

Projektplan Peer Support i Västra Götaland 2018

2017-11-14

Inledning

Vad är peer support?

- Peer support innebär att personer med egen erfarenhet av psykisk ohälsa eller funktionsnedsättning blir professionellt verksamma inom vård och omsorg för att stötta brukare/patienter i deras återhämtningsprocesser.
- Peer supportens arbete utgår ifrån stöd till brukare/patienter baserat på egna erfarenheter av återhämtning, egenmaktsutveckling och minskad självstigma.
- Peer support kan användas i öppen-, och slutenvård likväl som inom socialpsykiatrisk verksamhet.
- Peer support har under de senaste tio åren utvecklats och implementerats i stor skala runtom i världen. I USA har närmare 30 delstater ett omfattande program för peer support, i Holland krävs brukare anställda i ACT-team (FACT) för att erhålla certifiering, och i länder som England och Nya Zeeland är modellen väl etablerad. I Sverige har inte utvecklingen att använda självverfarnas kompetens inom vård och omsorg fått samma genomslag än.
- Internationell forskning visar bl.a. på kortare och färre vårdtider för patienterna som ett resultat av peer support, minskad självstigma samt att brukare/patienter får större tro på sig själva och på möjligheten att genomföra förändringar i sina liv.
- Internationella erfarenheter visar även att peer support har en kulturförändrande effekt. När en eller flera peer supporters arbetar inom en verksamhet påverkar det de anställdas attityder till patienterna/brukarna på ett positivt sätt. Det påverkar även arbetslaget som helhet att våga prata mer öppet om egna erfarenheter av psykisk ohälsa.

Peer Support i en svensk kontext

Patient, brukar- och anhörigrörelsen i Sverige, samlade i NSPH (Nationell Samverkan för Psykisk Hälsa), har sedan 2007 ett av regeringen finansierat uppdrag att verka för ökat patient-, brukar- och närståendeinflytande nationellt, regionalt och lokalt. NSPH har sedan bildandet 2007 tagit fram ett antal olika inflytandeverktyg och medverkat för ökat inflytande genom utbildningar, brukarrevisioner, Hjärnkollskampanjen, samt medverkat i PRIO-satsningen för ökat brukarinflytande i hela landet. Nästa stora steg vad gäller användandet av den unika kunskap som någon med egen erfarenhet besitter, är modellen med peer support.

Peer Support innebär att en person med egen erfarenhet av psykisk ohälsa tillför en verksamhet sina kunskaper om hur det är att leva med en psykisk ohälsa och hur man kan återhämta sig. Peer supportens roll är att fungera som ett personligt stöd till någon som har utvecklat psykisk ohälsa och saknar kunskap om och erfarenhet av återhämtningsstrategier.

Med stöd av en peer supporters erfarenheter av återhämtning kan patienten bli starkare, övertygad om möjligheten till återhämtning och med hjälp av copingstrategier hantera sin psykiska ohälsa i framtiden. Fokus är att låta patienten få ta del av återhämtningsstrategier från någon som varit i liknande situation tidigare.

För att kunna ge ett gott stöd som peer supporter måste personen i fråga vara återhämtad från sina egna upplevelser av psykisk sjukdom och eventuella trauman. Peer Support är inte en rehabiliterande insats för peer supportern. Denne måste vara tillräckligt återhämtad för att kunna stötta någon annan i dennes egen återhämtningsresa.

Peer supportens arbetsuppgifter i projektet kan då t.ex. vara att stödja och trygga vid ankomst och inskrivning, erbjuda stöd till aktiviteter, vara en samtalspartner utifrån sina egna erfarenheter och stöd att förbereda för en vardag efter utskrivning. Forskning på området visar på kortare och färre vårdtider för patienterna som ett resultat av peer support.

Arbetsuppgifter

Peer supporterns arbetsuppgifter anpassas efter varje verksamhet.

- Peer supportern kan *informera*, exempelvis om aktiviteter inom verksamheten eller om vilka rättigheter man har som patient/brukare.
- Det kan också handla om att *motivera* patienten/brukaren att återuppta gamla eller utveckla nya fritidsaktiviteter eller intressen.
- Motivationsarbetet omfattar även andra typer av stöd som patienten/brukaren uttrycker intresse för eller blivit rekommenderad. Det kan exempelvis innebära att *följa med* patienten/brukaren som behöver extra stöd och trygghet för att våga/orka ta sig till olika möten eller sammanhang.
- Peer supportern kan anordna och *leda gruppaktiviteter*. Aktiviteterna formas utifrån verksamhetens riktlinjer och förutsättningar. Det kan röra sig om utflykter, sociala och kulturella aktiviteter inom enheten eller fysisk aktivitet.

- Peer supportern kan exempelvis leda brukar/patientutbildningar och studiecirkel i egenmakt eller *hålla föreläsningar* utifrån olika teman.
- Stöd i *rehabilitering*. Det kan exempelvis handla om stöd till att påbörja eller återgå till studier, arbetsförberedande aktiviteter, praktik eller arbete.
- En annan uppgift för peer supportern är att stödja patienter som står *inför utskrivning*. Det kan gälla olika kontakter med brukarföreningar, sociala nätverk, utbildningar- eller sysselsättning.
- Inte sällan finns rädsla hos den enskilde för vad man skall säga när man *återkommer till arbetet* efter sjukskrivning och kollegorna undrar var man har varit eller hur man mår. Peer supporterns kunskaper och erfarenheter kan här spela stor roll för att underlätta att svara på sådana frågor eller för att belysa eventuella anpassningar som kan genomföras för att underlätta återgång eller förebygga återinsjuknande.

Erfarenheterna från England visar att även övrig personal kan ha nytta av att arbeta med en person med egen erfarenhet. Detta kan möjliggöra ett öppnare samtalsklimat i *hela* arbetslaget, och inbringa mod att våga prata om sina egna kriser och eventuella erfarenheter av psykisk ohälsa. Idag är psykisk ohälsa den vanligaste orsaken till sjukskrivning, vanligen med tillhörande skamkänslor. Ett öppnare och mer tillåtande arbetsklimat bidrar till en friskare arbetsplats för alla. I så måtto visar också peer supportverksamhet ett förebyggande inslag för hela arbetsplatsen. Peer support kan på det viset både vara en tillgång för personal i verksamheten, samtidigt som det är en unik resurs att stödja nya patienter inom vård och omsorg.

Pilotverksamhet i Västra Götaland ht 2015 – dec 2017

NSPHiG (Nationell Samverkan för Psykisk Hälsa i Göteborg) påbörjade under hösten 2015, i nära samarbete med Kunskapsstöd för psykisk hälsa och Hälso- och sjukvårdskansliet, en gemensam inventering och urval av verksamheter som bedömdes ha goda förutsättningar att vilja ingå i en pilotsatsning av peer support i Västra Götaland.

Rekrytering och utbildning peer supportrar

I juni 2016 påbörjades rekrytering av tilltänkta peer supportrar och en urvalsprocess skedde i tre steg – genom skriftlig ansökan, genom fördjupade intervjuer och till sist genom själva utbildningen. Utbildningen till peer supportrar är på fem veckor, varav 12 dagar klassrumsdagar (2017 växlade vi upp till 15 klassrumsdagar). Två utbildningar till blivande peer supportrar har hållits, sommaren 2016 och sommaren 2017. Totalt examinerades 10 peer supportrar 2016 och 14 peer supportrar 2017.

Utbildningen innehåller både teoretiska lektionspass och praktiska övningar. Övningarna sker både enskilt och i grupp. Vi har delat upp de olika momenten i utbildningen utifrån följande kategorier:

- **Att arbeta som Peer Supporter** – arbetsrollen, arbetsuppgifter, avgränsningar m.m.
- **Samhällsorienterade ämnen** – hälso- och sjukvårdsorganisationen, olika professioner, sekretesslagstiftning m.m.
- **Arbetsverktyg** – återhämtningsstrategier, samtalsmetodik, lösningsfokuserat arbetssätt m.m.
- **Bemötande och förhållningssätt** - första mötet, knepiga situationer, sätta gränser, svåra samtal, inför utskrivning m.m.

Utbildning till personal

Parallellt med peer support-utbildningen har NSPHiG även utbildat de verksamheter som valt att anställa peer supportrar. Varje avdelning/mottagning som varit aktuell för att anställa peer supportrar har fått tre utbildningstillfällen som varit riktade till personalen där. Under detta utbildningstillfälle har det funnits möjlighet för personalen att få fördjupad kunskap om vad peer support är, vad arbetsrollen syftar till, gränssnitt peer supporter/övrig personal samt möjlighet till frågor och diskussion.

Utbildning till brukarrörelsen

Peer supportern är certifierad av brukarrörelsen och det är också där som personen har sitt kollegiala sammanhang. Oavsett den lokala brukarrörelsens form, som arbetsgivare eller inte, så är det viktigt med ett nära, kontinuerligt samarbete och kunskapsutbyte mellan peer supportern och den lokala brukarrörelsen. Därför finns även utbildningstillfällen framtagna för den lokala brukarrörelsen. Hur mycket utbildning som krävs och vad det finns behov av varierar, detta stäms av med brukarrörelsen lokalt.

Anställning, stöd och uppföljning

Hösten 2016 anställdes de första peer supportrarna i NSPHiG med placering inom regionens psykiatriska verksamheter. Därefter har efterfrågan snabbt ökat. Fler avdelningar och mottagningar har velat veta mer om peer support och sedan anställa genom NSPHiG. Detta föranledde att en andra utbildningsomgång arrangerades sommaren 2017. I dagsläget är följande peer supportrar anställda inom Västra Götalandsregionen:

- Psykiatri psykos Mölndal - 3 peer supportrar
- Psykiatri psykos Kungälv - 1 peer support
- Öppenvård psykos Uddevalla - 1 peer support
- Beroendekliniken Östra sjukhuset - 2 peer supportrar
- Psykiatriska kliniken Södra Älvsborg - 2 peer supportrar

De psykiatriska verksamheterna har själva fått välja om peer supportern skall anställas därvid, eller om anställningen skall ske genom NSPHiG. I samtliga fall har verksamheterna valt att låta NSPHiG agera arbetsgivare för peer supportern.

Utöver arbetsgivaransvaret har NSPHiG utgjort metodstöd till peer supportrar och samordningsstöd till verksamheterna vad gäller modelltrogenhet och uppföljande samarbete kring implementering. Dels för att undvika att peer supportern tar sig an arbetsuppgifter som inte är menade för arbetsrollen, och dels för att nära följa upp hur arbetet går och vid behov göra justeringar i den tilltänkta arbetsrollen och andra frågeställningar som uppstår. NSPHiG och verksamheterna har ett utvecklat ett nära och bra samarbete för bästa möjliga implementering.

NSPHiG har även tillhandahållit en handledare till peer supportrarna. Handledaren har egen erfarenhet av psykisk ohälsa och finns inom NSPHiGs organisation för att informationsöverföringen skall ske så smidigt som möjligt, i de fall informationen rör projektets och arbetsrollens behov och utveckling.

Peer supportrarna får genom NSPHiG även fortbildning inom områden som de önskar kunskapspåfyllnad inom.

Förutom fortbildning har NSPHiG även arrangerat gemensamma återträffar – dels för de peer supportrar som är ute i arbete, och dels för samtliga utbildade peer supportrar, för att inte tappa kontakten med dessa i deras väntan på anställningar.

Utvärdering

Pilotsatsningen på Peer Support i Västra Götaland ingår i det nationella projektet PEER Support. Inom PEER Support samlas alla de erfarenheter som görs i fyra pilotlän (Västra Götaland, Stockholm, Skåne och Västerbotten). Därigenom kan arbetsrollen och modellen förankras, utvecklas och en nationell modell för Peer Support tas fram.

Inom ramen för det nationella PEER Support-projektet har en utbildning för utvärderare hållits. Två personer från Västra Götaland har deltagit i denna. Utbildningen för utvärderare är framtagen i samverkan med CEPI (Centrum för evidensbaserade psykosociala insatser) och syftade till att förse deltagarna med den kunskap som behövs för att långsiktigt bedriva utvärdering på egen hand inom de regionala verksamheterna.

Medel från det nationella PEER Support-projektet har även finansierat ett avtal med CEPI om handledning, metodstöd, uppföljning och kvalitetssäkring av de regionala utvärderingarna i länen.

Peer Support-verksamhet i Västra Götaland 2018

Pilotverksamhetens ansats 2015-2017 var att ”om pilotprojektet faller väl ut är målet att erbjuda långsiktigt utbildnings-, metod- och handledningsstöd till de verksamheter i Västra Götaland som vill anställa peer supporters, samt till lokala brukarorganisationer.” (Tidigare ansökningar).

Utvecklingen av peer support i Västra Götaland har varit snabb och mycket positiv under pilotåren. Allt fler verksamheter visar intresse för peer support, som en följd av de goda resultaten och erfarenheterna som personal och patienter upplever av den nya yrkesrollen. Halvårsrapporten från utvärderingen av pilotprojektet ger vid handen följande resultat:

”Samtlig vidtalad personal är positiv till att avdelningen har Peer supporters i verksamheten.” Även om en del initiala praktiska implementeringssvårigheter kunde skönjas.

Samt följande resultat för patienterna:

”Av de 18 svarande har 15 valt att besvara frågan (enkätfrågan) med en eller flera kommentarer. Den dominerande uppfattningen bland dessa kommentarer är att Peer supporterna har bidragit positivt, underlättat vistelsen vid vårdavdelningen och att Peer supportfunktionen får stöd och är välmotiverad.”

”Resultatet tyder på att Peer supporterna har haft betydande påverkan med upplevt stöd och hjälp för återhämtningen på de personer som besvarat enkäten.”

Den uppföljning och handledning som projektledare och handledare har med verksamheterna gör samma erfarenheter.

De goda erfarenheterna ledde till att en andra omgång peer supportrar utbildades 2017 för att möta den växande efterfrågan. Utöver de 9 peer supportrar som idag är ute i anställning, är följande anställningar planerade:

Planerade anställningar

- Psykiatri psykos Mölndal - ytterligare 1 peer support (4 totalt) 2017
- Psykiatri psykos Mölndal ÖV/FACT-team – 8 peer supportrar 2018
- Psykiatri affektiva Östra sjukhuset – 2 peer supportrar 2018
- Självskadeenheten Högsbo - 2 peer supportrar 2018
- Beroende psykiatri Kungälv – 2 peer supportrar 2018

Verksamheter som visat intresse och inlett en dialog:

- PUM, Psykiatrimottagning Utmattningsyndrom
- Psykiatrin i Falköping (öppenvård, slutenvård, rättspsykiatri)
- Rättspsykiatrin i Västra Götaland

För att hantera utvecklingen kring det ökade antalet anställningar kommer resurser behöva knytas till en fortsatt Peer Support-verksamhet - likväl som att de behöver finnas på plats för att upprätthålla strukturen för de peer supportrar och verksamheter som redan är involverade i peer support-verksamheter.

För att peer supportrarna ska kunna bibehålla sin unika yrkesroll i en befintlig arbetsgrupp som redan har sina tillhörigheter och yrkesroller, behöver de finnas i ett tydligt definierat sammanhang där de får sin grundutbildning, handledning, fortbildning, möjlighet att diskutera alternativa perspektiv och rapportera om brister på verksamhets- och systemnivå. Detta kollegiala sammanhang ansvarar brukarrörelsen genom NSPHiG för.

Under 2018 kommer NSPHiG därför fortsätta att ansvara för:

- Administrativa uppgifter som nuvarande arbetsgivare, så som personaladministration, ekonomihantering, samverkanspart, i de fall då NSPHiG fortsatt är arbetsgivare för peer supportrarna visavi verksamheterna.
- Därutöver behöver både gamla, och framför allt nya, peer supportrar metodstöd och uppföljning av deras arbetsroll och enskilda arbetsuppgifter.
- Metodstöd riktar sig även till verksamheterna som anställer peer supportrar. NSPHiG fungerar i det avseendet som en samverkanspartner gällande den nya arbetsrollen, gränssnitt gentemot befintliga arbetsroller, eventuella svårigheter och/eller andra uttalade behov från verksamheternas sida.
- Utöver metodstöd så samordnar NSPHiG även handledarens uppdrag kopplat till de gamla och nya peer supportrarna (handledningen finansierar dock sig själv) . Information under handledningstillfällena gällande arbetsrollens behov kommuniceras kontinuerligt med ansvariga på NSPHiG.
- NSPHiG kommer fortsatt att vid behov anordna utbildningar – för nya peer supportrar, för verksamheter som är intresserade av att anställa, samt för den lokala brukarrörelsen. När nya anställningar är aktuellt kommer NSPHiG även hantera annonsering och rekrytering av nya tjänster.
- Minst två återträffar per termin för yrkesverksamma peer supportrar samt hela peer support-gruppen kommer att arrangeras. Därtill kommer även fortbildning inom önskade områden att arrangeras för de yrkesverksamma peer supportrarna.

- Material kommer att uppdateras och nytt material kommer att tas fram, så som broschyrer, affischer till mottagningarna/avdelningarna med information om den nya yrkesrollen, samt ett uppdaterat handledningsstöd i form av den metodbok som finns framtagen i projektet nationellt.
- Arbetet kommer att följas upp med hjälp av enkäter framtagna genom det nationella PEER Support-projektet. Dessa har även använts i en följeforskning av pilotprojektet i Västra Götaland under 2017. Kontakt och samverkan med CEPI ingår i uppföljningen av arbetet.
- NSPHiG kommer att fortsätta agera samverkanspart gentemot de lokala brukarorganisationerna, psykiatrins verksamheter, KPH, RCPH, politik, NSPH-riks/PEER Support-projektet nationellt och samarbetet med peer supportverksamheten i Nottingham.

Under året 2018 kommer två rapporter att lämnas in. Dessa kommer att redogöra för det fortlöpande arbetet med Peer Support-verksamhetens implementeringsprocess, uppföljning och utvärdering.