

Helse- og omsorgsdepartementet  
Hanne Lundemo  
Postboks 8011 Dep.  
0030 Oslo

Deres ref:

Vår ref: 2014/3235

Dato: 1.9.2014

## Innspill til stortingsmelding om primærhelsetjenesten

Nasjonal kompetansetjeneste for læring og mestring innen helse (NK LMH) har i oppgave å faglig støtte opp under lærings- og mestringstjenester i kommuner og helseforetak. Som et nødvendig supplement til behandling, ivaretar lærings- og mestringstjenestene et leve-med-perspektiv ved langvarige helseutfordringer – det være seg somatisk sykdom, funksjonsnedsettelse, psykiske eller rusrelaterte utfordringer. I tjenestene inngår lærings- og mestringstilbud for brukere, pasienter og pårørende, samt helsepedagogiske tilbud for fagpersoner og brukerrepresentanter.

Vi gir herved innspill til den kommende stortingsmeldingen om primærhelsetjenesten. Våre innspill vektlegger betydningen av likeverdige og kvalitetsmessig gode lærings- og mestringstjenester som del av arbeidet med å styrke den kommunale helse- og omsorgstjenesten.

NK LMH anbefaler at utvikling av lærings- og mestringstjenester i primærhelsetjenesten bygger videre på den kunnskap og erfaring som helseforetakene besitter etter mange års arbeid med etablering av lærings- og mestringsvirksomhet.

### Sentrale utfordringer knyttet til etablering av kommunale lærings- og mestringstjenester

- Dagens lovverk støtter i liten grad opp under kommunale lærings- og mestringstjenester.
- Helsepolitisk forankring og prioritering av lærings- og mestringstjenester er mangelfull.
- Samhandling om lærings- mestringstjenester mellom helseforetak og kommuner er ikke tilstrekkelig avklart og tydeliggjort.

#### Postadresse:

Oslo universitetssykehus HF, Ullevål  
Nasjonal kompetansetjeneste for læring og mestring innen helse  
Bygg 14, 2. et.  
Postboks 4956 Nydalen, 0424 Oslo  
Telefon: 23 02 60 66  
E-post: [mestring@ous-hf.no](mailto:mestring@ous-hf.no)

- Det er lite samarbeid mellom de ulike helse- og omsorgstjenestene innad i kommunene, inkludert tverrfaglig samarbeid.
- Brukermedvirkning på systemnivå er i for liten grad understøttet av strukturelle rammer og ressurser.
- Helsepedagogisk kompetanse innen helse- og omsorgstjenesten er mangelfull.

### **Aktuelle tiltak for å møte dagens utfordringer er å**

- lovfeste et kommunalt sørge-for-ansvar for lærings- og mestringstjenester
- utarbeide en nasjonal veileder for lærings- og mestringstjenesten innen helse- og omsorgstjenesten (både kommune- og spesialisthelsetjenesten)
- styrke oppfølgingen av samhandlingen mellom helseforetak og kommuner generelt, og i tilknytning til lærings- og mestringstjenester spesielt, samt etterspørre rapportering av aktivitet
- legge til rette for samlokalisering av på tvers av tjenester og fag innen kommunale helse- og omsorgstjenester, for eksempel samlokalisering av lærings- og mestringstjenesten, friskliv og rehabilitering
- prioritere tiltak som kan fremme brukermedvirkning på systemnivå, med spesiell vekt på økt medvirkning fra barn og unge
- prioritere tiltak som kan fremme helsepedagogisk kompetanse blant ansatte i helse- og omsorgstjenesten, blant annet innen grunnutdanningen for profesjonsutøvere inne helse- og omsorgstjenesten

## **Utviklingsprosjekter med relevans for kommunale helse- og omsorgstjenester**

### **Kommunesatsing**

Å støtte opp under etableringen av *kommunale* lærings- og mestringstjenester og samhandling mellom helseforetak og kommuner i denne sammenheng, er ett av fire hovedsatsingsområder ved NK LMH i perioden 2014-2016. Satsingen er organisert som et prosjekt med prosjektleder, en bredt sammensatt arbeidsgruppe og et nasjonalt nettverk. Arbeidet skal ende opp i kunnskapsbaserte anbefalinger.

<http://mestring.no/skal-beskrive-gode-modeller-for-kommunale-laerings-og-mestringstjenester/>

## **Styrket mestring i livet (SMIL) – gruppetilbud for barn og unge med foreldre som har psykiske eller rusrelaterte problemer**

Dette lærings- og mestringstilbudet er for hele familien, med barn og unges opplevelser og behov i sentrum. SMIL har til hensikt å fremme åpenhet, kunnskap og kompetanse der psykiske eller rusrelaterte problemer er en del av hverdagen. Gruppen er et møtested for samtale, aktivitet og gode mestringsopplevelser som styrker barnas selvfølelse. <http://mestring.no/prosjektet-smil/>

## **Prosjektet Ung medvirkning og mestring (UMM)**

Målsettingen med prosjektet er å bidra til mestring ved langvarige helseutfordringer i overgangen mellom å være barn, ungdom og voksen. I regi av prosjektet har lærings- og mestringstilbudene "Helt sjef!" for ungdom (12-16 år) og unge voksne (17-26 år) og deres foreldre blitt bygget opp). I tillegg, kompetansehevingsprogrammet "Treff meg!", for fagpersoner og brukerrepresentanter som samarbeider med ungdom og unge voksne og deres pårørende. <http://mestring.no/umm-ung-medvirkning-og-mestring/>

## **Generelt om lærings- og mestringstjenesten**

Lærings- og mestringstjenesten legger til rette for at personer som har langvarige helseutfordringer, og deres pårørende skal få bedre innsikt i egen situasjon slik at de blir styrket i å mestre hverdagen og livssituasjonen. Tjenesten gjenspeiler erkjennelsen av at helse handler om mer enn behandling av sykdom. Ved langvarige helseutfordringer kan manglende kunnskap om egen sykdom eller tilstand, bekymringer og praktiske utfordringer, forverre situasjonen, gi redusert livskvalitet og manglende deltakelse i arbeids-, familie- og hverdagsliv. Les mer på NK LMHs nettsider [www.mestring.no](http://www.mestring.no)

## **Lærings- og mestringstilbud har et "leve-med-perspektiv"**

Lærings- og mestringstilbud til mennesker som har langvarige helseutfordringer er en verdibasert praksis som er forankret i bestemte helsepedagogiske prinsipper, der brukermedvirkning er et bærende element. Tilbudene anses som et nødvendig supplement til medisinsk behandling, og handler om mestring av aktuelle hverdagssituasjoner og utfordringer knyttet til det å leve med langvarige helseutfordringer.

Lærings- og mestringstilbud foregår hovedsakelig som gruppebaserte kurs. Noen ganger inngår individuelle møter mellom deltakerne og en fagperson som en del av tilbudet.

## **Kursinnhold etter brukernes behov**

Planlegging, gjennomføring og evaluering av tilbud skjer i et sidestilt samarbeid mellom erfarne brukerrepresentanter og tverrfaglig helse- og omsorgspersonell. Ansatte i lærings- og mestringstjenesten sørger for å kvalitetssikre arbeidsmåten, slik at kursene tar utgangspunkt i brukernes behov og blir mest mulig relevante for deltakerne. Innholdet i kursene varierer. Det kan dreie seg om medisinske, praktiske, relasjonelle og følelsesmessige forhold knyttet til det å ha langvarige helseutfordringer eller å være pårørende til noen som har det. Det som er felles, er at fagpersoner og brukerrepresentanter holder kursene sammen og at det er satt av tid til at deltakerne kan utveksle erfaringer.

### **Sidestilt samarbeid, Standard metode**

Arbeidsmåten som brukes for å etablere lærings- og mestringstilbud forutsetter brukermedvirkning på systemnivå i alle deler av arbeidet. Brukererfaring og fagkunnskap sidestilles i arbeidet med tilbudene. Brukerrepresentanter og fagpersoner samarbeider om å planlegge, utvikle, gjennomføre og evaluere lærings- og mestringstilbud. Tilnærmingen sikrer at brukerens behov er i sentrum og bidrar til å øke kvaliteten på tilbudene.

### **Hvem kan delta?**

Lærings- og mestringstilbud egner seg for barn, unge, voksne og eldre som har langvarige helseutfordringer på grunn av kronisk sykdom, vedvarende psykisk eller fysisk belastning og/eller nedsatt funksjonsevne og pårørende til personer som har langvarige helseutfordringer.

### **Verktøykasse for etablering av lærings- og mestringstilbud**

På NK LMHs nettsider er det publisert en verktøykasse til hjelp for fagpersoner i spesialist- eller kommunehelsetjenesten som vil etablere lærings- og mestringstilbud. Verktøykassen inneholder anbefalte retningslinjer for planlegging, gjennomføring og evaluering av tilbudene. Her finnes både generell informasjon, og informasjon knyttet til spesifikke lærings- og mestringstilbud. Beskrivelse av kompetanse- og ressursbehov ved gjennomføring er inkludert. Det enkelte tilbudet må like fullt tilpasses det respektive steds muligheter og ressurser.

<http://www.mestring.no/utviklingsarbeid/verktoykassen>

### **Helhetlige forløp og likeverdige tilbud**

Det er et mål at lærings- og mestringstilbud skal inngå i helhetlige forløp for brukere, pasienter og deres pårørende, på tvers av nivåene i helse- og omsorgstjenesten. Brukere, pasienter og pårørende skal ha likeverdig tilgang til lærings- og mestringstilbud uavhengig av alder, kjønn, bosted, etnisitet og hvilken sykdom eller tilstand det dreier seg om.

Lærings- og mestringstilbud for pasienter og pårørende med minoritetsspråklig bakgrunn forutsetter systemer som ivaretar møter mellom minoriteter og majoritetssamfunnet innen helsevesenet. Lærings- og mestringstjenestens arbeidsmåte kan bidra til å bygge broer og styrke relasjoner mellom ulike minoritetsgrupper og helsevesenet. NK LMH anbefaler at de som utvikler kommunale lærings- og mestringstilbud ser til kunnskap og erfaring fra vår virksomhet i tillegg til Lærings- og mestringssenteret for barn, unge og deres familier, Oslo universitetssykehus HF, og Lærings- og mestringssenteret ved Universitetssykehuset i Nord-Norge HF.

Med hilsen

Siw Anita Bratli

leder

Nasjonalt kompetansetjeneste for læring og mestring innen helse

Oslo universitetssykehus HF