

# NK LMHs strategi 2019–2023: Resultater og innsikter oppsummert

---

NK LMHs strategi 2019–2023: Resultater og innsikter oppsummert  
© Nasjonal Kompetansetjeneste for læring og mestring innen helse (NK LMH) 2024

**Utgitt:** April 2024

**ISBN:** 978-82-92686-59-1

**Ansvarlig redaktør:** Siw Bratli, leder ved NK LMH

NK LMH er en nasjonal kompetansetjeneste som bidrar til at lærings- og mestringsvirksomhet i hele landet holder god kvalitet og er kunnskapsbasert, slik at personer som lever med helseutfordringer og deres nærstående opplever økt mestring og bedret livskvalitet.

NK LMH er en del av Oslo universitetssykehus HF (OUS). OUS eies av Helse Sør-Øst RHF og består av blant annet Aker sykehus, Ullevål sykehus, Rikshospitalet og Radiumhospitalet.

**E-post:** [post@mestring.no](mailto:post@mestring.no) **Twitter:** [twitter.com/mestringno](https://twitter.com/mestringno) **Facebook:** [facebook.com/mestringno](https://facebook.com/mestringno)

---

## Innholdsfortegnelse

<b>INNLEDNING .....</b>	<b>4</b>
<b>HVA ER LÆRING OG MESTRING? .....</b>	<b>4</b>
<b>BAKGRUNN FOR STRATEGIEN .....</b>	<b>5</b>
<b>FIRE SATSINGSOMRÅDER .....</b>	<b>6</b>
KOMPETANSEHEVING INNEN HELSEPEDAGOGIKK.....	6
BRUK AV TEKNOLOGI FOR LÆRING OG MESTRING .....	8
DOKUMENTASJON AV AKTIVITET .....	9
DOKUMENTASJON AV EFFEKT OG UTBYTTE.....	10
<b>KOMMUNIKASJON OG FORMIDLING .....</b>	<b>12</b>
<b>FREMOVER.....</b>	<b>13</b>

## Innledning

Nasjonal kompetansetjeneste for læring og mestring innen helse (NK LMH) er en offentlig aktør som leverer forsknings- og erfaringsbasert kunnskap, kompetanseheving og implementeringsstøtte innen feltet læring og mestring i helse- og omsorgstjenesten. Med en helhetlig tilnærming til feltet er vi primært til for tjenesteytere innen forebygging, helsefremming, behandling og rehabilitering. Vårt samfunnsoppdrag er å bidra til kunnskapsbaserte lærings- og mestringstjenester av god kvalitet integrert i helhetlige forløp for brukere, pasienter og pårørende. Å øke helsepedagogisk kunnskap og kompetanse utgjør en sentral del av oppdraget.

I 2023 rundet NK LMH av en femårig strategiperiode. Ved oppsummering av perioden står vi overfor en helsetjeneste preget av betydelige krav til omstilling som følge av et stadig større gap mellom *behov for og tilbud* av helse- og omsorgstjenester. Flere lever lenger og flere har sammensatte helseutfordringer. Samtidig reduseres tilgangen på helsepersonell (NOU 2023: 4. Tid for handling – Personellet i en bærekraftig helse- og omsorgstjeneste).

Å fremme helsekompetanse og egenmestring hos brukere, pasienter og pårørende er en forutsetning for å redusere trykket på helsetjenesten og øke den enkeltes fungering og livskvalitet. Prioritering av denne oppgaven er nødvendig for å sikre en bærekraftig helse- og omsorgstjeneste, noe som omtales utfyllende i Nasjonal helse- og samhandlingsplan (St. Meld. 9).

I dette dokumentet oppsummerer vi hovedresultater og innsikter fra vår strategiperiode 2019–2023. Resultatene bygger på utstrakt samarbeid med regionale, nasjonale og internasjonale fagmiljøer og bruker- og interesseorganisasjoner. Både resultater og innsikter bidrar til å gi retning for videre arbeid og utviklingsprosesser. Dokumentet er i hovedsak skrevet for samarbeidspartnere og kollegaer innen fag- og praksisfelt og brukermiljøer, samt beslutningstakere og ledere.

## Hva er læring og mestring?

God helse og et godt liv handler om mer enn fravær av sykdom. Det handler om å håndtere hverdagen også når helseutfordringer oppstår og vedvarer. Lærings- og mestringsevnen er etablert for å være til støtte i slike situasjoner. Læring og mestring i helse- og omsorgstjenesten skal være en integrert del av alle tjenester, fra helsefremming og forebygging til rehabilitering og palliativ omsorg. Dette er en pedagogisk virksomhet med mål om styrket helsekompetanse, mestring, fungering og livskvalitet for brukere, pasienter og pårørende. Virksomheten fordrer helsepedagogisk kompetanse hos fagpersoner og brukerrepresentanter. Vi forstår helsepedagogikk som det å anvende pedagogiske prinsipper og verktøy for å fremme læring, mestring og helsekompetanse. Brukersamarbeid og -medvirkning står sentralt i denne sammenheng ([mestring.no](https://mestring.no)).



Lærings- og mestringsvirksomheten foregår på ulike arenaer i spesialisthelsetjenesten, kommunal helse- og omsorgstjeneste og i frivilligheten. Den retter seg mot personer i ulike alders- og livsfaser og omfatter ulike former for helseutfordringer. [Nasjonal helse- og samhandlingsplan](#) beskriver virksomheten på følgende måte:

“ Lærings- og mestringsvirksomhet i helse- og omsorgstjenesten omfatter individuell og gruppebasert informasjon, veiledning, opplæring, undervisning, ferdighetstrening og erfaringsdeling og foregår både i den løpende kontakten brukere, pasienter og pårørende har med helsepersonell, og gjennom egne tilbud og likepersonsarbeid. Virksomheten er tverrfaglig, skal være kunnskapsbasert, rette oppmerksomhet mot den enkeltes ressurser og understøtte brukerens egen læringsprosess. Dette pedagogiske arbeidet har betydning for pasientsikkerheten og skal inngå i alle helse- og omsorgstjenester av god kvalitet.

Formålet med lærings- og mestringsvirksomheten er at brukere, pasienter og pårørende skal få økt kompetanse om helse og helsetjenester som gjør dem i stand til å:

- fremme helse og livskvalitet (fysisk, psykisk, sosialt og eksistensielt)
- forebygge, hindre eller bremse utvikling av sykdom og funksjonsnedsettelse
- opprettholde og/eller endre levevaner
- mestre egen helse, hverdag og livssituasjon

Lærings- og mestringsvirksomhet er sentralt i sosial, psykososial og medisinsk habilitering og rehabilitering, og krever både helsefaglig og pedagogisk kompetanse. Tilbudet i kommunale frisklivssentraler er en del av lærings- og mestringsvirksomheten i de kommunale helse- og omsorgstjenestene. Lærings- og mestringsvirksomhet foregår også i regi av frivillige organisasjoner (Meld. St. 9, s. 28).”

## Bakgrunn for strategien

[NK LMHs strategi](#) tok utgangspunkt i nasjonale føringer og retningslinjer for helsetjenesten i sykehus og kommuner. NK LMHs oppgaver følger av [Forskrift nr. 1706 \(17.12.2010\)](#) og [tilhørende veileder](#). I

tillegg ble aktuelle utfordringer og behov for forbedringer innen lærings- og mestringsfeltet lagt til grunn:

- Gode politiske føringer, men svak styring og forankring i praksis
- Uønsket variasjon hva gjelder dokumentasjon av aktivitet og effekt/utbytte
- Uønsket variasjon på kompetansehevende tilbud i helsepedagogikk og tilgang på kurs
- Helsepedagogikk utgjør en liten og utydelig del av helse- og sosialfaglige utdanninger
- Behov for styrket kompetanse innen brukermedvirkning i tjenesteutvikling
- Behov for bedre samordning av tjenester og helhetlige forløp
- Bruk av teknologi er lite utbredt i lærings- og mestringsvirksomheten

Innspill fra fagfelt, NK LMHs faglige referansegruppe og interne faglige vurderinger inngikk også som viktig del av strategiens forankring.

## Fire satsingsområder

Med mål om å styrke kvalitet på helse- og omsorgstjenester som skal fremme læring og mestring, ønsket vi i strategiperioden å bidra til et nasjonalt løft for kompetanseheving innen helsepedagogikk og dokumentasjon av aktivitet, effekt og utbytte. Vi ville også være aktive pådrivere for å fremme hensiktsmessig bruk av teknologi innen lærings- og mestringsvirksomheten. Våre strategiske prioriteringer ble beskrevet gjennom fire overordnede satsingsområder.

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

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

## Kompetanseheving innen helsepedagogikk

For å bidra til god kvalitet og likeverdig tilgang på kompetanseheving innen helsepedagogikk ønsket vi i strategiperioden å:

- 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 kunnskapsoppsummeringer
- forske på sentrale temaer som brukermedvirkning, samarbeid om helsetjenesteutvikling og relasjonskompetanse

# Helsepedagogikk – resultater



lærebok



håndbok +  
brosjyrer



kunnskaps-  
baserte kurs



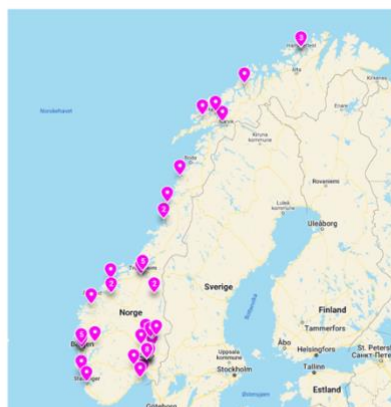
digitale  
ressurser



digitale  
temasamlinger



forskning



mestring.no

I strategiperioden har NK LMH utviklet ulike grunnlagsressurser som blant annet læreboken «[Helsepedagogiske metoder – teori og praksis](#)» og en praktisk «[Håndbok i helsepedagogikk](#)». Disse ble utviklet i et tverrfaglig samarbeid, med forskere og fagpersoner fra praksisfeltet. Læreboka inngår i dag som pensum i flere helse- og sosialfaglige utdanninger, både på bachelor- og masternivå.

Disse ressursene la grunnlaget for å utvikle nasjonale kurs i helsepedagogikk på to nivåer; henholdsvis [et kurs for kursholdere i helsepedagogikk](#) (train the trainer) og et fem dagers kurs i helsepedagogikk for de som skal arrangere lærings- og mestringstilbud for brukere, pasienter og pårørende. Kurslederkurset ble gjennomført i hver helseregion i tett samarbeid med regionale fagmiljøer. I forkant av kurset ble det gjennomført [en pilot i Helse Midt](#) der vi også hentet ut erfaringer knyttet til hva som gjorde at (kurs)kunnskapen i etterkant ble omsatt i praksis på arbeidsplassen. Som følge av koronapandemien ble kurslederkurset raskt lagt om til et digitalt tilbud. Kurset i helsepedagogikk ble [gjennomført heldigitalt](#). To av disse ble holdt i 2023 for totalt 165 deltakere, med svært gode tilbakemeldinger. Tilsvarende kurs gjennomføres vår og høst 2024.

Som et tiltak for å gjøre helsepedagogikk mer tilgjengelig, har vi i tillegg arrangert en rekke digitale temasamlinger innen helsepedagogikk om blant annet [brukermedvirkning](#) og [helsekompetanse](#). Her var det også stor tilslutning og interesse, og flere av de som deltok var også med på det heldigitale kurset i etterkant. Parallelt med kompetansehevingen har vi gjennomført en [kunnskapsoppsumming](#) der vi har sett på hva forskningen sier om hvilke elementer ved et kurs i helsepedagogikk som har mest å si for deltakerutbyttet.

**Viktig innsikt:** Vi erfarer at det fortsatt er stor etterspørsel etter kompetanseheving innen helsepedagogikk fra kommuner, sykehus, brukerorganisasjoner og utdanningsinstitusjoner. Mange søker kunnskap om hvordan legge til rette for mer helsekompetansevennlige tjenester. Særlig stort er behovet for å styrke samarbeidskompetanse og kunnskap om tjenesteutvikling med brukermedvirkning. Videre har digitale kurs og bruk av digitale hjelpemidler i stadig større grad blitt et eget tema innen helsepedagogikken.

## Bruk av teknologi for læring og mestring

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

- 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



Aktualiteten av dette satsingsområdet ble raskt større enn forventet. I kjølvannet av koronapandemien og et omfattende behov i feltet måtte vi innhente, vurdere og formidle best tilgjengelige kunnskap. En egen pandemiside ble opprettet med tips, ofte stilte spørsmål (FAQ), praksiseksempler og forskningsomtaler. I tillegg inviterte vi til en digital prat med lærings- og mestringssentrene i alle helseregionene om status og umiddelbare behov for støtte. Dette ga oss et godt utgangspunkt for videre prioriteringer innen satsingsområdet.

Som tidligere nevnt la vi om kompetanseheving (train the trainer) til videobaserte kurs og gjorde oss tidlig gode erfaringer som vi delte i [rapporter og erfaringsnotater](#) underveis. I tillegg utviklet vi egne heldigitale kurs i helsepedagogikk. I denne sammenheng har vi utviklet en rekke digitale verktøy, for eksempel [animasjoner](#), samt tatt i bruk verktøy som Slido, Padlet og Canvas i kurssammenheng. Dette er verktøy som også har blitt delt i de heldigitale kursene som en del av kompetansehevingen. Hensikten har vært å gjøre kursholdere tryggere i å ta i bruk verktøyene i egne kurs, både fysiske og digitale.



Som del av den digitale verktøykassa har vi i strategiperioden utviklet [podkasten, «Spor av mestring»](#). I podkasten møter du erfarne brukerrepresentanter og fagpersoner med ulik bakgrunn, kompetanse og innsikt som forteller om veien til mestring i ulike sammenhenger.

Når det gjelder det forskningsbaserte grunnlaget har vi i strategiperioden gjennomført en [kunnskapsoppsummering](#) om effekt og utbytte av digitale løsninger i gruppebaserte tilbud. Denne oppsummeringen har medført stor etterspørsel etter undervisning og veiledning i forbindelse med digitale tilbud. Oppsummeringen er tilgjengeliggjort på [mestring.no](#) og som [podkast-episode](#).

I tillegg har vi deltatt i flere forskningssamarbeid knyttet til digitale løsninger. Et eksempel er samarbeidet med Digital helseforskning (Oslo universitetssykehus) om utvikling av [appen Epio](#) for de som lever med smerte. Videre har vi i perioden samarbeidet med praksisfeltet om fagutvikling. Et eksempel er digitaliseringen av [lærings- og mestringstilbudet «Mestringstreff» på Helgeland](#), som er et samhandlingsprosjekt mellom Helgelandssykehuset og omkringliggende kommuner.

**Viktig innsikt:** Vi erfarer et stort behov for kunnskap og kvalitetssikring, kompetanseheving, veiledning og støtte i forbindelse med digitalisering av lærings- og mestringsevne. Det har vokst frem en jungel av digitale verktøy og et sterkt behov for økt kunnskap, kvalitetssikring av aktuelle verktøy og bedre oversikt.

### Dokumentasjon av aktivitet

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

- 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 mestringsevne

## Dokumentasjon aktivitet – resultater

---

- Veiledende nettside om registrering
- Løpende dialog med myndigheter
- Kunnskapsplattform > kvalitetsindikatorer
- Sentral bidragsyter i nasjonal revisjon
- Oversikt over kommunale tilbud
- Notater om begreper og sentrale føringer



mestring.no

For å bidra til å utbedre kodeverk og kodeveileder, etablerte vi tidlig i strategiperioden dialog med sentrale helsemyndigheter omkring systemutbedringer. Dette bidro til å synliggjøre utfordringer og behov innen feltet og et samarbeid med myndighetene om tekst i kodeveileder.

Sammen med representanter fra praksisfeltet i alle helseregioner etablerte vi en [veiledende side](#) om registrering av lærings- og mestringsaktivitet på [mestring.no](#). Denne siden har jevnlig blitt oppdatert gjennom hele perioden, blant annet i forbindelse med utvikling av digitale tilbud.

Som grunnlag for et arbeid med nasjonale kvalitetsindikatorer har vi i perioden prioritert å bygge en [kunnskapsplattform](#) gjennom systematiske kunnskapsoppsummeringer (mer om dette under beskrivelsen av neste satsningsområde).

I forbindelse med nasjonal revisjon og gjennomgang på feltet, har vi vært en sentral bidragsyter gjennom to konkrete oppdrag fra Helsedirektoratet:

- [Rapport om gjennomgang av samarbeidsavtaler](#) (kartlegging)
- [Dokumentasjon om samhandling](#) (kunnskapsoppsummering)

I tillegg har vi vært en generell innspillpartner i arbeidet med å kartlegge lærings- og mestringsvirksomheten i sykehusene på bakgrunn av våre tidligere regelmessige kartlegginger innen feltet. I perioden har vi også jobbet frem en [oversikt over kommunale tilbud](#) som er publisert på [mestring.no](#).

Som del av et større grunnlagsarbeid har vi [samlet og tydeliggjort sentrale føringer](#) om plikter og rettigheter for lærings- og mestringsvirksomheten. Vi har også utarbeidet et [notat som tydeliggjør sentrale begreper](#) i samarbeid med Språkrådet. Resultatene herfra har medført en oppdatering av innholdet på [mestring.no](#)

**Viktig innsikt:** Når det gjelder utbedringer knyttet til registrering og dokumentasjon av lærings- og mestringsaktivitet ser vi at det er avgjørende med forankring på flere nivåer og samarbeid mellom ulike aktører. Det er fortsatt stort behov for bedre registerdata som dokumenterer aktivitet. Hva registreringspraksis angår bærer feltet preg av betydelig usikkerhet og variasjon. Det er derfor nødvendig med et systematisk kvalitetsforbedringsarbeid ledet an av sentrale helsemyndigheter og -forvaltning der nasjonale, regionale og lokale fagmiljøer samarbeider, både i sykehus og kommuner.

### Dokumentasjon av effekt og utbytte

For å bidra til systematisk evaluering av kurs og bedre dokumentasjon av effekt og utbytte ønsket vi å:

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

# Effekt og utbytte – resultater

- Kunnskapsoppsummeringer
- Primærforskning
- Internasjonale nettverk og samarbeid
- Forskningsomtaler
- Fagartikler og rapporter
- Forskningsbasert grunnlag samlet (notat)
- Utvikling av ulike ressurser
- Veiledning, undervisning og foredrag

mestrings.no

HJEM • BRUKERMEDVIRKNING • HVORFOR OG HVORDAN UTVALTE TJENESTER I SAMARBEID MED BRUKERE

## Hvorfor og hvordan utvikle tjenester i samarbeid med brukere

En kunnskapsoversikt over forskning på brukermedvirkning på tjenestenivå, viser at å involvere brukere i utvikling av helsetjenester har betydning for tjenestens form og innhold. Samarbeidet i seg selv har også betydning for de involverte brukerne, fagpersonene og på organisasjonens medvirkningspraksis generelt.



Ann Britt Sandvin Olsson er stipendiat ved Nasjonal kompetansetjeneste for læring og mestring innen helse (NK LMH) og Oslo universitetssykehus, tilknyttet VID vitenskapelige høgskoles PhD-program «Diakoni, verdier og profesjonell praksis».

Publisert 27. april 2020 kl. 12:43

Bildet av Tone Lærén Høel

Ann Britt Sandvin Olsson er stipendiat ved Nasjonal kompetansetjeneste for læring og mestring innen helse (NK LMH) og Oslo universitetssykehus, tilknyttet VID vitenskapelige høgskoles PhD-program «Diakoni, verdier og profesjonell praksis». Hun har ledet arbeidet med en litteraturstudie av eksisterende forskning om brukermedvirkning på tjenestenivå.

### – Hva er prosjektets innhold?

– Regjeringen bygger «pasientens helsetjeneste». Kommunene oppfordres til å involvere brukere, pasienter og pårørende i dette arbeidet. Men ansatte i kommunene sier de er usikre på hvordan de skal ta til brukermedvirkning.

– Derfor har vår litteraturstudie hatt som formål å skaffe en oversikt over kunnskap om

Det er publisert [syv kunnskapsoppsummeringer](#) i strategiperioden. Disse omhandler betydningen av deltakelse på lærings- og mestringstilbud for pårørende og barn/unge med helseutfordringer, digitale tilbud og brukermedvirkning, samt effekt av frisklivstiltak. I tillegg har én oppsummering omhandlet hvilke elementer ved et kurs i helsepedagogikk som har størst betydning for deltakerutbyttet. Oppsummeringene er hovedsakelig publisert som vitenskapelige artikler i internasjonalt anerkjente tidsskrifter, og flere er i tillegg publisert som norske omtaler.

Av primærforskning i perioden har det vært startet opp to doktorgradsprosjekter om henholdsvis [brukermedvirkning i tjenesteutvikling](#) og [helsekompetanse blant voksne med langvarige helseutfordringer](#). Førstnevnte har resultert i tre publikasjoner så langt. I tillegg har vi deltatt i flere forsknings samarbeid, både nasjonalt og internasjonalt. I perioden har det også blitt gjennomført et mastergradsarbeid knyttet til ungdomshelse (i påvente av publisering).

Gjennom den samlede forskningsaktiviteten har vi styrket våre nettverk og samarbeidsrelasjoner, både nasjonalt og internasjonalt.

Vi har kontinuerlig delt kunnskap gjennom fagartikler og rapporter på mestrings.no og i diverse eksterne kanaler. Et eksempel er fagartikkelen [«Hvordan kan vi overføre kunnskap, holdninger og ferdigheter fra kurs til praksisutøvelse?»](#) i tidsskriftet Sykepleien.

I tillegg har vi utviklet en rekke fagressurser basert på kunnskapsoppsummeringene for å gjøre forskningen mer tilgjengelig og anvendbar, blant annet heftet [«Læring og mestring fordi det lønner seg»](#) og notatet [«Hvorfor etablere lærings- og mestringstilbud? Funn fra kunnskapsoppsummeringer om effekt og utbytte»](#). Sistnevnte inngår i et større arbeid med å tydeliggjøre et faglig grunnlag for lærings- og mestringsvirksomheten, inkludert kunnskapsbaserte anbefalinger for praksis.

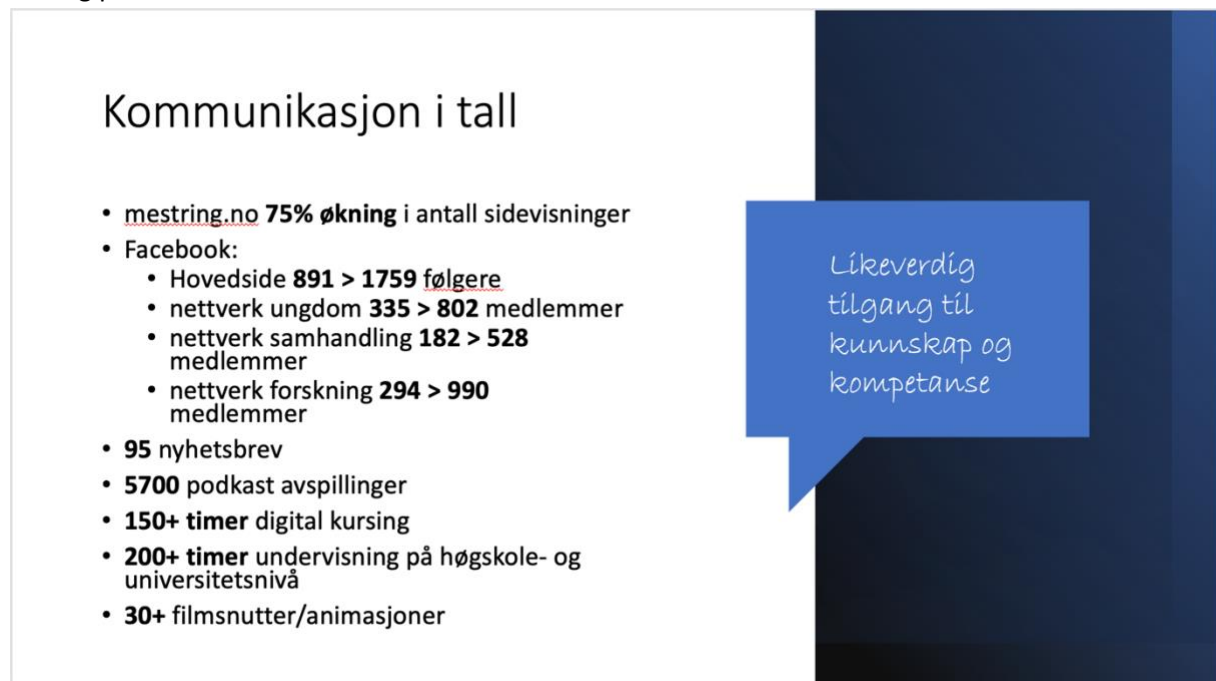
Videre har vi lagt ned et omfattende antall timer med veiledning, undervisning og foredrag knyttet til dette satsingsområdet.

**Viktig innsikt:** Samlet sett viser kunnskapsoppsummeringene at lærings- og mestringstilbud har flere gode effekter og positivt utbytte for brukere, pasienter og pårørende. Samtidig avdekker oppsummeringene kunnskapshull og behov for mer forskning. Det er fortsatt stor etterspørsel etter forskningsbasert kunnskap og hvilke implikasjoner forskningen har for praksis. Videre kunnskapsutvikling og -deling blir viktig fremover. Særlig interessant er det å bygge videre på vår forskning om brukermedvirkning på tjenestenivå, og hvordan dette gir en rekke gevinster utover å bedre kvaliteten på tilbud.

## Kommunikasjon og formidling

Kommunikasjon og formidling er en av kompetansetjenestens hovedoppgaver. Dette er en gjennomgående aktivitet som skal støtte opp under både satsningsområder og arbeidsområder for øvrig. Med forankring i vår overordnede strategi er det utarbeidet en plan for kunnskaps- og kompetansespredning. Planen synliggjør hvilke tiltak som prioriteres for å nå våre definerte målsettinger.

Under presenteres noen tall på et utvalg av kommunikasjons- og formidlingsaktiviteter i strategiperioden.



Mestring.no er vår primære informasjonskanal. I strategiens oppstartsår var nettsiden nylig gjennomgått og oppdatert med hensyn til sidestruktur og innhold. Antallet sidevisninger har økt jevnt gjennom strategiperioden og passerte 200 000 i strategiens siste år. Innhold om pedagogiske tilnærminger og verktøy samt forskning ligger på besøkstoppen. Nettsiden har befestet seg som en etablert merkevare innen feltet.

Kompetansetjenestens Facebook-side har i perioden fått 97 prosent flere følgere, og nettverkssidene for ungdom, samhandling og forskning har hatt økning på henholdsvis 139, 190 og 237 prosent.

I løpet av strategiperioden utviklet og lanserte vi som tidligere nevnt podkasten «Spor av mestring». Det er ved utgangen av perioden produsert 23 episoder. Videre har vi i strategiperioden gjennomført mer enn 350 timer med undervisning og kursing, digitalt og fysisk, samt utviklet en rekke digitale verktøy.

Som et sentralt formidlingstiltak har det i strategiperioden også blitt lagt til rette for flere nasjonale møteplasser i form av konferanser og seminarer, både fysiske og digitale. Blant annet arrangerte tjenesten en heldags digital konferanse med 220 deltagere i anledning lærings- og mestringsfeltets 25 års jubileum.

NK LMHs nasjonale kommunikasjonsnettverk bestående av representanter fra de fire helseregionene, kommuner og brukermiljøer har vært viktig for kommunikasjons- og formidlingsaktiviteten.

## Fremover

Resultater og innsikter fra strategiperioden viser samlet sett at våre prioriterte satsingsområder har vært hensiktsmessige, og at vi har lyktes med å jobbe systematisk og målrettet. Dette til tross for flere annerledesår grunnet pandemi og usikkerhet knyttet til videreutvikling innen lærings- og mestringsfeltet og det nasjonale kompetansemiljøet.

En forutsetning for å kunne realisere strategiplanen har vært et stabilt, dedikert og solid fag- og forskningsmiljø ved NK LMH. Samtidig har nærhet til praksis og alle våre gode samarbeidspartnere vært uvurderlige i dette arbeidet.

Hva gjelder utfordringer og behov i feltet ser vi at det er mye som gjenstår, noe den nylig lanserte Helse- og samhandlingsplanen bekrefter. Her vies et eget kapittel til tjenester som bidrar til å fremme helse, mestring og forebygging.

- Planen er en solid anerkjennelse av vårt felles arbeid innen lærings- og mestringsfeltet, sier Siw Bratli, leder ved NK LMH. Det er også positivt at regjeringen vektlegger kunnskapsbasert praksis og ønsker i større grad å trekke veksler på etablerte kompetansemiljøer fremover.

Hva gjelder veien videre for NK LMH avventer vi avklaringer vedrørende fremtidig organisering og mandat. Inntil videre lar vi derfor Strategi 2019–2023 være retningsgivende for vårt arbeid.