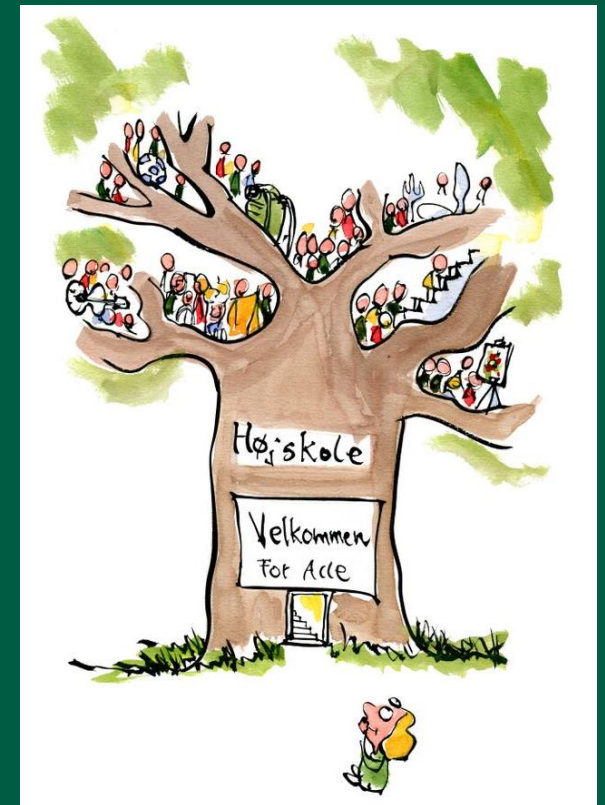


Recovery Højskolen – et tværsektorielt tilbud med effekt

”Højskoleturen har givet mig håb. Mindet mig om evner og tanker, jeg havde glemt.”
Kursist marts 2022

v. Anne Mette Billekop, Leder af PsykInfo Region Sjælland
70250260/ 40365378
ambi@regionsjaelland.dk



Hvorfor Recovery Højskolen som et tværsektorielt og forpligtende samarbejde?

- Målgruppen for recovery højskolen er den voksende gruppe af borgere, hvor psykisk sygdom er en barriere i hverdagslivet. De har brug for en indsats, der går på tværs af sektorer og understøtter deres individuelle recoveryproces
- Recovery Højskolen er grundlagt på et samarbejde på tværs af region og kommunerne: Højskolens intensive fokus på personlig recovery giver et boost til borgerne, som med kommunal opfølgning kan skabe forandringer i deres liv
- Recovery højskolen er skabt sammen med brugere som et tilbud, der rækker udover psykiatriens kerneopgave og ind i fokusområderne i rammeaftalen, ind i klyngesamarbejdet
- Et forpligtende tværkommunalt samarbejde er forudsætningen for Recovery Højskolen



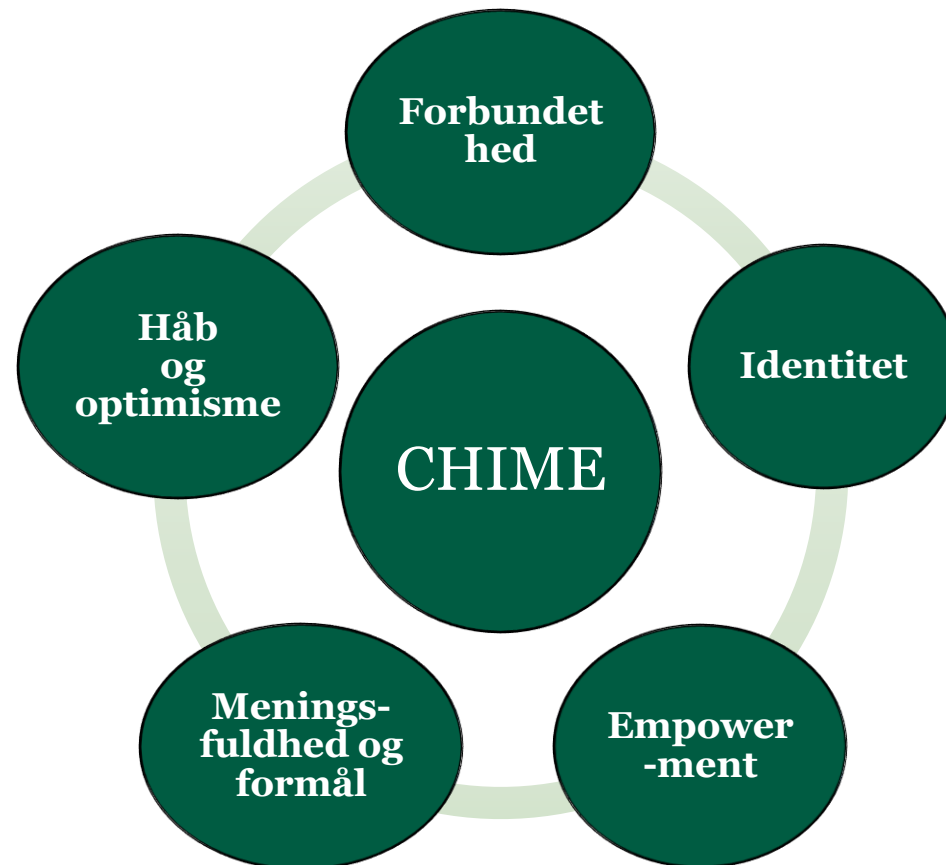
Hvad er Recovery Højskolen



Tegning: Frits Ahlefeldt

- Kombination af Recovery skole tankegang (England) og dansk højskoletradition
- 5 dages ophold - 30/45 kursister
- Et særligt tilrettelagt program
 - med fokus på personlig recovery ud fra CHIME
- Undervisere, oplægsholdere og tutorer - har egne erfaringer med at komme sig fra psykisk sygdom
- I samarbejde med Ukkerup Højskole (Kalundborg)
 - Livsstilshøjskolens rammer, struktur, fællesskab kreativitet, aktiviteter, sund kost og motion

Recovery Højskolen bygger på CHIME - forskning i personlig recovery



Leamy, M., Bird, V., Boutillier, C.L.,
Williams J. and Slade, M. (2011):
*Conceptual framework for personal
recovery in mental health: systematic
review and narrative synthesis,*
The British Journal of Psychiatry, Nr. 199,
445-452.



Hvem leverer hvilke ressourcer?

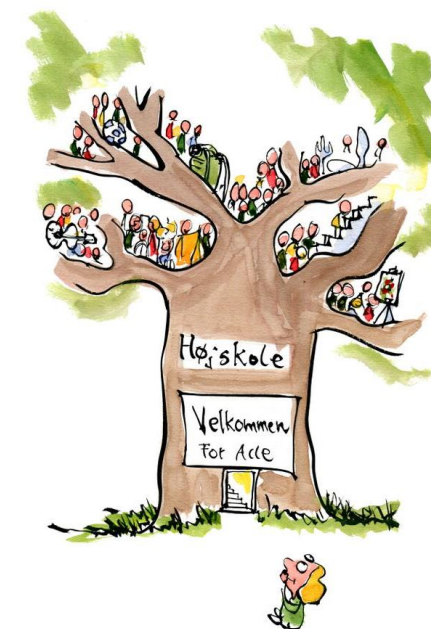


By Frits Ahlefeldt

- Grundlaget er samfinansiering og samarbejde om opfølgning
- Psykiatrien finansierer via PsykInfo to medarbejdere, der planlægger, gennemfører og evaluerer opholdene
- PsykInfo tilbyder sparring om opfølgning på ophold via temabaseret koncept for recoverygrupper
- Kommunen finansierer alene selve opholdet på højskolen - 10.900 pr. kursist
- Kommunen følger op med recoverygrupper

Erfaringerne med Recovery Højskolen

- Over 300 kursister fra 13 forskellige kommuner har deltaget siden 2014
- over 90% af kursisterne gennemfører i gennemsnit
- 95% af kursisterne er i gennemsnit tilfredse med de seneste 6 ophold
- **Borgeren vender hjem med ny energi, håb og inspiration – det gribes ved at følge op lokalt**



Effekten styrkes ved opfølgning



Erfaringerne fra Solrød og Slagelse kommuner:

Slagelse:

- fast samarbejdsaftale med CPUS om at sende 12 borgere afsted om året (6 pr. ophold)
- efter højskolen har borgerne opfølgingsforløb på Recoveryskolen STARS - peers

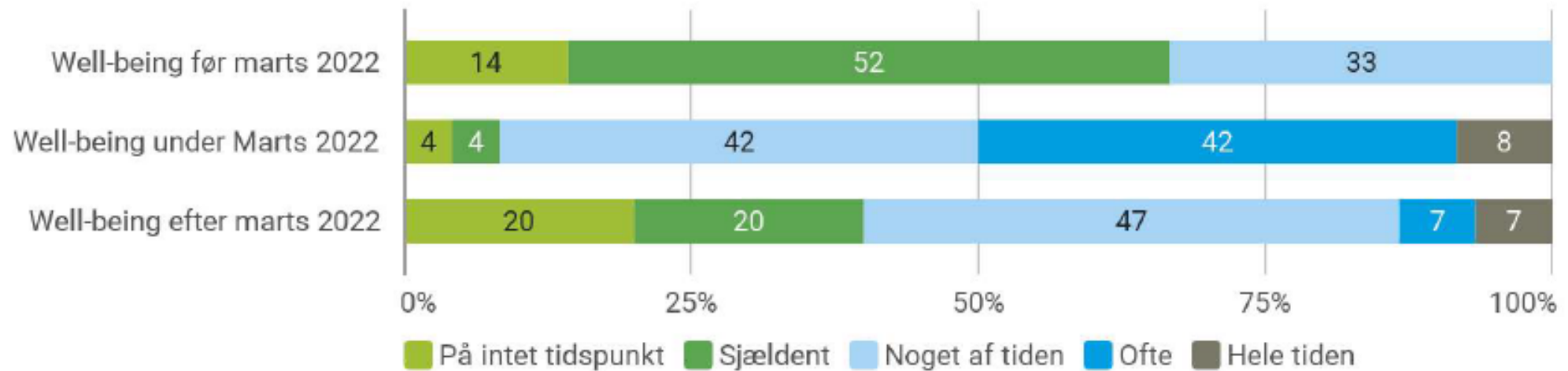
Solrød:

- sender gruppe af borgere på ca. 5 på recovery højskole, som mødes før og efter opholdet i en recoverygruppe
- To medarbejdere fra socialpsykiatri og jobenhed samarbejder om recoverygruppen
- **Effekt:** halvdelen af dem, der har deltaget i gruppen er kommet videre i beskæftigelse eller uddannelse

Wellbeing svar viser udvikling marts 2022

Udsagn - Jeg har haft energi

Krydset med: Måling

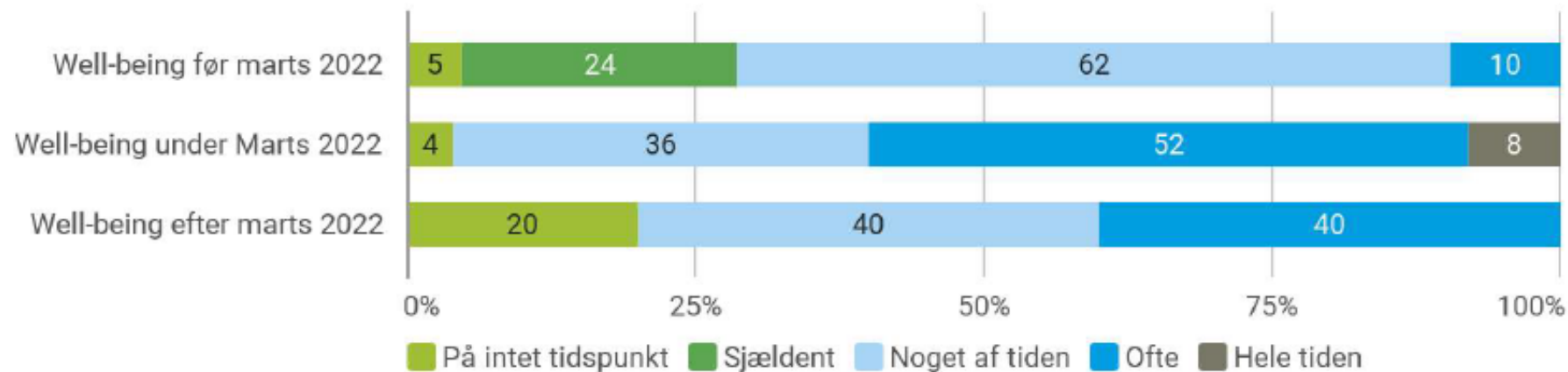


Kilde: Warwick-Edinburgh Mental Well-Being Scale (WEMWBS)



Wellbeing svar viser udvikling marts 2022

Udsagn - Jeg har håndteret problemer godt
 Krydset med: Måling



Tegning: Frits Ahlefeldt

Hvad kunne forskere se?

KØBENHAVNS UNIVERSITET

Positive effekter af opholdet nævnt af store flertal (cirka 90%)

- Begyndt at **spise måltider på faste tidspunkter** i løbet af dagen (fx begyndt at spise morgenmad eller frokost)
- Påbegyndt **praktikforløb**
- Begyndt at **gå en tur** hver dag
- Begyndt at **cykle**, når de skal nogen steder hen
- Begyndt at kunne **handle ind** i supermarkedet
- Fået **selvtillid til at kunne gå i dialog** med kommunen
- Fundet en **ro i sig selv**, oplevelser af at føle sig afbalanceret eller have fornyet energi
- Fået en **ny tæt venskabsrelation** fra højskolen

Undersøgellesdesign:

- Interviews med 30 kursister, 7 fulgt før, under og efter ved opholdet i august 2020
- Udført af lektor og studerende på sociologi, Københavns Universitet

Recovery Højskolen og rammeaftalen

- 1. Styrket mellemkommunalt samarbejde**
 - tilbud flere kommuner har erfaret kan bringe borgere videre i deres liv
- 2. En sammenhængende psykiatriindsats**
 - Forpligtende samarbejde giver mulighed for at kickstarte recoveryproces for op til 90 borgere om året
- 3. Styrket samarbejde med borgerne og pårørende**
 - udviklet og gennemføres sammen med borgere med egenerfaring med psykisk sygdom
 - tidligere kursister deltager i recoverygrupper
- 4. Praksisnær metodeudvikling og videndeling om effekt**
 - forskere betegner Recovery højskolen som lovende praksis

Det forpligtende samarbejde

Hvad kan rammeaftalesekretariatets chef- og direktørkreds gøre for at sikre en fælles og holdbar aftale/driftsform for recovery højskolen?

- Særligt ift. henvisninger til opholdene, samarbejdsaftaler/økonomi, opfølgning efter ophold
- Hvis blot 5 kommuner hver sender 6 borgere til hvert af de to årlige højskoleophold fungerer driften stabilt

