

Erfaringsmedarbeidere trenger et læringsfelleskap

Helse- og rustjenestene bør arrangere jevnlig gruppesamtaler for erfaringskonsulentene. Det vil trygge dem i rollen som hjelpere.

Randi Kydland

Ergoterapeut
NAV Rogaland

Eva Biringer

Seniorforskar
Seksjon for forskning og innovasjon, Helse Fonna HF

Erfaringsmedarbeidere

Kompetanseutvikling

Recovery

Erfaringskunnskap

Sykepleien 2023;111(92531):e-92531

DOI: [10.4220/Sykepleiens.2023.92531](https://doi.org/10.4220/Sykepleiens.2023.92531)

Hovedbudskap

Vi har intervjuet erfaringsmedarbeidere om deres erfaringer fra kurset «Nye horisonter». Målsettingen med kurset var å imøtekomme behovet erfaringsmedarbeidere har for opplæring og erfaringsutveksling. Vi fant at å komme sammen og drøfte er avgjørende for at erfaringsmedarbeiderne skal beholde identiteten sin, lære av hvordan andre løser ulike oppgaver og utfordringer – og luften egne erfaringer i samtale med andre i samme rolle.

Erfaringsmedarbeidere er en voksende gruppe innenfor psykisk helsearbeid og har en sentral rolle i recoveryorienterte tilnærminger (1, 2). I denne sammenhengen bruker vi begrepet erfaringsmedarbeider som en samlebetegnelse på personer som bruker sin erfaring med egne utfordringer innen psykisk helse eller rus som kilde til kunnskap i sitt arbeid for å hjelpe andre med liknende utfordringer. Denne formen for kunnskap kalles gjerne erfaringskunnskap eller erfaringsbasert kunnskap (3).

Helse Stavanger, Helse Fonna og kommunene rundt utviklet i 2015 kurset «Nye horisonter» for å imøtekomme et behov for opplæring og erfaringsutveksling (4). Kurset var en del av et større prosjekt – «Veiviserprosjektet», som hadde som mål å utvikle en mer recoveryorientert helsetjeneste for personer som sliter med rus og psykiske vansker (5).

Hva vil det si å være en erfaringsmedarbeider?

Vi har tidligere funnet at «Nye horisonter»-kurset traff et opplæringsbehov. Tilbakemeldingene via spørreskjema fra deltakerne på kurset var positive (6). Med studien som presenteres her, ønsket vi å utforske hvordan deltakerne på «Nye horisonter»-kurset opplevde kurset som arena for læring, og hvilke erfaringer de hadde med å bruke det de eventuelt lærte på kurset, i sin arbeidshverdag som erfaringsmedarbeidere. Vi gjennomførte dybdeintervjuer med seks tidligere kursdeltakere for å finne ut av dette (7).

Formålet med kurset «Nye horisonter» var å gi deltakerne trygghet i rollen som hjelper og innsikt i hvordan de kan bidra til andres prosess på veien til et godt liv. Kurset ble utarbeidet av en arbeidsgruppe der majoriteten av deltakerne i arbeidsgruppen hadde erfaringsbakgrunn. Kurset inneholdt i alt 21 kurstemaer fordelt på to kursbolker på henholdsvis tre og fire dager. På evalueringstidspunktet var kursbolk 1 gjennomført fem ganger og kursbolk 2 tre ganger.

Kurset tok for seg hva det innebærer å være en erfaringsmedarbeider. Det belyste temaer som «hva er, og hva gjør, en erfaringsmedarbeider?», «hva handler recovery om? – å ta styringen på egen skute», «recovery samtale», «hvordan møte alvorlige traumer», «tro på egne krefter», «å være en del av samfunnet rundt seg», «å være kollega i et team», «å dele min historie slik at den skaper håp», «hvordan bruke meg selv som erfaringsmedarbeider?» samt «menneskerettigheter, selvvråderett og autonomi». Deltakerne ble aktivt involvert i kurset med utstrakt bruk av ulike oppgaver i grupper og plenum.

I intervjuene vi gjennomførte som ledd i kursevalueringen, fortalte kursdeltakerne om gode opplevelser i møte med brukerne sine, godt samarbeid med kollegene sine og trivsel på jobb.

De fortalte også om ulike utfordringer de hadde møtt på i nåværende eller tidligere arbeidsforhold, som for eksempel faglige uenigheter på arbeidsplassen, uklare arbeidskontrakter, det å ikke bli invitert til viktige møter – og det de tolket som arroganse overfor brukerne fra enkelte i hjelpeapparatet. I tillegg kom utfordringer knyttet til det å tre inn i en nyopprettet stilling som erfaringsmedarbeider, en rolle som var uvant også for deres ledere og kolleger.

«Nye horisonter»-kurset ga overførbar kunnskap

På kurset fikk deltakerne møte andre som sto i liknende utfordringer som dem selv. De hadde utbytte av å aktivt få diskutere ulike temaer, eksempler og caser med andre som også hadde erfaringsbakgrunn. Eksempelene og casene i kurset var relevante for deltakernes arbeidshverdag, og flere overførte erfaringene fra gruppediskusjonene til jobben sin i ettertid. De erfarte at de etter kurset var bedre forberedt til å håndtere krevende situasjoner som kunne oppstå etter kurset.

Det var mange aha-opplevelser.

Deltaker på «Nye horisonter»-kurset

En kursdeltaker sa: «Det var mange aha-opplevelser: Å, ja, sånn gjør du'. Det ga mening for meg».

En annen sa: «Du vet, du kan gå på kurs, og så skal du ha lært en masse ting [...]. Men da jeg sto i jobben min, så forsto jeg hva jeg hadde vært med på, hva jeg hadde lært og hva jeg hadde skjont i det kurset».

Kursdeltakerne la stor vekt på likeverdige relasjoner og det å være et medmenneske i møte med brukere som skulle finne sin egen vei i livet. En av kursdeltakerne sa det slik:

«Det er det viktigste når du skal gå inn og hjelpe, at du skal være der for noen. Det er på en måte å gå veien sammen med dem, å gå ved siden av. Ikke være ekspert på hva de skal gjøre, men det er de som skal finne sin vei. Alle har sin vei å gå».

Ifølge erfaringsmedarbeiderne vi intervjuet, bidro kurset bidratt til at de har fått en klarere forståelse av hva som er særegent med det å ha erfaringsbakgrunn – likedan hvordan erfaringskompetanse kan bidra til å tilføre helsetjenestene noe eget. De var opptatt av at det var brukeren som skulle styre sin utvikling, sette egne mål og finne sin egen vei.

Grensesetting var en aktuell problemstilling

Erfaringsmedarbeiderens rolle var ifølge deltakerne «å gå ved siden av», være støttende og gi håp om at endring er mulig. Funnene gjenspeiler viktige elementer i recovery, som gjensidige relasjoner (8), støtte fra andre, håp og mening (9, 10). Dette er selve kjernen i brukerinvolvering, og det sto også sentralt i kurset.

En aktuell problemstilling som deltakerne kunne kjenne seg igjen i, var å sette grensen mellom det å være erfaringsmedarbeider og det å være venn, det å finne sin rolle på arbeidsplassen og spørsmålet om «hva» og «når» det er hensiktsmessig å dele fra egne erfaringer i møte med brukere. Også tidligere studier har vist at det å finne frem til naturlige grenser for sin yrkesutøvelse og samtidig ivareta gjensidigheten i relasjonen er utfordrende (8, 11).

Kursdeltakerne opplevde kurstemaer som handlet om å dele av egne erfaringer i møte med bruker, som relevante og bevisstgjørende for måten de selv håndterte å dele fra egne erfaringer i møte med brukere, kolleger, venner og bekjente.

Man skal ikke bare komme hoppende inn og invadere dem med hvordan jeg selv har hatt det i livet.

Deltaker på «Nye horisonter»-kurset

På kurset diskuterte de i hvilke situasjoner det kan være relevant og riktig å dele fra egen erfaringsbakgrunn, hvordan man kan gjøre det, hva som er viktig for den enkelte bruker at man deler, og hva det er viktig at en ikke deler, hva som er riktig for en selv å dele, og hvilke konsekvenser det å dele ulike typer erfaringer kan få både for bruker og erfaringsmedarbeider. Disse diskusjonene hjalp informantene til en bedre rolleforståelse. Én informant hadde følgende kommentar:

«Jeg kjenner meg så igjen. Mange av de jeg møter [...] jeg møter meg selv så i døra, og da er det naturlig å be om lov til å dele noe fra min egen historie og opplevelser som likner. Og det er jo sånn at man skal ikke bare komme hoppende inn og invadere dem med hvordan jeg selv har hatt det i livet [...]. Man må rett og slett tenke at det må bli rett og be om tillatelse for at man skal komme med sin egen, ja dele av sin egen historie, da. [...] og vi må være sikre på at vi deler ut ifra egen historie og opplevelser, [men] ikke så heftig at det re-utløser noe hos den bruker eller pasient man skal hjelpe».

Erfaringsmedarbeiderne kjente på uklare forventninger

Som vist i tidligere studier opplevde erfaringsmedarbeiderne også at det var uklare forventninger til dem fra ledere og kolleger. De var usikre på hvordan de skulle utføre jobben, og de hadde utilstrekkelig støtte på arbeidsplassen (8, 12–16).

Vi visste ikke helt hva vi skulle bruke oss selv til.

Deltaker på «Nye horisonter»-kurset

En av deltakerne belyste situasjonen slik:

«Da vi ble ansatt, så følte vi gjerne at de visste ikke helt hva de skulle bruke oss til, og vi visste ikke helt hva vi skulle bruke oss selv til. Men ved å gå kurset så hørte vi mye om hvordan det fungerte i NN [annen kommune]. De har gjerne kommet litt lengre og testet ut mer enn vi har».

Erfaringsmedarbeidere har ulik erfaringsbakgrunn og møter gjerne mennesker med andre utfordringer enn de selv har erfart. Det er derfor viktig at de får lære om ulike tilstander, som psykose og traume, og hvordan de kan ivareta seg selv og den andre i ulike situasjoner. En kursdeltaker med ruserfaring fortalte dette om sitt utgangspunkt:

«Psykiatri var bare noe jeg hadde hørt om eller lest i avisoverskrifter, sant. Så det visste jeg ingenting om, det her med alle disse maniene og alle de her schizofreniene og tvang, ja alt de greiene der. Det var jo bare ord og uttrykk, og jeg hadde jo ikke peiling [...]. Så jeg fikk jo satt meg inn i de greiene der og [...] hvordan vi i all verden skal forholde oss til slike mennesker når vi kommer og skal jobbe som likemann eller erfaringskonsulent [...]. Jeg lærte mye om menneskelighet [...]. Vi må forstå at uansett hva slags diagnose de [brukerne] har, uansett hvor syke de er, uansett hva de ditt eller datt eller sånn, så koker det ned til at det er jo bare mennesker».

«Nye horisonter»-kurset bygget fellesskap

En viktig funksjon kurset hadde, var å opprettholde og bygge videre på identiteten som erfaringsmedarbeider. Slik kunne deltakerne vedlikeholde og befestet det særskilte med erfaringskunnskap. En av deltakerne med lang erfaring som erfaringsmedarbeider fortalte følgende fra sin arbeidshverdag:

«Det er veldig lett å bli revet med [av hva de faglærte kollegene gjør], så gjør jeg de tingene som alle andre også gjør. Sånn at selve den brukergreia blir satt til siden».

Han understreket hvor viktig det er å beholde fellesskapet med andre som har erfaringsbakgrunn, og at «Nye horisonter»-kurset var en arena som la til rette for et slikt fellesskap. Kursdeltakeren påpekte at det nettopp er erfaringsbakgrunnen og identiteten fra denne bakgrunnen han og andre erfaringsmedarbeidere bruker i arbeidet sitt, og som tilfører tjenestene «noe annet» enn tradisjonell fagkunnskap.

«Nye horisonter»-kurset er i stor grad utviklet og gjennomført av personer med erfaringsbakgrunn. Det er grunnleggende for at gruppen selv skal ha makten til å definere hva som ligger i rollen som erfaringsmedarbeider.

Kurset satte i gang viktige tankeprosesser hos flere

MacLellan og medarbeidere (8) fant at erfaringsmedarbeidere utvikler evnen til å bruke erfaringene sine i møte med andre erfaringsmedarbeidere og brukere. I disse møtene skjer det en gradvis utvikling av mening og forståelse knyttet til tidligere erfaringer, som medvirker til å forme en identitet som erfaringsmedarbeider og en evne til å bruke erfaringene til å hjelpe andre. Det er i slike prosesser erfaring kan bli til erfaringskunnskap (3).

For noen var det slik at de først senere opplevde ny innsikt som følge av kurset.

Bearbeidingen av erfaringer skjer ved å reflektere over relasjoner, valg og handlemåter på egen hånd og i samtale med andre (3). At kursdeltakerne opplevde kurset som god støtte i deres virke som erfaringskonsulenter og erfaringsmedarbeidere i praksisfeltet, kom tydelig frem i intervjuene vi gjorde. For mange hadde kurset satt i gang viktige tankeprosesser som påvirket deres handlinger og samspill med andre. For noen var det slik at de først senere opplevde ny innsikt som følge av kurset, slik denne kursdeltakeren fortalte:

«Jeg står i en litt sånn langvarig prosess med en bruker akkurat nå. Han har hatt rusproblematikk, vært fin ganske lenge, og så datt han utpå igjen [...]. Mange av dem som vi har truffet på kurs som har vært rusavhengige, forteller ofte at det viktigste er at du sier at det er helt greit at du er der du er per i dag, men når du er klar, så er jeg her for deg».

Det er behov for flere kurs og mer erfaringsutveksling

Deltakernes erfaringer med å delta på «Nye horisonter»-kurset indikerer at det er behov for egne kurs for erfaringsmedarbeidere. Kursene bør legge til rette for erfaringsutveksling om temaer som gir mulighet til å reflektere over hva som ligger i rollen som erfaringsmedarbeider, i tillegg til ulike helsetilstander, utfordringer og dilemmaer som en erfaringsmedarbeider kan møte i sin hverdag.

Også tjenestene bør utfordres når det gjelder fagfolks holdninger og forståelse for rollen som erfaringsmedarbeider eller erfaringskonsulent i tjenestene. Helse- og rustjenestene bør legge til rette for regelmessig erfaringsutveksling for erfaringsmedarbeidere.

Det vil imøtekomme erfaringsmedarbeidernes behov for å utvikle egen erfaringskunnskap, beholde sin egenart og gi dem støtte til å håndtere utfordringene de møter i sin arbeidshverdag.

Forfatterne oppgir ingen interessekonflikter.



SENTRALE: Erfaringskonsulenter bruker erfaringene de har skaffet seg som pasienter, brukere eller pårørende. Det er en... **LES MER** ▾

1. Le Boutillier C, Leamy CM, Bird VJ, Davidson L, Williams J, Slade M. What does recovery mean in practice? A qualitative analysis of international recovery-oriented practice guidance. *Psychiatric Services*. 2011;62(12):1470–76. DOI: [10.1176/appi.ps.001312011](https://doi.org/10.1176/appi.ps.001312011)
2. Lauveng A, Skuterud A. Erfaringer med erfaringsmedarbeidere. Hvordan opplever pasientene erfaringsmedarbeiderne i klinisk praksis? Skien: Nasjonalt senter for erfaringskompetanse innen psykisk helse; 2023. Tilgjengelig fra: <https://erfaringskompetanse.no/nettbutikken/rapport-erfaringer-med-erfaringsmedarbeidere/> (nedlastet 12.06.2023).
3. Klevan T, Lunde ST, Borg M, Karlsson B. «Det er litt som et eget språk». Erfaringsmedarbeideres forståelser og bruk av erfaringsbasert kunnskap i samarbeid med brukere i psykisk helse- og rustjenester. Skien: Nasjonalt senter for erfaringskompetanse innen psykisk helse; 2018. Tilgjengelig fra: <https://erfaringskompetanse.no/nettbutikken/det-er-litt-som-et-eget-sprak/> (nedlastet 22.06.2023).
4. Biringer E, Cabot MA, Hansen VN, Nerheim IK. Pedagogisk basis for recoverybaserte kurstilbud. Oslo: Fontene; 2023. Tilgjengelig fra: <https://fontene.no/fagartikler/pedagogisk-basis-for-recoverybaserte-kurstilbud-6.47.942668.f8788e1899> (nedlastet 12.06.2023).
5. Helse Stavanger. Veiviserprosjektet. Helse Stavanger: Stavanger universitetssjukehus; 2017. Tilgjengelig fra: <https://helse-stavanger.no/seksjon/Samhandling/Documents/Fagr%C3%A5d/Delavtale%20a/Veiviserprosjektet%20status%20juni%202017%20ac> (nedlastet 22.06.2023).
6. Biringer E, Svella A, Kydland R, Nerheim IK. «Vi løfter hverandre opp og fram!» Erfaringer fra «Nye horisonter»-kurset for erfaringsmedarbeidere/likemenn. *Tidsskrift for psykisk helsearbeid*, 2019;16(4):223–36. DOI: [10.18261/issn.1504-3010-2019-04-05](https://doi.org/10.18261/issn.1504-3010-2019-04-05)
7. Kydland R, Biringer E. Erfaringsmedarbeideres erfaring med opplæring. *Tidsskrift for psykisk helsearbeid*. 2022;19(4):305–15. DOI: [10.18261/tph.19.4.10](https://doi.org/10.18261/tph.19.4.10)
8. MacLellan J, Surey J, Abubakar I, Stagg HR. Peer support workers in health: a qualitative metasynthesis of their experiences. *PLOS ONE*. 2015;10(10)e0141122. DOI: [10.1371/journal.pone.0141122](https://doi.org/10.1371/journal.pone.0141122)
9. Leamy M, Bird VJ, Le Boutillier C, Williams J, Slade M. Conceptual framework for personal recovery in mental health: systematic review and narrative synthesis. *British Journal of Psychiatry*. 2011;199(6):445–52. DOI: [10.1192/bjp.bp.110.083733](https://doi.org/10.1192/bjp.bp.110.083733)
10. Repper J, Carter T. A review of the literature in peer support in mental health services. *Journal of Mental Health*. 2011;20(4)392–411. DOI: [10.3109/09638237.2011.583947](https://doi.org/10.3109/09638237.2011.583947)
11. Gillard SG, Edwards C, Gibson S, Owen K, Wright C. Introducing peer worker roles into UK mental health service teams: a qualitative analysis of the organisational benefits and challenges. *BMC Health Services Research*. 2013;13(1):188. DOI: [10.1186/1472-6963-13-188](https://doi.org/10.1186/1472-6963-13-188)

12. Borg M, Karlsson B, Kim HS. User involvement in community mental health services – principles and practices. *Journal of Psychiatric and Mental Health Nursing*. 2009;16(3):285–92. DOI: [10.1111/j.1365-2850.2008.01370.x](https://doi.org/10.1111/j.1365-2850.2008.01370.x)
13. Byrne L, Roennfeldt H, O'Shea P, Macdonald F. Taking a gamble for high rewards? Management Perspectives on the value of mental health peer workers. *IJERPH*. 2018;15(4):746. DOI: [10.3390/ijerph15040746](https://doi.org/10.3390/ijerph15040746)
14. Høiseth JR, Bjørgen D, Johansen KJ, Kvisle IM. Brukermedvirkning og brukerinvolvering. Evaluering av KS' læringsnettverk for gode pasientforløp for personer med psykiske problemer og/eller rusproblemer. Trondheim: KBT Midt-Norge; 2015. Tilgjengelig fra: <https://omsorgsforskning.brage.unit.no/omsorgsforskning-xmlui/handle/11250/2444808> (nedlastet 13.06.2023).
15. Slade M. Personal recovery and mental illness: a guide for mental health professionals. Cambridge: Cambridge University Press. 2009;1. DOI: [10.1017/CBO9780511581649](https://doi.org/10.1017/CBO9780511581649)
16. Sundfør K. Fra bruker til erfaringskonsulent. *Tidsskrift for psykisk helsearbeid*. 2012;9(4):366–69. DOI: [10.18261/ISSN1504-3010-2012-04-11](https://doi.org/10.18261/ISSN1504-3010-2012-04-11)