

Å jobbe recoveryorientert i kommunen

Mestringsenheten gir helsehjelp innen psykisk helse, rus og avhengighet til innbyggere i Sandnes kommune over 18 år.

Håp
Identitet
Samhørighet
Mening i livet
Empowerment

Presentasjonens innhold:

- Hva skal til for at Recovery skal bli verdigrunnlaget og for at verdigrunnlaget skal etterleves?
- Hvordan jobbe recoveryorientert i ulike deler av tjenestene?
- Et første møte
- Viktige grep for å få til virksomme tjenester

Hva skal til for at recovery
skal bli verdigrunnlaget og
for at verdigrunnlaget skal
etterleves?

Historien om recovery i Sandnes



Å bli kjent med recovery

- Recoveryplan 1, 2, 3 og 4
 - handlingsplan
 - kompetansebygging
 - satsningsområder
- Tilbakemeldinger fra innbyggere og bruker- og pårørendeorganisasjoner
 - Inspire
 - Feedback informed treatment: FIT
 - Bruker- og pårørendeforum (erfaringsråd)
 - Ansettelse av erfaringskonsulenter



Recoveryplan 4

Mestringsenheten

2022 – 2025



Hvordan engasjere de ansatte?

- Stillingsannonser
- Intervjuguide
- Medvirkning for ansatte
- Dele informasjon og kunnskap
- Kompetansebygging



Mestringsenhetens FOI-program

Kompetanse og tjenesteutvikling

- Kompetanseplan
- Implementering av kunnskapsbasert praksis
- Skriftliggjøre praksis
- Skrivestøtte
- Recoveryplan 4
- Studentprogram (modell for studentveiledning)
- Masteroppgaver i Mestringsenheten

Intern forskning

- Recovery i Mestringsenheten
- FIT-forskning
- Recovery-forskning
- Offentlig PhD

Prosjekter

- Trigga.no: Rask rus- og avhengighetshjelp
- Erfaringskompetanse aktivitet
- Recoveryhjelpa
- Musikkterapi
- Ressursteamet
- Aktivitet i Mestringsenheten
- IPS Ung
- Sosiale tjenester i Sandnes
- Crux Ung
- Jæren Recovery College
- Støtte til videreutdanning
- Mentor Ung
- Housing First
- Fagutvikling og forskning
- Jobbmentor
- Aktivitetsveileder

Nettverk

- Forsksan (intern forskning i samarbeid med UiS, KoRus og KorFor)
- KRON
- STORK
- Eucoms
- Statsforvalterens kompetansegruppe
- Nettverk for kvalitet og styring

Publikasjoner av ansatte i Mestringsenheten

- Masteroppgaver
- Bøker
- Artikler
- Videreutdanningsoppgaver

Ekstern forskning

- Rask psykisk helsehjelp: RCT-studie om assistert selvhjelp



SANDNES
KOMMUNE

Nettverk og samarbeid om forskning

- Gir inspirasjon og engasjement
- Gir økt kunnskap
- Gir oss muligheten til å fremme recoveryorientert og lokalbasert rus- og psykisk helsehjelp



Mestringsenheten ønsker å gjøre våre tilbud kjent både lokalt, nasjonalt og internasjonalt.

Dette vil vi oppnå ved å aktivt spre informasjon på facebook og vår nettside, lage informasjonskampanjer knytta til nye tilbud, lage kurs for fastleger.

Nasjonalt og internasjonalt ønsker vi å fremme recoveryverdiene innen rus og psykisk helsefeltet.

NASJONAL KONFERANSE FOR RECOVERY

Mestringsenheten deltok nylig på nasjonal konferanse for Recovery, med innlegg om recoveryhjelpa. Menneskerettigheter, medborgerskap og demokratisk deltakelse innen psykisk helse og rus sto på agendaen. Konferansen ble arrangert av de regionale brukerstyrte sentrene, NAPHA og Erfaringsentrum. Arrangørene ønsker å skape en bred allianse som jobber mot et felles mål om tydelig recoveryorientert forståelse og praksis, med bred bruker- og pårørendeinvolvering, innen psykisk helse og rus.



Se opptak av nasjonal Recoverykonferanse

EUCOMS - PREVENTION

EUCOMS er et europeisk nettverk for lokalbasert psykisk helsearbeid. Årlig arrangerer nettverket flere webinar, for å inspirere og engasjere på tvers av landegrensene. I januar var mestringsenheten ansvarlig for innholdet i webinar om forebygging.



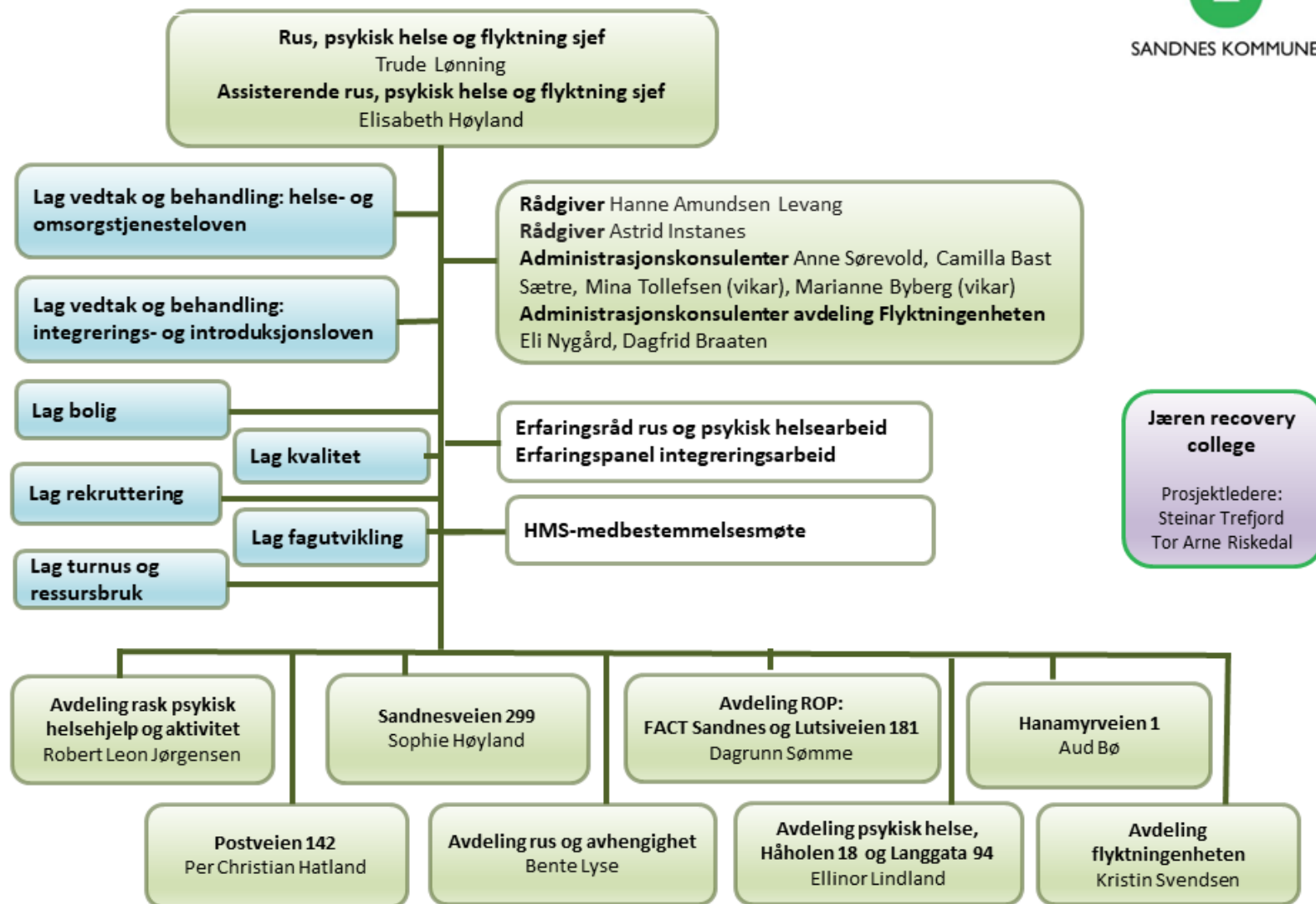
Se opptak av webinar fra EUCOMS

Hvordan jobbe
recoveryorientert i ulike
deler av tjenestene?

MESTRINGSENHETEN 2022



SANDNES KOMMUNE

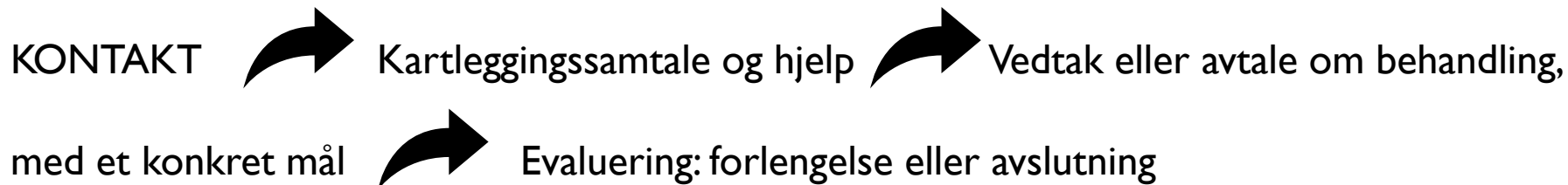


- 350 ansatte fordelt på 220 årsverk
- 8 avdelinger
- Helsehjelp til 3000 innbyggere årlig

Felles for avdelingene i mestringsenheten

- Recovery som verdigrunnlag i hjelpen til den enkelte og i utviklingen av hjelpen til alle.
- Hjelp til å bygge et mest mulig selvstendig liv, utenfor behandling, med fokus på hva som er viktig for innbyggerens liv.
- Feedback Informed Treatment - FIT i alle avdelinger.
- Helsehjelpen utvikles etter kunnskapsbaserte modeller og erfaringskunnskap.
- Kompetente medarbeidere med kunnskap innen kognitiv terapi, traumeforståelse, MI, aktivitet som behandling og mentaliseringsbasert terapi, med mer.

Å få rus-, avhengighet- eller psykisk helsehjelp i Sandnes



VELKOMMEN TIL MESTRINGSENHETEN.

Vi har mottatt en henvendelse fra deg/* fastlege e.l. dato* med ønske om hjelp fra mestringsenheten. Du blir kontaktet for en samtale der vi sammen finner ut hva som er viktig for deg. Etter at vi har avtalt hvilken hjelp som er mest hensiktsmessig for deg, legger vi en plan for videre samarbeid.

Har du spørsmål som gjelder din henvendelse kan du kontakte oss:

Infohjelpen

Om din henvendelse gjelder psykisk helse kan du kontakte Infohjelpen i Julie Eges gate 6, 4. etasje mellom 09.00-14.00, telefon 902 96 106.

Mottaks- og oppfølgingssenter (MO-senteret)

Om din henvendelse gjelder rus og eller andre avhengigheter, kan du kontakte MO-senteret i Langgata 96, 2. etasje, mellom 09.00 – 15.00, telefon 468 95 582.

VURDERING AV BEHOV FOR HELSEHJELP SAMARBEIDSPLAN (KRAKKEN)		
Innbyggers hovedmål		
Delmål	Metode	Tidsramme
Hjelpers rolle		
Innbyggers preferanser		
Konklusjon <i>Faglig begrunnelse av hvorfor plan for samarbeidsplan/tiltakene iverksettes.</i>		

FIT

- Mål
 - Metode
 - Rolle
-
- FIT-veiledning
 - Terapeututvikling
 - FIT Outcomes

Setet på krakken (Har du husket PIF? Praktisk Identitet Forventning)

Praktisk → Hva øker sjansen for at innbygger jobber videre med oppgaver mellom møtene? Hva øker sjansen innbygger kommer til avtale?

Identitet → Hvordan ønsker innbygger å bli sett? Hva personlige/sosiale ressurser har innbygger? Hvilken grad av støtte er nødvendig

Forventning → Hvordan tror innbygger at positiv endring kan skje? Har innbygger forventning til hva slags måter å jobbe på som kan fungere/ikke fungere?

Mål

- Hva slags endring er det innbygger virkelig ønsker seg?
- Hvilke små mål/steg kan innbygger ta veien dit? (delmål)

Sjekkliste for et godt recoverymål

Er målet(ene) mulig å oppnå innenfor avtalt tid? ☐

Henger målet sammen med setet på krakken? ☐

Har dere blitt enige om hvordan dere måler ☐
frengang på vei til målet?

Forstår innbygger og hjelper målet på en måte
som er lett å huske på? ☐

Har dere lest gjennom igjen og sjekket at målet
ikke er en metode? ☐

Rolle

- Hva skal hjelperen være for innbygger som støtte
mot målet?

Sjekkliste for en god recoveryrolle

Er rollen din knyttet til innbyggers mål? ☐

Sitter du så mye på henda at innbygger må strekke seg
mot økt selvstendighet? ☐

Metode

- Hva skal innbygger gjøre for å oppnå
målet i møtene sammen med hjelper?
- Hva skal innbygger gjøre i tiden mellom
møtene for oppnå målet(ene)?

Sjekkliste for en god recoverymetode

Henger metoden sammen med setet på
krakken? ☐

Forstår innbygger og hjelper metoden på en
måte som er lett å huske på? ☐

Beskriver metoden hva innbygger aktivt skal
gjøre for å oppnå endring? ☐



Et første møte

Viktige grep for å få til
virksomme tjenester



Sammen om mestring

Veileder i lokalt psykisk helsearbeid og rusarbeid for voksne

v/ Helsedirektoratet , avd. psykisk helse og rus

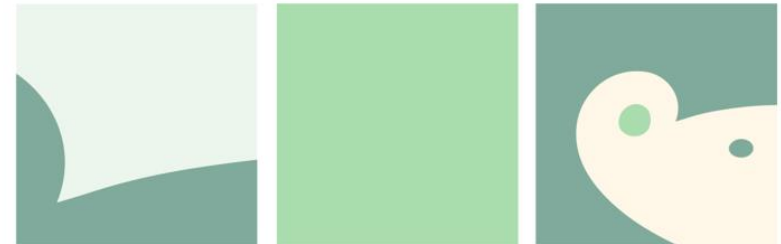
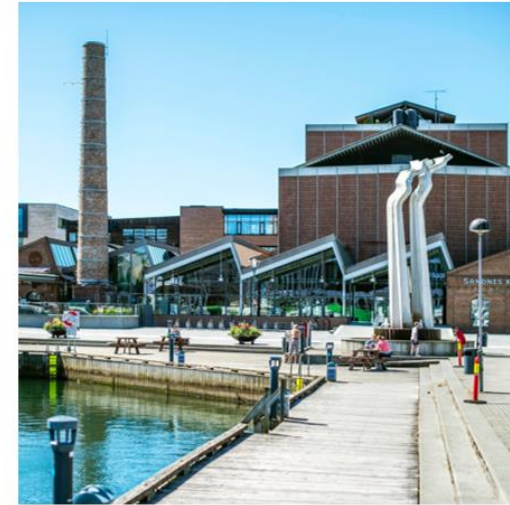
Vi velger å satse videre:

- Kompetanseheving innen mentaliseringsbasert terapi
- Arbeid og aktivitet gjennom ulike samarbeid og tilbud
- Digitale tilbud gjennom trigga.no



Samarbeid

- Individuell plan og Samarbeidsplan
- Samarbeidsmøter på alle nivå
- Informasjon til fastleger



**Veileder for bruk av
Individuell plan og
Samarbeidsplan**

Takk for oss!

Ønsker du mer informasjon om mestringsenheten i Sandnes kommune, så ligger det mye på vår nettside:

[Sandnes kommune - Rus og psykisk helsehjelp for voksne](#)

Håp
Identitet
Samhørighet
Mening i livet
Empowerment