

Evalueringsrapport

Tilbage på arbejdsmarkedet på trods af kroniske smerter



CUBION
Værdiskabende Udvikling

April 2007

INDHOLDSFORTEGNELSE

1.	INTRODUKTION	3
2.	BAGGRUND FOR PROJEKTET	4
2.1.	Projektets målgruppe.....	5
3.	EVALUERINGENS FORMÅL OG METODE.....	7
3.1.	Evalueringsdesign	7
4.	RESULTATER FRA DATAINDSAMLINGEN.....	10
4.1.	Resultater af desk research.....	10
4.2.	Opstartsworkshop.....	10
4.3.	Fokusgruppeinterview.....	15
4.4.	Sammenfatning af telefon interviews.....	30
5.	ANALYSE.....	33
6.	KONKLUSIONER OG ANBEFALINGER	37
6.1.	Anbefalinger til forbedringer af kursusforløb	37

1. Introduktion

Hermed foreligger evalueringsrapporten fra projekt "Tilbage på arbejdsmarkedet på trods af kroniske smerter". Evalueringen er gennemført af konsulenthuset Cubion A/S efter et opdrag fra projektledelsen på AOF Daghøjskole i Ballerup, Center for Sundhed og Livsstil.

Som det fremgår af projekt ansøgningen har "Tilbage på arbejde på trods af kroniske smerter" haft til formål at udvikle og afprøve et skræddersyet arbejdsmarkedsrettet tilbud, som understøtter, at kroniske smertepatienter, som på grund af deres sygdom ikke længere er erhvervsaktive, kan vende tilbage til det rummelige arbejdsmarked på særlige vilkår (fx i form af fleksjob, deltidsjob, løntilskudsjob).

Det vigtigste del af forløbet er således selve praktikken, som kursisterne, i samarbejde med praktikvejlederen, selv formidler. Fysisk motion og psykologisk vejledning (i form af smertetackling, individuel støtte, m.m.) indgår dog også som en integreret del af forløbet, da dette understøtter processen i forhold til, at målgruppen kan komme tilbage på arbejdsmarkedet. Projektet har gennemført 2 forløb med i alt 22 kursister.

2. Baggrund for Projektet

I juli 2005 sendte Center for Sundhed og Livsstil i Ballerup (som er en del af AOF Daghøjskolen i Ballerup) et spørgeskema rundt til udvalgte kommuner, hvor formålet var at afdække, hvilke grupper af ledige langtidssyge, kommunerne manglede et godt, skræddersyet og desuden arbejdsmarkedsrettet behandlingstilbud til.

Undersøgelsen og den efterfølgende uddybende samtale med de kommuner viste, at flere af dem (Ledøje-Smørum kommune, Ballerup kommune, Høje Taastrup kommune, Ishøj kommune, Lyngby-Taarbæk, Glostrup kommune) efterspurgte et tilbud til personer med kroniske smerter, som fx fibromyalgi, muskuloskeletale lidelser, nakkesmerter, m.m. Endvidere udtrykte kommunerne behovet for et tværfagligt tilbud med fokus på såvel det fysiske, det psykiske samt det arbejdsmarkedsrettede.

Et tilbud til kroniske smertepatienter, som integrerer disse tre elementer i et forløb, eksisterer endnu ikke i Københavns Amt og derfor supplerer dette projekt kommunernes nuværende indsats. Dog gav kommunerne også til kende, at det især er vigtigt, at den kroniske smertepatient meget hurtigt kommer i praktik, da dette er altafgørende for den sygemeldtes motivation for (at blive ved med) at søge et nyt og fleksibelt arbejde.

I løbet af samtalerne med kommunerne kom det frem, at mennesker med kroniske smerter udgør en relativt stor procentdel af gruppen af langtidsledige og at der derfor er et reelt behov for flere arbejdsmarkedsrettede tilbud til disse mennesker. Kroniske smerter er ikke kun en belastning for den enkelte person, men også et samfundsøkonomisk problem. Dette bliver bekræftet af en sundheds- og sygelighedsundersøgelse, gennemført i 2000 af Statens Institut for Folkesundhed og H:S Tværfagligt Smertecenter, Rigshospitalet, som viser at i alt 28 % af smertepatienterne på et eller andet tidspunkt har været nødt til at ophøre med at arbejde som følge af deres smerter. Desuden viste undersøgelsen at 40 % af de kroniske smertepatienter ikke føler sig tilstrækkeligt behandlet for deres kroniske smertetilstand. En fornuftig behandling af kroniske smertepatienter, som kombinerer og opererer tværgående i forhold til fysiske, psykiske og arbejdsmarkedsrettede tilbud, vil ikke kun gavne den enkelte person, men også samfundet.

Desuden efterspørger også fibromyalgiforeningen eksplicit flere arbejdsmarkedsrettede tilbud til dens medlemmer. Mennesker som er ramt af fibromyalgi får udbredte kroniske smerter i led og muskler, samt en markant udtrætning ved selv mindre fysisk aktivitet. Søvnproblemer og koncentrationsbesvær er ligeledes en væsentlig del af sygdomsbilledet (kilde: www.fibromyalgi.dk). På grund af deres sygdom mister mange fibromyalgipatienter deres tilknytning til arbejdsmarkedet og desuden motivationen til at søge et mere fleksibelt arbejde eller et arbejde på særlige vilkår (det rummelige arbejdsmarkedet). Et fornuftigt tilbud er derfor et tilbud, som har fokus på indslusning af disse patienter på det rummelige arbejdsmarked, men som også integrerer en fysisk og psykologisk vinkel, i form af motion, smertetakling og individuel støttevejledning.

Endvidere erfarer Center for Sundhed og Livsstil i Ballerup en tendens til, at de virksomheder centret i forvejen samarbejder med, efterspørger kurser om bedre håndtering af de borgere, som ansættes i fleksjob. En forudsætning for dette projekts succes er en tættere involvering af lokale virksomheder. Derfor indgår der i projektet to temadage, hvor de virksomheder, som er interesseret i at modtage en praktikant med kroniske smerter, modtager oplysning om redskaber til håndtering af ansatte i fleksjob.

På baggrund af især kommunernes og virksomhedernes tilbagemelding har Center for Sundhed og Livsstil vurderet, at det er yderst relevant at tværfagligt tilbud, dog med fokus på det arbejdsmarkedsrettede, til kroniske smertepatienter.

2.1. Projektets målgruppe

Projektet sigter mod personer, som, på grund af kroniske smerter ikke længere har en tilknytning til arbejdsmarkedet. Disse personer er således langtidsledige og modtager i dag enten dagpenge eller kontanthjælp.

Omkring 20 % af den danske befolkning (hovedsageligt kvinder og ældre) lider af kroniske smerter, det vil sige smerter, der har varet i seks måneder eller mere. Heraf stammer 30-40 % fra muskuloskeletale lidelser, herunder ledlidelser. Ryg- og nakkesmerter udgør 30 %, hovedpine og migræne knap 10 % og cancersmerter 1 – 2 %. (kilde: Københavns Universitets sundhedsvidenskabelige fakultet). Andelen af personer, som har været nødt til at ophøre med at arbejde på grund af deres smerter er meget stor, nemlig 28 %, sammenlignet med den øvrige befolkning (5 %). (kilde: sundheds- og sygelighedsundersøgelse (2000), Statens Institut for Folkesundhed og H:S Tværfagligt Smertecenter, Rigshospitalet).

Selvom der stadigvæk er stor skepsis mod beskrivelsen af kroniske smerter som en fysisk lidelse, er der i den lægelige verden enighed om, at kroniske smerter er en fysisk lidelse, som skal tages meget alvorligt. Da kroniske smerter ofte har store fysiske (smerterne), psykologiske (nedsat livskvalitet) og sociale (nedsat eller tabt arbejdsevne) konsekvenser skal behandlingen af kroniske smertepatienter være tværfaglig. (se også www.lægemagasinet.dk – "Kroniske smerter gør mere end ondt. Af praktiserende læge Ph.d. Bjarne Lühr Hansen og læge Philipp Skaft-Holm, Mentor Institutet).

3. Evalueringens formål og metode

Formålet med evalueringen er at beskrive og vurdere de erfaringer, som projekt "Tilbage på arbejdsmarkedet trods kroniske smerter" har gjort igennem projektforløbet.

3.1. Evalueringsdesign

Evalueringen blev tilrettelagt som en lærende evaluering. Det betyder, at evaluator løbende har fulgt udviklingsprocessen og undervejs har bidraget med de forbedringsforslag som den løbende dataindsamling har givet anledning til. På den måde giver en lærende evaluering væsentlige bidrag til hele projektgennemførelsen, idet der gives løbende sparring til projektledelsen under hele projektperioden. I den konkrete evalueringsopgave blev forløbet dog noget forstyrret af at både projektleder og evaluator blev ramt af en række personrokader på afgørende poster (projektleder skiftet 3 gange)

Det har ført til, at evalueringsaktiviteterne er foregået mere diskontinuertligt en oprindelig planlagt.

Evalueringsaktiviteter:

1. Evalueringskriterierne blev fastlagt på en workshop med projektets koordinator og medarbejdere. Formålet var at skabe klarhed over og enighed om projektets succeskriterier, samtidig med at de vigtigste evalueringskriterier og indikatorer blev fastlagt. Workshopen skulle således være med til at skabe fælles ejerskab til projektet og til de resultater evalueringsprocessen frembringer. På workshopen blev der arbejdet med evalueringsredskaber efter LFA metoden¹.
2. Der gennemførtes en afdækning af kursisternes situation (helbred, sundhed, arbejdsmarkedsforhold, forventninger) før kursusstart med de første 12 kursusedtagere via et internetbaseret spørgeskema/telefon interview.
3. Midtvejs i det første arbejdsmarkedsrettede forløb blev der gennemført en evaluering (observation, fokusgruppeinterview), som skulle sikre at formål, forventninger og kursuspraksis var på linie

¹ LFA – Logical Framework Analysis – en metode der forbinder formål, aktiviteter og resultater med succes- og evalueringskriterier og forbinder disse med tids og rollefordelingen.

og at fremdriften i forløbet hurtigt kunne justeres og eventuelle forbedringer effektueres.

4. Der er gennemført en afsluttende tilfredshedsevaluering med deltagerne i det første forløb via fokusgruppeinterview. Endvidere er der via telefon interview blevet evalueret der på deltagerens fysiske tilstand og almene sundhed, ligesom det er blevet registreret om deltagerne har været i praktik. Der er endvidere blevet spurgt til praktikerfaringerne og samlet op på forbedringsforslag.
5. Der er gennemført et telefoninterview med de henvisende sagsbehandlere med henblik på at måle tilfredsheden med forløbet, samt at indhente evt. forslag til forbedringer af forløbet.
6. Der er lavet telefoninterview med repræsentanter fra de deltagende virksomheder med henblik på at måle tilfredsheden med de afholdte temadage og samarbejdet med Center for Sundhed og Livsstil generelt. Eventuelle forbedringsforslag er desuden blevet indsamlet.
7. Der er udarbejdet et evalueringsnotat, der samlede op på erfaringerne fra første kursusforløb og præciserede hvilke forbedringer der med fordel kunne ske i forhold til 2. gennemførelse.
8. På kursus 2. er der gennemført tilsvarende evalueringsaktiviteter – dog således, at der kun er gennemført et fokusgruppeinterview.
9. Efter 2. kursusforløb er der igen samlet op på effekten af kursusforløb samt på forslag til forbedringer. Disse resultater og forslag formidles i den afsluttende evalueringsrapport til projektledelse og – medarbejdere.
10. 6 måneder efter den første kursusgennemførelse og ca. 3 måneder efter det andet kursus- og praktikforløb har evaluator taget kontakt til deltagerne med henblik på at registrere deres beskæftigelsessituation, og reflekterede tilbagemelding på kurset.
11. Resultater fra de 2. forløb er blevet sammenskrevet i denne evalueringsrapport.

I nedenstående tabel præsenteres evalueringens aktiviteter i oversigtsform:

Overblik over evalueringens aktiviteter

<i>Gennemførte aktiviteter</i>	<i>Deltagere, kilder</i>
<i>1. Opstartsworkshop</i>	Projektledelsen samt undervisere
<i>2. Desk research</i>	Studier af materialer fra projektet

3. Fokusgruppeinterviews	Kursusdeltagerne
4. Telefon interviews med kursister, sagsbehandlere og praktiksteder	Kursister på hold 1 (6) og 2 (8), samt 5 sagsbehandlere og 6 repræsentanter fra praktikstederne
5. Analyse af datamaterialer	Resultater af interview med virksomhederne om afsluttende samtaleguide
6. Rapportskrivning	Evaluator
7. Afsluttende møde	Projektets ledelse og interessenter

Evalueringen er, som vist i tabellen ovenfor, gennemført primært på baggrund af en kombination af fokusgruppeinterviews og telefoninterviews. Evaluator har anvendt en spørgeguide som gennemgående redskab til at strukturere dataindsamlingen omkring en række kategorier og parametre som allerede tidligt i projektet blev identificeret som væsentlige for projektets succes.

4. Resultater fra dataindsamlingen

I dette afsnit bringes resultaterne af dataindsamlingen, medens analysen af data vil blive bragt i det følgende afsnit.

Det drejer sig således om referater af interviews – resultater af desk researchen samt resultater fra den dataindsamling, som projektet selv har foretaget.

4.1. Resultater af desk research

Desk researchen har givet et grundigt indblik i projektføreløbet. Via en række projektdokumenter, ansøgning og mødereferater har evaluator fået en grundig forståelse af projektets kerneprocesser og succeskriterier.

På baggrund af desk researchen udarbejdede evaluator et oplæg til projektets evaluerings opstartsworkshop:

4.2. Opstartsworkshop

På opstartsworkshoppen blev evalueringens metode og filosofi præsenteret (se venligst Power points i bilag I). Den væsentligste aktivitet var derefter udfyldelsen af et LFA-skema. Evaluator havde fremstillet et forslag til skema med formål, aktiviteter, succeskriterier mv.(se nedenfor). Dette skema blev udfyldt i et samarbejde mellem evaluator og de deltagende fra projektledelsen og underviserne på projektet.

LFA-skemaet har siden dannet baggrund for udarbejdelsen af spørgerammer til fokusgruppeinterviews, visitationsskema og telefoninterview.

CUBION

Formål/aktiviteter	Succeskriterier	Evalueringmetoder	Tid	Ansvarlig	Antagelser/bemærkninger forudsætninger
Der gennemføres to 14 ugers kursusforløb for to gange 12 deltagere.	At der tilmeldes to gange 12 deltagere. At der registreres 70 % tilfredse kursister efter hvert forløb.	Webaseret spørgeskema undersøgelse, samt observation af undervisningsforløb. Fokusgruppeinterviews med kursisterne, samt kvalitative interviews med udvalgte kursister.	Fastlægges med endelig projekttidsplan	Projektledelsen/Evaluatoren	Tilfredshed med kurset generelt. Tilfredshed med specifikke emner og temaer/aktiviteter med fokus på fysikpsyke og arbejdsmarked
Der afholdes informationsmøde for	At de deltagende sagsbehandlere	Spørgeskemaundersøgelse blandt de henvisende sagsbehandlere			Indikatorer: Godt informeret

CUBION

Formål/aktiviteter	Succeskriterier	Evalueringsmetoder	Tid	Ansvarlig	Antagelser/bemærkninger forudsætninger
<p>kommunale sagsbehandlere</p> <p>Rekruttering? Brochure materiale? Information?</p> <p>Der gennemføres visitationssamtaler</p> <p>At deltageres sundhedstilstand registreres ved kursusstart</p>	<p>Er tilfredse med forløbet (80 %)</p> <p>At der sker en forbedring af deltageres fysiske tilstand og sundhed efter hvert forløb (20 %)</p>				<p>Tilfredse med samarbejdet</p> <p>Vil anvende tilbud fremover</p> <p>20 % gennemsnitlig forbedring (indikatorer?)</p> <p>Selvurdering, Fakta, hårde data?</p>

CUBION

Formål/aktiviteter	Succeskriterier	Evalueringsmetoder	Tid	Ansvarlig	Antagelser/ bemærkninger forudsætninger
<p>Der etableres 6 ugers virksomhedspraktik for alle deltagere.</p> <p>Der gennemføres 2 temadage for virksomheder med praktikant/interesse</p>	<p>At alle deltagere får praktikplads (100 %)</p> <p>At de deltagende virksomheder oplever et kompetenceløft i forhold til håndteringen af ansatte i fleksjob.</p> <p>At der er skabt bedre kommunikation mellem virksomheder og ansatte i fleksjob</p> <p>At virksomhederne har</p>	<p>Telefoninterview med de virksomheder der modtager praktikanter og deltager i temadage</p>	<p>Fastlægges med endelig projekttidsplan</p>	<p>Projektledelsen/Evaluatoren</p>	<p>Udsagn/statements med grad af enighed.</p>

CUBION

Formål/aktiviteter	Succeskriterier	Evalueringsmetoder	Tid	Ansvarlig	Antagelser/ bemærkninger forudsætninger
	haft god støtte og gavn af AOF-Daghøjskolens konsulenter				
At der gennemføres en aktiv udslusning.	At 20 % er afklaret i forhold til flexsjob. At der er 20 % af deltagere, som er vendt tilbage til arbejdsmarkedet	Opfølgende telefoninter-view/mailbaseret forespørgsel til deltagerne.	Fastlægges med endelig projekt tidsplan	Projektledelse/Evaluatør	
Konference er afholdt	At der er tilslutning til konferencen fra alle interessentgrupper	Registrering af antal og type deltagere		projektledelsen	Hvor mange deltagere er målet?
At der er udarbejdet en guide for arbejdet med denne målgruppe	At guiden er produceret og lagt på projektets website	Opsamling af rapportanbefalinger til en guide foretages af evaluatør.			

4.3. Fokusgruppeinterview

Deltagere i hold 1 - Smertekursus Ballerup

I alt deltog 6 kursister (fem kvinder og en mand). Interviewende foregik i to grupper med tre deltagere i hver. Referaterne fra de 2 interviews er senere blevet skrevet sammen af evaluatør.

1. Tilfredshed

Er I helt overordnet set tilfredse med det tilbud, I får her på CSL?

Generelt var kursisterne overordnet set tilfredse med kurset, men så godt som alle interviewede mente dog ikke, at deres forventninger helt var blevet indfriet. Nogle mente, således at kurset ikke indeholdt alle de elementer, som brochuren lovede, andre, at der ikke var kød nok på de forskellige temaer, og det blev også nævnt at dele af undervisningen ikke var konkret nok.

Helt specifikt nævnte den ene fokusgruppe, at timerne om livsfilosofi ikke havde nogen relevans. Gruppen var utilfreds med både emnet og med måden, der blev undervist i emnet på. De følte sig desuden talt ned til.

Også emnet om kostvejledning, var der nogen utilfredshed med. "*Der er ikke noget nyt i det og intet som vi ikke ved i forvejen*", blev det formuleret.

Derudover blev det nævnt, at der havde været mangel på samarbejde med sagsbehandlere i kommunerne. Generelt gav kursisterne udtryk for at det ville være godt med mere information og det blev især ytret frustration over, at man ikke havde hørt noget fra kommunen..

Matcher kursusindholdet de forventninger I havde?

En af kursisterne påpegede, at kursusindholdet ikke har levet op til det, som stod i den brochure, hun modtog på kommunen. De øvrige kursister gav hende ret i dette.

Det nævnes f.eks. i brochuren, at der vil være individuel afklaring og erhvervs- og uddannelsesvejledning, hvilket kursisten ikke synes, der havde været nok af. Med hensyn til anatomi/fysiologi kunne især den mandlige kursist godt have tænkt sig, at der havde været noget mere "teoretisk". I kost og ernæring undervisningen var der ikke blevet udarbejdet kostplan som beskrevet.

Et emne der kom op igen og igen, var den manglende prioritering af erhvervspraktikken. Kun tre af de 12-13 kursister havde fået en praktikplads en uge før praktikken burde starte. Kursisterne gav udtryk for, at de på nuværende tidspunkt følte sig pressede og stressede pga. den manglende afklaring. En kursist nævnte også, at 20 min. med erhvervsvejlederen ikke var nok, når man ikke havde været på arbejdsmarkedet i mange år.

Generelt mangler der mere information om mulighederne. Af konkrete ideer blev nævnt: en liste over mulige virksomheder; en fridag om ugen til at søge og flere timer med arbejdskonsulenten, Pia.

Lektionerne i afspænding havde til gengæld overskredet forventningerne.. Stort set alle kursisterne sagde, at det havde været super godt for dem med afspændingslektionerne og de fleste mente, at det var noget, de kunne bruge også i fremtiden.

Har I selv valgt at gå på kurset (uden pres fra sagsbehandler f.eks.)?

Ud af de seks interviewede kursister havde fire frivilligt valgt at følge kurset, medens to ville miste deres sygedagpenge såfremt de ikke deltog.

Flere af kursisterne følte i øvrigt, at kurset var "sidste udvej". De mente at sagsbehandlerne overordnet set ikke ved, hvad de skal stille op med personer med kronisk smerte. En kursist mente, at det ligefrem var skræmmende at "de på kommunen ikke ved noget om det". En kursist nævnte tilsvarende, at sagsbehandleren ikke rigtig havde vidst, hvad CSL kurset gik ud på.

Har I forslag til forbedringer af kursusform/indhold?

Kursisterne diskuterede, hvorvidt det er den rigtige opdeling med teori om formiddagen og fysiske øvelser om eftermiddagen. De nævnte, at de fleste generelt har mest overskud om formiddagen og derfor er det godt med teorien der. Men det blev foreslået, at man en til to dage om ugen kunne forsøge at have de fysiske øvelser først. Det kunne tilfredsstille alle og fungere som en test på, hvornår man egentlig har det bedst med de fysiske øvelser.

Igen blev afspænding nævnt som virkeligt godt, mens en enkel kursist synes, der var for meget af det.

Flere kursister understregede, at de godt kunne tænke sig mere konkrete tiltag i undervisningen. F.eks. at man fra starten havde snakket personlig kostplan og havde udarbejdet en sådan. "*Så havde vi kunne drøfte den løbende*", som en kursist udtalte. Et andet forslag var, at man ind imellem kunne lave mad sammen, hvilket blev kaldt "*spild af tid*" af en anden kursist. Der var dog enighed om, at al undervisning skulle

være sygdomsrelateret, selvom det var svært med så forskellige sygdomme som piskesmæld, gig, hypermobilitet og nervebetændelse. En kursist nævnte, at man måske i fællesskab kunne notere på tavlen hvilken slags mad de enkelte måtte spise, og så derudfra kunne forsøge at udarbejde en fælles madplan – og lave nogle retter sammen. *"Vi ændrer ikke vaner, hvis vi ikke prøver det i praksis"*, mente hun

En anden vane, som der måske også kunne fokuseres på, er rygning og et rygestopkursus blev foreslået.

Foredraget med formanden for Fibromyalgi Foreningen blev omtalt som *"helt suverænt"*. Hun skulle dog have haft langt mere tid. Det ville være en god ide, mente kursisterne, at lægge foredraget som noget af det første i kurset. Så kunne man efterfølgende tage emner op i undervisningen med den vægtning, som de enkelte kursister mente, det skulle have.

I det hele taget ville det være godt at tale mere om smertebehandling og medicinering af smerter. Der kunne evt. også være oplæg fra Gigtforeningen, Hovedpinecenteret eller om piskesmæld.

Endelig mente kursisterne, at hele undervisningen og planlægning vedrørende erhvervspraktik burde forbedres, Dette uddybes senere.

2. Stemning på holdet

Føler I, at der er en god dialog og stemning på holdet?

Der er en fin stemning på holdet ifølge kursisterne og de har det socialt godt sammen. Lærerne er også med til at skabe et fint miljø.

Kan I bruge hinandens erfaringer til noget?

Ja, det er godt at kunne snakke sammen med andre, der er i samme situation. Både om smerter, hvordan man ordner hverdagen og brug af f.eks. ny medicin.

For en af kursisterne har det været rystende at høre om, hvordan en del af de andre kursister er blevet "smidt" rundt i systemet igennem mange år.

Er der en god dialog og kommunikation med underviser teamet?

Ja, generelt har der været fin dialog. Især til projektlederen der har været meget aktiv i forhold til kursisterne. Der har dog været for lidt kontakt til erhvervsvejlederen.

Et par af kursisterne kunne dog godt have tænkt sig, at underviserne havde spurgt lidt mere ind til, hvad de godt selv kunne tænke at arbej-

de med. Men som en af kursisterne understregede: *"...Måske har vi heller ikke selv udtrykt os klart nok"*.

De allerfleste elever følte også, at der blev udvist god omsorg for dem. Fysioterapeuten var f.eks. god til at vejlede og presse, men en gang imellem blev træningen for hård. *"Vi vil jo så gerne, men kan ikke"*, blev det udtrykt.

3. Kursusform

Hvordan synes I de fysiske rammer for kurset fungerer?

"Det er fine rammer, men stole og borde er slet ikke egnede for personer med kroniske smerter", var den generelle holdning. *"Bordene burde kunne hæves og sænkes og stolene være langt bedre"*. Fodskamler giver f.eks. ofte ro, og det ville være fint med nogle af dem. Med det er godt med puder, bolde og skråpuder. En sofa i rummet ville også være godt, samt en madras, da nogle af kursisterne simpelthen er nødt til at lægge sig ned ind imellem.

En kursist havde hørt, at den fabrik der producerede "knælere" stole (stole hvor man ligger på knæ) havde doneret disse til et andet hold med smerter. Det burde man undersøge nærmere, mente hun..

Men ellers var der stor tilfredshed med, at kursusledelse og undervisere forsøgte at gøre det hyggeligt med lys og mulighed for at tage kaffe og the.

Vises der hensyn til smerter og behov for ændringer i/andre arbejdsstillinger?

Ja der vises i høj grad hensyn til smerterne. Der er heller ingen problemer med at kursisterne vandrer rundt i klassen eller ved at man lægger sig på gulvet midt i undervisningen. Især projektlederens afspænding blev igen og igen fremhævet som godt, især fordi der også var megen tid til hver enkel person og træningen var meget individuel. *"Hun giver ikke op, før hun har fundet den rette stilling for én"*, blev det udtrykt.

Er der en fornuftig fordeling mellem individuel tid, gruppe arbejde og plenum?

Der har kun været ét organiseret gruppearbejde, men det kunne der godt bruges mere af. Men reelt kan man dog karakterisere hele undervisningen som gruppearbejde idet der ofte er få kursister på holdet, kun 4-6 personer ud af 13 pr. dag. Men man hører så ikke hvad andre mulige grupper kunne være nået frem til. Og de personer, der kommer skifter også meget. Dette skyldes dels, at der generelt er mange sygedage,

når man har kroniske smerter, dels at nogle føler sig pressede til at gå på holdet og derfor måske føler, at det er spild af tid.

Efter formiddagens undervisning er der også flere der går; enten fordi de ikke kan mere eller fordi de ikke "gider" eller "kan tåle" de fysiske øvelser.

Tavlen bliver ofte brugt i undervisningen - men ikke andre undervisningsmidler. Kursisterne har dog sammen set en film, omhandlende McDonald "Supersize Me". Det var "*et hit*" ifølge kursisterne.

Hvordan melder I fravær?

"Der skal ringes om fravær inden kl. 9.30, men det er ofte svært at komme igennem", oplyste en kursist. Hun havde selv prøvet at ringe i 45 min. uden at komme igennem. *"Det kan være meget belastende at skulle ringe, hvis man f.eks. ligger med migræne"* mente en kursist – og flere nikkede.. En kursist havde oplevet at ringe for at melde sig syg, hvorefter han fik en skideballe og fik at vide, at han bare skulle tage sig sammen. Siden da har han ikke ringet med sygemelding..

Der var usikkerhed blandt kursisterne om, hvorvidt man kunne blive "straffet økonomisk", hvis man ikke meldte sig syg.

Fraværet bliver registeret i forbindelse med undervisningen morgen og eftermiddag. Det fungerer fint, efter kursisternes mening.

Er der en passende balance mellem praktisk og teoretisk indhold (fysisk udfoldelse/ stillesiddende arbejde)?

Fin fordeling.

Hjælper de fysiske øvelser mod smerterne (træningstøj)?

Flere kursister klagede over, at de havde fået flere smerter efter, at de var startet på kurset. Det var både godt og ondt, mente de. Fysioterapeuten var ofte for hård, rent træningsmæssigt. En på holdet var aldrig mødt op til denne træning, da han vidste at det ville være dårligt for ham (hypermobil). Men ellers var indtrykket, at fysioterapeuten var god til at give instruktion, om hvad der er godt for kroppen. *"Han viser nogle gode øvelser og er god til at ramme hvad vi kursister har brug for",* lyder vurderingen. Det er også godt: *"at han kan huske vore skavanker fra gang til gang."*

Igen udtrykte kursisterne, at de jo forfærdelig gerne vil, men at de ofte ikke kan pga. smerter.

Da udflugten gik til varmtvandsbassinet i Farum deltog kun to personer, men mange kunne godt have tænkt sig at prøve. Også massage og

sauna bliver flere gange nævnt som "behandlinger" kursisterne kunne ønske sig.

Er niveauet (sværhedsgrad) passende?

Generelt er niveauet fint. Hvis der er noget som virker uforståeligt, bliver der spurgt. Det er tilladt "at være dum" og gruppen hjælper hinanden.

Hvilke kursuselementer synes i rammer jeres behov bedst / hvad synes i er de bedste timer?

Foredraget med formanden fra Fibromyalgi foreningen har klart været det bedste!

Er der åbenhed over for fejl og forskellige meninger eller det modsatte.?

Ja der er stor åbenhed og stor tryghed i gruppen.

Der er kun "to haner" i gruppen, og måske er det lidt slemt for dem ind imellem. Den skæve kønsfordeling kan skyldes at folderen om kurset, grafisk og farvemæssigt mest henvender sig til kvinder. – " *Men der er vist også flest kvinder med kroniske smerter*", mener en kursist.

4. Praktikplads

Er I tilfredse med støtten til praktikplads søgning?

Kursisterne mener alle, at man er startet for sent med at snakke om praktikken.. Når det i ansøgningen er omtalt, som den vigtigste del af hele forløbet, burde man allerede fra første dag have information om muligheder og støtte. Det er OK at gøre det jobmæssigt orienteret fra starten.

Praktikvejlederen er ikke nok integreret i forløbet. Det gælder både den individuelle rådgivning (20 min. ikke nok) og generelt om oplysning vedrørende forskellige muligheder.

Nogle kursister mente, at praktikperioden burde være længere (f.eks. to praktiksteder af 1 måneds varighed). Der bør også være mere tid til at finde praktikpladser.

Praktikvejlederen har ikke været i stand til at skaffe de fornødne praktikpladser, hvilket kursisterne gav udtryk for var meget stressende her en uge før praktikstart. En kursist mente, at praktikvejlederen måske ikke har været dygtig nok til at trække grænsen og afvise urealistiske ønsker. Generelt ønsker man mere opfølgning fra praktikvejlederens side. (Det skal med i vurderingen, at projektets brochure i høj grad placerer ansvaret for at finde praktikplads på kursisterne selv. Evaluators kommentar)

Flere nævnte også, at det er dårligt planlagt, at praktikvejlederen har ferie i netop sidste uge, inden praktikken, især når så mange ikke har fået en praktik plads.

Hvordan skal jeres ønske praktikplads gerne se ud?

Flere kursister udtrykte, at det var svært at svare på, når man ikke vidste, hvad man ville. Måske kunne det være en ide, at man var med ude og besøge praktikpladserne. *"Vi ville jo gerne have været ude at besøge dem"*, udtrykte en kursist, den generelle holdning: *"Nu er situationen, at vi måske bare skal møde op mandag morgen"*.

En kursist var bange for, at man måske var *"prisgivet"* i en situation, hvor man sad 6 uger med noget, som man ikke selv havde valgt og ikke kunne lide.

Ellers går ønskerne på, at arbejdet ikke må være fysisk krævende. Det må heller ikke være for koncentrationskrævende. *"Gerne monotomt, men spændende"*, som en kursist lidt kryptisk udtrykte det. En anden kursist ville dog hellere have noget afvekslende: *"lidt lige som f.eks. at gå ude i naturen og samle grankogler"*.

Blandt andre ønsker, kan nævne: Arbejde i en beskæftigelsesterapi på et plejehjem, være assistent i et aktivitetscenter på et behandlingscenter, arbejde som receptionist på en privatskole eller som hjælpelærer, hjælpe hos L'Easy, være tjener og økonomamedhjælper på Rigshospitalet eller udføre montage arbejde.

En enkelt kursist mente, at nogle af de andre kursister var for "krævende" med hensyn til at få den rigtige praktikplads, hvilket hun også havde sagt til dem.

5. Andre forhold

Oplever I problemer med at deltage på kurset?

Der er kun problemer de dage, hvor man har smerter. Det er dejligt at have noget at stå op til. For nogle kursister har afstanden mellem hjem og CSL dog været et problem (f.eks. 17 km fra Rødovre).

Opfatter I kurset som en chance I har fået?

"Ja, både og, det er jo en chance, der gerne skulle kunne munde ud i, at vi kommer videre." Ressource afklaringsprofiler kommer til at veje tungest, mente kursisterne videre, det hele drejer sig jo om: *"hvad kan vi, hvad kan vi magte"*? Der er afsat tre timer til hver, men der skulle bruges mere tid på det.

Flere af kursisterne går og venter på en speciallæge erklæring i forbindelse med verserende pensionssager, mens de deltager i kurset.

Andre kursister gider ikke blive smidt rundt i systemet endnu en gang. En kursist sagde: *"Jeg er blevet smidt rundt igen og igen –og jeg lader det ske, af frygt for at miste min kontakthjælp. Jeg var indstillet til pension, men så kom der ændringer igen, og jeg er bare kommet ind i en mølle, der drejer rundt og rundt. Jeg har ikke de store forhåbninger med kurset, da jeg har været ude af arbejdsmarkedet i 13 år"*.

Andre kursister er dog mere optimistiske. De tror på, at de kommer videre. Langt de fleste håber på et flexsjob, selvom de godt er klar over, at det er blevet sværere at få flexsjob. En anden håber på pension.

Føler I Jer ansvarlige for at I gennemfører kurset?

"Ja, det er helt klart vores eget ansvar" svarer en kursist. En anden kursist var blevet lovet at hendes socialrådgiver ville ringe hver 14. dag, men det har hun ikke gjort. Kursisten gider ikke ringe til hende, *"de følger alligevel aldrig op"*.

Flere af kursisterne mener, at det ikke er CSL's skyld, hvis de ikke fik et flexsjob, når de er færdige med kurset. Det er snarere sagsbehandleren som har ansvaret ifølge kursisterne. Socialrådgiverne opfattes ofte som svære at danse med. Mange får nye socialrådgivere hele tiden.

Sagsbehandler og lærere på CSL burde lave en opsamling f.eks. halvtids i forløbet. Det ville være perfekt, hvis man kunne få at vide, om man var indstillet til f.eks. flexsjob eller revalidering.

"Mange af os har fået lavet en ny lægeerklæring i forbindelse med kurset – dem burde socialrådgiverne se på", mener en kursist. En anden nævner f.eks., at hendes lægeerklæring sagde, at hun kun kunne arbejde halvtids – men hendes sagsbehandler mente, at hun bare skulle have et fuldtidsjob.

6. Forbedringer

Hvordan ser det optimale /allerbedste kursusforløb ud?

Flere kursister mente, at det ideelle forløb, ville være 6-8 ugers kursus på CSL og så to gange en måneds praktik efterfulgt af en uges afslutning på CSL.

Den første uge var fin mente kursisterne, men derefter skulle der være en temauge om praktikpladssøgning.

I det hele taget ville temauger være bedre. F.eks. også om ernæring og kost, hvor man så skulle have en kost- og ernæringsvejleder en hel uge

og få udarbejdet en kostplan. Tips til sund og billig mad – ville være godt. Og ville kunne bruges til noget.

Det har været godt med psykologi undervisningen, men kunne også være spændende som et tema. Et emne kunne evt. være, hvordan det var for pårørende at leve sammen med en smertepatient. Dette var et forslag som kom op i foredraget med fibromyalgiformanden.

En klar forbedring ville være mere tid med en erhvervsvejleder.

Desuden ønskes der mere information om økonomi og dækning af udgifter. En kursist havde fundet ud af, at man kunne få op til 1000 kr. til transport også i praktikperioden. Transport må ikke være en hindring.

2. Fokusgruppeinterview

Hold I deltagere i Smertekursus Ballerup

Tilfredshed

Er I helt overordnet set tilfredse med det tilbud, I får her på CSL?

Der er flere forskellige bud på svar på dette spørgsmål. Nogle finder, at der mangler en masse mere struktur omkring praktikken. Andre er enige, men fremhæver at de er blevet mere afklarede undervejs i forløbet. En enkelt deltager fremhæver dog, at hun ikke er blevet afklaret gennem forløbet.

Der er imidlertid generelt enighed om, at det er et fint tilbud, men der er også enighed om, at der har været nogle "huller" undervejs. Der har dog været mange gode timer og fine emner – og både træning og afspænding får deltagernes opbakning.

Matcher kursusindholdet de forventninger i havde?

Nogle gange følte vi at tiden skulle fyldes op og der har på en eller anden måde manglet helhed i forløbet. Men der er nu også kommet gode indlæg udefra og på flere måder har det matchet forventningerne er flertallet enige om. Og flere synes de har fået mere ud af det end forventet. Nogle kursister nævner, at de gerne havde set deres sagsbehandler mere på banen

Vil i anbefale andre at gå på kurset?

Ja er svaret fra det store flertal af kursister. Og tilføjer: *"Hvis hullerne i vejen bliver glattet ud, så vil vi anbefale det."* En af kursisterne tilføjer: *"Jeg vil anbefale det under alle omstændigheder – det er det mest seriøse kursus jeg har været på."*

Det har været godt mener alle, ikke mindst: *"fordi vi har følt at nogen har taget hånd om os, og ikke mindst fordi vi har været meget åbne alle sammen. Det har været Okay at sige at du har haft en lortedag."*

Alle vil således anbefale kurset til andre..

Har i forslag til forbedringer af kursusform/indhold?

“Vi ved jo godt at al begyndelse er svær og vi er jo 1. hold, men der mangler især noget omkring praktikpladssøgning.”

Flere nævner igen at sagsbehandlerne skal mere med så man vidste, hvad der forventes fra sagsbehandlerne. Der er også stor enighed om at forløbet er for kort og ikke bliver fulgt ordentligt op. Der skal følges op på praktikken –og det skal beskrives hvad der er godt og dårligt – og foregå en afklaring allerhelst i forbindelse med sagsbehandlerne.

Konkret ønskes der forbedringer på følgende punkter:

- Praktikopfølgning
- Flere oplæg udefra
- Kontakt til en smertelæge
- Oplæg om hjælpemidler og om hvad kan man få
- Besøg af en sagsbehandler/socialrådgiver.
- Mere støtte til praktikpladssøgning

Stemning på holdet:

Føler I, at der har været en god dialog og stemning på holdet?

Vi har været der for hinanden og vi har snakket – og det har været ok at have smerter. Vi har husket alle og der er ingen, der har været ude og vi har talt på tværs af sprogproblemer

Hvis man har været væk er der blevet taget fat i en bagefter.

Vi har haft masser af tid til at høre hinandens oplevelser, og det har virkelig hjulpet. Humøret har været stigende og vi har haft noget at gribe af –og tit en god historie at fortælle, når vi kom hjem.

Kursusform

Hvordan synes i de fysiske rammer for kurset har fungeret?

Stolene er helt forkerte og vi skulle have haft hæve/sænkeborde. Det er selvfølgelig hyggeligt, at vi sidder i en gruppe – men der burde være rigtig gode kontorstole. Og gerne forskellige typer af stole –evt. med logo på, så man kunne finde sponsorer til dem.

Det ville også være meget hensigtsmæssigt med en flytbar tavle, så man kan køre den hen hvor man kan se – ja og en rigtig whiteboard ville også være godt.

Er der blevet vist hensyn til smerter og behov for ændringer i/andre arbejdsstillinger?

Alle er enige om, at der er blevet vist godt hensyn, og at alle selv har kunne sige fra, når det blev for anstrengende.

Har der været en passende balance mellem praktisk og teoretisk indhold (fysisk udfoldelse/ stillesiddende arbejde)

Nogle af kursisterne foreslår at man vender dagen så de fysiske øvelser ligger om morgenen. Men det er der ikke enighed om, fordi nogen ikke har det så godt om morgenen. Der er både A-og B folk på holdet, men de vil gerne have øvelserne mere fleksibelt placeret.

Hjælper de fysiske øvelser mod smerterne?

Ja mener alle – de har fået nogle gode øvelser som de også kan bruge bagefter. Men de synes at der undertiden er for mange aktiviteter og flere mener at der nok skal skæres noget ned på træning og aktiviteter.

Har kostvejledningen haft en indflydelse på hvad I spiser?

Nej - og dog måske spiser man ikke så meget af det usunde som før.

Har niveauet (sværhedsgraden)været passende?

Det har været passende – det har været meget godt – og så har det været tilladt at spørge.

Praktikplads

Er i tilfredse med den støtte i har fået til praktikplads søgning?

Nej – og det er det største hul i vejen. Støtten har været for ringe og for sen.

Vi fik at vide at skolen ville finde praktikplads, men det har nu mest været overladt til os selv..

Forbedringer

Hvordan ser det fremtidige optimale /allerbedste kursusforløb ud?

Det ville være rigtig godt hvis man kunne få en praktikplads inden kursus start – jeg har hele tiden spekuleret på, om der var en praktikplads, og det har kostet megen psykisk energi.

Eller man skal i hvert fald lige fra visitationen gå i gang med at finde praktikpladser. Man kunne måske også finde en række virksomheder, hvor der var muligheder. En bredere vifte – så der var noget for enhver smag.

Det ville være godt hvis der var en læge tilknyttet CSL. Der er jo et hav af erklæringer og attester som hele tiden skal udfyldes, det ville være lettere hvis det kunne foregå i tilknytning til kurset.

Det ville være godt med 2 jobkonsulenter

Der skulle være mulighed for at vælge mellem afspænding og aktivitet. Og det ville også være smart hvis man kunne få et klippekort til stedet – vi har ikke penge til træning.

Det ville være rart med en fleksibel jobcafe, så man kunne se forbi og blive vejledt og bruge nettet til at søge praktik."

Hold II

Fokusgruppeinterview Hold II

Deltagere i Smertekursus CSL, Ballerup

Tilfredshed

Er i helt overordnet set tilfredse med det tilbud i får her på CLS?

Der er bred enighed blandt de 7 tilstedeværende kursister om, at det er et godt tilbud, man får på kurset for personer med kroniske smerter. En af deltagerne understreger fordelene ved: " *At man er sammen med andre som er i samme situation*". Men kurset er for kort, mener hun, og de øvrige kursister nikker.

"Det ville være bedre med et forløb som bestod af 6 ugers kursus, 6 ugers praktik og så igen en 4 – 5 ugers kursus." , siger en anden, og også det er der udbredt enighed om.

Der er dog også overordnet set nogle forventninger, som ikke er blevet indfriet. Således har der ikke været den smertetackling som blev annonceret i kursusbrochuren, ligesom kostvejledningen blev aflyst fordi lærerkræfterne blev prioriteret til et andet kursus.

En af kursisterne mener hun har "prøvet det der var bedre" fordi hun har en længere sygemeldingsperiode bag sig, og en anden synes ikke tilbuddene har været skræddersyede nok, selvom brochuren taler om individuelt tilpassede tilbud.

En tredje påpeger, at det ikke er relevant med en arbejdsprøvning i så kort et forløb, og slet ikke når man faktisk bare gerne vil videre med en uddannelse.

Generelt bliver den positive holdning dog gentaget flere gange. Man er imponeret over lærernes store indsats, de gør rigtig meget for kursisterne, men påtager sig nok lige lovlig mange ting, og det giver lidt forvirring nogle gange. Måske skulle man have ventet et par uger mere med at starte kurset, når der nu skulle en ny kursusleder på.

Men først og fremmest er kursisterne glad for at underviserne "*tilsidesætter meget for os*", som flere udtrykker det. "*De hiver alt ud og sætter selv ind, når der er en som har akutte smerter eller behov for at de er der – og de hjælper alt hvad de kan*", lyder det fra kursisterne.

"Det er flot og fint og det er det der skal til, og det er de enkelte læreres fortjeneste, at vi får noget ud af kurset, ikke så meget selve kursusopbygningen. – de bebyrder sig mere end de får løn til", mener holdet.

Kursisterne fortæller, at de mange gange ikke kan klare de "lange" dage fra 9 til 14:30 – så det har været nødvendigt at skære tiden ned så de oftest "smutter" når kl. er 12. Det understreger, at deltagerne ikke kan klare et fuldtidsjob.

Kursisterne ville egentlig gerne have haft det fulde indhold, men de har måttet lægge en anden prioritering: "*Vi måtte vælge fra eller presse det sammen.*" siger en, "*Men i virkeligheden ville vi hellere have trukket indholdet ud over længere tid*".

Jeg var dybt chokeret, fortæller en kursist om ankomsten til kursuslokalet. "Der var et klasselokale med almindelige skoleborde, dårlige stole som oven i købet bliver hugget. Der er alt for dårligt møbleret -- og bordene er meget lave.

Matcher kursusindholdet de forventninger i havde?

I forhold til det som står i folderen så er der en del som er "cuttet fra", mener kursisterne. Overordnet set finder de at det er et godt tilbud – og det er også godt, at få noget at tage sig til – men det lever ikke helt op til forventningerne. Generelt er kursisterne dog tilfredse og som en af dem udtrykker det: "*Man kan jo ikke matche det hele.*"

Forbedringer

Har i forslag til forbedringer af kursusform/indhold?

Det ville være godt med mere om smertetakling, og også om Anatomi – for at man bedre forstår, hvor tingene sidder.

Det giver jo ikke adgang til andre job, men der er mulighed for bedre afklaring af hvad man kan og vil – men det ville have været godt med en egentlig Coach.

Nogen af os ved hvad de forskellige job kræver, men vi er mange som skal ryste bægeret, så mere konkret vejledning om jobmuligheder ville være godt. .

Det ville være godt medens vi var i praktik at der var en dag, hvor man kom herind – så kunne vi have tudedag eller sejrarme. Men når vi har praktik har vi måske ikke overskud. Sådant en dag kunne vi så have en psykolog ind over.

Stemning på holdet:

Føler I, at der er en god dialog og stemning på holdet?

Vi har det fint og taler meget med hinanden om vores situation. Og har vi en lorte dag så er der plads til det – det kan også være personligt

Kan I bruge hinandens erfaringer til noget?

Ja også selv om vi fejler noget forskelligt. Vi udveksler erfaringer med "systemet" med medicinering, med at overleve – og med at have en familie midt i smerterne.

Er der en god dialog og kommunikation med underviser teamet?

Ja det er der, vi kan sige hvad vi vil og også lidt til. Der er således ikke nogen stor kursist/lærer distance.

Har I haft kontakt til jeres sagsbehandler?

Nej, men vi ville gerne og der burde være et møde – hvor underviser og kursist og sagsbehandler kunne mødes og tale tingene igennem. Det er egentlig ret vanskeligt for smerter kan jo ikke måles og vejes og sagsbehandlerne er en saga for sig – det handler ofte om at være et skridt foran din sagsbehandler.

Kursusform

Hvordan synes I de fysiske rammer for kurset fungerer?

Der burde være borde og stole som kan indstilles, og gerne hæve sænke borde. Det kunne også være fint med nogle små computerborde. Deltagerne ønsker også flere madrasser og tæpper og puder.

Jeg kunne godt bruge et sted hvor jeg ligger bedre – en briks, og gerne et roligt sted hvor man lige kan hvile lidt i fred. En god løsning kunne være sækkestole.

Som det er nu ville selv luftmadrasser være bedre.

Vises der hensyn til smerter og behov for ændringer i/andre arbejdsstillinger?

Underviserne gør alt hvad de kan inden for de rammer der nu er, og det er helt ok at man går eller ligger rundt i lokalet.

Er der en fornuftig fordeling mellem individuel tid, gruppe arbejde og plenum?

Det hele har været holdundervisning.

Er der en passende balance mellem praktisk og teoretisk indhold (fysisk udfoldelse/ stillesiddende arbejde)

Ja der er både teori og øvelser i en passende blanding.

Hjælper de fysiske øvelser mod smerterne?

Ja det hjælper godt mod smerterne og der har været nogen form for individuel tilpasning, så vi har fået at vide, hvad vi kan gøre i stedet for en øvelse vi ikke kan holde til.

Praktikplads

Er i tilfredse med støtten til praktikplads søgning?

Nej – det er simpelthen for dårligt – vi har en vejleder som skulle hjælpe os, men vejlederen er for ophængt. Det er mange ressourcer, vi skal bruge på praktikpladssøgning, det burde være på plads – det er for stressende for os.

Der ville også være større chance, hvis der er en der ringer fra centeret. De ved jo ikke hvad vi kan ude på virksomhederne. Der skulle være en som tager en i hånden.

Det kunne være en god ide med en jobcafe, hvor man kunne komme og få hjælp til afklaring og kontakt til virksomhederne. Man kunne også forestille sig at vi blev sat sammen i en ansøger duo eller i team på 3 der kunne supplere hinanden og støtte i forhold til at tage telefonen og få ringet.

Det ville også give mere succes, hvis der er en liste med nogle virksomheder som er faste steder. (Falck, Bosch + andre)

Hvordan skal jeres ønske praktikplads gerne se ud?

Der skal være nogle mennesker, der forstår en, og gode fysiske forhold. Så vil det være godt med fred og ro, og at der er accept af vore smerter.

Det ville være godt at undersøge forholdene ordentligt og få noget der matcher både fysisk og psykisk.

Forbedringer

Hvordan ser det optimale /allerbedste kursusforløb ud?

Samtlige lærere har været 100 % ok for os – men de har dårlige arbejdsvilkår, og har for megen travlhed. Det er blandt andet grunden til den manglende praktikpladsstøtte.

Man skulle have rykket starten lidt – så der havde været bedre forberedelse for den nye projektleder.

4.4. Sammenfatning af telefon interviews

I det følgende præsenteres en sammenfatning af de telefoninterviews som blev gennemført med kursUSDeltagere, sagsbehandlere og praktikvirksomheder. Interviewene er gennemført i marts/april måned 2007.

Hold 1:

De fleste af de interviewede (6) har været i jobpraktik under kurset på forskellige arbejdspladser som for eksempel i en kantine, en genbrugsforretning og i en børnehave. En deltager kom undtagelsesvist ikke i jobprøvning. Flere kursister fremhæver, at de var meget overladt til sig selv i forsøget på at finde et praktiksted. Der er en del kritik af virksomhedskonsulentens arbejde. (Konsulenten er ikke længere på CSL). Kursisternes nuværende forsørgelsesgrundlag er: 3 på kontanthjælp, 1 er førtidspensioneret, 1 er i jobprøvning og 1 har et fast arbejde (som chauffør).

Der er generel tilfredshed med udbyttet af kursusforløbet. De fleste var glade for det. Selve det at komme ud blandt andre virkede godt, også den fysiske træning bliver fremhævet. En enkelt mener dog ikke at have fået udbytte af forløbet.

Kursisterne fremhæver som det bedste ved kurset: De fysiske aktiviteter, afspænding, samværet, at man bliver taget alvorligt, samt et eksternt oplæg fra fibromyalgi foreningen.

Ingen af kursisterne mener, at kurset har været med til at forbedre deres fysiske tilstand og almene sundhed.

Forbedringsforslagene til kurset lyder: Det er for kort et forløb, man skal lære for meget på for kort tid – det er for sammenpresset. Flere nævner at det vil være en god idé med to jobprøvninger. Andre nævner, at de ønsker mere struktur og noget om ernæring.

Hold 2: Ud af de otte interviewede kursister fik alle en praktik plads, seks af kursisterne skaffede selv pladsen. Kursisternes forsørgelses-

grundlag varierer, således er 1 på førtidspension, 1 venter på at få førtidspension, 4 er sygemeldt (hvor af en også er i jobprøvning), 1 er i fleksjob og 1 er på kontanthjælp.

Det er en blandet tilbagemelding omkring kurssets udbytte, her er et par udtalelser: *"Ja, stort udbytte."* *"Super godt og udbytterigt at være ude blandt andre med kroniske smerter"*, og *"Nej, dårligt tilrettelagt, underviserne havde for travlt."*

De elementer, der bliver fremhævet som det bedste ved kurset, er: God hjælp og god dialog. Godt at komme ud blandt andre med smerter og dele erfaringer. Fint oplæg om fleksjob. Rigtig godt med psykologi og livskvalitet oplæg. Et par af kursisterne finder ikke at noget stod særligt frem.

Ingen af kursisterne mente, at kurset havde forbedret deres fysiske tilstand og almene sundhed.

Forbedringsforslag: Bedre håndtering af praktikplads søgningen. Længere forløb efter praktik periode. Længere forløb med kortere dage, kursusdage fra ni til halv tre er for meget. Det vil være bedre med længere forløb – f.eks. et dobbelt så langt forløb. Det vil være ideelt med 8 ugers kursus, så en praktik periode efterfulgt af 8 ugers kursus. Der var ikke tid til at dele erfaringer fra praktik perioden. Undervisere havde for meget om ørene, og der skal være mere tid til kursister. Flere ønsker mere differentieret undervisning samt bedre vejledning. En enkelt kursist finder, at der ikke var substans i kurset og at der ikke var nogen hjælp at få og at der i det hele taget rådede stor forvirring. Indholdet var noget andet end det, der blev præsenteret for en før kurset, jeg følte mig snydt.

Sagsbehandlere:

De interviewede 5 sagsbehandlere har henvist mellem en og fem borgere til kurset.

Til spørgsmålet om kurset har været gavnligt for den pågældende borger, svarer to sagsbehandlere klart nej, mens andre to synes det har været gavnligt. Den sidste fremhæver både gode og dårlige sider af forløbet.

Alle sagsbehandlere er enige i at samarbejdet med Center for Sundhed og Livsstil har været godt, der har været god kommunikation mellem parterne.

Alle sagsbehandlere følte sig godt informeret om kurset, især inden start. En enkelt mener at informationen mellem kursus og sagsbehandlere blev for dårlig under forløbet.

Sagsbehandlerne er igen delt i to lejre i spørgsmålet om hvorvidt de vil henvise andre borgere til et lignende projekt, der er en der svarer nej pga. kommunesammenlægning og en anden der svarer klart nej, mens resten mener det kunne være en mulighed.

Forbedringsforslag: Det er for svært at finde rundt i huset("Grafen"), dårlig skiltning. Mere socialfagligt indhold. Ønsker bedre udtalelser fra

virksomhedskonsulenten, bedre tilbagemeldinger mht. praktik. Forløbet blev efter sagsbehandlernes opfattelse forbedret fra første til andet hold, idet der kom mere fokus på personlig afklaring.

Praktikpladser:

Alle praktikstederne mener, at det er gået godt med kursisten, men det var et gennemgående problem, at det ikke var alle dage, at kursisten kunne møde op. Der har generelt også været en positiv indstilling hos kursisterne mht. arbejdsprøvningen.

Samtlige steder tilkendegiver at informationen og dialogen med sagsbehandleren har været god. Ingen af praktikstederne har dog deltaget i de temadage, der er blevet afholdt.

Nogle praktiksteder har haft god kontakt til jobkonsulenterne med op til flere møder, mens andre ingen kontakt har haft.

Alle praktikstederne er parat til igen at modtage en kursist. Det har fungeret godt.

At have en kursist i praktik har ikke bevirket, at virksomhederne er blevet bedre til at håndtere ansatte i fleksjob og det har heller ikke skabt bedre kommunikation mellem virksomheden og ansatte i fleksjob. Ingen af praktikstederne har forbedringsforslag til forløbet,

5. Analyse

Analysen:

Analysen tager udgangspunkt i de succeskriterier, som blev defineret i opstartswerkshoppen, idet evaluator vurderer, hvorvidt de indsamlede data kan bekræfte, at succeskriterierne er nået.

At der tilmeldes to gange 12 deltagere.

Det er lykkedes for CSL at få tilmeldt 13 deltager på hold 1 og 9 deltagere på hold 2 – så succeskriteriet er ikke helt opfyldt. Der er imidlertid gjort et fint arbejde med at tiltrække deltagere. Kursusbrochuren er meget indbydende og henvender sig godt til både mænd og kvinder.

At der registreres 70 % tilfredse kursister efter hvert forløb.

Kursisterne er helt overordnet set meget godt tilfredse med kursusforløbene. De udtaler sig i vendinger som: *"Det er det mest seriøse tilbud jeg har fået"* og siger, at de føler sig godt taget af. En af de vigtige indikatorer på tilfredshed er, om man vil anbefale kurset til andre. Her svarer stort set 100 % af kursisterne på både hold 1 og 2, at de vil anbefale kurset til andre. Der er dog nogle forbehold omkring praktikplads søgningen. Den er der ret stor utilfredshed med, og anbefalingen afhænger af, at der tages hånd om at få fyldt nogle "huller" omkring denne ud.

At de deltagende sagsbehandlere er tilfredse med forløbet (80 %)

Det er lykkedes at få interviewet 5 sagsbehandlere – og dermed har vi talt med hovedparten af sagsbehandlere, idet nogle af dem har henvist op til 5 kursister til projektforløbet.

Der er lidt delte meninger blandt sagsbehandlerne og deres holdninger kan ikke tolkes som en 80 % tilfredshed med forløbet. Interviewene viser, at det først og fremmest er manglende kommunikation, som er årsagen til utilfredsheden. Denne manglende kommunikation kan for en del forklares ved skiftende projektledere, men det er klart et område som man ved evt. kommende kurser for målgruppen skal have mere fokus på.

Forløbet blev imidlertid efter sagsbehandlernes opfattelse forbedret fra første til andet hold, idet der også i dette forløb kom mere fokus på personlig afklaring.

3 af 4 mulige sagsbehandlere (1 er i anden stillingssammenhæng) vil gerne henvise borgere til lignende kurser, hvilket trods alt peger på en overvejende tillid til konceptet og til CSL, Ballerup.

At der sker en forbedring af deltagernes fysiske tilstand og sundhed efter hvert forløb (20 %)

Kursisterne peger selv på, at der ikke er sket nogen mærkbar forbedring af deres fysiske tilstand og sundhed. Det er dog også ret ambitiøst, at man i den korte kursusperiode ville satse på at kunne forbedre deltagernes fysiske form med 20 %, specielt når virkeligheden viste, at der var hyppige afbud til træningen på grund af deltagernes smerter og kroniske lidelser.

Der har imidlertid været ret stor tilfredshed at spore blandt deltagerne både med træning og afspænding, så det er helt sikkert et rigtigt valg at satse ret målrettet på fysiske aktiviteter for denne målgruppe. Kursisterne peger således selv på, at der blandt de gode ting ved kurset har været: " *De fysiske aktiviteter, afspænding, samværet,*".

At måle eller mærke forbedringer kræver sikkert blot et længere træk, og måske også mere differentierede motionsformer. (svømning bliver nævnt af flere kursister som et ønske).

At alle deltagere får praktikplads (100 %)

Det er som nævnt omkring praktikpladssøgningen, at der har været størst utilfredshed. På trods af denne utilfredshed og efterlysning af mere support til søgeprocessen, lykkedes det faktisk at få langt hovedparten af deltagerne i praktik. Men det lykkedes ikke for alle deltagere i hele praktikperioden og der var på begge hold enkelte, som ikke fik praktikplads eller kun fik praktikplads i dele af perioden. Samlet kan man gøre raten op til mellem 85- og 90 % af deltagerne, som var i praktik. Det må siges at være en ret pæn andel, når man tager den lidt vanskeligt placerbare målgruppe i betragtning. Mange af deltagerne kunne kun gennemføre få ugentlige timer på jobbet, og de fleste havde specielle krav til lave belastninger og skånsomme arbejdsstillinger. Men det er helt sikkert også et vigtigt fokuspunkt i fremtidige indsatser, og der er kommet flere ideer til, hvordan man kan forbedre praktikpladssøgningen. De inkluderer lister over mulige praktiksteder, bedre støtte og opfølgning i forhold til virksomheds besøg og møder, at man kobles 2 og 2 i søgeprocessen, at der introduceres bedre til virksomhederne mv.

At de deltagende virksomheder oplever et kompetenceløft i forhold til håndteringen af ansatte i fleksjob.

Dette succeskriterium er ikke indfriet. Samtlige virksomheder svarer nej til, at de har oplevet et kompetence løft i forhold til håndteringen af ansatte i fleksjob. Men man kan vel heller ikke forvente, at der sker et kompetenceløft, hvis man ikke gør en indsats, og ingen af de interviewede virksomheder har deltaget i de arrangerede temamøder om ansatte i fleksjob. Det peger på, at man i fremtidige indsatser for målgruppen må tage helt særlige midler i anvendelse, f.eks regelmæssige virksomheds besøg og møder på arbejdspladsen, for at kunne nå virksomhederne.

At der er skabt bedre kommunikation mellem virksomheder og ansatte i fleksjob

At have en kursist i praktik har ikke bevirket, at virksomhederne er blevet bedre til at håndtere ansatte i fleksjob og det har heller ikke skabt bedre kommunikation mellem virksomheden og ansatte i fleksjob. Som ved det foregående succeskriterium handler det vel også her om, at der skal gøres en indsats også fra virksomhedens side før, at man kan blive bedre til at kommunikere.

At virksomhederne har haft god støtte og gavn af AOF-Daghøjskolens konsulenter

Nogle praktiksteder har haft god kontakt til jobkonsulenterne med op til flere møder, mens andre ingen kontakt har haft. Det er vanskeligt at afgøre, hvad der ligger bag dette forhold (jobkonsulenten er rejst) – men det er tydeligt, at kursisterne ønskede en bedre og mere regelmæssig kontakt mellem jobkonsulenten og deres praktikvirksomhed. På positiv siden tæller dog, at alle praktikstederne er parat til igen at modtage en kursist. Det har fungeret godt mener de – og det er jo et fint udgangspunkt for yderligere forbedringer på området.

At 20 % er afklaret i forhold til fleksjob.

Der er kun 1 af deltagerne som er blevet afklaret i forhold til fleksjob. Det betyder at dette succeskriterium ikke er blevet indfriet.

At der er 20 % af deltagerne, som er vendt tilbage til arbejdsmarkedet

Ud af de 14 kursister som det lykkedes at få interviewet er kun 1 kommet i fast arbejde. Hertil kommer 1 som er i fleksjob – alt i alt er der således ca. 15 % af de interviewede, som er vendt tilbage til arbejdsmarkedet. Det har af gode grunde været umuligt at foretage en frafaldsanalyse med henblik på at fastslå evt. forskelle mellem respondentgruppen og de deltagere, som vi ikke har interviewet. Der er imidlertid intet som tyder på, at der skulle være nogen forskelle på de 2 grupper.

Dermed kan dette succeskriterium ikke siges at være helt opfyldt.

At der er tilslutning til konferencen fra alle interessentgrupper

Der er ikke blevet afholdt nogen konference. Projektet har været mere ressourcekrævende end forventet og det er derfor blevet besluttet at ud-sætte afholdelsen af konferencen indtil videre. Medvirkende til denne beslutning har været at kontakten til virksomhederne i forløbet har været mindre end planlagt, man er derfor ikke så sikker på, at man vil kunne tiltrække og motivere virksomhederne til at deltage i en konference.

At guiden er produceret og lagt på projektets website

De anbefalinger om fremtidige indsatser for målgruppen, som er indeholdt i herværende evalueringsrapport vil blive offentliggjort på CSL's hjemmeside og også trykt i en lille folder.

Generelt viser analysen at der på et overordnet plan er en gennemgående rimelig tilfredshed med projektindsatsen. Der er bestemt plads til forbedringer især omkring praktiksiden og virksomhedskontakten, samt i kommunikationen med sagsbehandlerne. Deltagerne udtrykker imidlertid, såvel under som efter kurset en generel høj tilfredshed, de vil både anbefale kurset til andre og føler at de er blevet behandlet rigtig godt.

Projekt resultatet viser, at der er grundlag for en fortsat lignende indsats overfor målgruppen af borgere med kroniske smerter, og erfaringerne giver grundlag for at en sådan fremtidig indsats kan kvalificeres yderligere.

6. Konklusioner og anbefalinger

Der er igennem dataindsamlingen og analysen blevet identificeret en række konklusioner:

- Alle deltagere vil anbefale kurset til andre med kroniske smerter – nogle dog kun hvis nogle "huller" i forløbet bliver jævnet.
- Flere betegner kurset, som det mest seriøse kursusforløb, de har deltaget i
- Deltagerne føler sig godt behandlet og taget af
- Deltagerne har haft stort udbytte af at møde ligestillede og af at bruge hinandens viden, erfaring og støtte.
- Flertallet af deltagere er blevet mere afklarede

6.1. Anbefalinger til forbedringer af kursusforløb

Evalueringsarbejdet har givet anledning til følgende anbefalinger:

- Mere fokus på praktikdelen – fra starten af kurset.
- Opbygning af virksomhedsliste over mulige praktiksteder
- Aktiv støtte til praktikpladssøgning, afpasset efter behov
- Gruppedannelse omkring praktikpladssøgning (evt. praktik-duo)
- Afklare roller og forventninger med sagsbehandlerne (mere aktiv inddragelse)
- Aktivt orienteringsmateriale til virksomheder – hvad er en rummelig arbejdsplads konkret.
- Aktivt samarbejde med "sygdomsforeningerne"
- Aktivt samarbejde med fagforeningerne.

- Mere struktur – som kan gennemskues = overblik
- Bevidst satsning på gruppen
- Snæver sammenhæng mellem brochure og kursusindhold = forventningsopfyldelse
- Tid til at søge praktikplads – flere timer med jobkonsulenten
- Flere eksterne oplæg målrettet sygdomsstatus og mulig indsats.
- Livsfilosofi – gøres mere konkret og handlingsorienteret
- Kostvejledning – konkret med diætist – fælles samling om kost-råd
- Stole og møblement skal forbedres
- Anskaffelse af flytbar tavle
- Forsøge med fysiske øvelser skiftevis om formiddag og eftermiddag
- Øget fokus på afspænding og kropsbevidsthed
- Flexibilitet i kursusdagen
- Plads til ændringer og hvile
- Flere valgmuligheder omkring fysiske aktiviteter
- Mere input fra "sygdomsforeningerne"
- Tema om smertehåndtering og medicinering
- Valgfrie midler (eks. Jobmestingsprojektet i Århus)
- Oprettelse af fleksibel jobcafé
- Klippekort til træning og fysiske aktiviteter
- Anvendelse af kursus Blå bog (1/4 sides selvbeskrivelse + foto – Intern anvendelse)
- Udvikling af personlige strategier (status – vision – handleplan)
- Lægesagkundskab tilknyttes