

Finn Ove Båtevik, Anne Natvig, Gunnvor Bakke
og Randi Bergem

Rapport nr. 46

Eit heilskapleg tilbod

Evaluering av metodeutviklingsprosjektet
«Arbeidsretta rehabilitering» ved Brisk
kompetansesenter

Tittel	Eit heilskapleg tilbod. Evaluering av metodeutviklingsprosjektet «Arbeidsretta rehabilitering» ved Brisk kompetansesenter
Forfattarar	Finn Ove Båtevik, Anne Natvig, Gunnvor Bakke og Randi Bergem
Prosjektleder	Finn Ove Båtevik
Sider	21
Årstal	2014
Prosjektnummer	17154
Prosjekttittel	Arbeidsretta rehabilitering. Evaluering av eit metodeutviklingsprosjekt
Oppdragsgivar	Brisk kompetansesenter AS, Ålesund
Ansvarleg utgivar	Møreforskning Volda
ISBN	978-82-7692-332-2
ISSN	1891-5981
Distribusjon	http://www.moreforsk.no/volda.htm http://www.hivolda.no/fou
Nøkkelord	Arbeidsmarknadstiltak, følgeevaluering, rehabilitering

Rapporten *Eit heilskapleg tilbod* er basert på ei følgjeevaluering av metodeutviklingsprosjektet *Arbeidsretta rehabilitering*. Tilbodet er lagt til rette for at fleire sjukmelde kan få eit arbeidsretta helse- og rehabiliteringstilbod. Hovudkonklusjonen frå evalueringa er at kurset blir opplevd som eit viktig steg tilbake til arbeid og til eit betre liv for mange av deltakarane. Dette er i samsvar med dei fire intensjonane bak tiltaket; nemleg å styrke føresetnadane for at kvar enkelt kan meistre kvardagen, meistre helserelevante utfordringar, meistre sosiale utfordringar og styrke sjansane på arbeidsmarknaden.

© Forfattarar/Møreforskning Volda

Føresegnene i åndsverklova gjeld for materialet i denne publikasjonen. Materialet er publisert for at du skal kunne lese det på skjermen eller framstille eksemplar til privat bruk. Utan særskild avtale med forfattar/Møreforskning Volda er all anna eksemplarframstilling og tilgjengeleggjering berre tillate så langt det har heimel i lov eller avtale med Kopinor, interesseorgan for rettshavarar til åndsverk.

Forord

Rapporten *Eit heilskapleg tilbod* er basert på ei følgjeevaluering av metodeutviklingsprosjektet *Arbeidsretta rehabilitering*. Følgjeevalueringa er gjennomført på oppdrag frå Brisk kompetansesenter i Ålesund.

Sjølve metodeutviklingsprosjektet er ein del av eit nasjonalt prøveprosjekt. Det har i tillegg til prosjektet i Møre og Romsdal sett har vore gjennomført metodeutviklingsprosjekt i arbeidsretta rehabilitering i to andre fylke. I Møre og Romsdal har det gjennom prosjektet vore gitt eit tilbod til deltakarar frå kommunane Ålesund, Sula, Giske, Haram, Sandøy, Sykkylven, Stranda, Skodje, Ørskog, Stordal og Nordal.

Denne samler rapporten byggjer på fire ulike notat. Kwart notat rapporterer om erfaringar som er gjort knytt til ei av fire av gruppene som Møreforskning har følgd gjennom opplegget i kvar sin halvårsperiode; gruppene 4, 5, 6 og 7. Notata knytt til kvar gruppe har vore utarbeidd til internt bruk i prosjektet og er såleis ikkje publiserte. I alt har åtte grupper vore knytt til prosjektet. Møreforskning har såleis følgd fire av desse åtte. Dei tre første gruppene vart følgde gjennom eit enklare opplegg, der Møreforskning ikkje var involvert. Det føreligg ikkje skriftleg dokumentasjon frå dette arbeidet. Gruppe 8 avsluttar først sitt halvårige kurs våren 2014.

Prosjektet i Møre og Romsdal blir såleis formelt avslutta i løpet av våren 2014, då gruppe 8 har fullført sin kursperiode. Det var likevel ønskeleg at erfaringane frå Møre og Romsdal blei oppsummerte før endeleg prosjektslutt. Samler rapporten inkluderer derfor ikkje gruppe 8. Ut frå vår vurdering, gir opplegget for fire av åtte grupper eit godt innsyn i det arbeidet som har vore gjort i prosjektet og dei erfaringane kursdeltakarane har gjort gjennom sine kursperiodar. Føreliggande rapport vart utarbeidd hausten 2013, og friggitt for publisering tidleg i 2014.

Gjennom arbeidet har Linda Bakkene vore kontaktperson ved Brisk. Vi takkar henne og kollegaene hennar for godt samarbeid gjennom heile evalueringsperioden.

Volda, januar 2014

Finn Ove Båtevik

prosjektleder

Forord	5
Metodeutviklingsprosjektet Arbeidsretta rehabilitering	7
Arbeidet til Møreforskning.....	8
Deltakarane	9
Endringar og justeringar undervegs	9
Nøgde deltakarar	10
Vegen ut i arbeid	11
Eit heilskapleg tilbod.....	12
Tett personleg oppfølging	14
Gruppedynamikk	15
Utfordringar med eit felles opplegg.....	15
Brukarmedverknad	16
Eksterne aktørar	17
NAV	17
Arbeidsgjevarar	18
Samla vurdering.....	18
Referansar	20

Metodeutviklingsprosjektet Arbeidsretta rehabilitering

Brisk kompetansesenter i Ålesund har hatt ansvar for metodeutviklingsprosjektet *Arbeidsretta rehabilitering* (ARRM) i Møre og Romsdal. Metodeutviklingsprosjektet vart sett i gang i regi av Arbeidsdepartementet. Det har vore organisert som eit prosjekt og er kopla til ordninga *Raskere tilbake*. *Raskere tilbake* er eit tilbod frå NAV og spesialisthelsetenesta om arbeidsretta tiltak til sjukmelde. Målet er å hindre unødig langvarig sjukefråvær. Tilbodet *Raskere tilbake* finst i alle fylke, men innhaldet kan variere frå stad til stad (NAV 2013a).

Arbeidsretta rehabilitering inngår også som eit tiltak i IA-avtalen. I tillegg til det metodeutviklingsprosjektet som blir prøvd ut ved Brisk kompetansesenter, blir det gjennomført liknande prosjekt ved Grep i Telemark og Durapart i Aust-Agder. Denne rapporten byggjer utelukkande på erfaringane frå prosjektet ved Brisk kompetansesenter i Ålesund.

Tiltaket ved Brisk kompetansesenter er lagt til rette slik at fleire sjukmelde kan få eit arbeidsretta helse- og rehabiliteringstilbod. Tilbodet skal bidra til at den enkelte skal:

- Styrke føresetnadane for å meistre kvardagen
- Auke meistring av helserelevante utfordringar
- Auke meistring av sosiale utfordringar
- Styrke sjansane for å skaffe eller halde på inntektsgjevande arbeid

Deltakarane følgjer eit opplegg som består av både teori og praksis. Det er i tillegg lagt opp til at den enkelte får tett individuell oppfølging gjennom heile kurset. Gjennom metodeutviklingsprosjektet er det lagt opp til at Brisk skal gjennomføre kurs for åtte grupper. Deltakarane følgjer ordninga i eit halvt år. Når ei gruppe har avslutta sitt kurs, blir det starta opp ei ny gruppe. For dei første seks gruppene var tilbodet ved Brisk kompetansesenter delt i to fasar, der den første delen har fleire aktivitets- og opplæringstilbod, medan andre delen primært skal gi praksis på arbeidsplass. Aktivitets- og opplæringstilbodet i første fase består mellom anna av funksjonsvurdering og samtale med fysioterapeut, treningstilbod, turar, kosthaldskurs, karriererettleiing, jobbintervjutrening. For gruppene 7 og 8 blei det i tillegg innført ein mellomfase. Dette gjorde den første kursdelen (fase 1) fire veker kortare enn tidlegare. I mellomfasen er det lagt vekt på arbeid med å skaffe praksis plass. Lengda på praksisen i fase 2 er uendra. Sjølv om aktiviteten i fase 2 i hovudsak skjer på arbeidsplass, er det også lagt opp til jamleg kontakt med rettleiar ved Brisk, samt fellesaktivitetar ein dag i veka.

Gjennom erfaringane som vart gjort i dei seks første gruppene, vart behovet for ein mellomfase tydeleggjort. Fleire deltakarar fekk vanskar med å skaffe seg praksisplass. Dette resulterte i at dei anten kom seinare i gang med praksisperioden enn dei andre deltakarane, eller at dei i verste fall ikkje kunne gjennomføre praksisperioden.

Praksisplass er ein viktig del av ARRM. Det er også viktig at både deltakarane, arbeidsgivarane (praksisplassane) og Brisk kan planlegge og legge til rette for at praksisperioden skal fungere best mogleg for alle partar. Derfor er det avgjerande at deltakarane, i samarbeid med Brisk, har tid nok til å førebu praksisfasen.

Arbeidet til Møreforskning

Oppdraget til Møreforskning har vore å evaluere erfaringane frå gruppene 4-8 i ARRM-tiltaket ved Brisk. Møreforskning overtok prosjektet frå Høgskolen i Ålesund, som evaluerte gruppene 1-3.¹ Inntrykket er at erfaringane som blei gjort med dei tre første gruppene, i hovudtrekk samsvarar med erfaringane som blei gjort seinare.

ARRM-tiltaket ved Brisk starta eit halvår seinare enn ARRM-tilbod andre stadar i landet. Rapporten er basert på Møreforskning sine evalueringar av gruppene 4–7, ettersom gruppe 8 har avslutta sitt løp våren 2014, det vil seie etter at denne rapporten er ferdigstilt.

Evalueringane er baserte på kvalitative intervju med deltakarane, representantar for arbeidsgivarar/praksisplass og representantar for NAV-kontor som har meldt inn aktuelle kandidatar til kursa.

Intervjua med deltakarane har vore organisert som individuelle oppmøteintervju med dei kursdeltakarane som har ønskt å delta. Av 9–10 personar i gruppene har berre ein eller to personar ikkje ønskt eller hatt moglegheit til å stille til intervju. Unntaksvis har intervjua med deltakarane vore gjennomført over telefon. Det er gjennomført intervju med i alt 30 personar i gruppe 4-7.

Om vi ser bort frå gruppe 4, har deltakarane vore intervjua i to omgangar. Første intervju har vore gjennomført ved avslutninga av kursdelen (fase 1), andre ved avslutninga av praksisdelen (fase 2). Gruppe 4 var kome så langt i opplegget sitt når Møreforskning tok til med evalueringa, at det for denne gruppa blei gjennomført eitt intervju som omfatta både fase 1 og 2.

Det er også gjennomført telefonintervju med sakshandsamarar ved NAV-kontor som har formidla deltakarar til tiltaket. Slike intervju har hatt meir preg av «stikkprøver» på den måten at det ikkje har vore gjennomført intervju med alle aktuelle NAV-kontor som har formidlar deltakarar til ARRM. Det same gjeld kontaktpersonar i dei ulike bedriftene. Her er det gjennomført telefonintervju med eit mindre utval bedriftsrepresentantar, i hovudsak leiarar, som har hatt deltakarar i arbeidspraksis

¹ Tilbakemeldingane frå arbeidet Høgskolen i Ålesund gjennomførte blei i hovudsak gitt i form av munnlege presentasjonar, og gir såleis ikkje materiale som kan fungere som grunnlag i denne samlerrapporten.

Deltakarane

I alt 30 av deltakarane frå gruppene 4, 5, 6 og 7 er intervjua. Deltakarane utgjer ei samansett gruppe:

- Det har vore eit **stort alderspenn** i gruppa, der yngste deltakar som har vore intervjua var 22 år og eldste 55 år. Dei fleste deltakarane var i alderen 30-49 år), og såleis midt i yrkesaktiv alder. Desse utgjorde altså tre fjerdedelar av deltakarane. Inntrykket frå evalueringa er at ein i stor grad har lukkast å legge til rette for og greidd å få gruppene til å fungere godt, trass aldersforskjellar - og andre ulikskapar.
- Det har vore flest **kvinner** (67 prosent) blant deltakarane. Sjølv om ein del menn også har delteke i ARRM, har det gjennomgåande vore vanskelegare å rekruttere menn enn kvinner til tiltaket (meir om dette seinare).
- Mennene som har delteke på kurset rapporterer om stort utbyte av opplegget,
- Deltakarane har svært **ulik bakgrunn, både med tanke på utdanning og tidlegare yrkeserfaring**. Somme deltakarar har grunnskule som høgaste utdanning, medan andre har høgskule- og universitetsutdanningar. Dette gjer at dei ofte møter dei ulike delane av kurset med til dels svært ulike føresetnader. Dette har stort sett vore relativt uproblematisk, i følge deltakarane. Det er likevel nokre døme på at det har vore utfordringar knytt til korleis ein handterer tilfelle der deltakarane sit med god kompetanse på tema som blir tekne opp i delar av kurset.
- Det ligg **ulike sjukdomshistorier og vanskar** bak den situasjonen den enkelte er i, utan at ein gjennom evalueringa har identifisert desse på individnivå. Det er likevel grunnlag for å slå fast at det er lite som peikar i retning av at slike forskjellar i vesentleg grad har hatt negative konsekvensar for kor godt dei ulike gruppene har fungert. Jamt over er inntrykket at det har fungert positivt med heterogene grupper også med tanke på at personane har hatt ulik bakgrunn når det sjukdomshistorier og vanskar.

Endringar og justeringar undervegs

Evalueringa har i hovudsak vore ei følgjeevaluering eller om ein vil, hatt karakter av ei formativ evaluering (Shadish, William m.fl.1991). Det viktigaste med denne forma for arbeid, er å gi dei prosjektansvarlege tilbakemeldingar om kva som fungerer og ikkje fungerer etter kvart som prosjektet utviklar seg. Dette er gjort gjennom skriftlege og munnlege tilbakemeldingar undervegs, Desse tilbakemeldingane har vore interne, i den forstand at rapporteringane ikkje har vore offentlege. Det har vore opp til dei prosjektansvarlege å gjere justeringar og sette inn konkrete tiltak med utgangspunkt i erfaringane frå evalueringa.

Slike justeringar har vore gjort, både i enkeltdelar i ARRM og i tiltaket som heilskap. **Nokre delar av opplæringstilbodet har vorte endra, andre bytta ut.** Til dømes opplevde fleirtalet av deltakarane i ei gruppe at matlagingskurset hadde feil fokus. Innhaldet i kurset vart endra til neste gruppe. Resultatet var at langt fleire hadde utbyte av kurset når vinklinga vart annleis.

Kursstrukturen vart også endra undervegs, først og fremst gjennom **mellomfasen** som blei lagt mellom kurs- og praksisdelen av tiltaket/opplegget. Det vart gjort for å lette overgangen mellom fase 1 og fase 2. Dette reduserte den første fasen av opplegget frå 12 til 8 veker. Tilbakemeldingane viste at deltakarane var nøgde med ein slik mellomfase og syntes det gav ein **god overgang til**

praksisperioden. Her er erfaringsgrunnlaget rett nok berre tilbakemeldingane frå gruppe 7, då desse var dei første som prøvde denne ordninga.

At deltakarane får formidle sine inntrykk og meiningar til ein person utanfor Brisk, gir innsikt i dei erfaringane deltakarane har gjort seg. Gjennom å vurdere enkelterfaringar opp mot erfaringane frå heile gruppa, og setje desse inn ein fagleg samanheng, har ein også hatt grunnlag for gjere både erfaringsbaserte og fagleg baserte tilpassingar av opplegget undervegs. Justeringar og endringar på bakgrunn av dette kan bidra eit betre tilpassa opplegg.

Dei døma som alt er nemnde, gir innsikt i nokre av dei erfaringane ein har gjort gjennom prosjektet. For å kunne gi eit meir komplett bilete av dei viktigaste erfaringane frå gjennomføringa av ARRM ved Brisk i Ålesund, presenterer vi nokre sentrale funn frå evalueringa.²

Nøgde deltakarar

Tilbakemeldingane frå deltakarane på opplegget for arbeidsretta rehabilitering ved Brisk i Ålesund, er **svært positive**. Mange er direkte entusiastiske, og opplever tilbodet som eit vendepunkt etter å ha vore inne i det dei har opplevd som ein negativ spiral over lang tid. Somme har vore i endringsprosess allereie før dei tok til på tilbodet, og dei hadde såleis eit godt utgangspunkt for ekstra godt utbyte av deltaking i ARRM.

Utfordringane i ARRM, har i stor grad vore knytte til overgangen mellom teori- og praksisdelen, eventuelt også til at tilbodet som vart gitt i praksisdelen likevel viste seg ikkje å passe for dei. Det er svært få deltakarar som ikkje har vore motiverte for å vende tilbake til arbeidslivet. Dei det gjeld opplever avgrensa nytte av kurset. Motivasjon og tru på at det kan vere mogeleg å kome tilbake i arbeid, er ein viktig føresetnad for å ha god nytte av kurset. Trass utfordringar undervegs, konkluderer dei aller fleste deltakarane med at kurset sett under eitt har gitt stort utbyte. Fleire har prøvd andre kurs i regi av Brisk, og negative erfaringar med desse. Forventningane før kursstart var derfor prega av dette:

Eg tenkte at kurset var litt likt avklaringskurset eg gjekk på (på Brisk), så eg hadde ikkje store forventningar, men eg håpte det vart betre enn eg tenkte då.

Konklusjonen i etterkant er at tilbodet har vore nyttigare enn andre tiltak dei har vore på. Dei fleste har såleis positive vurderingar av kurset, uavhengig av kva forventingar dei hadde på førehand:

Heile prosessen har vore ei positiv oppleving. Ein opptur, kurset kom på rett tid for meg. Kanskje eg er i overkant positiv for alt har gått så bra, helse, overskot, smaken på livet igjen. Men eg var på gang då eg byrja.

² Basert på erfaringar basert på deltakarane frå gruppe 4, 5, 6 og 7

Vegen ut i arbeid

Målet med arbeidsretta rehabilitering er å hjelpe deltakarane på vegen ut i arbeid. Dei fleste deltakarane har ein arbeidskarriere bak seg, sjølv om nokre få har lite arbeidserfaring frå før.

Somme går rett ut i arbeid etter å ha fullført ARRM. Men dei fleste er i ein prosess som kan føre fram til arbeid, men der det endelege utfallet først vil vere klart litt fram i tid. Kor langt kvar enkelt er kome, varierer. Det kan vere fleire årsaker til dette. Enkelte kan til dømes ha nytte av den kompetansen dei har frå tidlegare utdanning og yrkeskarriere, medan andre må kvalifisere seg meir frå grunnen av.

For enkelte handlar det først og fremst om å få trua på seg sjølv og å få ein mjuk overgang til arbeidslivet. For andre er vegen over i arbeid mykje lenger. Kurset er berre første steg på vegen fram mot eventuelt nytt arbeid. Enkelte må til dømes over i utdanning for å kunne kvalifisere seg for eit nytt yrke. Andre opplever at det jobbalternativet dei har prøvd ut i praksisperioden ikkje var det rette, men er klare til prøve ut andre alternativ. Det er fleire døme på at både deltakarane og rettleiarane opplever at dei er på rett veg, utan at dei dermed alltid er klare for å ta steget ut i eit ordinært arbeidsforhold etter det halve året dei har vore på tiltaket. Då blir det gjerne lagt til rette for andre ordningar med forlenga praksis. Praksisperioden kan også vise at det arbeidet dei har prøvd ut, ikkje passar. Eitt alternativ kan då vere ein ny praksisplass, men då i regi av ei anna ordning, i og med at tilbodet ved Brisk blir avslutta etter eit halvt år.

Hovudkonklusjonen er at **dei aller fleste opplever at dei har kome eitt eller fleire steg på vegen ut i arbeidslivet**. Kva dette inneber for den enkelte kan eit representativt utval av tilbakemeldingane frå deltakarane vere uttrykk for:

For min del kunne eg sikkert byrja i ordinært arbeid etter fase 1, men det var kanskje viktig å bruke fase 2 til å kjenne på kroppen kva eg faktisk klarer, og at eg i alle fall kan klare å jobbe 50 prosent.

Alt vi har hatt i kurset har vore viktig for å kome dit eg er no, for å vere fornøgd med meg sjølv og det eg har oppnådd. Eg er lukkelegare no, og føler eg har fått til noko. Eg har klart på eiga hand å få meg ein jobb. Eg har kome mykje lenger enn før kurset.

Eg skal i jobbsamtale i morgon der eg kanskje får tilbod om helgevakter på sånn Så eg har alt vore innom og snakka med ein del som jobba der, så det virket veldig greitt. Eg er ikkje utdanna til det, men det er både ufaglærte og dei som har utdanning der. Så det skjer positive ting, sjølv om eg ikkje kom i gang med det som var planlagt.

Eg er framleis på den staden der eg hadde arbeidspraksis, men no i NAV-regi. Eg kan godt tenke meg å halde fram der, for arbeidet passar for meg.

Eg skal jobbe der eg var i praksis fram til oktober. Så får vi sjå.

Det er store endringar, men det går sjølvsgatt opp og ned. Eg er meir optimistisk, eg har hatt noko å gjere om dagane. Eg ser ikkje tv, søv ikkje middag, er i betre humør,

og er rolegare. Eg har folk rundt meg som hjelper meg vidare. Eg er ikkje åleine. Det kjem nok til å ende med omskolering. Eg må snu, og då må eg til med ny utdanning. Eg har slått meg til ro med det. Det skader ikkje å sitje på benken i tre år.

Eg var skeptisk til alt og alle før kurset. Det har vist at eg kan fungere godt i ei gruppe og at eg kan konsentrere meg. Kurset har fått meg til å endre karrierevalet, ting er meir i orden og eg ser lysare på framtida.

Eg er styrka som person, meistrar meir, ser framover, er like motivert eller meir. Eg kjenner meg klar til å gå ut i jobb, men eg vil vere realistisk og ta ein dag av gongen.

Eg treivst (om arbeidsgivar i praksisperioden), men måtte redusere til 3 timar, og av og til redusere til enno kortare. Fekk ein nedtur, når eg måtte redusere tidsmengda. Har avtale om å halde fram å vere der, ikkje som arbeid, men som «frivillig». Det var ikkje noko hard jobb, men det blei likevel for stor belastning for meg.

Eit heilskapleg tilbod

I eit samfunn prega av sterk arbeidsdeling og spesialisering, er risikoen at ein «ikkje ser heile mennesket». Samtidig veit ein at mykje må vere på plass om den enkelte skal fungere i arbeid og i samfunnet elles. Ideane bak Arbeidsretta rehabilitering, slik dette har vore gjennomført ved Brisk, tek utgangspunkt i eit heilskapleg perspektiv, der det er behov for å ha breiare fokus enn berre det som handlar om problema og arbeidsevna til den enkelte (Kokkinn 1999). Mykje av den same tenkinga ligg også til grunn i andre satsingar i velferdstenestene. Ordninga med *Grøn resept* og etablering av Frisklivsentralar i kommunane er eit døme på dette (Båtevik m fl 2008). Tiltaket Arbeidsretta rehabilitering, slik det er lagt til rette på Brisk, legg vekt på trening og sunn livsstil. Fleire studiar viser at det er ein positiv samanheng mellom fysisk aktivitet og fysisk og psykisk helse. (Kalling 2008).

Den heilskapelege tilnærminga treff i høg grad dei fleste deltakarane som har gjennomført kurset ved Brisk. Dei gjennomgåande positive tilbakemeldingane understrekar dette. Mange har til felles at dei så smått er i gang med ein prosess allereie før dei tek til på kurset. Likevel har situasjonen deira gjort at dei har følt at steget over i arbeid kjennest vanskeleg, og at dei i alle fall ikkje kan klare det utan støtte og hjelp. ARRM-tiltaket har **hjelpet dei til å tenke meir positivt og konstruktivt om situasjonen dei er i. Dette fordi kurset tek tak i viktige spørsmål knytte til egne utfordringar og eigen livssituasjon.** På spørsmål om korleis deltakarane ser på eigen situasjon ved slutten av kurset, jamført med situasjonen ved oppstart, kan følgjande fyldige oppsummering frå ein av deltakarane illustrere betydinga av å få eit heilskapleg tilbod:

Då eg byrja på kurset hadde eg vore heime lenge. Kurset har gitt meg mykje personleg. Gruppen har vore fin, sjølv om den kunne vore meir balansert kjønnsmessig. Flinkle rettleiarar, fine tema om det med å finne ro, stresse ned, setje ting i fokus. Både utad og innad på ein måte. Godt å kome ut blant folk, dei slit med noko, om ikkje det same, og

du føler at du ikkje er aleine. Eit godt kurs på vegen. Gruppa er vesentleg, over tid, blir kjent, tema som kjem igjen, vi får ting på plass.

Trur ikkje eg hadde kome så langt som i dag om eg til dømes hadde gått avklaringskurs. Det hadde ikkje gitt det same, hadde ikkje vore same grundige oppfølginga. Der er det ikkje tid til slikt. Dei kursa eg har vore på har vore veldig einsretta, til dømes å skrive CV. Jobb er målet og det er ikkje rom for anna. Jobbsøkekurser eg har vore på er kjedelege og lite motiverande. Ville ikkje byrja igjen på sånt. Eg ville ikkje søkt den jobben som eg har søkt no (utan å ha vore deltakar på kurset). Eg ville nok fått pengar og gått heime. Beste oppfølging eg har fått nokon gong. I tillegg til alt anna vi har gjort. Opent for alle, nesten.

Mange av deltakarane har, som dette dømet viser, vore på ulike tiltak tidlegare, men seier **at det er sett av tilstrekkeleg tid, den gode oppfølginga og variasjonen i innhaldet, gjer ARRM-tiltaket spesielt**. Dei fleste tilboda NAV har til personar utanfor arbeidslivet har ei anna tilnærming enn *Arbeidsretta rehabilitering*, og vender seg også til dels til andre målgrupper:

- *Arbeid med bistand* tek sikte på å integrere personar med nedsett arbeidsevne i ordinært arbeidsliv.
- *Arbeidspraksis i ordinære eller skjerma verksemder* er eit tilbod for personar med vanskar med å kome inn i arbeidsmarknaden. Tilbodet gjev arbeidserfaring for å styrke moglegheita for å kome i arbeid.
- *Avklaring* er eit tiltak for personar som treng ekstra bistand i å kartlegge eller prøve ut arbeidsevna si (NAV 2013b).

Å få tid til å bli kjend med seg sjølv og eigne grenser er noko mange tek fram som eit suksesskriterium for *Arbeidsretta rehabilitering*.

Deltakinga i opplegget betyr at kvar enkelt har vore innom ei lang rekke kursdelar og enkelttema. Det er likevel det samla innhaldet som blir gitt gjennom kurset, som treff dei fleste og den livssituasjonen dei er i. Kurs i avspenning, mindfulness og kosthold kopla med fysisk aktivitet, personlegdomstestar og praktiske førebuingar til arbeidslivet, har gjort at mange av deltakarane har fått tru på at det kan vere eit realistisk mål å kome tilbake i arbeid

Ein annan viktig føresetnad for den endringa deltakarane har opplevd, er **den tette personlege oppfølginga dei får av ein rettleiar** på Brisk. Å ha ein person å vende seg til gjennom heile kurset, ein person som får god innsikt i deira situasjon, gjer at dei føler seg tekne vare på. I samtalane med rettleiar er det rom for å ta opp spørsmål som gjeld kurset, samt store og små spørsmål som gjeld eigen livssituasjon. Ikkje minst det siste, opplever mange som viktig og gjerne det enkeltelementet i tilbodet som betyr mest. Dette vil vi gå nærare inn på i eit eige avsnitt seinare.

Ein deltakar seier noko som gjeld for mange av deltakarane vi intervjuar:

Før kurset var eg langt nede, visste ikkje kva eg ville, hadde ikkje oversikt over kva eg hadde lyst til. No er eg meir reflektert og veit kva eg vil. Eg har i grunnen forandra meg heilt som person. Så det einaste er at eg burde kome med på dette kurset tidlegare.

Blant dei ulike elementa som inngår i kurstilbodet på ARRM ved Brisk, blir turane ute og innandørs trening trekte fram som aktivitetar deltakarane gjennomgåande er mest positive til. Både eldre menn og unge småbarnsmødrer meinte at turane og treninga var ei kjelde til energi og auka sosialt samhald. Ein deltakar seier dette om treninga innandørs: *Eg har opplevd at eg klarte ting eg trudde eg ikkje kunne gjere. Eg har fått hjelp og endra opplegg om eg trengde det.*

Slike tilbod medverkar positivt til **livssituasjonen til den enkelte, til samhaldet i gruppa og læringa for den enkelte**, og er slik sett eit viktig tiltak for å kunne treffe «heile mennesket».

Tett personleg oppfølging

Kvar deltakar har hatt ein eigen rettleiar, der det er lagt opp til samtalar ein gong i veka. Slike samtalar kan også avtalast etter behov, i tillegg til at kontakten kan skje via telefon, sms, e-post osv. Behovet for tett personleg oppfølging varierer ein god del mellom deltakarane. Nokre omtalar rettleiaren nærast som ein **"psykolog"**, andre har i større grad brukt desse samtalanene til å **ordne praktiske forhold**.

Felles for dei aller fleste er at den tette kontakten blir trekt fram som ei viktig årsak til at deltakarar opplever stor framgang i løpet av dei seks månadane dei har vore med på ARRM-tiltaket. Ei viktig årsak er at rettleiaren hjå Brisk har tid til å **verte kjend med deltakaren** i mykje større grad enn kontaktpersonen dei har hos NAV. God kjennskap til deltakaren gjer det også lettare for Brisk å finne eigna praksisplass til deltakaren og tilpasse kursopplegget elles.

Etter avslutta arbeidspraksis i fase 2 er det fleire deltakarar som har vorte overraska over kor godt dei fungerte i på den arbeidsplassen der dei var utplasserte. Ein deltakar fortel: *Eg har aldri tenkt over at praksisjobben fantes. Eg likar miljøet, tempoet og jobben.* Ein grunn til at praksisen blir opplevd på denne måten, er den **førebuinga** deltakaren og rettleiaren har gjort i forkant av praksisperioden.

For mange er vegen tilbake til arbeidslivet, lenger enn dei seks månadane kurset varer. På denne vegen har rettleiaren fungert som eit fast punkt der problem kan takast opp og jobbast med. Rettleiarane får såleis ofte ei **advokatrolle**. I tillegg til at rettleiarane blir godt kjende med deltakarane, har dei god kunnskap om dei systema den enkelte må forholde seg til, anten det er arbeidsmarknaden, NAV-systemet, utdanningssystemet eller anna. Å få hjelp til å godkjenne utdanning eller få forlenga arbeidspraksisen gjennom NAV er resultat av møta der rettleiar har fungert som talsmann for deltakarar. Fleire deltakarar opplever at dei har fått hjelp til å kome vidare i eit system, som dei tidlegare har opplevd som uoversiktleg og vanskeleg å ta seg fram i.

Gruppedynamikk

Mange av deltakarane seier at tida utan jobb er som å vere i "ei boble". I alle gruppene Møreforsking har evaluert seier fleirtalet at hovudmotivasjonen for å starte på kurset var å kome seg ut og møte andre menneske, og få hjelp til å kome seg ut i jobb. Å ha struktur på dagane og ein plass å gå til var viktig i seg sjølv.

I den første fasen av kurset har deltakarane fire undervisningsdagar i veka. Gruppa blir difor ein viktig del av kvardagen i denne perioden. Vi veit at det sosiale nettverket kan påverke helsa (Mæland 2004). Det er påvist at nettverk er ein positiv ressurs i helsesamanheng, og ei mogleg forklaring kan vere at:

Nettverket kan være en kilde til emosjonell støtte, noe som bidrar til økt selvfølelse, trygghet og opplevelse av å være akseptert. Ikke minst ved sykdom er slik støtte viktig.

Mæland 2004: 65

Mange av deltakarane, og spesielt kvinnene, framhevar at det er viktig å vere ein del av ei gruppe der dei møter andre med liknande utfordringar som dei sjølve opplever. Ein deltakar seier:

På samlingane har vi lytta til kvarandre og støtta kvarandre. Det lettar den situasjonen ein sjølv er i.

Intervjua understrekar i høgste grad at gruppa får ei sentral rolle for deltakarane. Dei fleste deltakarane har svært godt utbyte av å delta i undervisning i gruppe. **Gruppedynamikken er viktig for dei aller fleste deltakarane.** Det er også fleire som opprettheld kontakten utover kurset, til dømes i form av grupper på sosiale media (facebook). Utfordringa er gjerne å vurdere korleis og kor langt ein kan gå for å finne opplegg som tek vare både på gruppedynamikken og som kan gi tilstrekkeleg individuell tilpassing.

Utfordringar med eit felles opplegg

Tiltaket har i utgangspunktet en vid målgruppe, men potensielle deltakere må inneha helsemessige forutsetninger for å kunne nyttiggjøre seg tiltaket.³

Felles for mange av deltakarane er at det er personar som har vore sjukmelde og mist tilknytninga til arbeidsmarknaden som følgje av dette. Samtidig utgjør deltakarane, på mange måtar ei heterogen gruppe, med forskjellige føresetnader for deltaking i ulike aktivitetar.

I fleire grupper har deltakarane etterlyst meir individuell oppfølging, ikkje minst når det gjeld tilbod om fysisk aktivitet. For dei sprekaste i gruppa har turane ute vore for lite utfordrande. Turane er rett nok ein sosial aktivitet, vel så mykje som ein treningstur. Likevel ønskjer mange å få eit treningsutbyte i tillegg. På bakgrunn av funn i evaluering, har opplegget for fysisk aktivitet vorte meir differensiert etter kvart. Turane har i enkelte tilfelle vorte delte opp i ei tung og lettare løype, der

³ <http://www.brisk.no/index.php/arm>

deltakarane møtest til matpause eller annan felles aktivitet på planlagde tidspunkt. Dette vart gjennomført i gruppe 7 og fungerte godt.

Deltakarar som ikkje klarte å følgje treninga på Frisk-senteret og ikkje fekk eit alternativt opplegg, opplevde dette som negativt. I fleire grupper har det vore jobba med å lage øvingar relatert til ulikt funksjonsnivå. I gruppe 7 er tilbakemeldingane nesten berre positive. Dette viser at det tek tid å finne dei beste løysingane for ei samansett gruppe, men at dette let seg gjere om ein tek omsyn til behova til brukarane.

Liknande problemstillingar har også dukka opp i fleire delar av kurstilbodet. Ein del av deltakarane kan ha både formell og reell kompetanse som gjer at dei frå før har god kunnskap om ein eller fleire av kursdelane. Det kan vere deltakarar med høg datakompetanse, eller som er utdanna kokk osv. Det har gjennom evalueringa vore stilt spørsmål ved korleis ein best kan legge til rette for at deltakarane i slike tilfelle kan brukast som ein ressurs. Men det har ikkje vore lett å få det til i praksis. Det er ulike forhold som verkar inn, inkludert at den aktuelle deltakaren ikkje ønskjer ei slik rolle. Det er likevel viktig at slike spørsmål blir vurderte ved kursstart for kvar gruppe, slik at ein er førebudd på slike tilfelle. Dette vil vere eit naturleg tema i dei individuelle samtalan, som uansett skal gjennomførast med kvar enkelt.

Arbeidsretta rehabilitering ved Brisk tek inn nye deltakarar to gonger i året. Dette betyr at det i prinsippet kan gå fleire månader frå aktuelle deltakarar er «klare» for tilbodet, til dei faktisk kan ta til på kurset. Slik det ser ut så langt, er det ikkje tilstrekkeleg med aktuelle kandidatar til å starte opp fleire kurs enn kva ein har gjort så langt. Omfanget av potensielle kandidatar er rett nok ukjent. Tilgangen på kandidatar er mellom anna avhengig av kor godt ordninga er kjent hos NAV. Sjølv om det blir informert om ordninga, veit ein ikkje kor god kunnskapen er hos den enkelte sakshandsamar i NAV (meir om dette under).

Brukarmedverknad

Det har vore ei målsetting for Brisk å legge til rette for brukarmedverknad. Slik brukarmedverknad kan i følgje Beston og Holte (2007) bety at brukarane kan stille spørsmål og bli inviterte til å kome med innspel som, i dette tilfellet, påverkar kurset. Brukarmedverknad kan også gå i retning av brukarinvolvering, der det er snakk om at brukarane gjennom heile prosessen blir utfordra til å delta og blir gitt innverknad i styrande fora. Det kan vere snakk om å ha fullt innsyn og medverke med innspel og endring som påverkar og gjer ein reell forskjell.

Det er den første varianten som har vore praktisert ved Brisk. Brukarane har opplevd at det har vore opning for å kome med tilbakemeldingar undervegs og har på direkte spørsmål gitt uttrykk at dei har opplevd dette som tilstrekkeleg.

Det er også verdt å understreke at dei individuelle samtalan deltakarane har med eigen rettleiar, er viktig for å sikre god brukarmedverknad i arbeidet. Deltakarane kan då formidle ønske og behov, og samtalan kan vere utgangspunkt for individuelle tilpassing slik at tiltaket treff best mogleg.

Når fleirtalet opplever tilbudet som gjennomgåande positivt, er det naturleg å tenke seg at behovet for å påverke innhaldet i kurset heller ikkje blir opplevd som presserande. Det kan likevel vere grunn til å spørje om **brukarmedverknad kunne vore sterkare tematiserast**, sjølv om det her er snakk om ei lita gruppe og små avstandar mellom kursleiing og deltakarar. Slike ordningar kan skje gjennom at det er ein formell talsperson for gruppa. Dette kan gjere det enklare for enkeltpersonar å ta opp vanskelege spørsmål.

Eksterne aktørar

Brisk samarbeider hovudsakleg med to grupper eksterne aktørar, NAV og arbeidsgjevarar.

NAV

Tiltaket *Arbeidsretta rehabilitering* leverer tilbod til brukarar i NAV-systemet. Rekruttering av deltakarar er derfor avhengig av eit godt samarbeid med NAV, og ikkje minst at tiltaket er godt kjent i NAV-systemet.

Det har hendt at gruppene har hatt plass til fleire deltakarar. I fleire tilfelle har deltakarar også vorte rekrutterte berre dagar før kursstart. Deltakarar har difor opplevd at kurset vart "kasta på dei". Dette kan gjere at deltakarar møter til kurset med skepsis, ein skepsis som kunne vore unngått med meir informasjon og tid til førebuing før kursstart.

Ut frå tilbakemeldingane frå deltakarane kan det virke som at det er **varierende kvalitet på informasjonen deltakarane får om tiltaket** av NAV på førehand. Nokre får ei grundig innføring, andre berre overflatisk. Det er også døme på at informasjonen om kurset primært har gått gjennom tidlegare deltakarar som har gjort folk dei kjenner som er i ein liknande situasjon som dei sjølve merksam på tilbudet.

Tiltaket har ein noko «feminin profil», der mjuke tema knytt til det å verte kjend med seg sjølv, meistre stress og tankemønster er sentrale. Kvinnedominansen på kursa er dokumentert tidlegare i rapporten. Trass i at mennene har vore i mindretal i alle gruppene, har mennene gitt uttrykk for at dei har likt innhaldet godt. Dette peikar på at både Brisk og NAV har ei utfordring i å formidle innhaldet i tiltaket slik at det kan **nå ut til fleire menn**.

Eit utval av dei sakshandsamarane hos NAV som har formidla deltakarar til ARRM, er intervjua. Desse gir uttrykk for at dei har gode erfaringar og er nøgde med tiltaket. Dei legg vekt på at ARRM er eit av få tilbod som gir deltakarane tid og ein reell sjanse til å starte på vegen tilbake til arbeidslivet. Desse sakshandsamarane meiner at ARRM passar særleg godt for **personar med samansette problem**.

Sjølv om Brisk har informert tiltaksansvarleg ved NAV, laga informasjonsmateriell og besøkt NAV-kontor for å informere om tiltaket, er det ikkje alltid informasjonen kjem til rett person i rett tid. Ein sakshandsamar seier han har god kjennskap til tiltaket og ynskjer å bruke det, men at informasjon om startdatoen ofte kjem veldig seint. Ein annan meinte informasjonen var for generell og det var vanskeleg å skilje dette tiltaket frå andre tiltak.

Det er også ei utfordring at brukarar, som det lokale NAV-kontoret vurderer som aktuelle, vert vurdert annleis av tiltaksansvarlig ved Brisk. Det kan bety at det kan vere potensielle deltakarar som ikkje vert formidla/søkt inn på *Arbeidsretta rehabilitering*. Dette indikerer behov for tettare dialog.

Arbeidsgjevarar

Det er i hovudsak to grunnar til at verksemdene ønskjer å vere praksisplass for deltakarane på kurset. For det første vil verksemdene **hjelp folk til å kome tilbake i arbeid**. For det andre er det ein måte å **prøve ut nye arbeidstakarar**, med tanke på muleg rekruttering.

I den første gruppa finn ein gjerne relativt store og etablerte bedrifter som tek imot fleire praksiskandidatar kvart år fordi dei er IA-bedrift. Den andre gruppa er ofte små bedrifter med eit behov for arbeidskraft. Ut frå dei tilfella som ein har følgd i evalueringa, kan det sjå ut til at sjansane for deltakarane kan halde fram i arbeid, er størst i dei mindre verksemdene. Større IA-bedrifter lyser oftare ut eventuelle stillingar på den opne marknaden, og konkurransen er difor større når det blir snakk om fast tilsetting.

Dei fleste arbeidsgjevarane er nøgde med å ha praksiskandidatar og opplever at dei er ein ressurs for verksemda. Arbeidsgjevarar legg vekt på at deltakaren sin motivasjon er avgjerande for at ein praksisperiode skal fungere godt. Ein arbeidsgjevar seier at:

Det er viktig at kandidaten ynskjer å vere her, viss ikkje kan det bli belastande. Dette har betra seg i det siste frå NAV si side, og som regel er dei vi har i praksis ein ressurs.

Dialogen arbeidsgivarane har hatt med Brisk har stort sett vore god. Enkelte arbeidsgivarar har likevel gitt tilbakemelding om behov for meir oppfølging frå Brisk. Dei ønskjer til dømes å ha moglegheit til å ta opp spørsmål med Brisk, utan at deltakaren er til stades og at dei vil ha meir informasjon i etterkant av praksisperioden. På bakgrunn av slike tilbakemeldingar, har Brisk endra rutiane på dette området. I dei siste gruppene har ikkje dette vore teke opp som eit problem. Nesten alle praksisbedriftene er positive til å ta imot fleire praksiskandidatar frå ARRM tiltaket. Eit viktig stikkord er god dialog mellom kursansvarleg og bedrift, både i forkant av praksis og gjennom praksisperioden.

Samla vurdering

Metodeutviklingsprosjektet *Arbeidsretta rehabilitering* er slik det er gjennomført ved Brisk, mellom anna kjenneteikna av følgjande:

- Tilbodet møter eit klart behov blant deltakarane
- Tilbodet treff målgruppa godt, i den forstand at dei aller fleste deltakarane opplever at dei både har betra eigen livssituasjon og kome lenger på vegen tilbake i arbeidslivet
- Tilbodet har ein styrke gjennom at deltakarane opplever at dei blir møtte som «heile menneske»
- Det har vore vanskeleg å nå ut til potensielle deltakarar i ein del tilfelle. Dette kan handle om kjennskapet til ordninga, ikkje minst hos NAV. Det kan også vere at tilbodet blir oppfatta å vere prega av eit innhald som i større grad appellerer til kvinner enn til menn. I alle høve har kursa

rekruttert langt fleire kvinner enn menn. På den andre sida sit mennene som har vore med på kurset att med like positive erfaringar som kvinnene.

- Tilbodet lukkast best for deltakarar som alt er i gang med ein prosess der dei opplever at det er muleg for dei å kome tilbake til arbeidslivet
- Tilbodet er i mange tilfelle ikkje i seg sjølv tilstrekkeleg til å kome tilbake i arbeid, men blir opplevd av deltakarane som eit viktig steg på veg tilbake i arbeidslivet
- For mange av deltakarane er viktige suksessfaktorar for tilbodet dei har fått gjennom *Arbeidsretta rehabilitering* at 1) det er sett av tilstrekkeleg tid, 2) at dei får god oppfølging og 3) at innhaldet i kurset er variert på ein slik måte at det i stor grad treff dei behova deltakarane har.

Når kursdeltakarane jamt over har rapportert om svært gode erfaringar med kurstillbodet, står den tette oppfølginga kvar enkelt har fått sentralt. Sett i forhold til ein livssituasjon med tap av fotfeste på arbeidsmarknaden, gjerne kombinert med andre vanskar og møte med eit hjelpeapparat som dei opplever som fragmentert og ofte vanskeleg å forholde seg til, er det i for seg ikkje overraskande at dei opplever det som positivt å få eit tilbod som gir så tett oppfølging som dei har fått gjennom *Arbeidsretta rehabilitering*. Det kan vere vanskeleg å forstille seg anna enn at dei fleste ville oppleve dette positivt.

Tilbakemeldinga frå deltakarane kan likevel vurderast på ulike måtar. Fleire av deltakarane samanliknar til dømes tilbodet dei har fått med andre kurstillbod som dei har hatt tidlegare. Når det blir sagt at erfaringane frå tidlegare kurs gjorde dei skeptiske til å melde seg på kurset i arbeidsretta rehabilitering, viser det at val av innhald og tilnæringsmåte kan vere avgjerande for suksess eller ikkje. I så måte har *Arbeidsretta rehabilitering* treft målgruppa på ein annan måte enn andre tilbod. I tillegg er det verdt å merke seg at mange av deltakarane ikkje berre er positive til sjølve innhaldet i kurset, men primært er positive til dei prosessane som tilbodet hadde sett i gang hos dei sjølve. Kurset blir opplevd som eit viktig steg tilbake til arbeid og til eit betre liv. Det er først og fremst dette erfaringane til deltakarane må vurderast opp mot.

Referansar

- Beston, G, og Holte, J. S. (2007). Brukerperspektiv på handlingsorientert forsknings-samarbeid. I: Beston (red.) (2007). *Handlingsorientert forskingssamarbeid – Refleksjoner fra forskningsprosjektet "Helsefremmende og forebyggende psykisk helsearbeid i lokalsamfunnet"*. Elverum: Høgskolen i Hedmark.
- Båtevik, F. O, Tønnesen, A, Barstad, J, Bergem, R og Aarflot, U (2008). *Ein resept å gå for? Evaluering av modellar for fysisk aktivitet, røykeslutt og sunt kosthald*. Volda: Møreforskning Volda.
- Kallings, L. (2008). *Physical activity on prescription: Studies on physical activity level, adherence and cardiovascular risk factors*. Stockholm: Karolinska Institutet
- Kokkinn, J. 1999. *Profesjonelt sosialt arbeid*. Oslo: Tano Aschehoug.
- Mæland, J. G. (2004): Sosiale faktorerens betydning for sykdom og helse. I Mæland m.fl., *Sosialmedisin – i teori og praksis*. Oslo: Gyldendal Norsk Forlag.
- NAV (2013a): *Raskere tilbake* <http://www.nav.no/Arbeid/Jobb+og+helse/Raskere+tilbake>, sist brukt 18.10.13.
- NAV (2013b) *Arbeidsrettede tiltak* <http://www.nav.no/Arbeid/Arbeidsrettede+tiltak>, sist brukt 18.10.13.
- Shadish, E. R. Jr., Cook, Thomas, D. & Leviton, L. C. (1991): *Foundations of Program. Evaluation*. London: SAGE Publications



MØREFORSKING

MØREFORSKING VOLDA
Postboks 325, NO-6101 Volda

Telefon +47 70 07 52 00
Telefaks +47 70 07 52 01

moreforskning@moreforsk.no
www.moreforsk.no



HØGSKULEN I VOLDA

HØGSKULEN I VOLDA
Postboks 500, NO-6101 Volda

Telefon +47 70 07 50 00
Telefaks +47 70 07 50 01

postmottak@hivolda.no
www.hivolda.no