

STRATEGI 2019–2023

Nasjonal kompetansetjeneste for læring
og mestring innen helse (NK LMH)



Strategi 2019–2023

For Nasjonal kompetansetjeneste for læring og mestring innen helse (NK LMH)

Utgivelse: 31. januar 2019

ISBN: 978-82-92686-33-1

Forfattere: Siw Bratli, leder, NK LMH og Cecilia Sønstebø, kommunikasjonsrådgiver, NK LMH

Ansvarlig redaktør: Siw Anita Bratli, leder ved NK LMH

Bilder: Eivind Røhne

Strategidokumentet er primært et retningsgivende verktøy internt, men vil også bidra til å gi våre samarbeidspartnere, oppdragsgivere og andre interessenter et bilde av vår virksomhet. Eventuelle endringer i rammebetingelsene for kompetansetjenestens drift eller nye utfordringer og behov innen lærings- og mestringfeltet kan medføre justeringer av strategien.

Nettside: www.mestring.no **Twitter:** twitter.com/mestringno **Facebook:** facebook.com/mestringno

© Nasjonal Kompetansetjeneste for læring og mestring innen helse (NK LMH) 2019

INNLEDNING

Nasjonal kompetansetjeneste for læring og mestring innen helse (NK LMH) skal bidra til at brukere, pasienter og pårørende får likeverdig tilgang til lærings- og mestringstilbud av god kvalitet.

Et økende antall personer har eller står i fare for å utvikle helseutfordringer. For den som rammes og de som står nær, kan mye dreie seg om utredning, diagnose og behandling. For de fleste handler det imidlertid også om hvordan helseutfordringen griper inn i hverdagen og livet generelt. Lærings- og mestringsevne i sykehus og kommuner er etablert for å være til støtte i slike situasjoner.

Læring og mestring er aktuelt i alle deler av helsetjenesten; fra forebygging til rehabilitering. Virksomheten omfatter både individuelle tilbud og gruppetilbud for personer i alle aldre. Det kan handle om kort- eller langvarig sykdom og skade, nedsatt funksjonsevne eller belastninger knyttet til psykisk helse og rus.

En forutsetning for å kunne legge til rette for læring og mestring i en helsekontekst er kompetanse i helsepedagogikk. Vi forstår helsepedagogikk som det å anvende pedagogiske prinsipper og verktøy for å fremme læring, mestring og helse hos brukere, pasienter og pårørende. Kompetanseheving for helsepersonell og brukerrepresentanter inngår derfor som en sentral del av virksomheten.

NK LMHs strategi for 2019–2023 har sitt utgangspunkt i dagens utfordringer og forbedringsbehov innen lærings- og mestringfeltet. Den er forankret i nasjonale føringer og retningslinjer for helsetjenesten i sykehus og kommune. Innspill fra fagfelt og vår faglige referansegruppe, samt interne faglige vurderinger, ligger til grunn for prioriteringene.

Med en overordnet målsetting om å styrke kvalitet innen lærings- og mestringfeltet vil vi i denne strategiperioden bidra til et nasjonalt løft for kompetanseheving innen helsepedagogikk og dokumentasjon av aktivitet og resultater. Vi vil også være aktive pådrivere for å fremme hensiktsmessig bruk av teknologi innen lærings- og mestringsevne. Våre strategiske prioriteringer beskrives gjennom fire overordnede satsingsområder.

NK LMHs satsingsområder for perioden 2019–2023 er som følger:

- Kompetanseheving innen helsepedagogikk
- Bruk av teknologi for læring og mestring
- Dokumentasjon av aktivitet
- Dokumentasjon av effekt og utbytte

Strategidokumentet omhandler primært de overordnede satsingsområdene og angir retning for vår virksomhet og aktivitet de neste fem årene. De strategiske satsingene vil konkretiseres og målfestet gjennom øvrig planverk.

OM OSS

NK LMH er administrativt tilknyttet Oslo universitetssykehus HF og får som nasjonal kompetansetjeneste et øremerket tilskudd over statsbudsjettet. Oppdragsgiver er Helse- og omsorgsdepartementet gjennom styringslinjen til Oslo universitetssykehus HF. NK LMH har per januar 2019 en stillingsramme på 9,5 faste stillinger.

Det er ingen organisatoriske linjer mellom NK LMH og lærings- og mestringstjenester i lokale og regionale helseforetak eller kommuner. Ansvar for kvalitet, drift og utvikling av lærings- og mestringsevne ligger til helseforetak og kommuner. NK LMHs rolle er å støtte faglig opp om praksisfeltet gjennom å veilede og gi kunnskapsbaserte anbefalinger for lærings- og mestringsevnen. Det å initiere og drifte faglige nettverk utgjør en vesentlig oppgave. I tillegg omhandler rollen å være en dialogpartner og pådriver overfor sentrale myndigheter og andre nasjonale aktører.

Aktiviteten ved NK LMH er i hovedsak prosjektorganisert og basert på samarbeid med nasjonale og internasjonale fagmiljøer og bruker- og interesseorganisasjoner. Brukermedvirkning er en forutsetning for alt vårt arbeid. Dette er i tråd med samarbeidsmodellen som historisk sett kjennetegner lærings- og mestringsevnen, og det er i samsvar med sentrale føringer for helsefremmende og forebyggende arbeid i sykehus og kommuner.

Overordnede føringer

NK LMHs oppgaver følger av *Forskrift nr. 1706 (17.12.2010)* og tilhørende veileder. I tillegg baserer NK LMH sin virksomhet på flere sentrale dokumenter og aktuelt lovverk (se vedlegg).

Det foreligger ingen egen retningslinje eller veileder for fagområdet læring og mestring fra myndighetene. *Veileder om rehabilitering, habilitering, individuell plan og koordinator (2015)* gir imidlertid anbefalinger for lærings- og mestringsevne i både sykehus og kommuner.

Faglig referansegruppe

NK LMH har etablert en faglig referansegruppe med representanter fra regionale helseforetak, Kommunesektorens interesse- og arbeidsgiverorganisasjon (KS), brukerorganisasjoner, høgskole- og universitetssektor, lærings- og mestringstjenesten og tilgrensende kompetansetjenester. Referansegruppen har en rådgivende funksjon og skal bidra til at NK LMH blir drevet i tråd med intensjonen. I tillegg har representantene et ansvar for å bidra til å spre informasjon om tjenesten og kunnskap om læring og mestring. Gruppen møtes to ganger årlig.

Samfunnsoppdrag, visjon og verdigrunnlag

NK LMHs samfunnsoppdrag er å bidra til god kvalitet i lærings- og mestringsevne gjennom å innhente, utvikle og formidle kunnskap. Gjennom praksisnær forsknings- og utviklingsaktivitet skal vi bidra til at brukere, pasienter og pårørende kan oppleve styrket mestring og økt livskvalitet. Vårt arbeid bygger på helsemyndighetenes definisjon av kvalitet for tjenester og tiltak. I denne definisjonen er det formulert seks dimensjoner ved kvalitet. Disse innebærer at tjenester skal:

- Være virkningsfulle
- Være trygge og sikre

- Involvere brukere og gi dem innflytelse
- Være samordnet og preget av kontinuitet
- Utnytte ressursene på en god måte
- Være tilgjengelige og rettferdig fordelt

Definisjonen er hentet fra *Kvalitetsstrategien – Og bedre skal det bli....!* (2005). NK LMHs overordnede satsingsområder er forankret i de nevnte dimensjonene ved kvalitet.

Vår visjon er **Læring og mestring for bedre helse og livskvalitet.**

Læring og mestring er et middel både for å skape en bedre helsetjeneste og å styrke helserelatert livskvalitet for den enkelte.

Våre kjerneverdier er:

- **Åpne** – gjennom å være tilgjengelige og fleksible legger vi et godt grunnlag for dialog med våre samarbeidspartnere
- **Samhandlende** – gjennom å bringe ulike aktører og ressurser sammen i et likeverdig samarbeid skaper vi gode betingelser for vekst og utvikling
- **Utforskende** – gjennom å være positivt nysgjerrige og mulighetsorienterte skaper vi godt grunnlag for utvikling, forskning og formidling

Visjonen og verdiene synliggjør hva vi jobber for å oppnå, hvordan vi møter våre samarbeidspartnere og ligger til grunn for våre prioriteringer.

Målgrupper

NK LMH skal støtte opp under landets lærings- og mestringsevne i sykehus og kommuner.

Primære målgrupper og samarbeidspartnere er:

- Helsepersonell og brukerrepresentanter
- Helseledere og beslutningstakere
- Undervisningspersonell, forskere og studenter tilknyttet relevante fagområder

Målgruppebildet til NK LMH er omfattende og sammensatt. I hvert enkelt prosjekt defineres derfor spesifikke interesser og målrettede tiltak.

DAGENS SITUASJON

Støtte til læring og mestring utgjør en stadig større og viktigere del av helse- og omsorgstjenesten. Et økende antall brukere, pasienter og pårørende har behov for oppfølging av kort eller lang varighet. Mange lever lengre med god helse, mens andre lever lengre med redusert funksjonsnivå, kroniske og sammensatte sykdommer. Samtidig øker sosiale ulikheter i helse, og stadig flere personer står i fare for å utvikle livsstilssykdommer. Styrket innsats innen helsefremmende og forebyggende virksomhet er derfor en nødvendighet.

Landets sykehus og kommuner skal i henhold til gjeldende lover og forskrifter sikre tilbud som bidrar til læring og mestring. I tillegg til tilstrekkelige rammevilkår fordrer dette kompetanse i helsepedagogikk blant helsepersonell og brukerrepresentanter.

I dagens lovverk tydeliggjøres også retten til medvirkning. Brukere og pasienter har rett til å delta aktivt i valg som gjelder egen helse og behandling, og de har rett til å medvirke i utforming av helse- og omsorgstjenester. Dette gjenspeiles i lærings- og mestringsvirksomhetens målsetting om å legge til rette for et sidestilt samarbeid i utvikling av tjenester og tilbud.

Bedre kvalitet og pasientsikkerhet i helsetjenesten er en sentral politisk ambisjon. Dette skal blant annet sikres gjennom å forbedre systemer og redusere uberettiget variasjon. For lærings- og mestringsvirksomheten er det en viktig målsetting å sikre at tilbud av god kvalitet er forankret i lovpålagte samarbeidsavtaler og integrert i helhetlige forløp.

E-helse gir nye muligheter for læring og mestring for brukere, pasienter og pårørende og for kompetanseheving blant helsepersonell og brukerrepresentanter. Økt bruk av e-helseløsninger gjør samtidig data mer tilgjengelig for forskning og kvalitetssikring. Dette gir bedre grunnlag for styring og innovasjon.

Utfordringer og behov i feltet

Til tross for at læring og mestring innen helse er godt forankret i lovverk og sentrale føringer, gjenspeiles dette i for liten grad i politisk handling og i beslutninger på ulike ledelsesnivåer. Et resultat er uønsket variasjon hva gjelder kvalitet og likeverdige tjenester både i sykehus og kommuner. Spesielt utsatte grupper er barn og unge, eldre, pårørende og minoritetsspråklige.

Uønsket variasjon kjennetegner også dokumentasjon av lærings- og mestringsvirksomheten, både hva gjelder registrering av aktivitet og dokumentasjon av effekt og utbytte. Dette medfører mangelfulle data og et utilstrekkelig grunnlag for styring, forskning- og fagutvikling.

Det er fortsatt behov for kompetanseheving i helsepedagogikk og kvalitetssikring av de tilbud som gis. Kunnskap om hvordan legge til rette for læring i en helsekontekst bør styrkes og flere bør få tilgang til kompetansehevende kurs av god kvalitet. Et sentralt tema innen helsepedagogikk er samarbeid mellom brukere og fagpersoner. Spesielt i kommunene etterspørres kunnskap om hva brukermedvirkning er, hvorfor det er viktig og ikke minst hvordan få det til i praksis.

Når det gjelder samordning av lærings- og mestringstjenester og helhetlige forløp, gjenstår betydelig arbeid. En tydeliggjøring av ansvars- og oppgavefordeling både mellom og innad i sykehus og kommuner er nødvendig. Læring og mestring som en integrert del av helhetlige pasient- og pakkeforløp må prioriteres.

For å nå helsepolitiske mål om bedre kvalitet, ressursutnyttelse, likeverdige tjenester og helhetlige forløp, er det nødvendig å vurdere mulighetene som ligger i bruk av teknologi for å fremme helse og livskvalitet. Her er det også nødvendig å bygge kompetanse i tilknytning til metodikk og bruk, samt utvikle og spre kunnskap om nytteverdi og effekt.

SATSINGSOMRÅDER

Det skisserte statusbildet belyser særskilte utfordringer og behov for forbedringer som lærings- og mestringsfeltet står overfor. Med dette som utgangspunkt, og i forlengelsen av forrige strategiperiode, har vi for perioden 2019–2023 valgt fire overordnede satsingsområder med tilhørende målsettinger. Satsingsområdene går på tvers av våre hovedoppgaver; forskning, utvikling og formidling. Både hovedoppgavene og satsingsområdene griper over i hverandre. Under følger en beskrivelse av de valgte satsingsområdene.

Kompetanseheving innen helsepedagogikk

Tjenester skal involvere brukere, være virkningsfulle og tilgjengelige.

(Kvalitetsstrategien 2005)

Vi vil arbeide for god kvalitet og likeverdig tilgang på kompetanseheving innen helsepedagogikk for fagpersoner og brukerrepresentanter.

Kompetanse i helsepedagogikk er grunnleggende for å møte brukere, pasienter og pårørendes behov for informasjon, veiledning, undervisning og rådgivning. En viktig del av fagpersoners pedagogiske funksjon er å vurdere den enkeltes forutsetninger for å forstå og nyttiggjøre seg helseinformasjon. Helsepersonell har plikt til å legge til rette for læring ut fra den enkeltes behov og evner, individuelt eller i gruppe. Kompetanse i helsepedagogikk er samtidig viktig for å styrke samarbeid mellom fagpersoner og brukerrepresentanter om utvikling av tjenester og tilbud.

Det er behov for å videreutvikle og kvalitetssikre kompetansehevende tilbud i helsepedagogikk, både i sykehus og kommuner. I tillegg bør helsepedagogikk som tema i større grad vektlegges i helsefaglige utdanningsløp.

For å bidra til god kvalitet og likeverdig tilgang på kompetanseheving innen helsepedagogikk vil vi:

- Drive utviklingsarbeid knyttet til kompetanseheving for kursholdere
- Spre kunnskap og støtte opp om implementering av kunnskapsbaserte anbefalinger i praksisfelt og helse- og sosialfaglige utdanninger
- Videreutvikle kunnskapsgrunnlaget gjennom litteraturstudier
- Forske på sentrale temaer som brukermedvirkning, samarbeid om helsetjenesteutvikling og relasjonskompetanse

Bruk av teknologi for læring og mestring

Tjenester skal utnytte ressursene på en god måte, være tilgjengelige og rettferdig fordelt.

(Kvalitetsstrategien 2005)

Vi vil arbeide for å fremme hensiktsmessig bruk av teknologi innen lærings- og mestringsfeltet.

Teknologi skaper nye muligheter for både egenmestring og kompetanseheving og kan bidra til mer likeverdig tilgang til kunnskap, tjenester og tilbud. Sentrale forutsetninger er imidlertid at de teknologiske ressursene og bruken av disse tilpasses behov, situasjon og kontekst.

En rekke e-helseløsninger er under utvikling og utprøving innen lærings- og mestringsfeltet. Dette arbeidet er fortsatt i en tidlig fase, og vi ser behov for å bidra til implementering av allerede tilgjengelige ressurser og innhente erfaringer fra praksis. Videre er det behov for nærmere utredninger av effekt og nytteverdi knyttet til bruken av teknologi. Det å tydeliggjøre og formidle et kunnskapsgrunnlag i denne sammenheng er sentralt.

For å bidra til hensiktsmessig bruk av teknologi innen læring og mestring vil vi:

- Formidle kunnskap om tilgjengelige verktøy og anbefalinger for praksis
- Styrke kunnskapsgrunnlaget knyttet til implementering, utbytte og effekt
- Samarbeide med fag- og brukermiljøer om forsknings- og utviklingsprosjekter
- Videreføre samarbeid med helsemyndigheter om e-helseløsninger

Dokumentasjon av aktivitet

Tjenester skal være tilgjengelige og rettferdig fordelt. (Kvalitetsstrategien 2005)

Vi vil arbeide for tilstrekkelig og god dokumentasjon av lærings- og mestringsaktivitet.

Bruk av aktivitetsdata blir stadig viktigere som kilde til informasjon om sykdomsbilde, behandling og oppfølging, samt som grunnlag for styring, kvalitetssikring og forskning. Har vi gode nasjonale aktivitetsdata, kan vi undersøke hvem som får tilbud, hvor mange som deltar, om tilbud er dimensjonert i samsvar med behov og hvor framtidig innsats bør rettes.

Dokumentasjon av lærings- og mestringsaktivitet bærer i dag preg av uønsket variasjon. Arbeidet med å sikre tilstrekkelig dokumentasjon fordrer en langsiktig innsats og et samspill mellom sentral helseforvaltning, sykehus- og kommuneledelse og praksisfelt. Et felles systematisk arbeid for pålitelig statistikk vil støtte opp om den helsepolitiske målsettingen om lærings- og mestringstilbud i alle pasient- og pakkeforløp.

For å bidra til tilstrekkelig og god dokumentasjon av lærings- og mestringsaktivitet vil vi:

- Samarbeide med sentrale aktører om videreutvikling av nasjonale føringer og rammeverk
- Gjøre tilgjengelig og spre kunnskap om sentrale føringer og anbefalt praksis
- Være en pådriver for og samarbeidspartner i utvikling av nasjonale kvalitetsindikatorer
- Utarbeide og formidle gode oversikter over lærings- og mestringsvirksomheten

Dokumentasjon av effekt og utbytte

Tjenester skal være virkningsfulle, trygge og sikre. (Kvalitetsstrategien 2005)

Vi vil arbeide for systematisk evaluering av tilbud og bedre dokumentasjon av effekt og utbytte.

For å avdekke behov for forbedring og videreutvikle lærings- og mestringstilbud for brukere, pasienter og pårørende, er det nødvendig med et nasjonalt løft for økt standardisering og systematisk evaluering av aktiviteten. Dokumentasjon av effekt og utbytte er også viktig for å synliggjøre resultater og som grunnlag for forskning og styring.

Det er i dag stor variasjon både når det gjelder type tilbud og hvordan disse vurderes med hensyn til nytte og effekt. I tillegg er det betydelig variasjon når det gjelder forskningsdesign og metodiske tilnærminger, noe som gjør det vanskelig å sammenligne på tvers. Validerte evalueringsverktøy er i tillegg en mangelvare.

Dette satsingsområdet handler om evaluering i tilknytning til effekt, utbytte (livskvalitet, mestringstro, håp og symptomer) og prosess (forankring, samarbeid). Generell kursevaluering av blant annet innhold og form inngår som del av satsingen.

For å bidra til systematisk evaluering av tilbud og bedre dokumentasjon av effekt og utbytte vil vi:

- Gjøre eksisterende kunnskap mer tilgjengelig
- Legge til rette for bruk av kvalitetssikrede verktøy for kursevaluering og evalueringsforskning
- Videreutvikle kunnskapsgrunnlaget gjennom litteraturstudier
- Igangsette arbeid med følgeforskning knyttet til NK LMHs lærings- og mestringstilbud

AVRUNDING

Etableringen av landets lærings- og mestringsevne bygget på målsettingen om at alle som lever med helseutfordringer, og deres pårørende, skal få tilbud om nødvendig støtte til læring og mestring. I dag, rundt 20 år senere, favner virksomheten bredere, men målet om økt mestring og bedret livskvalitet er fortsatt gjeldende. Med en helsepolitisk målsetting om å skape pasientens og pårørendes helsetjeneste, spiller læring og mestring en avgjørende rolle.

I denne strategien beskriver vi fire overordnede satsingsområder som har til hensikt å støtte opp under lærings- og mestringsevnen i hele sin bredde. Vi har som mål at vårt arbeid skal holde god kvalitet og at vår kunnskap og kompetanse skal være tilgjengelig for alle. Vi er opptatte av at vårt arbeid skal ha nytteverdi for lærings- og mestringsevnen og derigjennom utgjøre en positiv forskjell for brukere, pasienter og pårørende.