

Forskningsprojekt - ”Godt tilbage til arbejde”.

Ved koordinerende sagsbehandler og virksomhedskonsulent - Inge Schwartz, Silkeborg Kommune

Fastholdelseskonsulent og Socialrådgiver - Janne Loftager, Randers Kommune

Mødet med den kræftramte borger.

- ▶ ”Møde” borgeren hvor denne er i forløbet.
- ▶ Lave aftaler med udgangspunkt i borgerens ønsker og behov.
- ▶ Vigtige elementer er: åbenhed, turde spørge direkte og skabe tillid.
- ▶ Forventningsafstemning i forhold til tilbagevenden til arbejde og lave realistiske planer med mulighed for løbende justering.
- ▶ Borgeren oplever ro, kontrol over eget liv og får viden om, hvad Jobkonsulenten kan bruges til.
- ▶ Det er ok at have bekymringer og frustrationer og være berørt af situationen.
- ▶ *Når jeg nu er ”rask”, oplever jeg ikke at kunne tale med andre om det.*

IPS og ACT - redskaber i samtalen.

- ▶ Individuel Placement and Support (IPS) - Individuel Planlagt Job med Støtte.
- ▶ IPS fokuserer på det enkelte menneske og hjælper med at afklare, hvilke erfaringer, interesser og kompetencer vedkommende har. Symptomer er ingen hindring - det handler om at give den rette støtte og finde den helt rigtige måde at vende tilbage til arbejdspladsen på. IPS bygger på, man sagtens kan få det bedre, mens man er i gang med sit arbejde. IPS-tilbud kan altså igangsættes samtidig med, at borgeren er under behandling.
- ▶ kontinuerlig støtte.
- ▶ støtte og informationer afhænger af parathedsfase.
- ▶ Acceptance and Commitment Therapy (ACT).
- ▶ Kommunikation med den kræftramte (barriere / fremmere).

ACT Baggrund og formål

- ▶ Tredje bølge af kognitiv terapi, udviklet af S. Hayes (USA) i sidst i 1990.
- ▶ At øge psykologisk fleksibilitet og vitalitet.
- ▶ At reducere undgåelsesadfærd.
- ▶ At fremme værdibaserede handlinger.
- ▶ At leve et meningsfuldt og tilfredsstillende liv baseret på livsværdier.

Om ACT virker

- ▶ Der er god evidens for, at ACT er en effektiv metode til behandling af psykiske symptomer/lidelse:

Angst, depression, OCD, spiseforstyrrelse, ADHD, PTSD, lavt selvværd mm.

- ▶ ACT har også vist sig virksom i behandlingen af en række somatiske symptomer/sygdom:

Smerter (især kroniske), bevægeapparatsbegrænsninger, epilepsi og overvægt.

ACT

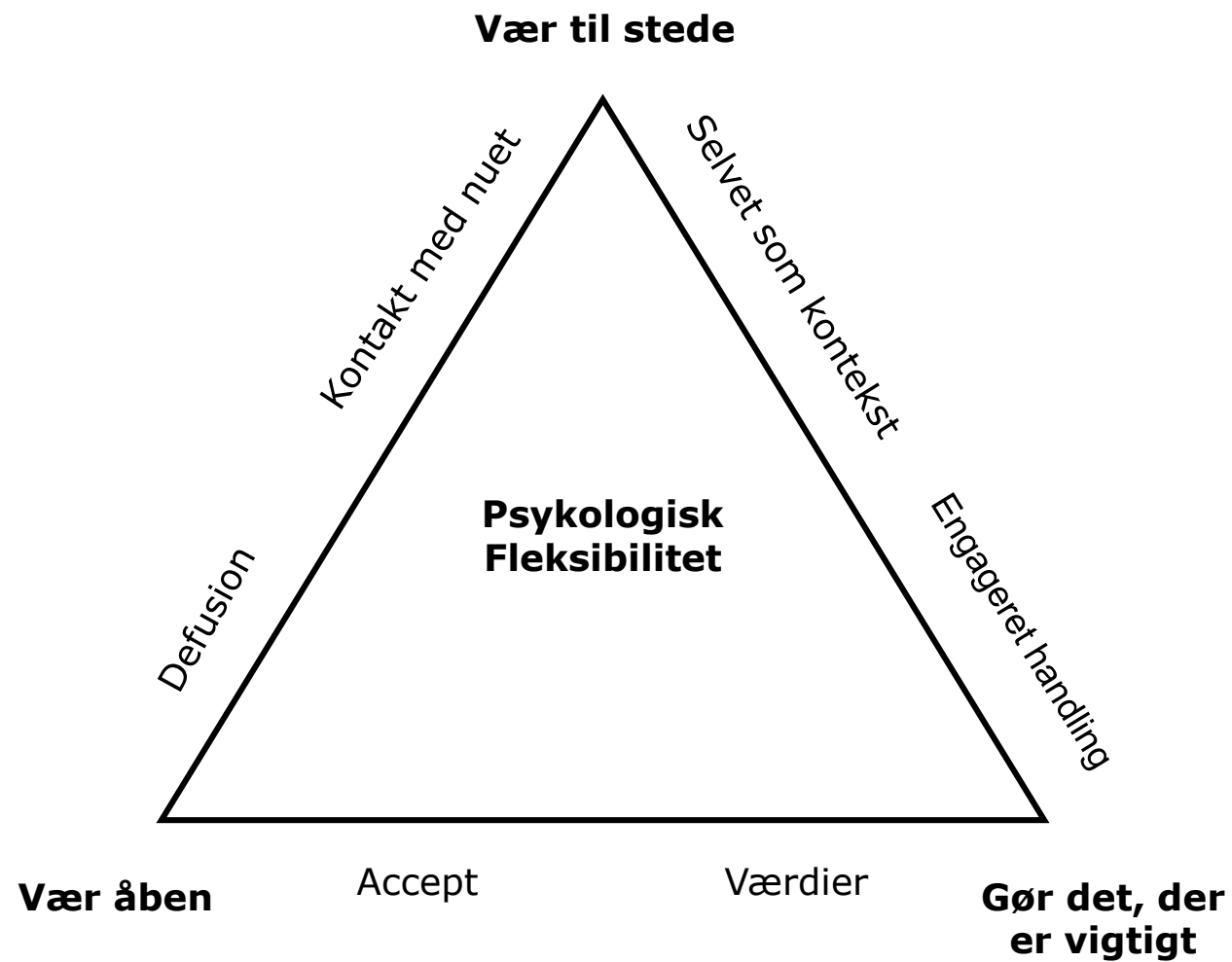
- ▶ **A = Accept** - accepter dine tanker og følelser og vær til stede.
- ▶ **C = Choose** - vælg en retning, som er i overensstemmelse med dine værdier.
- ▶ **T = Take action** - gør det, som skal til - engageret handling.
- ▶ **Psykologisk fleksibilitet** = evnen til at være til stede, åbne op og gøre det, der er vigtigt.

ACT metoder

- ▶ Fokusskift - væk fra problemet, fokus på et værdibaseret liv.
- ▶ Rummelighed/udfoldelse (accept): smerter, negative følelser og ubehag. Problemer er en del af livet men de behøves ikke at blokere for livet.
- ▶ Være omsorgsfuld for dig selv og det svære i dit liv.
- ▶ Være opmærksom på hele dit liv - det søde med det sur -nærvær/kontakt.
- ▶ Du og dit liv, er mere end dine, ofte ubehagelige/negative, tanker og følelser

ACT metoder

- ▶ Værdikompasset - værdibaseret liv og handlinger.
- ▶ Mindfulness.
- ▶ Det iagttagende selv.
Fusion - Defusion (det er dig, som har tanker og følelser, og ikke tanker og følelser, som har dig) - et andet perspektiv på dig selv og omverden.
- ▶ Bliv fortrolig med det som du er bange for eller med dit ubehag (dine fjender).
- ▶ Udholdelighed - accept.
- ▶ Engagement og forpligtelse, konstruktiv handling.



Essens af de fleste lidelser, forstyrrelser og problemer

- A. Bliver fanget i vanskelige tanker eller erindringer, kæmpe med smertefulde følelser eller fornemmelser og leve i fortiden eller i fremtiden
- B. Gøre ting, der begrænser eller forværrer livet i det lange løb

Kamp og lidelse

- A. Lære nye færdigheder for at kunne håndtere vanskelige tanker og følelser mere effektivt og leve i nuet
- B. Klargøre værdier, opstille meningsfulde mål og gøre ting, der udvider og beriger livet i det lange løb

Et indholdsrigt, tilfredsstillende og meningsfuldt liv lidelse

Essens af Acceptance & Commitment Therapy

Hvordan jobkonsulenten understøtter tilbagevenden til arbejde.

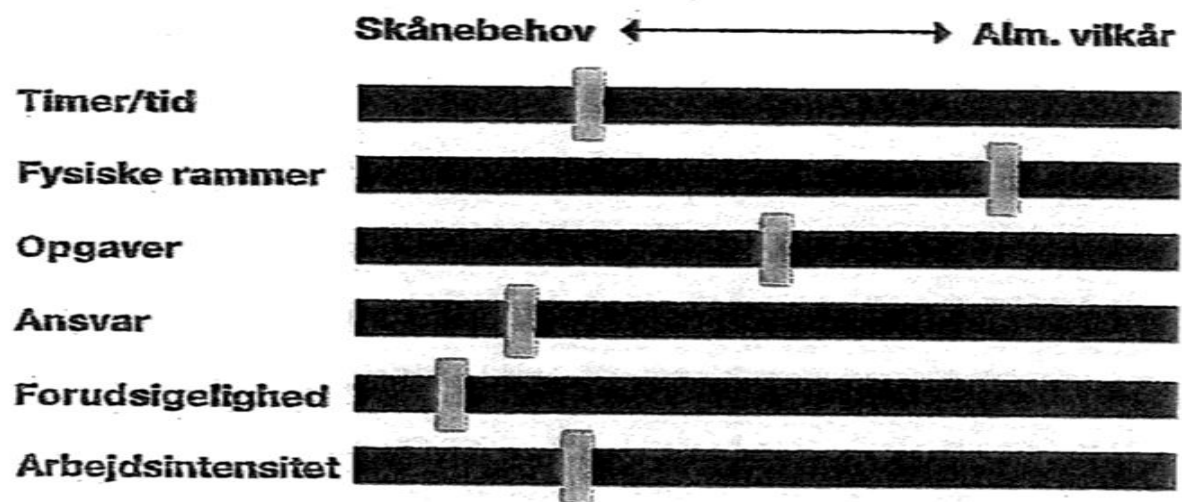
- ▶ Kræftrehabilitering.
- ▶ Genoptræning ved Sundhedscentre.
- ▶ Opmærksomhed på familien
- ▶ Fritidsliv - hvad laver borgeren, herunder motion, sociale relationer og egenomsorg.
- ▶ Har de nogen i netværket at snakke med om det - forståelse/manglende forståelse.
- ▶ Hvordan bliver borgeren mødt på arbejdspladsen af kollegaer og ledelse - *jeg er ikke den samme som før.*
- ▶ Vanskeligheder og bekymringer ift. arbejde og fremtid.

Jobkonsulenten.

- ▶ Ikke pres - samarbejder med borgeren, på dennes præmisser og i den udstrækning, det er muligt ift. lovgivning og arbejdspladsens drift.
 - *Et eksempel herpå.*
- ▶ Muligheder indenfor lovgivningen, der støtter arbejdsfastholdelse - virksomhedspraktik.
 - *Et eksempel herpå.*
- ▶ Løbende opfølgningssamtaler på arbejdspladsen.
 - *Et eksempel herpå.*
- ▶ Løbende samtaler med borgere samtidig med tilbagevenden.
 - *Et eksempel herpå.*

Mixerpult - et redskab.

Mixerpulten: På hvilke områder skal der tages hensyn, for at du kan starte i virksomhedspraktik under din sygemelding?



Kontakten med virksomheder og udfordringer

- ▶ Driften i virksomheden: varetager andre ens opgaver i virksomhedspraktikforløbet eller ved delvis sygemelding.
- ▶ Møder borgeren forståelse fra arbejdspladsens side, når det tager lang tid at komme tilbage, og at man ikke kan det samme som før eller er den samme.
- ▶ Udmelding på arbejdspladsen om tilbagevenden i hvilken grad og hvordan.
- ▶ Pres fra arbejdsplads og kollegaer om øgning af tid og tage flere arbejdsopgaver, end borgeren kan magte.
- ▶ Arbejdspladsens forventninger om at være rask og fuldt tilbage, når behandling er ovre.
- ▶ Fyring efter kort tid i behandlingsforløb.
- ▶ Godt samarbejde, forståelse.
- ▶ Nogle virksomheder har øget behov for samarbejde - andre i mindre grad idet borgeren selv tager ansvaret herfor.

Resultater 1. april 2017 - for borgere inkluderet i kræftprojektet

Antal inkluderede i alt = 112 borgere
heraf 8 mænd og 104 kvinder
91 med brystkræft

Resultater i løbet af de 12 mdr. borgerne var omfattet af projektet:

- ▶ 51 borgere var i fastholdelsespraktik ud af de 112.
- ▶ 65 opnåede at blive delvist raskmeldt ud af de 112.
- ▶ 54 blev fuldt raskmeldt til hidtidigt arbejde ud af de 112.
- ▶ 3 blev raskmeldt til ledighed ud af de 112.

Resultater fortsat.

Pr. 1. april 2017 er der 18 borgere tilbage i projektet.

Heraf er

5 er fuldt sygemeldte

9 er delvis raskmeldte

4 er i fastholdelsespraktik

- ▶ 1 borger er tilkendt fleksjob - 1 borger skal afklares til fleksjob.
- ▶ Hjælpemidler/arbejdspladsindretning.
- ▶ § 56 aftale.
- ▶ Overført ferie - anvendelse af feriedage - kun mulighed for dette efter aftale med arbejdsgiver.
- ▶ Fuld tid - er det muligt?
- ▶ Senfølger.

Forskellen på før projektet og nu

- ▶ Tidligere og tættere samtaleforløb med jobkonsulent.
- ▶ Tidligere tilknytning og tilbagevenden til arbejdspladsen.
- ▶ Flere coachende samtaler med jobkonsulent.
- ▶ Jobkonsulent får et indgående kendskab til borgeren.
- ▶ Mange borgere kommer godt tilbage på arbejdsmarkedet med holdbare løsninger.
- ▶ Jobkonsulent får mere indgående viden omkring det at være kræftpatient, behandling, rehabilitering mm.
- ▶ Borgere - stor tilfredshed med jobkonsulent.
- ▶ Standbyordning.

?

Spørgsmål fra ”salen”