

Anbefalinger vedrørende etablering og organisering av lærings- og mestringstiltak i kommunene gitt av Nasjonalt kompetansesenter for læring og mestring (NK LMS)

Nasjonalt kompetansesenter for læring og mestring (NK LMS) får stadig henvendelser fra prosjektledere som på ulikt vis arbeider med utvikling og etablering av lærings- og mestringstjenester i kommunene. Henvendelsene gjelder anbefalinger om dette. NK LMS' anbefalinger på området er i tråd med kompetansesenterets tidligere høringsuttalelse vedrørende forslag til ny nasjonal helse- og omsorgsplan og ny lov om kommunale helse- og omsorgstjenester. Med over 10 års erfaring fra etablering av lærings- og mestringssentre og utvikling av lærings- og mestringstiltak i spesialisthelsetjenesten, understreker NK LMS viktigheten av å ivareta og bygge videre på det grunnlaget som foreligger.

Lærings- og mestringstiltak – hvor og på hvilke premisser?

Lærings- og mestringstiltak bidrar til at pasienter og pårørende får støtte til å mestre livssituasjoner med varige helseutfordringer - være seg somatisk sykdom eller funksjonsnedsettelse, psykisk sykdom og/eller rusproblemer. Når det gjelder lokalisering av lærings- og mestringstiltak i kommunene, mener NK LMS at de kan finne sted innenfor ulike organisatoriske løsninger (som kommunale lærings- og mestringssentra, lokalmedisinske sentra, frisklivssentraler og liknende). Kompetansesenteret vil hevde at følgende premisser må ligge til grunn for kvalitetssikring og forankring av kommunale lærings- og mestringstiltak:

- **Et lovfestet kommunalt sørge-for-ansvar for lærings- og mestringstiltak**

Kompetansesenterets erfaring fra spesialisthelsetjenesten er at pasient- og pårørendeopplæring som lovfestet oppgave har vært avgjørende for etablering og utbygging av lærings- og mestringstiltak.

- **Forpliktende samarbeidsavtaler etablert mellom spesialist- og kommunehelsetjeneste; inkludert en plan for pasient- og pårørendeopplæring, herunder lærings- og mestringstiltak**

Oppgave- og ansvarsfordeling mellom spesialist- og kommunehelsetjeneste for gjennomføring av lærings- og mestringstiltak må avklares og tydeliggjøres (spesialisert opplæring versus opplæring med mestring av livet over tid).

Lærings- og mestringstiltak må integreres som del av pasientens totale behandlingsforløp.

- **Lærings- og mestringssentrene arbeidsmåte: Standard metode (http://www.mestring.no/om_lms/standard_om_samarbeid) må være grunnlaget for tilbudene for å kvalitetssikre innhold og form på lærings- og mestringstiltak**

Arbeidsmåten bidrar til kvalitetssikring av innhold og form på lærings- og mestringstiltaket gjennom å involvere brukerrepresentanter og fagpersoner i et likestilt samarbeid i planlegging, gjennomføring og evaluering av tiltaket.

Lærings- og mestringstiltak i regi av lærings- og mestringssentrene er gruppebaserte.

- **Kompetanseutvikling og –utveksling må skje gjennom gjensidig og likestilt samarbeid mellom spesialist- og kommunehelsetjeneste**

Lærings- og mestringssentrene har kompetanse på pedagogiske opplæringstiltak og samarbeidsprosesser som likestiller fagpersoners og brukerrepresentanters kompetanse (jamfør Standard metode, se over). Sentrene har per i dag få ansatte og begrensede ressurser til arbeid som strekker seg utover spesialisthelsetjenestens ansvarsområde. Formalisert samarbeid mellom kommune- og spesialisthelsetjeneste er en forutsetning for å sikre kompetanseoverføring.

Det er utviklet en *Veileder for utvikling av helsepedagogiske kompetanseutviklingsprogram i spesialist- eller kommunehelsetjenesten*. Veilederen beskriver den kompetansen som er nødvendig for fagfolk som skal medvirke i lærings- og mestringstilbud der LMS` arbeidsmåte ligger til grunn. Veilederen kan lastes ned her:

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

- **Brukermedvirkning må understøttes av systemer, rutiner, kompetanse og finansiering**

De nye helselovene indikerer utvidede krav til brukermedvirkning. Involvering av brukerrepresentanter etter lærings- og mestringssentrenes arbeidsmåte stiller krav til brukerorganisasjonene knyttet til kompetanse og ressurser.

Kompetansesenteret anbefaler at utvikling av lærings- og mestringstiltak i kommune- Norge bygger på kunnskap og erfaring fra lærings- og mestringssentrenes virksomhet.

- **Kommunale lærings- og mestringstiltak i et flerkulturelt perspektiv må understøttes av systemer, rutiner, kompetanse og finansiering**

Lærings- og mestringstiltak for pasienter og pårørende med minoritetsspråklig bakgrunn framhever behov for systemer som ivaretar møter mellom minoriteter og majoritetssamfunnet innen helsevesenet. Lærings- og mestringssentrenes arbeidsmåte kan bidra til å bygge broer og styrke relasjoner mellom ulike minoritetsgrupper og helsevesen (Steihaug, S. (2009). Evaluering av familierettede læringstilbud for minoritetsspråklige familier. Rapport nr. A9408. Oslo: SINTEF Helse).

Kompetansesenteret anbefaler at utviklere av kommunale lærings- og mestringstiltak ser til kunnskap og erfaring fra virksomhet i regi av kompetansesenteret, Lærings- og mestringssenteret for barn, unge og deres familier, Oslo universitetssykehus HF, og Lærings- og mestringssenteret ved Universitetssykehuset i Nord-Norge HF.

Lærings- og mestringstiltak – gode eksempler på samhandling

På <http://www.mestring.no/utviklingsarbeid/verktøykassen> er det publisert en verktøykasse. Verktøykassen er et hjelpemiddel for fagpersoner i spesialist- eller kommunehelsetjenesten som vil etablere lærings- og mestringstilbud. Verktøykassen inneholder anbefalte standarder og retningslinjer for implementering, 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.

Nettverk for læring og mestring

For kontaktpersoner og nettverk, se www.mestring.no/nettverk