

- Vi gleder oss til å få presentert noen fremtidsdrømmer, en fra hvert perspektiv.
- Hver gruppe får 4 min til fremføring

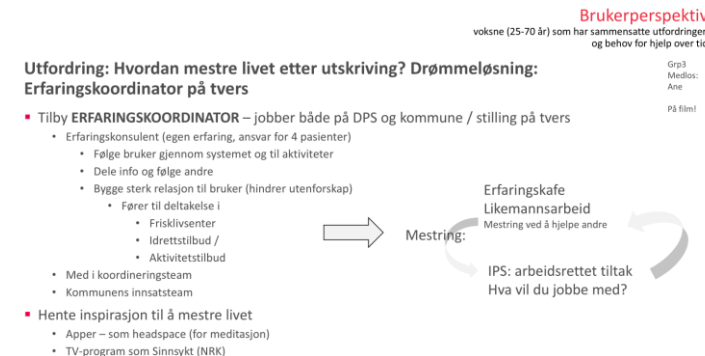
Erfaringskoordinator på tvers

Drømmeløsning på utfordring:
Hvordan mestre livet etter utskrivelse?
2019 - 2022

1. Bakgrunn

Bakgrunn for prosjektet

- Samhandlingsdagen markerte starten på en større prosess der innbyggere, pasienter og pårørende med erfaring fra psykisk helse ble invitert til å samarbeide med fagfolk og ledere. Sammen satte vi ord på utfordringene og utviklet drømmeløsninger for fremtidens tjenester i vår region. Brukernes stemme har stått sentralt – for den som har «skoen på» vet best hvor den trykker.
- Ett av forslagene som kom frem under Samhandlingsdagen var etablering av en erfaringskoordinator som kunne jobbe på tvers av kommune og DPS. Dette ble identifisert som en nøkkelfunksjon for å styrke samhandling, kontinuitet og brukermedvirkning i tjenestene.
- Prosjektet ble imidlertid for omfattende til å kunne gjennomføres i sin helhet med tilgjengelige ressurser. Derfor valgte vi å avgrense og ta deler av ideen videre – som et skritt på veien. Selv om vi ikke fikk realisert hele drømmeløsningen, har prosessen bidratt til økt bevissthet, felles forståelse og konkrete tiltak som kan videreutvikles.
- Vi ser fortsatt behovet for en koordinatorrolle som kan bygge bro mellom nivåene i tjenestene, og vil arbeide videre med å finne bærekraftige modeller for dette. Delprosjektet har vist at samarbeid på tvers er mulig – og nødvendig – for å skape helhetlige og brukervennlige tjenester.



2. Prosjektbeskrivelse

Å løse pasienter/pårørende tilknyttet Øyane DPS i behandlingssystemet på en god og hensiktsmessig måte med mål om et godt liv uten behov for spesialisthelsetjenesten

Fra innsats til fellesskap: Ettervern og aktivitetstilbud lokalt.

- Kartlegge aktivitetstilbud og ettervern i Askøy og Øygarden kommune. Lage forslag til nettside
- Arrangere aktivitetsmesse "Fra A til Ø"

Teste ut erfaringskafé som lavterskel møteplass.

Utarbeide stillingsbeskrivelse og forankre erfaringskonsulentrolla ved DPS

Bidra til utvikling gjennom å delta med brukerperspektiv i ulike møter.

Møter kan være:
DPS råd, utvalgte ledermøter, arbeidsgrupper, nettverk for erfaringskompetanse



Prosjekteier Liv Åse Dybdal

Prosjektleder Katrine Mydland – Aas

Prosjektstøtte Trude Senneseth

3. Milepælsplan

Milepælsplan



Høst 2019

Kartlegge aktivitetstilbud
i Askøy og Øygarden

Kontakt med andre
erfaringskonsulenter i
kommune og i Helse
Bergen for inspirasjon



Vår 2020

Planlegge oppstart av
erfaringskafe

Oppstart av Erfaringskafe
Delta i Nettverk for
erfaringskompetanse



Høst 2020

Utvikling av
erfaringskonsulenterrolla

Delta i kartlegging
gjennomført av
psykologistudenter ved
UIB



Vår 2021

Gjennomføring av
workshop i ulike
seksjoner bruk av
personalmøter
Hvordan
erfaringskonsulenter kan
komme til nytte for
ledelse, behandlere og
pasienter ved Øyane DPS



Høst 2021

Arrangere
aktivitetsmesse
Erfaringskafe
videreutvikles



Vår 2022

Avslutning av prosjekt

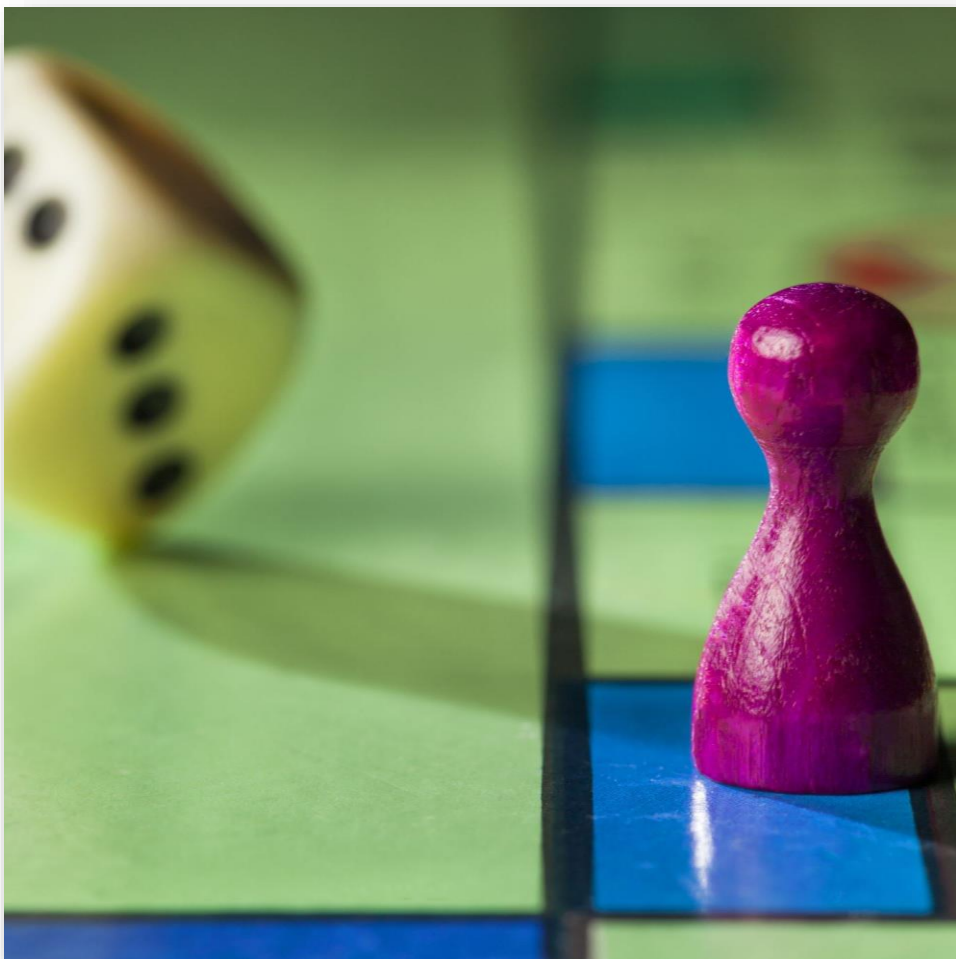
Delprosjekt 1.

Aktivitetstilbud i Askøy og Øygarden

**“Fra innsats til fellesskap:
Ettervern og
aktivitetstilbud lokalt”**



Bildet er malt av Cato Johannessen og symboliserer brobygger mellom de to kommunene våre.



Bakgrunnen for delprosjektet er ønsket om å styrke pasientenes mulighet til å mestre livet etter utskrivelse. For å oppnå dette er det avgjørende å legge til rette for mening og mestring i hverdagen. Aktiviteter og sosiale møteplasser spiller en sentral rolle i denne prosessen, og da er det behov for god informasjon om hvilke tilbud som finnes lokalt.

Prosjektet fokuserte på tilbud fra frivillige organisasjoner, private og ideelle aktører i kommunene Askøy og Øygarden.

Det ble gjennomført en grundig kartlegging av hvilke tilbud som finnes innen psykisk helse og rus i Askøy og Øygarden. Informasjonen ble systematisert og presentert på en egen nettside, som kommunene fikk tilgang til og kunne integrere på sine egne internettsider. Dette bidro til å gjøre tilbudene mer tilgjengelige for både innbyggere og fagpersoner.



Et utvalg av bilder fra messen



Aktivitesmesse «Fra A til Ø» 21. november 2021



Stas med ordførerbesøk





Delprosjekt 2.

Oppstart av Erfaringskafe

HVORFOR STARTE ERFARINGSKAFÉ?

Bakgrunnen for etablering av Erfaringskafeen er ønsket om å skape en lavterskel møteplass for pasienter som har utfordringer med å benytte seg av de aktivitetstilbudene som allerede finnes. Mange opplever barrierer knyttet til sosial deltakelse, informasjonstilgang eller personlig motivasjon, og har behov for et trygt og uformelt sted å starte. Erfaringskafeen skal være en inkluderende arena hvor pasienter kan møte andre med lignende erfaringer, få støtte og oppleve fellesskap – uten krav om påmelding, diagnose eller aktiv deltakelse. Dette tilbudet er ment å senke terskelen for sosial kontakt og bidra til økt livskvalitet, mestring og håp i hverdagen.



Hva er en Erfaringskafé?

Erfaringskafé er en lavterskel møteplass innen psykisk helse, der mennesker med egenerfaring fra psykiske helseutfordringer – ofte erfaringskonsulenter – inviterer til uformelle treff i trygge og inkluderende omgivelser. Kafeen er åpen for pasienter, pårørende og ansatte, og har som mål å fremme håp, tilhørighet og mestring gjennom samtale og fellesskap.

Erfaringskafeen er ikke en behandlingsarena, men et sosialt og relasjonelt tilbud hvor deltakerne kan dele erfaringer, stille spørsmål, eller bare være til stede. Det kreves ingen henvisning, diagnose eller påmelding – alle som ønsker det, er velkomne.

Typiske kjennetegn ved en erfaringskafé:

- Uformell atmosfære med kaffe, vafler og samtaler
- Åpen og inkluderende - ingen krav til deltakelse
- Erfaringsbasert ledelse - ofte drevet av erfaringskonsulenter
- Støtte og fellesskap- deltakerne møtes som medmennesker
- Trygt rom for å dele, lytte og være seg selv

Erfaringskafeen kan bidra til å redusere stigma, styrke sosial kontakt og gi deltakerne en følelse av håp og normalisering. Den fungerer også som en bro mellom pasienter og tjenestene, og gir verdifulle innspill til utvikling av helsetilbud.



Erfaringskafeen Øyane DPS

188 følgere • 136 følger

Erfaringskafeen på Øyane DPS er åpent en tirsdag i måneden.

 Følger

 Melding



Innlegg

Om

Mer ▼

ERFARINGSKAFE
VÅREN 2024
ØYANE DPS
TIRSDAG FRA KL: 14-15.30
M: TURØY

23.JANUAR
20.FEBRUAR
19.MARS
16.APRIL
28.MAI
11.JUNI

14:00
TIRSDAG, Våren 2024

Påminnelse
Husk at det er
erfaringskafe på Øyane
DPS

Jeg kommer

ERFARINGSKAFEEN DRIVES AV ERFARINGSKONSULENTENE
KATHRINE OG ØYSTEIN, OG MUSIKKTERAPEUT MARTE

*Erfaringskafeen ved
Øyane DPS er på Facebook*



Vår erfaring med å etablere Erfaringskafé

Etableringen av Erfaringskafeen har vært et vellykket delprosjekt, til tross for betydelige utfordringer under covid-19-pandemien. Kort tid etter oppstarten måtte tilbudet settes på pause grunnet smitteverntiltak. Det ble forsøkt å videreføre kafeen digitalt, men dette viste seg vanskelig da mange pasienter manglet tilgang til nødvendig teknologi.

Etter pandemien ble Erfaringskafeen gjenopptatt og har vært et verdsatt tilbud frem til erfaringskonsulenten avsluttet sin stilling ved DPS.

Tilbudet ble tatt inn i ordinær drift, og det er et klart ønske om å videreføre Erfaringskafeen. Oppstart vil bli prioritert så snart ny erfaringskonsulent er tilsatt, da erfaringene viser at dette er et viktig og meningsfullt tiltak for pasientene.

ERFARINGSKAFE PÅSKEVERKSTED

ØYANE DPS

TIRSDAG, 19.MARS

FRA KL: 14-15.30

ROM: TURØY

VI SERVERER
VAFLER OG KAFFE

ERFARINGSKAFEEN DRIVES AV
ERFARINGSKONSULENTEN KATHRINE
OG MUSIKKTERAPEUT MARTE

Delprosjekt 3.

Utvikling av erfaringskonsulentrolla

A photograph of two people sitting on a large, flat rock in the foreground, looking out over a rugged, rocky landscape. The person on the left has long dark hair and is wearing a dark jacket. The person on the right is wearing a red hooded jacket. The background consists of a rocky hillside with sparse vegetation and a few trees. A small, distant structure is visible on the horizon under a cloudy sky. The entire image is framed by a white, hand-drawn style border.

«Erfaring som endringskraft»

Utvikling av erfaringskonsulentrollen ved Øyane DPS – sett gjennom brukere, ansatte og ledere

Innhenting av innsikt

Psykologistudenter fra UIB gjennomførte workshop med en fokusgruppe bestående av erfaringskonsulenter, tidligere pasienter, pårørende og ansatte i psykisk helsevern. De utarbeidet praksisrapport som dannet grunnlag for videre arbeid med erfaringskonsulentrolla og prosjektet.

Lignende prosess ble gjennomført med ansatte på DPS. Tema ble tatt opp på personalmøter i alle seksjonene. Dataene ble systematisert og sett i sammenheng.

«Hvordan kan erfaringskonsulenter komme til nytte i og på tvers av kommunehelsetjenesten og spesialisthelsetjenesten?»

Kull 97

Høst 2020

Praksisrapport



Avdeling for samfunnspsykologi

Universitetet i Bergen

Veileder: Tormod Bøe

Hvordan kan erfaringskonsulenter komme til nytte i og på tvers av kommunehelsetjenesten og spesialisthelsetjenesten

- Petter Jakobsen
- Søren Jenssen Skår
- Ingvild Synnøve Lønning
- Bjørn Olav Henden

Hovedfunn

Pasientperspektivet

- Gir håp og motivasjon.
- Skaper trygghet og tillit.
- Normaliserer opplevelser og reduserer skam.
- Oppleves som brobyggere mellom pasient og behandlingssystem.



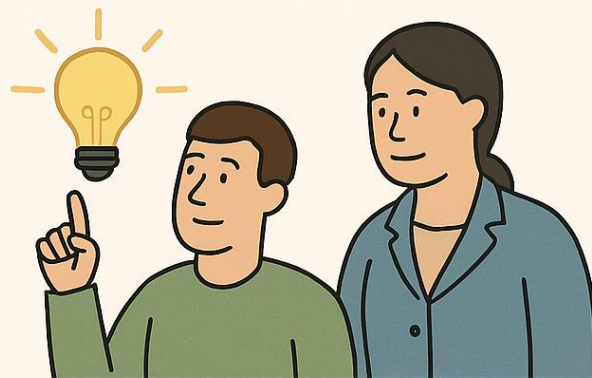
**«Jeg fikk håp da
erfaringskonsulenten
fortalte at det faktisk går
an å få et bedre liv»**

**«Han fulgte meg til første
møte i en aktivitet – ellers
hadde jeg aldri turt å gå»**

**«Det hjalp meg å møte noen
som har vært gjennom noe av
det samme. Da følte jeg meg
ikke så aleine»**

Medarbeider og leder

- Tilfører nye perspektiver og korrigerer etablerte sannheter.
- Bidrar i utvikling av nye tilbud og oppstart av enheter.
- Fremmer refleksjon i fagmiljøene.
- Krever tydelig rolleavklaring og kompetansebeskrivelse.



«Erfaringskonsulentene stiller spørsmål vi fagfolk ikke alltid tør stille» (ansatt)

«De bidrar med andre perspektiver og utfordrer oss til å tenke nytt» (leder)

«De minner oss på hvorfor vi er her – pasientens opplevelse» (ansatt)

Systemperspektiv

- Styrker pasientens stemme i tjenesteutvikling.
- Oversetter pasientopplevelser til systemn²va.
- Kan redusere fragmentering og gi mer helhet.
- Rammebetingelser kan begrense effekten.

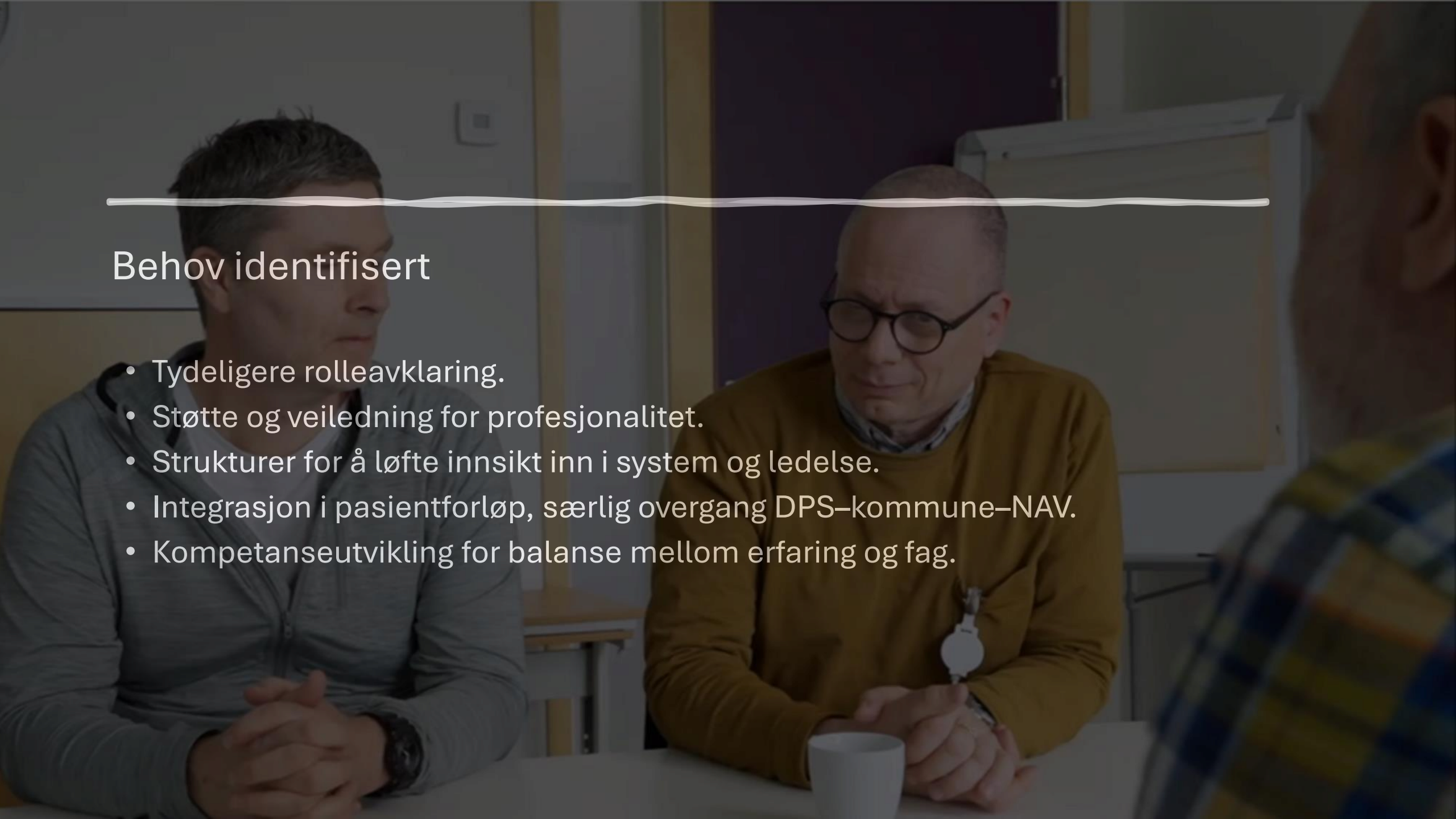


«De bringer pasientens stemme helt inn i ledergruppen» (ansatt)

«De skaper en bedre balanse mellom fag og brukerkunnskap» (leder)

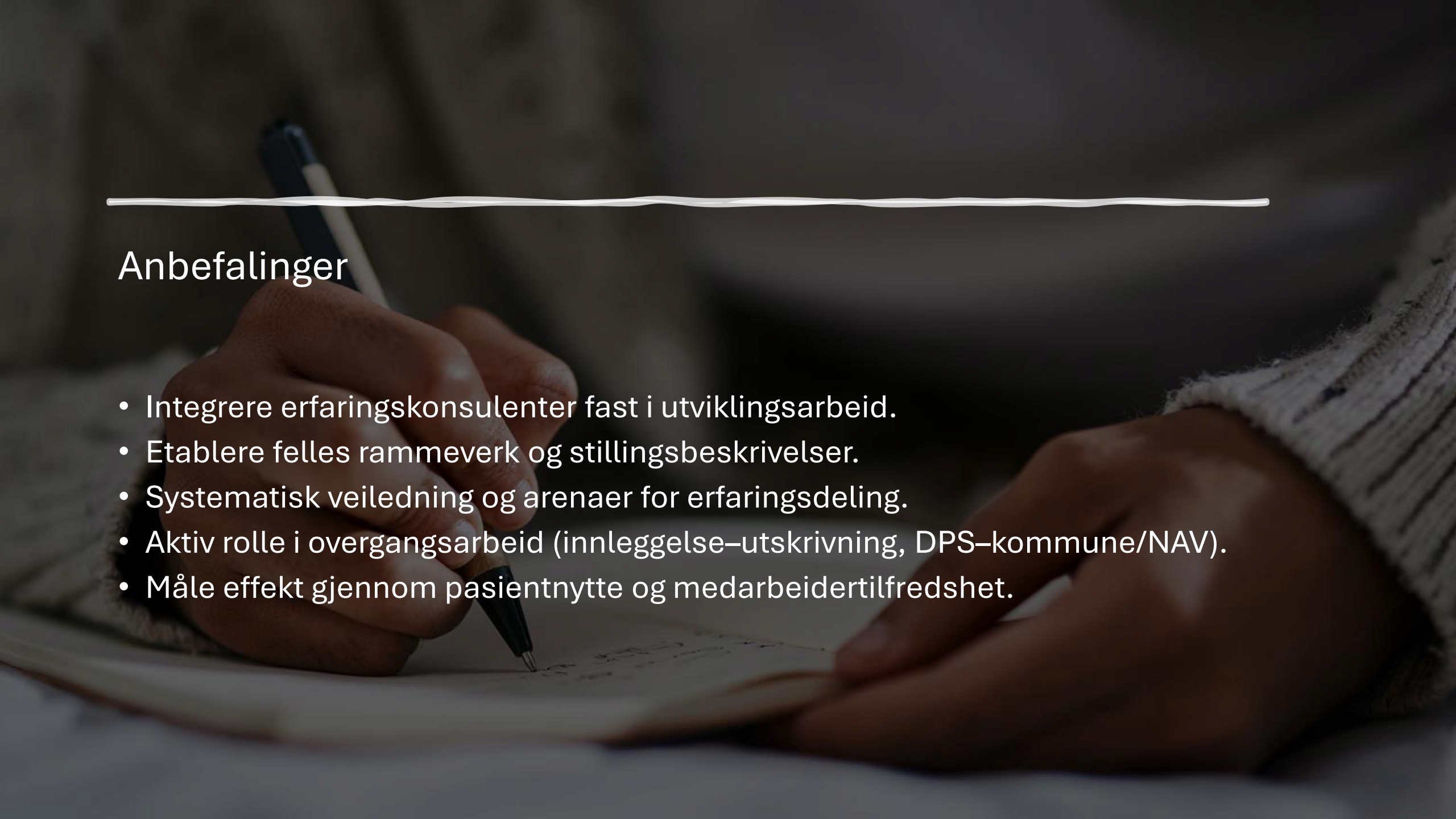
«Utfordringen er å sikre tydelige rammer, så de ikke drukner i systemet» (leder)

«Vi må bli flinkere til å bruke erfaringene systematisk, ikke bare i enkelt møter» (leder)

A background image showing two men sitting at a table in what appears to be a meeting or office setting. The man on the left is wearing a grey zip-up jacket and has his hands clasped. The man on the right is wearing a mustard-colored sweater, glasses, and a lanyard with a badge, also with his hands clasped. A white cup is on the table in front of him. The image is dimmed to allow text to be overlaid.

Behov identifisert

- Tydeligere rolleavklaring.
- Støtte og veiledning for profesjonalitet.
- Strukturer for å løfte innsikt inn i system og ledelse.
- Integrasjon i pasientforløp, særlig overgang DPS-kommune-NAV.
- Kompetanseutvikling for balanse mellom erfaring og fag.

A background image showing a person's hands writing in a notebook with a pen. The image is dimmed and serves as a backdrop for the text.

Anbefalinger

- Integrere erfaringskonsulenter fast i utviklingsarbeid.
- Etablere felles rammeverk og stillingsbeskrivelser.
- Systematisk veiledning og arenaer for erfaringsdeling.
- Aktiv rolle i overgangsarbeid (innleggelse-utskrivning, DPS-kommune/NAV).
- Måle effekt gjennom pasientnytte og medarbeidertilfredshet.

Stillingsbeskrivelse



Stillingsbeskrivelse – Erfaringskonsulent

Organisatorisk plassering

- Stillingen er organisatorisk plassert under seksjonsleder.
- Erfaringskonsulent inngår som en del av det tverrfaglige teamet i den seksjonen erfaringskonsulenten er ansatt.

Kvalifikasjoner

- Erfaring som pasient, bruker eller pårørende med tilknytning til psykisk helse og/eller rus.
- Evne til å reflektere over egne erfaringer og bruke disse på en konstruktiv måte i møte med pasienter og fagpersoner.
- Gode samarbeidsevner og evne til å bidra i tverrfaglige team.
- Personlig egnethet vil bli vektlagt.
- Ønskelig med gjennomført MB-utdanning eller tilsvarende, men ikke et krav.

Formål

- Bidra til å styrke brukernes perspektiv i behandling og tjenesteutvikling.
- Støtte pasienter og pårørende i bedringsprosesser gjennom erfaringsdeling og dialog.
- Medvirke til utvikling av tjenester i tråd med Øyane DPS sine mål og satsinger, herunder Pasientens helsetjeneste og Samskaping i Vest.

Ansvar og oppgaver

- Arbeide i tråd med gjeldende lover, forskrifter, avtaler og interne retningslinjer.
- Bidra til at seksjonen når sine mål i samsvar med Øyane DPS og Helse Bergens strategier.
- Holde egen kompetanse oppdatert gjennom nødvendig opplæring og faglig utvikling.
- Samarbeide med interne og eksterne aktører for å styrke helhetlige pasientforløp.
- Bidra til kvalitetsarbeid og forbedringsprosjekter i enheten.
- Rapportere til seksjonsleder i henhold til etablerte rutiner.

Stillingsspesifikke oppgaver

- Tilby støtte og veiledning til pasienter og pårørende basert på egne erfaringer.
- Bidra med brukerperspektiv i vurderingssamtaler, behandlingsmøter og forbedringsarbeid.
- Delta i utvikling og gjennomføring av grupper, kurs og undervisningstilbud.
- Bidra til kompetanseheving hos ansatte og studenter gjennom undervisning og formidling av erfaringskompetanse.

Erfaringskonsulenter representerer en betydelig ressurs i psykisk helsevern. De bidrar til å styrke pasientperspektivet, fremme håp og mestring, og forbedre kommunikasjon og samhandling i tjenestene. Samtidig krever deres rolle tydelig avklaring, støtte og integrering i organisasjonen for å unngå utfordringer knyttet til rolleforvirring og strukturelle begrensninger. Med riktig forankring og oppfølging kan erfaringskonsulenter være en nøkkel til mer helhetlige og brukersentrerte tjenester.



Delprosjekt 4.

Bidra i tjenesteutvikling

Deltatt i

- Nettverk for Erfaringskompetanse
 - DPS råd
 - Prosjekt
 - Ledermøter
-

Nettverk for erfaringskompetanse ble etablert fordi pasienter og pårørende må være i fokus i all utvikling i «Samskaping i Vest».

Tilgjengelige stemmer med nødvendig erfaringskompetanse fra pasient og pårørendeperspektiv innen psykisk helse og rus.



- Vi gleder oss til å få presentert noen fremtidsdrømmer, en fra hvert perspektiv.
- Hver gruppe får 4 min til fremføring

Kontaktinformasjon Øyane DPS

Trude Senneseth

trude.senneseth@helse-bergen.no

Liv Åse Dybdal

liv.ase.dybdal@helse-bergen.no