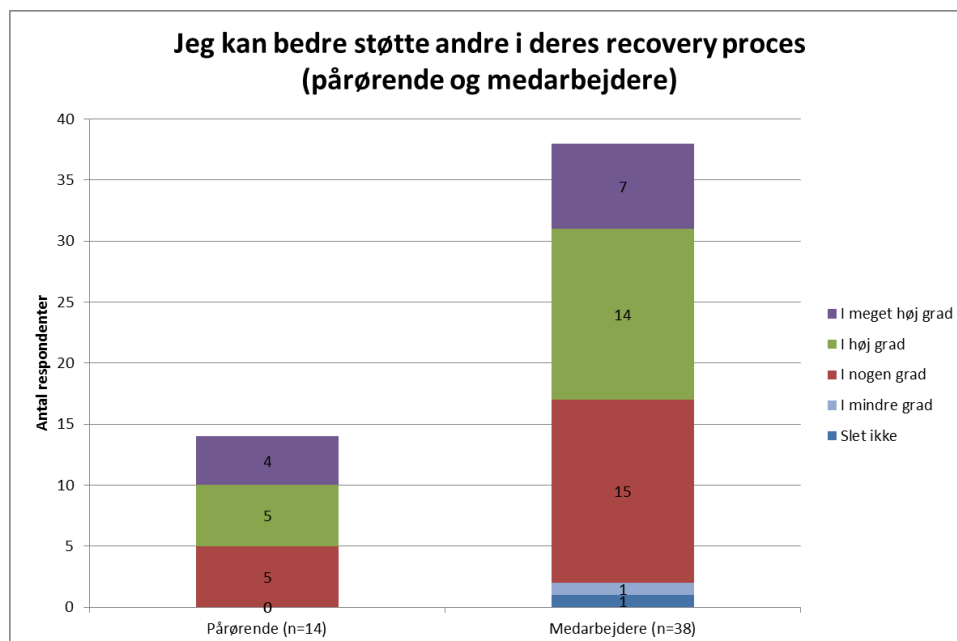


Et af Skolen for Recovery's mål er at medarbejderne gennem kurserne tilegner sig ny viden og kompetencer om recovery for bedre at kunne understøtte patienterne i deres recovery-proces.

Som det fremgår af nedenstående har kurserne reelt bidraget til en større indsigt og forståelse af recovery hos de af kursisterne med medarbejderbaggrund. Hovedparten af de adspurgte synes at de har fået en større indsigt i betydningen af medbestemmelse, en større forståelse af recovery og det at komme sig, samt større forståelse og inspiration til at kunne tage denne viden med tilbage til praksis.



Kurserne på Skolen for Recovery har til formål at inspirere pårørende og medarbejdere til bedre at kunne støtte andre i deres recovery-proces. Pårørende og medarbejdere føler at dette i nogen, i høj eller meget høj grad er lykkedes. Dog er antallet af besvarelser ved dette spørgsmål lavt, især for pårørende, men besvarelsene viser en positiv tendens.



Skolen for Recovery er kommet rigtig godt fra start! Tilbagemeldingerne fra skolens kursister i hele projektperioden har overordnet været meget positive. Kursisterne synes det er udbytterigt at deltage i undervisningen og finder undervisningen god og relevant. Herunder det at undervisningen afholdes af et team med to undervisere med forskellig baggrund. Kursister med medarbejderbaggrund finder overordnet at kurserne har givet dem øgede kompetencer i form af en bedre indsigt i og forståelse af recovery.

Indsatsområderne fremover er at øge antallet af medarbejdere og pårørende som kursister, så fordelingen af kursister bliver mere ligelig. Ligeledes i større udstrækning at kunne overkomme de geografiske forhold ved skolens placering i Ballerup og tiltrække flere kursister fra regionens øvrige centre.

4 Resultater af interviewundersøgelsen

Dette afsnit indeholder resultaterne af interviewundersøgelsen og beskriver, hvordan kursisterne har oplevet undervisningen. De tre målgrupper møder op til kurserne med forskellig forhåndsviden, og deres forskellige indgangsvinkler til undervisningen har indflydelse på, hvilket udbytte undervisningen på skolen resulterer i.

Kursisternes udbytte af undervisningen hænger nært sammen med undervisningens form. De blandede kursushold, hvor patienter, pårørende og medarbejdere kan udveksle erfaringer, og brugen af to undervisere med hver sin baggrund er alt sammen med til give kursisterne indsigt i recovery-tankegangen og værktøjer, som de kan bruge i recovery-processer.

4.1 Erfaringsudveksling på de blandede kursushold

Det, at både patienter, pårørende og medarbejdere er til stede samtidig i undervisningen, oplever langt de fleste kursister som en stor styrke ved skolen. At have blandede hold er med til at skabe en ligeværdighed mellem patienter, pårørende og medarbejdere, da det giver en følelse af, at alle deltagere er lige.

Der er ikke nogen, der sidder og snakker om min diagnose. Det er mennesker, der mødes. Og så kan man være så åben om det, som man har lyst til. Patient

Kursisterne oplever, at undervisningen er velorganiseret, struktureret og afvekslende. At undervisningen tager udgangspunkt i oplæg efterfulgt af afveksling mellem teoretiske oplæg, opgaver, diskussioner, øvelser, par-arbejde eller gruppearbejde fungerer ifølge kursisterne godt. Det giver mulighed for at få baggrundsviden om et pågældende emne og efterfølgende at udveksle erfaringerne om emnet mellem deltagerne.

Det er godt, at man bliver tvunget til, lige efter man havde hørt det til, at nu skal I så selv gøre det. Patient

Netop den aktive inddragelse af kursisternes egne erfaringer er med til at gøre stoffet levende og relevant.

Fagligheden var god. Det, der var allermest interessant for mig, var at høre de andre kursisters fortællinger om et emne. Underviserne var også dygtige, men det, der gav det hele liv, var, når folk bød ind med noget til samtalen og undervisningen. Så blev det både spændende og levende. Ellers kunne man bare have læst det på nettet. Pårørende

Kursisterne værdsætter især den synergi, der opstår, når erfaringer fra patienter, pårørende og medarbejdere bringes i spil i samme rum. Erfaringsudvekslingerne er med til at sikre, at kursusforløbet tager form efter kursisternes behov, sådan at indholdet hele tiden er relevant for deltagerne på holdet. Kursisterne oplever, at undervisningen i kraft af erfaringsudvekslingerne på tværs af målgrupper bliver langt mere berigende, end traditionelle forelæsninger eller læsestof om emnet.

” 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. [...] På andre kurser er det professionelle, der taler til professionelle om at være syg. Det kan godt gå hen at blive en smule ensidigt og en smule læst. Her får man det fra forskellige perspektiver. Pårørende

For patienterne er undervisningen et sted, hvor de kan dele erfaringer med hinanden. Patienterne fortæller, at det giver dem aha-oplevelser, når de får viden og inspiration fra andre.

” Du oplever de andres måder at have deres issues på. Jeg synes, det er så bekræftende de der gange, hvor man har oplevet andre får den her aha-oplevelse. Vi havde et par gange, hvor der pludselig er en eller anden der siger ”gud er det sådan, det hænger sammen, hvor er jeg glad for det her”. Man kan bare se, hvordan de rykker sig. Det er simpelthen så bekræftende. Det er bekræftende at kunne dele den glæde med andre. Patient

Patienterne fortæller, at det gør dem klogere at høre andre folks oplevelser, men giver dem også en forståelse af, at de ofte selv har svaret på spørgsmål, som fylder meget for dem.

Patienterne og pårørende beskriver det som interessant, at der er medarbejdere med på kursusholdet, fordi det giver mulighed for at høre, hvordan medarbejderne taler om patienterne.

” Det var meget sjovt, at der var så mange ”voksne”. Det er ret interessant at høre, hvordan det sundhedsfaglige personale taler om os patienter, fordi det er ret interessant, at der opstår sådan en gennemsigtighed ind imellem. Det fik jeg indblik i, og det var meget relevant og interessant. Det bliver meget hurtigt sådan, hvis man er i en eller anden form for behandling, [...] der opstår ikke en relation på den måde, [for] ofte er det envejskommunikation. Patient

For medarbejderne giver det at deltage på lige fod med pårørende og patienter uden samtidig at skulle fungere som behandler mulighed for at få et nuanceret indtryk af de udfordringer, som patienter og pårørende kæmper med under og efter et psykiatrisk behandlingsforløb; en indsigt, som medarbejderne kan drage nytte af i den fremtidige behandling af patienter.

” At høre erfaringerne fra patienter og pårørende: Hvordan klarer man sig, når man bliver udskrevet fra et hospital? Hvordan er det at være pårørende til en psykisk syg patient? Hvordan er det at leve med sin angst? Det giver mig et vigtigt indblik i mit arbejdsfelt. Medarbejder

Medarbejderne nærer ydmyg respekt for, at patienter og pårørende formår at møde op til undervisningen og dele åbenhjertigt ud af deres erfaringer. Det sætter medarbejdernes egne – personlige og faglige – udfordringer i perspektiv. Medarbejderne beskriver det ligeværdige samvær med patienter og pårørende som berigende, og det giver anledning til at reflektere over, om relationen med patienter i det daglige arbejde kan blive mindre præget af ”os og dem”.

4.1.1 Dilemmaer ved blandede kursushold

Selv om kursisterne oplever, at deres forskellige baggrunde er en stor gevinst for kurserne, så iagttager de både fordele og ulemper ved, at patienter og pårørende, som kender hinanden, deltager på samme hold samtidig.

En pårørende deltager på samme kursus som sin mand, der er i gang med en recovery proces. Ved at deltage, håber de begge på, at den pårørende bliver i stand til at støtte patienten bedre i recovery processen. Denne pårørende beskriver det som ”naturligt” at deltage på samme hold som patienten og føler sig selv styrket igennem forløbet:

” *Det giver en styrke i sig selv som pårørende til at kunne klare en situation i forhold til, hvordan jeg oprindelig kunne have klaret den. En forøget styrke. Pårørende*

Omvendt har en anden pårørende helt bevidst valgt at deltage på flere kurser uden sin kæreste. For ham ville det have været begrænsende, hvis hans kæreste også var med på kurset, da det ville have lagt en dæmper på hans ærlighed.

” *Jeg har deltaget på kurset uden min kæreste. Jeg har tænkt på, hvordan det ville være, hvis hun var med. Jeg tror, det ville have været svært for mig at være ærlig – af skræk for at komme til at hænge hende ud. Jeg ville helst deltage uden hende, så vi var på hver sit hold. Pårørende*

Også for patienterne kan det være både berigende og begrænsende at have sin pårørende med på kursus-holdet. Nogle patienter oplever det som en fordel at de er to om at lære og dele den nye indsigt. Andre oplever det som en ulempe at have deres pårørende med til undervisningen, fordi der kan være nogle emner, de ikke har lyst til at fortælle om, når deres pårørende er til stede.

” *Det kan være begrænsende for patienten, fordi der lige pludselig er nogen ting, som man ikke har lyst til at sige. Det har jeg selv oplevet, men også når andre havde en pårørende med. [Der var et eksempel], hvor det endte med, at det var hendes mor, der var der resten af kursusgangene. Og det var tydeligt, da datteren hun var der, at moren ligesom fortalte, hvordan datteren havde det. Datteren sad bare og kiggede ned i bordet. Patient*

4.1.2 Medarbejdernes rolle som kursister

Forud for kurserne har de fleste medarbejdere gjort sig tanker om, hvordan det vil være at deltage på et hold, hvor også patienter og pårørende deltager. Medarbejderne møder op med et håb om at holde fri fra behandlerrollen og selv nyde at modtage undervisning, samtidig med at de forventer, at netop samværet med patienter og pårørende vil tilføje kurserne en ekstra – væsentlig – dimension.

” *Når man er i behandlerrollen, så giver man en masse. Men jeg havde brug for at fordybe mig i mig selv. [...] Om du er pårørende, personale eller bruger af psykiatrien, så er mindfulness og recovery noget helt alment menneskeligt, som vi alle kan have glæde af. Da jeg læste kursuskataloget, tænkte jeg: Nej, det var da en spændende tanke, at køre det sammen! Og det var uproblematisk – ja, det var berigende. Det var rart at slippe rollen med at have ansvaret. Det var rart at være på lige fod med de andre! Medarbejder*

Ønsket om at deltage på lige fod med patienter og pårørende kommer i nogle tilfælde lidt vanskeligt fra start, da patienterne – ifølge medarbejderne – udtrykker behov for at vide, hvilke kursusedtagere der er medarbejdere, og hvem der er patienter. Men ifølge medarbejderne formår underviserne efter kort tid at skabe en fællesskabsfølelse på holdet, hvor alle deltager ligeværdigt med egne erfaringer.

”Det med, at der sad nogen, der var psykisk syge – det glemte man. Vi var bare en gruppe, der var sammen om det her. Man sad ikke og tænkte: Nå, men du er også psykisk syg. Det fjernede stigmatiseringen. Det er noget andet at sidde på en skolebænk og blive undervist sammen. Medarbejder

4.1.3 Svært at afstemme det teoretiske niveau til alle tre målgrupper

Mens patienter, pårørende og medarbejdere er enige om, at erfaringsudvekslingerne på de blandede kursskoler er berigende, er det vanskeligere at finde et niveau for kursernes teoretiske indhold, som passer til alle.

Patienterne oplever, at indholdet af undervisningen er relevant, når det er konkret. Handler undervisningen fx om netværk, er det særlig godt, at underviserne beskriver, hvordan patienterne er nærværende i deres netværk. Det er vigtigt for patienterne, at sproget og spørgsmålene i undervisningen er så simple som muligt, da nogle patienter oplever, at de bruger meget tid og energi på at forstå, hvad underviserne siger. Ikke alle patienter synes, at teorier er lige spændende. Hvis der bliver undervist i teori, er det vigtigt, at underviserne er med til at omsætte teorien til praksis, så den bliver konkret og anvendelig for patienterne.

For de fleste medarbejdere er kursernes teoretiske indhold velkendt stof. Nogle oplever, at stoffet bliver præsenteret lidt for overfladisk på kurserne og mener, at der nævnes unødvendigt mange navne og teorier, som kurserne ikke kommer i dybden med. Medarbejderne betragter ikke formidlingen af teori som kursernes egentlige formål. Det centrale i undervisningen er derimod de indlagte erfaringsudvekslinger mellem kursusedtagerne.

4.2 To undervisere med hver sin baggrund

At have to undervisere – én med brugererfaring og én med fagspecifik baggrund – oplever kursisterne som en force og en rigtig god kombination. De to undervisere er gode til at supplere hinanden. Der fungerer særligt godt, når underviserne bringer deres egne historier i spil som case-historier. Dette er med til at skabe åbenhed og tryghed for kursisterne, da case-historier ifølge patienterne fremkalder genkendelse, og det gør det let at kunne relatere til egne erfaringer.

”Jeg synes, det er rart, at der står en og fortæller om noget, de selv har oplevet, frem for der står en psykolog og siger, hvis du gør sådan og sådan, så får du det det og det. Hvis det er en psykolog, tænker man ”Hvor ved du det fra?” Nu er det også noget helt andet og være på kursus end og sidde i et gruppeforløb for eksempel. Jeg synes, det giver noget mere, når vi er en stor gruppe, hvor det er en skole og der står en lærer. Det, synes jeg, har været rigtig godt. Patient

At bruge undervisere med brugererfaring er en stor styrke og en kvalitet ved undervisningen, da underviseren med brugerbaggrund bliver et levende bevis på, hvad recovery er.

”Der kom en værdighed indover det at have en psykiatrisk diagnose, fordi underviseren med brugerbaggrund rummede sin egen diagnose så godt. Hun havde aldrig troet, at hun skulle komme til at arbejde et sted, hvor hun fik løntillæg for at have en diagnose. Det er da noget, der giver håb! Medarbejder

Oplevelsen af, at underviseren med brugerbaggrund formår at undervise på skolen, er en stor inspiration for kursisterne. Det giver dem håb at se, at en bruger af psykiatrien kan opnå recovery i en grad, så ved-

kommende kan undervise på et velfungerende niveau. Ifølge patienterne kan det være med til, at de selv bliver hurtigere raske. Og for pårørende og medarbejdere er netop formen med at benytte en underviser med brugererfaring som noget, der adskiller kurserne på Skolen for Recovery fra andre efteruddannelses- og kursustilbud.

”Underviserne med brugererfaring kan tale fra et andet sted, end hvis man har læst det hele i en bog. Det kan man tydeligt mærke. At folk siger ”jeg” og inddrager sig selv i eksemplerne. [...] De taler med en anden vægt, når de selv har oplevet det. Pårørende

”Kombinationen af en professionel sygeplejerske og en bruger, som var dygtig til at formidle, gjorde det enormt troværdigt. Der var hjerteblod og lidenskab. Man følte ikke, at man sad til endnu et kursus. De ville virkelig gerne ud over rampen med det. Medarbejder

Kombinationen af en fagligt kompetent underviser, og en erfaren bruger gør ifølge kursisterne undervisningen særdeles troværdig og bevægende og efterlader stærke indtryk hos kursisterne.

Underviserne bliver i det hele taget beskrevet som vedkommende, som ikke taler ned til deltagerne. Underviserne formår at skabe en uformel, god og fri atmosfære og stemning på skolen, som gør at kursisterne føler tryk, åbenhed og afslappethed. Underviserne er velforberejede, empatiske, sympatiske, søde, tillidsfulde, udviser anerkendelse og engagement. De bliver beskrevet som engagerede, fagligt kompetente og meget positive.

”Fabelagtig formidling af stoffet! [...] Det kræver, at de har indsigt i, hvad det handler om – og den indsigt havde de til fulde. For nogle er pædagogik en by i Rusland – de er rædselsfulde at være til undervisning hos. Alle tre var fantastisk pædagogisk funderet. Patient

Kursisterne roser underviserne for at formå at skabe de trygge rammer, som er forudsætningen for personlig erfaringsudveksling på tværs af roller og baggrunde.

”Når vi havde fem minutter til at diskutere noget. Dét var interessant, det der kom frem der, som medarbejder at høre patienterne have et rum, hvor de kunne tale i fællesskab. De to undervisere skabte en stemning, hvor folk turde sige noget. Det var godt! Medarbejder

Et af de få kritikpunkter, kursisterne nævner i forhold til underviserne, er, at det kan virke forvirrende, hvis den ene underviser laver en ting, og den anden underviser laver noget helt andet. Fx at den ene underviser tager billeder, mens den anden underviser er ved at skabe en stemning omkring deltagerne, som er ved at fortælle noget meget personligt.

4.3 Kursisternes udbytte af undervisningen

4.3.1 Undervisningen giver kursisterne øget indsigt i recovery

Erfaringsudvekslingerne sætter gang i recovery-processen blandt kursisterne. Patienterne kan i den sammenhæng både give og få erfaringer. Det er interessant for patienterne at høre, hvordan andre personer får livet til at hænge sammen, hvordan livet fungerer med en psykisk sygdom, og hvordan det er at blive rask. De oplever det som givende at høre om andres gode idéer.

” Det er meget berigende at høre andres historier, og det var alle sammen folk, der var begavede – altså der var ikke noget galt med IQ'en hos nogle af dem. Det var interessant at høre de forskellige emner, hvor folk byder ind med, hvordan de håndterer det ene eller det andet. Eller hvordan man forholder sig til de forskellige emner og spørgsmål, der blev stillet. Det var virkelig berigende. Patient

De interviewede pårørende vidste ikke ret meget om recovery, før de deltog i kurserne på skolen. Kurserne har givet dem en forståelse af, hvad der ligger i recovery tankegangen. Men for de pårørende har det været endnu stærkere at opleve den recovery, der er foregået blandt patienterne i kursusforløbet.

” Jeg har været på et kursus, der gav en introduktion til recovery. Før kendte jeg ikke rigtig begrebet. Nu har jeg fået viden om, hvad det er. Men jeg oplevede også, at det skete, mens vi var her. At folk kom sig – eller blev ”recovered”. Det var interessant. Vi fik det ikke bare ind i hovedet eller øret. Vi kunne se det ske! Pårørende

Denne oplevelse af, at recovery sker for øjnene af dem, virker stærkt på de pårørende og indgyder dem håb. De pårørende oplever desuden, at de ved hjælp af kurserne selv er blevet styrket samtidig med, at de er blevet i stand til at støtte patienten i deres recovery proces.

De pårørende oplever, at kurserne på skolen har øget deres faglige indsigt i de udfordringer, som patienter og pårørende står over for i en recovery proces. Den faglige viden gør det lettere for den pårørende at rumme patientens situation og at støtte patienten i udfordrende situationer.

” Som pårørende har jeg fået en forbedret objektiv indsigt i bipolar lidelse, og det, mener jeg, er meget vigtigt at få, fordi sådan en lidelse kan være belastende og forvirrende, og man ved ikke rigtigt, hvad man kan og skal gøre. Det har helt klart hjulpet med en bedre forståelse – altså forbedret mine muligheder for at støtte min mand og styrke mig selv. Pårørende

De medarbejdere, der har direkte patientkontakt, oplever generelt, at deres deltagelse på kurset har styrket deres evne til at støtte patienter og pårørende i en recovery proces blandt andet ved at give indsigt i, hvordan de kan kombinere recovery med psykiatrisk praksis. Støtten foregår både direkte i behandlingen af patienterne og ved at henvise patienter og pårørende til undervisning på skolen.

” Jeg har aldrig rigtig troet på, at vi kunne kombinere recovery og psykiatrien, selv om det står i vores formål. Men jeg kan jo se, at det kan lade sig gøre. Det er stort! At man kan gå i forløb i den etablerede psykiatri her [på et psykiatrisk center] og få et recovery forløb derovre [på skolen]. Og det samarbejdede ikke hinanden. Man behøver ikke vælge side! Medarbejder

4.3.2 Undervisningen giver patienterne værktøjer til at komme sig

Undervisningen giver patienterne værktøjer og redskaber, som kan hjælpe patienterne til at komme sig både nu og på længere sigt. Værktøjerne hjælper fx patienterne med at slappe af og med at få hverdagen til at hænge sammen.

”Jeg tror ikke, at en hel recovery sker efter at have været seks gange på kursus. Men jeg tror bestemt, det har været en stor hjælp og givet nogle rigtige vigtige værktøjer i forhold til på længere sigt at kunne komme sig. Så det er i hvert fald en hjælp til at tage nogle skridt hurtigere eller mere effektivt, så der ikke kommer så mange blindgyder. Patient

”Det er måske ligesom at tage et kørekort, at når du får dit kørekort, så er man ikke god til at køre bil, så skal man til at øve sig. Du er jo heller ikke mindfulnessmester, men hvis du øver dig i det dagligt, så bliver du jo god til det. Patient

Nogle værktøjer anvender patienterne eksplicit dagligt i deres hverdag, mens de anvender andre værktøjerne knap så hyppigt og mere implicit; nogle gange helt uden at tænke over det. Værktøjerne er med til at give patienterne håb om at komme sig og hjælper patienterne til at komme ud i hverdagen.

”Det har givet mig mere struktur i hovedet. Nogle gange tænker jeg, nu vælter hele læsset, fordi jeg skal have styr på nogle ting. Men så tager jeg en ting af gangen – jeg kan jo ikke det hele. Og så har jeg oplevet sådan en nærmest aha, når jeg har kunnet se, nu har du resten af dagen til det sidste, fordi jeg har en tendens til at tænke, det er for dårligt, hvis jeg ikke når det. [...] Grib det an efter de metoder der – der har jeg virkelig kunne mærke, puha det var dejligt, og så huske mig selv på det, når jeg stresser over et eller andet. Det er noget helt konkret, jeg har fået med. Patient

Udover faglig viden opnår de pårørende på kurserne også konkrete værktøjer, som kan anvendes i arbejdet med at støtte patientens recovery proces. Værktøjerne stammer både fra den faglige undervisning og fra de mange erfaringer, som bliver udvekslet mellem kursisterne.

”Jeg fik en mappe med hjem med helt konkrete værktøjer til, hvad jeg kan gøre i situation A. Så er der fire steps til, hvad jeg kan gøre. Plus 20 sider noter med, hvordan andre har håndteret tilsvarende situationer. Pårørende

4.3.3 Undervisningen giver patienterne øget trivsel

Patienterne beskriver, at der i undervisningen bliver gjort meget ud af, at de ser fremad. Det oplever patienterne som positivt, da begivenheder i deres fortid kan stresser dem. De oplever det som brugbart og proaktivt at tænke fremad fremfor at tænke på fortiden.

”Fokus på at man bliver rask og blive i stand til at håndtere dagen og ser en måned frem i tiden. Det var rigtig fint. Patient

Derudover fortæller patienterne, at undervisningen hjælper dem med at flytte sig mentalt og helbreds-mæssigt, så de får det bedre. Helt konkret er patienterne glade for, at undervisningen har fokus på selv-udvikling. Det gør, at patienterne bliver bedre til at kunne fungere i samfundet under og efter undervisningen. Patienterne beskriver, at det er en form for hjælp til selvhjælp at deltage i undervisningen, da samværet med de andre patienter med psykiatiske diagnoser, giver dem indsigt i, hvordan andre patienter har det.

For patienterne er undervisningen også en aktivitet i hverdagen, som er rar at komme til. Patienterne fortæller, at det er vigtigt at have noget at tage sig til, og at det, der er særligt godt, er at patienterne bliver mødt af mennesker, der gerne vil hjælpe dem med at komme sig.

” Det er ikke bare den undervisning, man får. Men det er også der her med, når man kommer ud af døren, man får set nogle andre mennesker, man er til stede. Det i sig selv er læring nok, og det kan godt være, at man ikke når målet. Patient

Patienterne oplever, at deltagerne støtter hinanden indbyrdes, og at den gode dynamik blandt deltagerne er med til at få dem til at komme til undervisningen fra gang til gang. Undervisningen giver patienterne en følelse af, at de ikke er alene med deres problemer, da de oplever, at mange andre patienter går med præcis de samme problemer, som dem selv.

Når patienterne ser og møder andre med samme problem som dem selv, øges deres forståelse af, hvad de selv fejler, hvad de kan gøre for at få det bedre, og at de ikke er alene om at have en psykisk sygdom. Patienterne spejler sig i hinandens erfaringer og suger til sig – særligt af det, der handler om at få dagen til at fungere.

” Pludselig er man kommet langt videre uden at opdage det. Kursusgangene og diskussionerne er med til at flytte ens forståelse: Prøv at høre, det problem du har der, det har jeg også haft. Så kan man se en ende på det. Frem for at man kæmper alene med det, der er uoverskueligt, og så viser det sig, at det kan gå over, ved at man afleder tankerne. Det ligger jo i den strukturerede model over håb i Recovery-tanken. Patient

Patienterne oplever, at det er helende at tale med andre mennesker og at få afmystificeret psykiske sygdomme, som skolen hjælper til med. Det, at møde op på skolen, giver patienterne en følelse af at høre til et sted. De oplever en samhørighed og medmenneskelighed, når de er på skolen.

Undervisningen giver patienterne energi og er med til at forøge deres livskvalitet i hverdagen. Fx beskriver patienterne, at de er blevet i stand til at komme ud hyppigere end før, ligesom undervisningen øger patienternes mod på at tage nye udfordringer op.

” Det giver en lyst til at sprede den energi og viden. Mere den motivation, det giver, den får jeg lyst til at give videre og sige [...] Det giver så meget til mig, [...] ...Altså man får nogle ting, der bare er så fede. Det får jeg lyst til at give videre til andre. Patient

4.3.4 Undervisningen er med til at forebygge genindlæggelser

Alt i alt mener flere patienter, at undervisningen kan være med til at forebygge genindlæggelser og forebygge recidiv. Patienterne beskriver, at de er sluppet af med problemer, som kan være med til at give tilbagefald. Det giver dem håb om, at der kan være lang tid til den næste indlæggelse, hvis det vel at mærke nogensinde kommer dertil igen.

” Jeg har en konkret følelse af, at jeg kan slippe for den næste indlæggelse. Virkelig en fin mavefornemmelse. At det har været med til at gøre uhåndterbare problemer håndterbare. Det er en fantastisk følelse at slippe af med, at man har den isklump i maven: ”Nu kommer den næste psykose”. Patient

4.3.5 Undervisningen giver de pårørende håb

For de pårørende er det menneskelige udbytte imidlertid mindst lige så væsentligt, som det faglige udbytte. Ved at deltage på kurserne på lige fod med patienter og andre pårørende, har de pårørende fået et mere nuanceret billede af, hvad det vil sige at være psykisk syg. Oplevelsen af, at andre er i samme situation som en selv, er meget værdifuld for de pårørende. Det giver håb at høre de andres gode råd, og det styrker at spejle sig i de andres erfaringer.

”Mit blik er blevet bredere. Før – når jeg tænkte på psykisk sygdom, så tænkte jeg på min kæreste. Nu har jeg 20 ansigter, som kan repræsentere psykisk syge. [...] Det er opmuntrende at møde andre, der er i en situation, som ligner ens egen. Man får oplevelsen af, at man ikke er den eneste i verden, der går og bøvler med det. Det er der i høj grad en trøst og håb i. Det giver mulighed for at handle på en anden måde. Pårørende

4.3.6 Undervisningen giver medarbejderne indsigt i skolens tilbud

Medarbejdernes udbytte af at deltage på kurserne afhænger af deres faglige baggrund og omfanget af deres kontakt med patienter i det daglige arbejde. Nogle opnår en specifik faglig indsigt, som er anvendelig i deres daglige arbejde med behandlingen af patienter: En medarbejder får gode idéer til, hvordan hun kan formidle og anvende øvelserne med sine patienter og kolleger.

”Jeg havde behov for at blive inspireret ved at se, hvordan andre bruger mindfulness til en gruppe mennesker, som aldrig har stiftet bekendtskab med det før. Det har jeg selv oplevet som udfordrende, så jeg ville gerne se, hvordan andre gør. [...] Der var nogle bestemte øvelser, som jeg har taget med i vores morgengymnastik. Der var også nogle måder at sige tingene på, som jeg tænkte: Det var en gode måde at sige det på! Det har jeg taget med mig, helt konkret. Medarbejder

Og en anden medarbejder bliver opmærksom på vigtigheden af at inddrage de pårørende mere i behandlingen af patienterne.

”Jeg bruger mange af tingene i forvejen. Men det nye er, at jeg er mere obs på de pårørende. At få dem med i behandlingen. At de kommer med et par gange. Medarbejder

Fælles for medarbejderne er, at de oplever undervisningen på Skolen for Recovery som menneskeligt berigende. Dette skyldes ikke mindst dynamikken på kursusholdene, hvor patienter, pårørende og medarbejdere deltager ligeværdigt i erfaringsudvekslinger og refleksionsøvelser.

”Det var en enestående mulighed for at møde patienterne på en anden måde end som personale. At sidde sammen med dem og få et indblik i, hvad det er for mennesker, som er her. Jeg fik indblik i, hvad de synes er svært: Ensomhed og udfordringer på alle mulige fronter. Men også mangfoldigheden. [...] Det åbnede for en større indsigt i, hvad det er for nogle patienter, vi omgås. Medarbejder

Medarbejderne oplever, at deres deltagelse på kurserne har givet et tydeligt og positivt indtryk af, hvad Skolen for Recovery kan tilbyde, så de trygt kan henvise egne patienter, pårørende eller kolleger til skolens kurser.

4.4 Kursisternes vurdering af rammerne for undervisningen

4.4.1 Antallet af deltagere på hvert hold

Da nogle patienter oplever det som angstprovokerende, at skulle sidde i et lokale med 10-15 mennesker, som de ikke kender, er det vigtigt for dem, at der ikke er for mange deltagere til undervisningen. Flere af patienterne fortæller, at de er stoppet med at komme til undervisningen, fordi der er for mange deltagere.

”Min tanke var: Hold da op vi er mange. Vi har været op mod de 20 og måske lidt flere. Patient

Derfor har nogle af patienterne behov for, at undervisningen bliver tilpasset deres situation. Det kan fx være ved, at undervisningen foregår i mindre grupper med fx kun to til tre deltagere.

Derudover oplever nogle patienter, at de er tilbageholdende med at tilmelde pårørende til kurserne, da de er bekymrede for, om de så selv får mulighed for at få plads på kurserne.

”De sagde, at der ikke var så mange pladser, så jeg tænkte, hvis jeg nu også tilmelder en pårørende, så får jeg slet ikke nogen plads. Patient

Også medarbejdere har følt sig usikre på, om de kan tillade sig at optage en plads på kurserne. Selv om kursuskataloget nævner, at kurserne er både for patienter, pårørende og medarbejdere, er de bekymrede for, om de ved selv at deltage på kurset har taget pladsen fra en patient eller pårørende, som måske havde mere brug for kurset. Dette gælder især for medarbejdere, der har begrænset eller ingen patientkontakt i deres daglige arbejde.

4.4.2 Længden på lektionerne

I forhold til længden på lektionerne oplever kursisterne generelt, at den er tilpas. De oplever, at kurserne kan være intense, men de hyppige, indlagte pauser gør det lettere at fordøje stoffet. Det er vigtigt at holde pause mellem lektionerne, men det bliver der generelt også sørget for fra undervisernes side.

”Lektionerne er både rygevenlige og kaffevenlige. Det var dejligt at få pause og lige få rensset hjernen. Vi fik også at vide, at det var helt i orden, hvis man fik det dårligt, at gå midt i timen. Patient

4.4.3 Længden på kurserne

På de længere kursusforløb oplever kursisterne i nogle tilfælde, at kursernes indhold er for omfattende til kursernes varighed (fem til seks kursusgange). Kursisterne vurderer, at kursernes indhold er så væsentligt, at der dårligt kan skæres i det, men at den afsatte tid gør det vanskeligt at nå i dybden med stoffet.

”Det er klart at, de vil gøre det så godt, de kan indholdsmæssigt, og de har sikkert et mål. Men der skal også være pauser. Man behøver ikke nå målet, for bare man når lidt af det, så er det godt. Kvalitet er bedre end kvantitet. Det vigtigste er, at man kommer godt igennem bare en lille del af målet, så er kursisterne tilfredse, i stedet for, at man føler sig fyldt af indtryk, hvor man lige skulle puste ud. Selv jeg var fuld af indtryk, og hvis folk har større trængsler, end jeg har, så har det været en hård dag. Patient

Kursisternes aktive deltagelse i diskussioner og øvelser er essentiel for kursernes formidlingsform, og det kræver god tid at skabe det fornødne rum for diskussion.

” Vi var mange på holdet, så der kunne ikke have været mindre tid. Det ville ikke have været godt nok. Du skal kunne nå at runde emnerne af og drage omsorg for folk, så de ikke går og spekulerer bagefter. Medarbejder

Også medarbejderne, som kan have svært ved at finde tid til kurserne i en travl arbejdsdag, foretrækker, at antallet af kursusgange øges, frem for at indholdet på kurserne begrænses. Medarbejderne sætter pris på de diskussioner, som undervisningen resulterer i blandt kursisterne, fordi diskussionerne skaber refleksion og giver medarbejderne indsigt i patienter og pårørendes perspektiv på emnerne.

Da patienterne, de pårørende og medarbejderne har oplevet kurserne som berigende og værd at bruge tid på, har de gjort deres bedste for at deltage på alle de kursusgange, som de har meldt sig til.

Kursisterne på kurset i Mindfulness ville have foretrukket, at kurset lå om eftermiddagen frem for om formiddagen, da kurset var udmattende både fysisk og mentalt. Havde kurset ligget om eftermiddagen, ville de kunne tage hjem og slappe af bagefter.

” Nogle af dem, der ikke havde prøvet Mindfulness før, blev trætte og havde det underligt bagefter. Jeg skulle selv tilbage på mit arbejde. Det ville have været bedre, hvis det havde ligget om eftermiddagen, så man kunne tage hjem, for man var bombet bagefter. Medarbejder

For medarbejderne fungerer det fint med en halv dags kursus, fordi det giver dem mulighed for at nå en del af deres arbejde på den resterende del af arbejdsdagen. Men for medarbejdere, der arbejder langt fra Ballerup, er det en praktisk udfordring at nå både transport og kursus i løbet af en almindelig arbejdsdag.

4.4.4 Lange kursusforløb giver stærke bånd mellem kursisterne

På nogle af de lange kurser opstår der et stærkt bånd mellem kursisterne, som er med til at motivere kursisterne til deltagelse gennem hele kursusforløbet.

” Jeg glædede mig til at deltage. Jeg var ærgerlig over, at det skulle slutte. Der opstod en gruppedynamik på en måde, som jeg aldrig før har oplevet på et kursus. Vi har lavet en facebook-gruppe, hvor vi stadig har kontakt til hinanden. Det er ret imponerende. Det kan kun ske, hvis underviserne skaber et rum, hvor folk føler sig trygge. Pårørende

Kursisterne fortæller, at jo længere kursusforløb, desto mere tager kurset form efter kursisternes input og erfaringer – og desto stærkere bliver gruppedynamikken på holdet. Og omvendt: Jo kortere kursusforløb, desto mere bliver underviserens faglighed bærende for kurset, da der ikke er den samme tid til skabe de trygge rammer, der gør, at deltagerne byder ind. De fleste kursister foretrækker derfor de længere kurser, fordi disse forløb i højere grad gør det muligt at lade undervisningen tage udgangspunkt i kursisternes egne erfaringer.

” Det var fint med seks kursusgange. Seks gange gør, at man når at danne en gruppe. Og det var faktisk helt følelsesladet på den sidste session, vi havde. Det var meget følsomme emner, man åbner op for og kommer ind på hinanden. Og derfor var det også helt svært at sige farvel sidste gang. Medarbejder

Ved afslutningen af de længere kurser har kursisterne haft svært ved at tage afsked med hinanden og har sørget for at få hinandens kontaktdata.

4.4.5 De fysiske rammer

Kursisterne beskriver skolens fysiske rammer som rigtig gode. Belysningen og luften i lokalerne er behagelig. Lokalerne er hyggelige, flotte, lyse, moderne, og det er dejligt, at der er græs omkring skolen, så der er mulighed for at gå uden for. Caféen giver mulighed for både socialt samvær og mulighed for at kursisterne kan holde sig for sig selv, hvis de trænger til. Det er godt, at der er et fællesrum med adgang til kaffe og te i pauserne, og det er rart ifølge patienterne, at de administrative medarbejdere henter kaffe samme sted som patienterne.

”Det er ikke sygehusagtigt, det er lyst og nyt, det betyder meget for mig, fordi jeg synes, vi kommer ind i sådan noget, hvor det er meget klinikagtigt, det er det jo slet ikke. Patient

4.5 Patienter kan være sårbare kursister

For patienterne kan tiden umiddelbart før undervisningen være svær. Flere af patienterne har svært ved at komme ud af døren derhjemme, fordi de skal møde nye mennesker. Andre har det i perioder for dårligt til at tage offentlige transportmidler til skolen og er nødt til at få hjælp fra pårørende til at komme til skolen, da det ellers bliver for uoverskueligt at komme derhen.

Når patienterne møder op til undervisning på Skolen for Recovery, oplever de nogle gange antallet af deltagere på kursusholdet som overvældende.

Samtidig har nogle patienter oplevet, at tempoet i undervisningen går for stærkt, så de ikke kan følge med, eller at undervisningen er for indholdsmeget, så det er svært at nå at fordøje de mange indtryk.

Dertil kommer, at nogle patienter har svært ved at deltage i par- og gruppearbejde, da det kan være svært at fortælle om meget personlige erfaringer til en fremmed, som måske endda er medarbejder. Derfor vil det, ifølge patienterne, være en god ide, hvis underviserne ved opstart af undervisningen tydeliggør, at det er okay at sidde over et øjeblik eller at lave øvelserne på anden vis fx i større grupper eller alene.

”Oftest skulle vi løse opgaverne i grupper, og der havde jeg svært ved at åbne mig for en fremmed i de ti minutter, vi havde. Der havde jeg måske ønsket at gøre det selv, men jeg kan også godt se, det er en del af miljøet. Det tog mig lang tid før, jeg havde det godt med det. Vi fik værktøjerne, og jeg havde det godt med, når jeg selv sad og arbejdede med det. Det med at sidde med en fremmed – det havde jeg det ikke godt med. Patient

4.5.1 Et nederlag at stoppe med at deltage i undervisningen

At nogle af patienterne stopper med at deltage i undervisningen, eller slet ikke får mulighed for at møde op til undervisningen, fordi de ikke kan rumme kurset eller flere kurser på samme tid, gør dem kede af det. Patienterne oplever, at de lider et nederlag, og at de ikke magter at tage hånd om deres egen recovery.

”Han magtede ikke at gennemføre [kurset] På den måde var udbyttet ikke super godt. Det var sgu lidt et nederlag for ham. Pårørende

Også de øvrige kursister oplever det som negativt og ubehageligt, når en patient får det for dårligt til at kunne fuldføre undervisningen. Hvis en deltager stopper, vil det være en fordel, hvis underviserne tager en samtale med vedkommende for at spørge, hvordan de bedst kan hjælpe patienten med at komme videre, så patienten oplever så lille et nederlag som mulig, og så de kan fortsætte deres recovery-proces på anden vis.

4.6 Kursisternes forslag, idéer og ønsker

4.6.1 Forslag til supplerende undervisningstemaer

Nogle af patienterne efterspørger undervisning i sammenhængen mellem somatiske sygdomme og psykiske symptomer, ligesom stresshåndtering kunne være et godt supplement til den eksisterende undervisning.

Blandt medarbejderne ønsker nogle, at Skolen for Recovery i fremtiden får mulighed for at udvide kursusudbuddet til også at omfatte emner som angst, depression og spiseforstyrrelser.

4.6.2 Særlige kurser til pårørende

Kursisterne foreslår, at det vil være givende, hvis der var kurser, som er målrettet pårørende, så de kan få information om, hvordan det er at være pårørende til en person med psykisk sygdom, og fordi mange pårørende går og ”bokser” med de samme ting som pårørende.

”Jeg tror, det vil være rigtig givende, hvis det var nogle kurser, der var målrettet pårørende, så de også havde frihed til at sidde og sige: Men hvad fanden skal jeg gøre, når hun bare er mere og mere syg, fordi det har man jo heller ikke lyst til at sige foran sin datter. Patient

Kursisterne foreslår desuden, at der kunne køre sideløbende kursusforløb med henholdsvis patienter og pårørende, hvor pårørende og patienterne kunne mødes en af de sidste kursugange for at udveksle erfaringer.

4.6.3 Behov for opsamlingsskema til sidst

Ved undervisningens afslutning har patienterne behov for at få sammenfattet de fem vigtigste ting fra undervisningen i et opsamlingsskema til kursistens eget brug på et papir, så de kan minde sig selv om det vigtigste, de har lært på kurset.

4.6.4 Skolen som forum til at give feedback til psykiatrien

Kursisterne foreslår, at skolen kan fungere som et forum, hvor patienter og pårørende kan give tilbagemeldinger og feedback til det psykiatriske system. De oplever, at der kommer meget brugbar viden frem på kurserne, som kan være med til at forbedre forholdene i psykiatrien.

4.6.5 Mulighed for at mødes igen og fastholde det nye netværk

Flere patienter og pårørende nærer et stort ønske om at mødes igen, når undervisningen er afsluttet. De tætte bånd, der knyttes i kursuslokalet, er svære at give slip på, når kurset ender, og nogle af patienterne har ikke særlig stærke netværk uden for skolen.

Kursisterne foreslår, at de kan mødes igen fysisk på skolen, i løbe-grupper, på en café eller skolens café, via en hjemmeside eller facebook-gruppe for kursister. Patienterne vil gerne selv bidrage til at drive disse tiltag, men har brug for hjælp fra Skolen for Recovery til at sætte det i værk.

4.6.6 Mere reklame for skolen

Kursisterne foreslår, at der bliver reklameret mere for skolen. Flere kursister beskriver, at de har fundet skolens folder ved et tilfælde, eller at de er blevet gjort opmærksomme på skolen ved en samtale ved en tilfældighed. Derfor opfordrer de til, at kendskabet til skolen udbredes, da der er meget få, der kender skolen.

4.6.7 Kursuskatalog og små videofilm

I kursuskataloget savner patienterne en beskrivelse af, hvilket funktionsniveau kurserne kræver af deltagerne for, at de kan få udbytte af undervisningen. Fx at det er en fordel, hvis deltagerne har overskud til at læse og lytte. Derudover savner patienterne, at det står beskrevet, hvor mange personer, der må deltage på kurserne, så de ved, hvor mange deltagere, de kan forvente at møde første gang til undervisning.

Som supplement til kursuskataloget har patienter og pårørende behov for, at de kan tilgå kursusbeskrivelserne via små videofilm. Det kunne hjælpe til, at patienterne, der har tilmeldt sig, føler sig mere trygge ved at møde op til undervisningen ved at have set både lokale og underviser på forhånd.

”Sådan en video, hvor underviseren siger: Hej vi glæder os til, du kommer på kurset på onsdag, og nu skal du høre, hvad vi skal lave på onsdag: Først skal vi det, og så skal vi det.... Altså så man virkelig føler sig taget ved hånden. Pårørende

4.6.8 Bedre skiltning til Skolen for Recovery

Når patienter ankommer som kursister til Skolen for Recovery ville det øge deres tryghed, hvis det bliver angivet tydeligt med skiltning, at der er tale om en skole og ikke en psykiatrisk afdeling.

5 Fælles opsamling

5.1 Undervisningen er til stor glæde for kursisterne

Denne fælles opsamling er udarbejdet med udgangspunkt i resultaterne af både spørgeskemaundersøgelsen og interviewundersøgelsen. Begge undersøgelser viser, at patienter, pårørende og medarbejdere overordnet er meget tilfredse med undervisningen, og at udbyttet af undervisningen er til stor glæde for kursisterne. Skolen for Recovery er kommet rigtig godt fra start, og der har været stor efterspørgsel på kurserne og ventelister på seks ud af ni kurser.

Kursisterne oplever helt konkret, at kursernes indhold er relevant for dem, og at formidlingen af stoffet er god. De roser undervisningsformen for at være afvekslende og holde en god balance mellem oplæg, øvelser og refleksion. Kursisterne sætter stor pris på, at undervisningen bliver varetaget af et team af to undervisere – én med brugererfaring og én med fagspecifik baggrund. Underviseren med brugererfaring gør kursusindholdet troværdigt og nærværende, og det giver kursisterne håb at se en bruger, der er tilstrækkeligt recovered til at kunne undervise.

Overordnet får kursisterne et brugbart udbytte af undervisningen, fordi samværet mellem kursisterne og underviserne er ligeværdigt, og fordi kursisterne oplever erfaringsudvekslingen mellem patienter, pårørende og medarbejdere som berigende. Kursisterne er generelt blevet klogere på, hvad recovery-tankegangen og psykisk sundhed er, og både patienter og pårørende nævner, at kurserne har givet dem en række værktøjer, som de kan anvende i recovery processer.

Efter undervisningen på Skolen for Recovery føler patienterne sig bedre i stand til at tage hånd om deres egen recovery proces samtidig med, at undervisningen giver dem øget håb og mere struktur i deres hverdag. For de pårørende giver undervisningen mulighed for at spejle sig i andre i samme situation, hvilket giver både håb og trøst. Medarbejdere får indsigt i og bliver inspireret til, hvordan de kan arbejde recovery orienteret, og deres kursusdeltagelse har gjort dem trygge ved at henvise patienter, pårørende og andre medarbejdere til undervisning på skolen.

5.2 Mulige optimeringer af Skolen for Recovery

Udover de forslag, idéer og ønsker, som kursisterne nævner i interviewundersøgelsen (jævnfør afsnit 4.6 på side 27), anbefaler Enhed for Evaluering og Brugerinddragelse, at Skolen for Recovery overvejer følgende muligheder for at optimere enkelte områder af Skolen af Recovery:

Mulige optimeringer af Skolen for Recovery

- Lang transport til Skolen for Recovery er på forskellig vis udfordrende for både patienter, pårørende og medarbejdere. Overvej derfor at udbrede undervisningen ved at afholde kurser på andre lokaliteter end i Ballerup, for på den måde at imødekomme efterspørgslen fra alle tre målgrupper.
- Kursisterne nævner en række emner, som Skolen for Recovery også kunne have på programmet, enten integreret i de eksisterende kurser eller som selvstændige, nye kurser. Overvej derfor at tilbyde kurser eller kursuslektioner om fx angst, depression, spiseforstyrrelser, stresshåndtering og somatiske sygdommes samspil med psykiske sygdomme.

- Indholdet på kurserne opleves i nogle tilfælde som meget komprimeret og svært at nå igennem på den afsatte tid. Overvej derfor at udvide antallet af kursusgange, så der bliver bedre tid til at tage hånd om de problemstillinger, som kursisterne har behov for at diskutere undervejs i undervisningen. Eller at reducere indholdet i undervisningen, så det passer til kursets varighed.
- Undervisningens teoretiske niveau nævnes som en udfordring af nogle kursister. Mens patienter og pårørende har en tendens til at finde teorien ”for teoretisk”, oplever medarbejderne til dels teorien som velkendt stof, der behandles for overfladisk. Overvej derfor at tilrette det teoretiske indhold, så det bliver mere relevant for de kursister, der ikke kender teorien i forvejen.
- Kursisterne sætter stor pris på, at patienter, pårørende og personale deltager på samme kursushold. Det kan dog være begrænsende at være på kursus med patienter eller pårørende, som kursisten har en relation til. Overvej derfor i kursuskataloget at tydeliggøre fordele og ulemper ved at patienter, pårørende og medarbejdere, der kender hinanden, deltager på samme kursus, så de eventuelle begrænsninger ikke kommer bag på kursisterne.
- For nogle patienter er det en stor overvindelse at møde op til undervisningen på Skolen for Recovery. Overvej derfor at udvikle en velkomst-video, hvor kursisterne kan se lokalerne og underviserne, når de tilmelder sig, og optimér gerne skiltningen uden for skolen. Overvej samtidig hvordan kursuskataloget kan gøre patienterne tryggere forud for kursusstart ved at tydeliggøre i kursuskataloget, hvor mange deltagere, der vil være på holdet, samt hvilket funktionsniveau kursusdeltagelse forudsætter.
- Nogle patienter stopper kurserne uventet, fordi det er for krævende at deltage i undervisningen. Disse patienter har behov for at blive taget hånd om fra skolens side, så deres ophør på skolen ikke bliver et nederlag. Overvej derfor at følge op på de kursister, der falder fra kurserne eller ikke møder op til kurserne.

5.3 Udviklingsområder og visioner ifølge Skolen for Recovery

Udover forslagene til overvejelser ovenfor, har Skolen for Recovery selv en række forslag til udviklingsområder og visioner. Disse bliver beskrevet i det følgende.

5.3.1 Udviklingsområder

På skolen arbejder vi løbende med at skabe den bedst mulige undervisning og gode resultater. Som ny-startet tilbud kræver det løbende tilpasninger og justeringer, og den respons som vores kursister er kommet med i efteråret 2015 og de data, der er indsamlet via spørgeskemaer, giver ligeledes inspiration til forbedringer. Det ses for eksempel at alderen på kursister er relativt jævnt fordelt, men man kunne fremover vælge en øget rekrutteringsindsats målrettet overfor den unge del af målgruppen fra 18 til 30 år. Fremadrettet kan også vælges en indsats for at få flere mandlige kursister. Det kan være både i skolens kommunikation, men også i kursusindhold. Dog forventes det ikke at opnå en helt ligelig fordeling af kvindelige og mandlige kursister, da der blandt medarbejdere i psykiatrien er ansat langt flest kvinder.

Allerede gennem efteråret 2015 er der sat ind for, at så mange kursister som muligt kunne deltage på kurserne, og ved frafald og fravær er kursister fra ventelisterne blevet kontaktet og tilbudt en plads. Hertil

kommer, at der helt grundlæggende på skolen arbejdes aktivt med, at skabe et trygt undervisningsmiljø hvor læring og udvikling skabes i fællesskab. Målet er, at kursisterne føler sig som en integreret del af en gruppe og opnår en fællesskabsfølelse, der bidrager til at mindske fravær. Skolens målsætning om et henholdsvis fravær og frafald på maksimalt 20 % er kun delvist opnået. Et bidrag til fremover at forsøge at mindske fravær og frafald yderligere vil være at søge inspiration hos tilsvarende tilbud, fx de engelske Recovery Colleges.

Et væsentligt mål for skolen fremover er at opnå en mere ligelig fordeling af de tre målgrupper: patienter, pårørende og medarbejdere. I efterårssemestret 2015 har over halvdelen af kursisterne været patienter, men fokus og kommunikation målrettes yderligere fremover, så flere medarbejdere såvel som pårørende finder vej til Skolen for Recovery. Over vinteren har skolens undervisere på både forespørgsler udefra og eget opsøgende arbejde været rundt til interessenter og præsentere skolen og kurserne. De seneste oplæg er afholdt på specialuddannelsen for sygeplejersker, til et arrangement i samarbejde med VIBIS, på Region Hovedstaden Psykiatrisk store sygeplejesymposium og på uddannelsen for Medarbejdere med Brugserfaring. Dette er i tillæg til de mange øvrige oplæg og arrangementer afholdt i efterårssemestret.

Der vil fremover ligeledes fokuseres yderligere på at ramme de centre, hvorfra der kun kommer få kursister fra. Dette både i form af en øget kommunikationsindsats samt undersøge muligheden for at afholde kurser på andre lokaliteter end på Psykiatrisk Center Ballerup.

På baggrund af kursisterne evalueringer og erfaringerne fra pilotprojekt-perioden fremhæves her de væsentligste udviklingsområder for Skolen for Recovery.

Skolen for Recovery ønsker fremover:

- At opnå en mere ligelig fordeling af de tre målgrupper: patienter, pårørende og medarbejdere på vores kurser.
- At videreudvikle vores kurser i samarbejde med vores målgrupper og eksterne samarbejdspartnere, så kursisternes udbytte af kurserne skærpes yderligere.
- Forsat at skærpe fokus på hvordan Skolen for Recovery som et tilbud, der dækker alle regionens centre, i højere grad kan tiltrække kursister fra hele regionen og/eller tilbyde kurser rundt om i regionen.
- At sikre at Region Hovedstaden Psykiatri som helhed systematisk bidrager med sundhedsfaglige og fagprofessionelle undervisere til skolen.
- At udvikle et kort forløb med kompetencegivende undervisning til interne såvel som eksterne undervisere på skolen for at skærpe deres didaktiske profil og skabe et fælles grundlag for undervisningen.
- At iværksætte kvalitativ og kvantitativ forskning til skolen i løbet af 2016 indenfor læring og recovery.
- At udarbejde en elektronisk tilmeldingsformular på skolens hjemmeside for at frigive administrativ kapacitet.

5.3.2 Visioner

Forudsat at Skolen for Recovery gøres til et permanent og blivende tilbud i Region Hovedstadens Psykiatri er visionerne for skolen:

- Også fremover kunne inspirere og bidrage til øget håb, muligheder og empowerment hos kursisterne.

- At kunne påvise at Skolen for Recovery bidrager til at kursister (patienter og pårørende) får vedvarende udbytte af skolens kurser i form af øget livskvalitet, samt at medarbejderne tilegner sig øgede kompetencer til at kunne understøtte patienternes recoveryproces.
- At bidrage til en reel forandring i psykiatriens kultur og praksis i en recovery-orientering retning.
- At skabe et stærkt partnerskab med kommunerne til gavn for kursisterne.
- At skabe et samarbejde med uddannelsesinstitutioner, hvorfra skolen kan hente eksterne undervisere og omvendt selv bidrage/afholde kurser på disse uddannelsesinstitutioner (fx sygeplejerskeuddannelsen og medicinstudiet).
- At sikre et tættere samarbejde med bruger- og interesseorganisationer.

Du oplever de andres måder at have deres issues på. Jeg synes, det er så bekræftende de der gange, hvor man har oplevet andre får den her aha-oplevelse. Vi havde et par gange, hvor der pludselig er en eller anden der siger "gud er det sådan, det hænger sammen, hvor er jeg glad for det her". Man kan bare se, hvordan de rykker sig. Det er simpelthen så bekræftende. Det er bekræftende at kunne dele den glæde med andre.

Patient

Jeg har været på et kursus, der gav en introduktion til recovery. Før kendte jeg ikke rigtig begrebet. Nu har jeg fået viden om, hvad det er. Men jeg oplevede også, at det skete, mens vi var her. At folk kom sig – eller blev "recovered". Det var interessant. Vi fik det ikke bare ind i hovedet eller øret. Vi kunne se det ske!

Pårørende

At høre erfaringerne fra patienter og pårørende: Hvordan klarer man sig, når man bliver udskrevet fra et hospital? Hvordan er det at være pårørende til en psykisk syg patient? Hvordan er det at leve med sin angst? Det giver mig et vigtigt indblik i mit arbejdsfelt.

Medarbejder

Enhed for Evaluering og Brugerinddragelse

Nordre Fasanvej 57
2000 Frederiksberg

Telefon: 38649966

E-mail: eeb@regionh.dk

www.patientoplevelser.dk