



Årsrapport 2011

Nasjonalt Kompetansesenter for læring og mestring

INNHOOLD

Forord	3
Nasjonalt kompetansesenter for læring og mestring	4
Lærings- og mestringssentrene arbeidsmåte og grunntanke	5
Samarbeidspartnere og støttespillere	5
Referansegruppen	5
Aktiviteter i 2011	6
Fag- og prosjektutvikling	6
SMIL – Styrket mestring i livet	6
Prosjekt Nasjonalt nettverk for læring og mestring – Psykisk helse og rus	7
Satsing på målgruppen ungdom og unge voksne	8
Prosjektet Starthjelp – om familie og mestring	10
Revisjon av Standard metode	11
Veileder til utvikling av helsepedagogisk kompetanse	11
Forskning	12
Forskningsøknad	12
Kartlegging av status innen lærings- og mestringsevne i Norge	12
Forskning i regi av Nasjonalt kompetansesenter for læring og mestring	12
Forskningsproduksjon	12
Antatt for publisering	13
Kommunikasjon og kompetansespredning	14
Etablerte kvalitetsverktøy	14
Nasjonal kursdatabase	14
Samarbeidspartnere og nettverk	14
Konferanser i regi av NK LMS	16
Presentasjoner i forbindelse med konferanser eller seminarer	17
Høringssvar/uttalelser/Fagartikler	18
Øvrig informasjonsarbeid	18
NK LMS' verv	18

År 2011 har vært et omstillingsår for Nasjonalt kompetansesenter for læring og mestring (NK LMS) med skifte av lokalisering og ny ledersituasjon. Endringene til tross, det siste året er tilbakelagt med målrettet aktivitet og omfattende engasjement.

Med utgangspunkt i NK LMS' strategiplan 2009-2013, samt overordnet handlingsplan for perioden, oppsummerer denne årsrapporten senterets aktivitet innen fagutvikling, forskning, kommunikasjon og kompetansespredning. NK LMS har i 2011 bidratt aktivt i å understøtte lærings- og mestringsvirksomhet både i kommune- og spesialisthelsetjenesten gjennom utviklingsarbeid og kompetanseformidling.

Når dette forordet skrives har vi nylig vært medarrangører av den første nasjonale erfaringskonferansen om utvikling av kommunal lærings- og mestringsvirksomhet, 15 år etter at det første Lærings- og mestringscenteret (LMS) ble etablert ved Aker sykehus. Siden den gang har NK LMS

ledet den nasjonale satsingen med å forankre en arbeidsform basert på brukermedvirkning i likestilt samarbeid mellom brukere og fagfolk. Med Samhandlingsreformen økes behovet for en nasjonal kompetansetjeneste som fremmer pasient- og pårørendeopplæring i et lærings- og mestringsperspektiv.

Vår virksomhet er i stor grad basert på samhandling med en rekke instanser innen spesialisthelsetjenesten, kommunehelsetjenesten og brukermiljøet. En stor takk til alle dere som har bidratt i arbeid knyttet til Nasjonalt kompetansesenter for læring og mestring i 2011.

Siw Bratli
Faglig leder, NK LMS
Juni, 2012

NASJONALT KOMPETANSESENTER FOR LÆRING OG MESTRING

NK LMS er organisert i Oslo universitetssykehus HF, med mandat som gitt ved Helse- og omsorgsdepartementet. Våre arbeidsoppgaver knyttet til feltet læring og mestring innen pasient- og pårørendeopplæring er regulert av Veileder til Forskrift nr 1706 av 17. desember 2010 § 4-6.

Vårt overordnede mål er å understøtte lærings- og mestringsevne i helsetjenesten gjennom fagutvikling, forskning og kompetansespredning. Våre viktigste oppgaver er å samle, bygge og formidle kunnskap og kompetanse innen fagfeltet. Vi skal også iverksette tiltak for å sikre likeverdig tilgang til nasjonale kompetansetjenester samt bidra til implementering av aktuelle nasjonale retningslinjer og kunnskapsbasert praksis.¹

Pasient- og pårørendeopplæring er en av spesialisthelsetjenestens fire hovedoppgaver (Lov om spesialisthelsetjeneste, 2001, § 3-8). I lys av dette har etablering av lærings- og mestringssentre (LMS) vært en nasjonal satsning for å styrke helseforetakenes ressurser i opplæringsvirksomheten – innen spesialisthelsetjenesten.

Det er per 2011 etablert 63 lærings- og mestringssentre over hele landet. Disse er primært knyttet til spesialisthelsetjenesten, kun ett er kommunalt. Sentrenes regionsvise fordeling samt tilknyttede befolkningsgrunnlag er illustrert i tabell 1.

Tabell 1. Oversikt: Befolkningsgrunnlag, antall helseforetak (HF) og sykehus med driftsavtale, samt regionale og lokale lærings- og mestringssentre (R-LMS og LMS) i de respektive helseregioner.²

Helseregion	Befolkningsgrunnlag	HF/Sykehus	R-LI
Helse Sør-Øst	2 700 000	14	
Helse Vest	1 000 000	4	
Helse Midt-Norge	700 000	5	
Helse Nord	446 000	5	
Samlet	4 846 000	28	

Lærings- og mestringssentrene tilbyr diagnosespesifikke og generelle tilbud, samt helsepedagogisk opplæring for fagpersoner og brukerrepresentanter/erfaringskonsulenter. Fordelingen av lærings- og mestringstilbud varierer fra ett senter til et annet, både hva gjelder antall og type tilbud.³

I kraft av Samhandlingsreformen er det igangsatt en rekke kommunale prosjekter med sikte på å etablere lærings- og mestringssentre, frisklivs- og mestringssentre, samt lærings- og mestringstjenester knyttet til frisklivssentraler eller andre aktuelle kommunale instanser

Med et utvidet nedslagsfelt, styrkes lærings- og mestringsevne nasjonalt og bidrar til et mer helhetlig og likeverdig tjenestetilbud for pasienter og pårørende.

2. Helse og omsorgsdepartementet (2010): Arbeid for helse NOU 2010:1, samt www.mestring.no

3. NK LMS (2011). Virksomheten i norske lærings- og mestringssentre per november 2009. NK LMS 3/2010, Oslo universitetssykehus HF. http://mestring.no/om_lms/virksomheten_i_lms

NK LMS (2012). Notat: Kartlegging av tilbud ved lærings- og mestringssentrene innen feltet psykisk helse og rus. NK LMS Notat 1/2012, Oslo universitetssykehus HF.

1. For nærmere beskrivelse av oppgaver for nasjonale kompetansetjenester, se http://www.regjeringen.no/pages/36565840/Veileder_nasjonale_tjenester.pdf

LÆRINGS- OG MESTRINGSENTRENE ARBEIDSMÅTE OG GRUNNTANKE

Lærings- og mestringssentrenes arbeidsmåte omtales ofte som Standard metode. Arbeidsmåten innebærer at tilbud utvikles, gjennomføres og evalueres i kraft av likestilt samarbeid mellom erfarne brukere og fagpersoner.

Arbeidsmåten, der brukermedvirkning står sentralt, er en pedagogisk tilnærming. Hensikten er å fremme helse gjennom tilbud og tjenester som er tilpasset brukernes behov. Samarbeidet bidrar til å kvalitetssikre helsetilbudet.

Standard kriterier ved valg av erfarne brukere er følgende:

- brukerne skal selv ha hatt sykdommen en stund, eller være nære pårørende
- brukerne skal ikke alltid synes det har vært lett, men bør ha bearbeidet situasjonen slik at de takler situasjonen relativt bra.
- brukerne skal kjenne andre i samme situasjon, slik at de er klar over at ikke alle har det akkurat slik som dem.

Ulike sider ved arbeidsmåten er beskrevet på NK LMS' nettsider: <http://mestring.no>.

SAMARBEIDSPARTNERE OG STØTTESPILLERE

NK LMS samarbeider med følgende aktører innen feltet pasient- og pårørendeopplæring:

- Lærings- og mestringssentre og kommunale lærings- og mestringsaktører
- Regionale helseforetak
- Helsedirektoratet og Barne-, ungdoms- og familiedirektoratet
- Utdanningsinstitusjoner og forskningsmiljøer
- Funksjonshemmedes Fellesorganisasjon (FFO), Samarbeidsforumet av funksjonshemmedes organisasjoner (SAFO) og deres medlemsorganisasjoner
- Kommunesektorens interesse- og arbeidsgiverorganisasjon (KS)

REFERANSEGRUPPEN

NK LMS' referansegruppe har i 2011 bestått av:

- Sigrid Askum (KS) Sindre Børke (FFO)
- Unni Dahl (Helse Midt-Norge RHF)
- Anne Margrete Fletre (tidligere leder ved NK LMS)
- Anne Nicolaysen (FFO)
- Tove Klæboe Nielsen (Helse Nord RHF)
- Hilde Rudlang (Helse Vest RHF)
- Wenche Sørfonden (Universitetet i Nordland)
- Tore Topp (SAFO)
- Martha Østbye (Helse Sør-Øst RHF)

AKTIVITETER I 2011

NK LMS' Strategiske plan – utviklingsperspektiv 2009-2013 ligger, sammen med mandatet, til grunn for virksomhetens satsingsområder. I 2011 har NK LMS hatt spesiell fokus på fag- og prosjektutvikling innen feltet psykisk helse og rus, ungdom og unge voksnes helse, i tillegg til utvikling av forskningssøknader og -artikler, samt kompetanse- og kvalitetsverktøy.

FAG- OG PROSJEKTUTVIKLING

NK LMS' satsingsområder innen fag- og prosjektutvikling har i 2011 omhandlet styrking av lærings- og mestringstjenester innen feltet psykisk helse og rus, samt å øke opplæringstilbudet knyttet til barn, ungdom og unge voksne og deres nærstående.

SMIL – STYRKET MESTRING I LIVET

I forlengelse av utviklingsprosjektet SMIL (2008/09) har NK LMS opprettholdt satsingen på forebyggende og helsefremmende psykisk helsearbeid for barn, unge og deres familier. Vi har prioritert en videreføring av SMIL 2010-12 med fokus på implementering i alle helseregioner, med utgangspunkt i den infrastrukturen som LMS-nettverket representerer. Fornyet tilskudd fra Helse- og omsorgsdepartementet (HOD) i 2010 og 2011 ligger til grunn for videreføringen av prosjektet.

Senteret har tildelt implementeringsmidler for å støtte lokale initiativtagere i 2010 og 2011. SMIL-grupper har vært gjennomført, eller er under planlegging i alle helseregioner:

- Helgelandssykehuset HF, LMS Mo i Rana

og Rana kommune

- Helse Fonna, Klinikk for psykisk helsevern, LMS psykisk helsevern Valen sykehus, Karmøy DPS og Karmøy kommune
- Universitetssykehuset Nord-Norge HF, LMS Narvik
- Universitetssykehuset Nord-Norge HF, LMS Harstad
- St. Olav Hospital HF, LMS Nidaros DPS
- Diakonhjemmet Sykehus, Voksenpsykiatrisk avdeling Vinderen, Ressurssenter for psykisk helse
- Oslo Universitetssykehus HF, Ullevål, LMS barn
- Akershus Universitetssykehus HF, Senter for helsefremmende arbeid og bydel Grorud/Stovner
- Sørlandet sykehus HF, LMS Flekkefjord
- Sørlandet sykehus HF, LMS Kristiansand
- Sørlandet sykehus HF, LMS Arendal

I prosjektperioden har NK LMS samlet erfaringer fra gjennomføringen av gruppetilbudet, samt stått ansvarlig for oppfølging og veiledning av de lokale initiativtakerne. I tillegg har senteret arrangert felles opplærings- og veiledningsdager for både fagpersoner og brukerrepresentanter involverte i SMIL. Det er videre utformet en guide for gjennomføringen av gruppetilbudet. Hensikten med guiden er å formidle et grunnkonsept for implementering og

FAG- OG PROSJEKTUTVIKLING

gjennomføring, fulgt av praktiske råd og tips, samt faglige forankringer og retningslinjer. Guiden er tilgjengelig på NK LMS' hjemmeside: www.mestring.no.

I tillegg er SMIL faglig vurdert og beskrevet på UNGSINN, kunnskapsdatabasen for virksomme tiltak innen barn og unges psykiske helse: www.ungsinn.uit.no.

Sentrale samarbeidspartnere

- Barns Beste
- Voksne for barn
- Landsforeningen for pårørende innen psykiatri
- BAR - barn av rusmisbrukere
- Barn og unge, AEF
- Helse- og velferdsetaten i Oslo kommune
- Selvhjelp Norge
- Vestre Viken HF, LMS Blakstad
- Ungsinn
- Nasjonalt kompetansesenter for psykisk helsearbeid (NAPHA)
- Nasjonalt senter for erfaringskompetanse innen psykisk helse (NASEP)
- RBUP Øst og Sør

PROSJEKT NASJONALT NETTVERK FOR LÆRING OG MESTRING – PSYKISK HELSE OG RUS

Prosjektet Nasjonalt nettverk for læring og mestring innen feltet psykisk helse og rus ble rundet av høsten 2011.

Nettverksprosjektet har hatt til hensikt å løfte psykisk helsevern og rusfeltet. Gjennom prosjektet ønsket NK LMS å få en oversikt over aktivitet, ressurser og sentrale utfordringer/ problemstillinger innen feltet. Dette som et grunnlag for å avdekke utviklingsområder og gi retning til videre satsing.

Med utgangspunkt i prosjektets handlingsplan er følgende målsetninger nådd:

- et etablert nettverk for erfaringsutveksling og kompetanseformidling
- et fag- og erfaringsseminar for fagpersoner og brukerrepresentanter involvert i lærings- og mestringsarbeid innen psykisk helse- og rusfeltet
- en kartlegging av LMS-tilbud innen feltet, samt sentrale problemstillinger og forhold

Hva gjelder kartleggingsundersøkelsen, viser resultatene at det finnes et variert tilbud i samtlige helseregioner. Kartleggingen avdekker imidlertid at det er liten grad av systematisk satsing. Tilbudene er ujevnt fordelt, og det er grunn til å se nærmere på likhet/ulikhet i tilbud på landsbasis. Spesielt relevant er en styrking av tilbud for ungdom, unge voksne og eldre hva gjelder større

variasjon i tilbud og jevnere fordeling med hensyn til typer av diagnoserettede eller tilbud på tvers av diagnoser.

Hovedtendensen er at det gjennomføres klart flest lærings- og mestringstilbud for pårørende, og relativt få for pasientene selv.

Vi ser behov for systematisk arbeid knyttet til kunnskaps- og modellutvikling. Implementering av Samhandlingsreformen gir muligheter for å videreutvikle samarbeid og styrke forankring av lærings- og mestringstjenester innen feltet psykisk helse og rus (Se Notat, NK LMS 1/2012).

I prosjektperioden er samarbeid innledet med aktuelle aktører innen feltet, deriblant Nasjonalt kompetansesenter for psykisk helsearbeid (NAPHA), Nasjonalt senter for erfaringskompetanse (NASEP) og Selvhjelp Norge.

Erfaringene fra prosjektet synliggjør at Nasjonalt nettverk for læring og mestring innen feltet psykisk helse og rus svarer på reelle behov. Fagmiljøet anser det som nyttig og viktig med en felles nasjonal arena. NK LMS prioriterer som følge en koordinering av nettverket også i 2012.

SATSING PÅ MÅLGRUPPEN UNGDOM OG UNGE VOKSNE

Med utgangspunkt i NK LMS' satsing på målgruppen ungdom og unge voksne har det blitt iverksatt ulike tiltak. Disse omhandler utvikling av prosjektsøknad, møtevirksomhet med ulike

aktører, samt gjennomføring av prosjekt for å løfte fram unges stemmer om deres situasjon og behov, samt bidrag for å gjennomføre konferanse med fokus på unges helse.

Kartlegging av tilbud for ungdom og unge voksne som har langvarige helseutfordringer

NK LMS initierte i 2011 møtevirksomhet med Helsedirektoratet, Unge funksjonshemmede (UF) og Norsk forening for unges helse (NFUH). Hensikten var å undersøke muligheter for samarbeid og økonomisk støtte til et fagutviklingsprosjekt knyttet til målgruppen.

I denne forbindelse fikk NK LMS i oppdrag fra Helsedirektoratet å gjennomføre en kartleggingsundersøkelse av gruppebaserte tilbud for ungdom og unge voksne som har langvarige helseutfordringer. Et tilskudd tilsvarende kr. 97000 for et prosjekt på 3 måneder lå til grunn for oppdraget.

Prosjektet ble gjennomført i regi av NK LMS i samarbeid med Unge funksjonshemmede og Norsk forening for unges helse i siste del av 2011.

Følgende instanser fikk tilsendt spørreundersøkelsen: lærings- og mestringssentre, habiliterings- og rehabiliteringsinstitusjoner (voksne og barn), frisklivssentraler, familiesentre/familiens hus, organisasjoner tilknyttet Funksjonshemmedes Fellesorganisasjon (FFO) og Samarbeidsforumet av funksjonshemmedes organisasjoner (SAFO).

Av de 404 ulike instansene som fikk tilsendt elektronisk spørreundersøkelse svarte 221. Halvparten av disse sier de ikke har tilbud for målgruppen. Videre opplever 46 % av respondentene en etterspørsel etter tilbud som de ikke har kapasitet til å tilby. Av de deltakende instansene, har 48 % tilbud for unge. Respondenter fra habiliteringstjenesten og brukerorganisasjonene oppgir oftest at de har tilbud, mens det relativt sett finnes færrest tilbud i regi av kommunale enheter. Tilbudene som gis er i hovedsak diagnosespesifikke (72 %).

Funn fra kartleggingen understøtter behovet for et nasjonalt løft hva gjelder pasientopplæring for ungdom og unge voksne med langvarige helsetjenester, med særlig vekt på gruppebasert undervisning. NK LMS, UF og NFUH understreker behovet for at en nasjonal strategi for ungdomshelse. Målet er likeverdige tjenester for unge som har langvarige helseutfordringer. For fullstendig rapport, se www.mestring.no.

Prosjektet Ung medvirkning og mestring

Som del av NK LMS' satsing på målgruppen ungdom og unge voksne har det i 2011 blitt utviklet en prosjektsøknad: "Prosjektet Ung medvirkning og mestring". Prosjektet er et samarbeid med Unge Funksjonshemmede (UF). ExtraStiftelsen innvilget 1,5 millioner kroner per år i tre år til prosjektet med oppstart fra 2012.

Ung medvirkning og mestring, er bygget på en viktig visjon for helsetjenestene; brukerne skal kunne legge all kraft inn i egen fremtid.

Prosjektet omhandler utvikling av lærings- og mestringstilbud for ungdom (12-16 år) og deres foreldre, samt unge voksne (16-26 år) og deres foreldre. Hensikten er å bedre overgangen fra barne- til voksenavdelinger, og styrke mestring av livssituasjonen for de unge. Lærings- og mestringstilbudene er diagnoseovergrepene. Samtidig skal det utvikles et kompetansehevende program for fagpersoner som samarbeider med ungdom, bestående av fagdager kombinert med e-læringsressurs.

Prosjektet Ungdom i fokus

I tråd med NK LMS' satsing på målgruppen ungdom og unge voksne som har langvarige helseutfordringer, har vi utviklet et hefte for fagpersoner: Ungdom i fokus – Erfaringer og tanker om å være ung og ha varige helseutfordringer. I utviklingen av heftet har ungdom og unge voksne, foreldre og fagfolks erfaring og kompetanse vært sidestilt, i tråd med arbeidsmåten ved landets lærings- og mestringssentre.

Ungdom i fokus handler om ungdom og unge voksne som har langvarige helseutfordringer, og hvordan de opplever møter med helsepersonell og sykehus. Hftet er først og fremst skrevet for fagfolk, men kan like fullt leses av ungdom, unge voksne og folk nær dem.

Tekstene i heftet gir glimt av ungdom og unge voksnes erfaringer og tanker om egen helse, og deres behov for støtte og oppfølging fra fagfolk i overgangen fra ungdom til voksen. Du får

også et blikk inn i foreldres tanker, og fagfolks refleksjoner over deres møter med ungdom.

Hensikten er at heftet skal bidra til refleksjon, bevisstgjøring og åpenhet omkring viktige temaer for ungdom og unge voksne som har varige helseutfordringer – i møte med helsepersonell.

Heftet ble lansert på Den nasjonale ungdomshelsekonferansen 3/2/2011, hvor Norsk forening for unges helse hadde region og NK LMS og Helsedirektoratet var medarrangører.

PROSJEKTET STARTHJELP – OM FAMILIE OG MESTRING

På oppdrag av Helsedirektoratet har NK LMS bidratt til etablering av lærings- og mestringstilbudet Starthjelp ved landets helseforetak. Prosjektet Starthjelp – om familie og mestring fikk tildelt kr. 450 000 i prosjektmidler, som et tiltak for å styrke opplæringstilbudet innen habilitering knyttet til barn og unge i kommune og spesialisthelsetjeneste. Prosjektet startet opp august 2010 og ble avrundet ved utgangen av 2011.

Nasjonal etablering av Starthjelp er en videreføring av ett av tilbudene som ble utviklet i Familieprosjektet 2005-2008. Starthjelp er utviklet i regi av lærings- og mestringssenteret ved Haugesund sjukehus, Helse Fonna HF.

I tråd med prosjektets implementeringsstrategi har det blitt gjennomført seminarer om Starthjelp i samtlige helseregioner. Lærings- og mestringstilbudet Starthjelp er gjennomført,

eller planlegges gjennomført, ved følgende helseforetak:

- Nordlandssykehuset HF, Bodø
- Universitetssykehuset Nord-Norge HF, Tromsø
- Helse Nordmøre og Romsdal HF, Kristiansund
- Helse Førde HF
- Helse Bergen HF
- Helse Stavanger HF
- Sykehuset i Vestfold HF
- Sykehuset Telemark HF

Det er utviklet informasjonsfilm om tilbudet, se www.mestring.no, samt guide for etablering av lærings- og mestringstilbudet. Under guidens tema ”Systemene rundt oss” har Helse Nordmøre og Romsdal HF, på oppdrag fra NK LMS, utviklet et pedagogisk veiledningsverktøy for foreldre. Dette er innlemmet i NK LMS’ elektroniske verktøykasse for lærings- og mestringstilbudet Starthjelp.

Underveis i prosjektet har det blitt samlet erfaringer fra implementerings- og gjennomføringsarbeidet. Som et ledd i å bidra til kompetansespredning ble det i februar 2011 arrangert en samling for involverte og interesserte i Starthjelp. Her møtte både de som hadde gjennomført lærings- og mestringstilbudet og de som var i planleggingsfasen.

Med sikte på å kvalitetsforbedre tilbudet er det

utviklet evalueringsskjema og –rutiner for å samle inn data fra samtlige deltakere i Starthjelp. NK LMS bidrar med evalueringstilbakemelding til arrangøren av det enkelte lærings- og mestringstilbudet. NK LMS samler videre data fra alle Starthjelptilbud gjennom 2012, og vil på basis av det innsamlede datamaterialet produsere en overordnet evalueringsrapport om tilbudet.

I henhold til avtale har Helsedirektoratet fått tilsendt Prosjektrapport for Starthjelp – Om familie og mestring. Rapporten kan lastes ned via www.mestring.no.

REVISJON AV STANDARD METODE

Våren 2011 ble teksten i dokumentet Standard metode, som beskriver lærings- og mestringssentrene arbeidsmåte, revidert. Arbeidet var forankret i et ønske fra NK LMS og praksisfeltet om å gi denne en noe mer tidsriktig språkdrakt og tilrettelegge dokumentet for lesere som kommer fra andre kontekster.

Det ble nedsatt en arbeidsgruppe bestående av ressurspersoner innen feltet fra alle helseregionene. Gruppen stod for redigeringen og arbeidet ble ledet av NK LMS. I prosessen ble det lagt vekt på å fornye språkbruken og samtidig å bevare det sentrale og opprinnelige meningsinnholdet og forankringen i lærings- og mestringssentrene praksis.

Dokumentet kan lastes ned fra NK LMS' nettsider www.mestring.no.

VEILEDER TIL UTVIKLING AV HELSEPEDAGOGISK KOMPETANSE

Helsepedagogisk opplæring representerer én av hovedoppgavene som lærings- og mestringssentre skal drive med. Opplæringen rettes mot fagpersoner som arbeider med lærings- og mestringstilbud innen feltet pasient- og pårørendeopplæring.

NK LMS har i 2011, i samarbeid med fagpersoner fra praksisfeltet, utviklet en veileder til utvikling av helsepedagogiske kompetanseutviklingsprogram i spesialist- eller kommunehelsetjenesten. Dokumentet beskriver den kompetansen som er nødvendig for fagfolk som skal medvirke i lærings- og mestringstilbud der LMS' arbeidsmåte ligger til grunn. Veilederen er et ressursdokument til videre lokalt og regionalt arbeid med kompetansehevende tiltak.

Dokumentet kan lastes ned fra NK LMS' nettside www.mestring.no.

FORSKNING

NK LMS' begrensede ressurser til forskningsvirksomhet har i 2011 hovedsakelig blitt anvendt til utvikling av søknad om forskningsmidler og gjennomføring av forskerkonferanse. Videre, til sluttfinansiering av forstudie (påbegynt i 2008) som undersøker grader av effekt av ulike evalueringsverktøy for lærings- og mestringstilbud

FORSKNINGSSØKNAD

Det ble i 2011 utviklet og sendt søknad om forskningsmidler. Søknaden ble sendt både Norsk forskningsråd (NFR) og til ExtraStiftelsen (via Diabetesforbundet). Dessverre ble ikke prosjektet tildelt midler. Prosjektet fikk imidlertid god evaluering fra NFR, og vil bli videreutviklet i tråd med kommentarene og innsendt på ny ved søknadsfristen i juni 2012.

KARTLEGGING AV STATUS INNEN LÆRINGS- OG

MESTRINGSVIRKSOMHETEN I NORGE

NK LMS' rapport om "Virksomheten i lærings- og mestringssentre" ble revidert. Bakgrunn for revisjon var tilbakemeldinger fra regionale kontakter i LMS-nettverket om at omfanget av tilbud som var registrert var ufullstendig og ikke representativt for den reelle lærings- og mestringsevne.

Nye spørsmål for kartleggingen av virksomheten ble utarbeidet i samarbeid med representantene for de regionale LMS-nettverkene. Den nye runden med datainnsamling ga noen korreksjoner

i antall tilbud.

NK LMS understreker at kartleggingen kun representerer en grov beskrivelse av virksomheten innen feltet. Rapporten gir et statusbilde av ressurstilgang ved landets lærings- og mestringssentre, samt aktiviteten innen feltet læring og mestring per 2010.

For fullstendig rapport, se www.mestring.no.

FORSKNING I REGI AV NASJONALT KOMPETANSESENTER FOR LÆRING OG MESTRING

Forskningsprosjektet Læring og mestring ved kronisk sykdom - En forstudie om endringsprosesser hos personer som har gjennomført kurs ved lærings- og mestringssentra (LMS) pågår. Prosjektet gjennomføres på oppdrag av NK LMS i 2008, og er i avrundingsfasen.

I prosjektet undersøkes effekten av ulike evalueringsverktøy for ulike lærings- og mestringstilbud. En rekke evalueringsinstrumenter er inkludert, og endelige resultater vil formidles i forskningsartikler i 2012. Forsker ved Oslo universitetssykehus, May Solveig Fagermoen, er prosjektleder.

FORSKNINGSPRODUKSJON

Foss C. Lærings- og mestringssentre: løsningen på spesialisthelsetjenestens undervisningsoppgave overfor pasienter og pårørende? Sykepleien Forskning, 1/2012.

Bonsaksen T, Fagermoen MS og Lerdal A. Factors associated with self-efficacy in persons with chronic illness. Scand J Psychol. 2012 Jun 10. doi: 10.1111/j.1467-9450.2012.00959.x. [Epub ahead of print]

Borge L, Christiansen B & Fagermoen MS. (2012). "Vaner er vonde å vende" – motivasjon og demotivasjon til livsstilsendring hos personer med sykkelig overvekt. Sykepleien Forskning, 3/2012

Lerdal Anners, Andenæs Randi, Bjørnsborg Eva, Bonsaksen Tore, Borge Lisbet, Christiansen Bjørg, Eide Hilde, Hvinden Kari, Fagermoen May Solveig Personal factors associated with health-related quality of life in persons with morbid obesity on treatment waiting lists in Norway. Qual Life Res 2011 Oct; 20(8):1187-96. Epub 2011 feb 19 PMID: 21336658

Strøm Anita, Kvernbekk Tone, Fagermoen May S Parity: (im) possible? Interplay of knowledge forms in patient education. Nurs Inq 2011 Jun;18 (2):94-101. PMID: 21564390

Strøm, A. & Fagermoen, M.S. (2011). Brukermedvirkning som medtjenesteytelse - brukerrepresentanter som samarbeidspartnere.

I: Læring og mestring. Fagermoen, MS (red) og Lerdal, A. Gyldendal Akademisk, Oslo.

ANTATT FOR PUBLISERING

Strøm, A. & Fagermoen, M.S. Systematic Data Integration – a method for combined analyses of field notes and interview texts. Sendt 09.09.2011 til International Journal of Qualitative Methods.

Andenæs R, Fagermoen MS, Eide H & Lerdal A. Changes in health-related quality of life in persons with morbid obesity after attending a learning and mastery course. A longitudinal study with 12-months follow-up. Sendt til Health and Quality of Life Outcomes. Revisjon ferdigstilt, sendt.

Christiansen B, Borge L, Fagermoen MS. Understanding everyday life of morbidly obese adults - habits and body image. Sendt 24.01 2012 til International Journal of Qualitative Studies on Health and Well-being (QHW). Under revisjon.

KOMMUNIKASJON OG KOMPETANSESPREDNING

NK LMS har i 2011 hatt fokus på å fornye og utvikle faglige retningslinjer innen feltet læring og mestring, videreutvikle og drifte nettverk, samt gjennomføring av tre konferanser for våre samarbeidspartnere.

ETABLERTE KVALITETSVERKTØY

NK LMS har i 2011 etablert faglig retningslinjer knyttet til lærings- og mestringsevne og fagutviklingsprosjekter. Nye retningslinjer inkluderer:

- Revidert utgave av Standard metode. Revideringen er gjort av NK LMS i samarbeid med dialogforum og interesserte aktører i feltet
- Guide for Søkengruppe – lærings- og mestringstilbud for pårørende barn med søsken som nedsatt funksjonsevne
- Guide for SMIL – Lærings- og mestringstilbud for barn og unge som har foreldre med psykisk sykdom eller rusproblemer
- Guide for Starthjelp – Lærings- og mestringstilbud for foreldre som nylig har fått barn med nedsatt funksjonsevne eller langvarig sykdom
- Nettbaserte faglige retningslinjer for etablering av LMS-tilbud i kommune- eller spesialisthelsetjenesten

NASJONAL KURSDATABASE

Rapport for prosjektarbeidet knyttet til nasjonal kursdatabase ble overlevert den nasjonale styringsgruppen høsten 2011. Prosjektrapporten ble i neste omgang sendt til ledelsen ved de respektive regionale helseforetakene for behandling mars 2012. I skrivende stund avventes fremdeles en avklaring i saken med hensyn til videre framdrift / tiltak.

NK LMS er medlem av styringsgruppen for etablering av en nasjonal kursdatabase for lærings- og mestringstilbud og pasient- og pårørendeopplæring. NK LMS er også økonomisk bidragsyter for utvikling av databasen. Prosjektstyringen ligger hos Helse Vest

SAMARBEIDSPARTNERE OG NETTVERK **Nasjonalt nettverk for læring og mestring innen feltet psykisk helse og rus**

Kompetansesenteret har startet arbeidet med etablering og koordinering av et nasjonalt nettverk for læring og mestring innen feltet psykisk helse og rus. Dette er ett av flere tiltak i tråd med NK LMS' strategiplan innen feltet psykisk helse og rus. Det har også vært etterspørsel fra fagmiljøet (knyttet til feltet psykisk helse og rus innen LMS-nettverket) om å utarbeide en oversikt over læringstilbud, og muligheter for en koordinerende funksjon som kan bidra til å samle spre og utvikle kompetanse innen feltet læring og mestring.

En ressursgruppe med representanter fra de ulike helseregionene er etablert. Medlemmene

skal ha en rådgivende funksjon for prosjektleder, samt bidra til å løfte frem både gode erfaringer og aktuelle utfordringer som har nytte for flere i LMS-nettverket. Ressursgruppa i nettverket har i 2011 bestått av:

- Tone Vangen Fagerheim, Helse Nord
- Helga Melkeråen, Helse Midt-Norge
- Elisabeth Sortland Sande, Helse Vest
- Bettina Dudas og Per Tore Iversen (koordinator), Helse Sør-Øst
- Marius Helland Sørensen-Sjømæling, Organisasjonen Barn av Rusmisbrukere (BAR)
- Sigrid Bøthun, NK LMS (prosjektleder)
- Siw Bratli, NK LMS

Forskernettverk innen pasient og pårørendeopplæring

NK LMS arrangerte etablerte i 2010 et forskernettverk. Målet er at flest mulig av de som innehar mastergrad eller doktorgrad (eller er i utdanningsløp mot dette), og som planlegger, gjennomfører eller har gjennomført forskningsprosjekt eller større evalueringer innen pasient- og pårørendeopplæring, skal delta i forskernettverket. NK LMS har driftet nettverket i 2011.

NK LMS har som planlagt sendt ut to nyhetsbrev til nettverket i løpet av 2011. Nyhetsbrevene kan leses på www.mestring.no. Her kan man også melde seg som abonnement.

NK LMS stod videre ansvarlig for utvikling

av programmet for den 3. nasjonale forskerkonferansen innen feltet læring og mestring, samt for gjennomføring og ledelse. Forskerkonferansen fant sted i Oslo 22. september 2011. Invitasjon til konferansen gikk primært ut til forskernettverket.

NK LMS' kompetansekatalog er en database over personer med forskerkompetanse i pasient- og pårørendeopplæring, og ble utviklet av NK LMS i 2010. Katalogen er organisert etter person og kompetanseområde. Det er et mål at katalogen skal være et hendig verktøy både for de som forsker eller underviser i pasient- og pårørendeopplæring og som ønsker kontakt med kolleger, for arrangører som trenger kursledere og forelesere, og for journalister og andre som ønsker å komme i kontakt med fagpersoner som kan uttale seg om lærings- og mestringsspørsmål. NK LMS har i 2011 driftet kompetansekatalogen.

Kompetansekatalogen ligger på www.mestring.no.

Dialogforum

Dialogforum er et samhandlingsorgan mellom NK LMS og nettverket tilknyttet lærings- og mestringssentrene i Norge.

Forumet ble etablert av NK LMS for å effektivisere kommunikasjonen med nettverket, og skal være et redskap for NK LMS og de regionale kontaktene til å fange opp og diskutere aktuelle saker/tema knyttet til feltet pasient- og pårørendeopplæring. Dialogforum har ikke beslutningsmyndighet.

Dialogforum består av ledere for regionale LMS, der de finnes, eller representanter for de regionale nettverkene. Fra NK LMS møter leder. Dialogforum har i 2011 bestått av:

- Gro Beate Samdal (Helse Vest)
- Jan Ole Bolsø (Helse Midt-Norge)
- Elsa Hamre (Helse Nord)
- Mirjam Smedsrød (Helse Sør-Øst)
- Leder ved NK LMS

Det har i løpet av 2011 blitt arrangert fire 2-dagersmøter for Dialogforum.

Nordisk nettverk

I 2011 har det foregått regelmessig møteaktivitet i det nordiske nettverket vedrørende fagutvikling og forskning. Spesielt har det vært møter med hensikt om å gjennomføre nordisk konferanse innen feltet læring og mestring i 2012.

Møteaktiviteten har involvert representanter fra Center for folkesundhet, region Midt Jylland, Danmark, og fra Kompetansesentrum for pasient og pårørendeopplæring i Vastra Götalandsregionen.

KONFERANSER I REGI AV NK LMS

Den 3. nasjonale forskerkonferansen innen PPO
NK LMS arrangerte Den tredje nasjonale forskerkonferansen innen pasient- og pårørendeopplæring; måling av effekt og innhold - utfordringer i opplæringsfeltet. Konferansen gikk av stabelen på Plaza Blu Radisson Hotel i Oslo 22. september 2011.

Konferansen hadde som mål at forskere får presentere aktuelle resultater fra egen forskning og dele, problematisere og drøfte utfordringer - spesielt metodologiske. Det deltok rundt 70 personer. For mer informasjon om konferanse, se www.mestring.no og nyhetsbrev nr. 7 2011.

Fag- og erfaringskonferanse om SMIL – Styrket mestring i livet

Konferansen Fag- og erfaringsseminar om gruppetilbudet SMIL - styrket mestring i livet ble arrangert av NK LMS 21. september 2011 i Oslo, på Plaza Blu Radisson Hotel.

Seminaret var for de som er involvert i, har lyst til å starte opp eller som er interessert i å vite mer om gruppetilbudet SMIL, og samlet cirka 70 deltakere fra hele landet. For mer informasjon om konferanse, se www.mestring.no og nyhetsbrev nr. 7 2011.

Fag- og erfaringsseminar om læring og mestring innen feltet psykisk helse og rus

Fag- og erfaringsseminar om læring og mestring innen psykisk helse- og rusfeltet ble gjennomført 21. september 2011. Konferansen ble arrangert i regi av NK LMS og fant sted ved Plaza Blu Radisson Hotel i Oslo.

Målet med seminaret var å løfte fram relevant erfaring og kunnskap med utgangspunkt i både praksis og forskning, og dessuten utvide eget nettverk. Til sammen 70 fagpersoner og brukerrepresentanter/erfaringskonsulenter deltok på seminaret. For mer informasjon om

konferanse, se www.mestring.no og nyhetsbrev nr. 7 2011.

Nasjonal konferanse – Unges helse konferansen 2011

Konferansen ble arrangert 3. februar 2011 i regi av Norsk forening for unges helse. NK LMS og Helsedirektoratet var medarrangører. NK LMS' bidro også med lansering av hefte Ungdom i fokus.

Konferansen ble avholdt på Plaza Blu Radisson Hotel i Oslo, og samlet rundt 250 deltakere fra hele Norge. For mer informasjon om konferansen, se <http://www.mestring.no/hjem/konferanser-og-andre-arrangementer/unges-helse-2011>

Planlagt Nordisk konferanse oktober 2012

Nasjonalt kompetansesenter for læring og mestring (NK LMS) besluttet høsten 2011, ikke å gjennomføre konferansen.

NK LMS sto som prosjektets eier og var følgelig ansvarlig for ledelsen av samarbeidsprosjektet mellom fagmiljø knyttet til feltet læring og mestring i Norge, Sverige og Danmark. I prosjektdirektivet som prosjektgruppa hadde utarbeidet var tilfredsstillende finansiering listet som prosjektets viktigste suksessfaktor for gjennomføring. Beslutningen om ikke å gjennomføre konferansen ble tatt med bakgrunn i at grunnleggende forutsetninger for gjennomføringen av konferansen var mangelfulle

Som prosjekteier finner vi det beklagelig, men like fullt ansvarsfullt, å ha måttet gå til det skritt å avlyse konferansen. Mye arbeid er lagt ned i planlegging og organisering. Vi håper dette er arbeid som kan komme til nytte ved seinere anledninger.

NK LMS takker alle for arbeidet som er lagt ned for å styrke det nordiske samarbeidet. NK LMS vil fortsatt bidra til et godt nordisk samarbeid, med en felles målsetting om å utvikle og styrke fagområdet helsefremmende læring og mestring, innen feltet pasient og pårørendeopplæring.

PRESENTASJONER I FORBINDELSE MED KONFERANSER ELLER SEMINARER

Ansatte ved NK LMS har holdt presentasjoner i til sammen 13 nasjonale sammenhenger, det være seg på konferanser eller seminarer av nasjonal karakter. Videre har NK LMS' ansatte holdt innlegg på regionale konferanser eller seminarer, i samtlige helseregioner. Til sammen har ansatte kompetansesenteret holdt 38 innlegg på konferanser, seminarer eller samlinger i 2011.

HØRINGSSVAR/UTTALELSER/ FAGARTIKLER

NK LMS har i 2011 levert innspill i forbindelse med høringer knyttet til følgende saker:

- Ny helse og omsorgsplan, Helse- og omsorgsdepartementet
- Veileder for habilitering av barn og ungdom, Helsedirektoratet
- Veileder for Frisklivssentraler i kommunehelsetjenesten, Helsedirektoratet
- Anbefalinger for etablering og utvikling av lærings- og mestringstiltak i kommunehelsetjenesten, Helsedirektoratet
- Øvrige fagartikler eller oppslag i media inkluderer følgende:
- Sandvin Olsson A.B og Berg S. (2011) Ungdom i fokus. Tidsskrift for barnesykepleiere, nr. 1 2011, 15.
- Bratli. S (2011) NK LMS' nettverksprosjekt innen feltet psykisk helse og rus, Intervjuer/ oppslag i media
- NK LMS på samarbeidsvisitt hos Nasjonalt senter for erfaringskompetanse innen psykisk helse <http://www.erfaringskompetanse.no>
- NK LMS på samarbeidsvisitt hos Nasjonalt kompetansesenter for psykisk helsearbeid i kommune <http://napha.no/content/2678/Pa-sa>

ØVRIG INFORMASJONSARBEID

Veiledning og faglig oppfølging har blitt gjennomført etter behov, for senterets målgrupper og ressurspersoner tilknyttet våre fag- og utviklingsprosjekter. Her inngår også veiledning av mastergradsstudenter og bidrag knyttet til utvikling av forsknings- og fagartikler.

NK LMS har i 2011 gjennomført to videokonferanser med fokus på å informere nettverket av lærings- og mestringssentre og andre samarbeidspartnere om kompetansesenterets anliggende. I forbindelse med gjennomføring av prosjektet Nasjonalt nettverk for læring og mestring innen feltet psykisk helse og rus har det i tillegg blitt gjennomført tre videokonferanser med presentasjoner fra fagpersoner og nettmøter i 2011. NK LMS' tilgang til videokonferanserom ved Oslo universitetssykehus HF er begrenset, noe som synliggjør behov for eget utstyr.

Med hensikt å informere NK LMS' nettverk om aktuelle saker knyttet til kompetansesenteret og annen relevant informasjon, ble det i 2011 produsert og sendt ut til sammen 10 nyhetsbrev. Som nevnt har deltakere i NK LMS' forskernettverk mottatt to nyhetsbrev i løpet av 2011.

NK LMS' VERV

NK LMS' ansatte er involvert i samarbeid på ulike arenaer. Kompetansesenteret var i 2011 representert i følgende fora:

- Helsedirektoratet: Referansegruppe for ny Handlingsplan for re-/habilitering av barn og unge
- Helsedirektoratet: Prosjektgruppe for utvikling av veileder for Frisklivssentraler
- Barne-, ungdoms- og familiedirektoratet: Referansegruppe og oppfølging/ videreutvikling av Familienettet.no
- Norsk Forening for Unges Helse: Referansegruppe for gjennomføring av ungdomskonferanse
- Helse- og velferdsetaten, Oslo kommune: Arbeidsgruppe for utvikling av kvalitetsindikatorer for barn og unges psykiske helse,
- BarnsBeste: Referansegruppe
- BarnsBeste: Ressursgruppe Barnegrupper
- Regionalt senter for Barne- og ungdomspsykiatri i Helse Sør-Øst: Nettverket Klient- og resultatstyrt praksis i Norge
- Arbeidsutvalg Nordisk nettverkssamarbeid om forskning innen feltet pasient- og pårørendeopplæring
- Nordisk samarbeidsnettverk for lærings- og mestringstjenester



Nasjonalt kompetansesenter for læring og mestring NK LMS
Postadresse: Pb 4956 Nydalen, 0424 Oslo
Besøksadresse: Oslo universitetssykehus HF, Ullevål, Kirkeveien 166
Bygg 14, 2. etg.
Tlf.: 23 03 60 66
www.mestring.no