



SINTEF

Arbeidsrettet rehabilitering for unge voksne – foreløpige resultater fra en kvalitativ studie

Mari Gunnes, Kristin Thaulow, Silje L. Kaspersen,
Solveig O. Ose - SINTEF Digital, avd. Helse

REHAB-konferansen, 23.01.2024, Trondheim



SINTEF

”

Man kan jobbe med andre ting eller dypere ting enn det man først ser... Jeg har fått prøvd ut veldig mye forskjellig for å finne ut hva som virker.

— Kvinne, 27 år



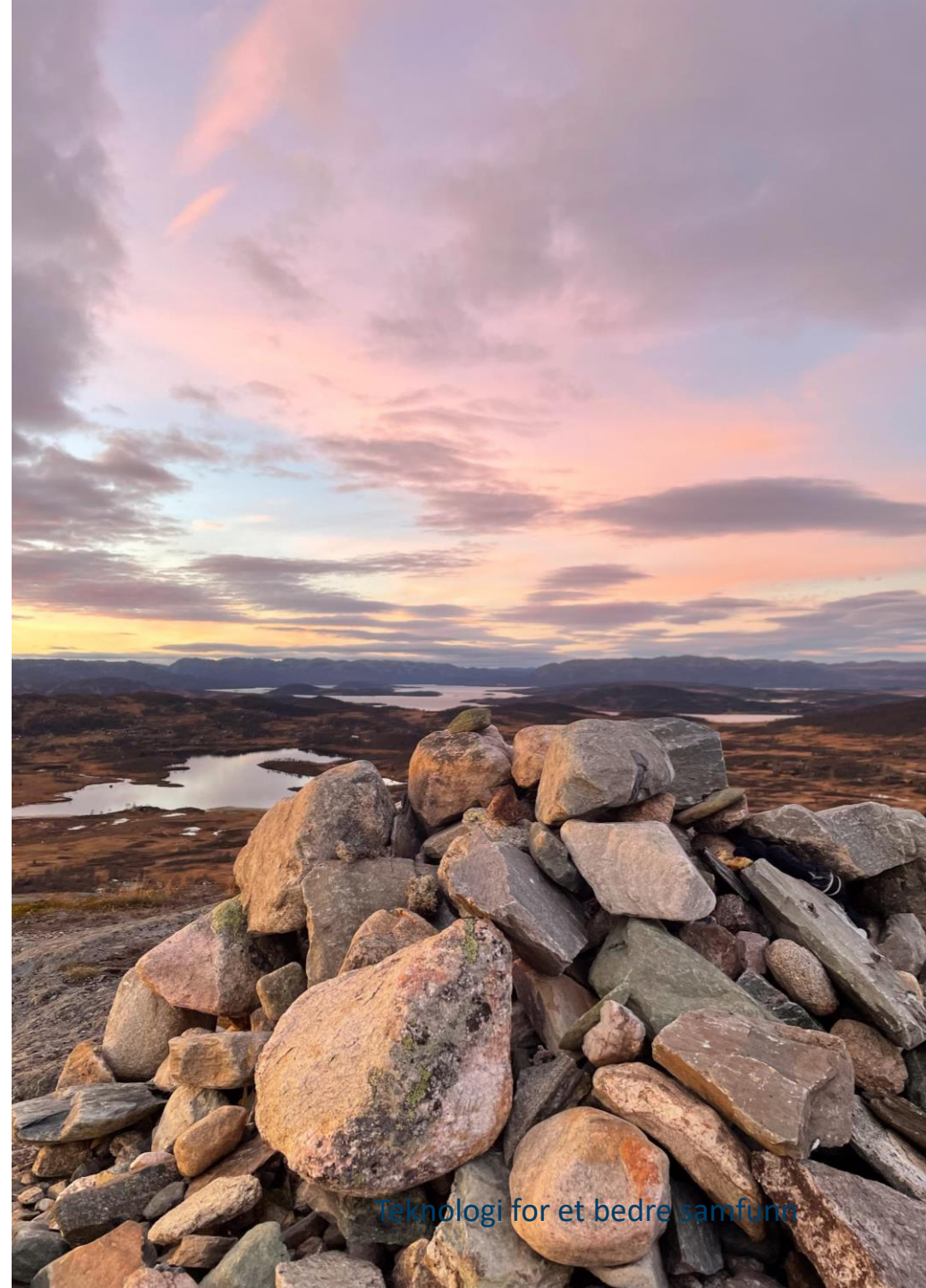


SINTEF

Arbeidsrettet rehabilitering (ARR)

"Tidsavgrensede, planlagte prosesser med klare mål og virkemidler og **deltakelse i arbeidslivet** som definert hovedmål, hvor flere aktører samarbeider om å gi nødvendig bistand til deltakerens egen innsats for å oppnå best mulig funksjons- og mestringsevne, selvstendighet og deltakelse i arbeidslivet"

(Nasjonal kompetansetjeneste for arbeidsrettet rehabilitering, 2020)



Døgnbasert arbeidsrettet rehabilitering

- Forskning viser at døgnbasert ARR har effekt for voksne sykemeldte.
- Forslag til døgnbasert ARR for unge voksne (2014)
- Utprøving av døgnbasert ARR for unge voksne [målgruppe: 18 til 30 år]

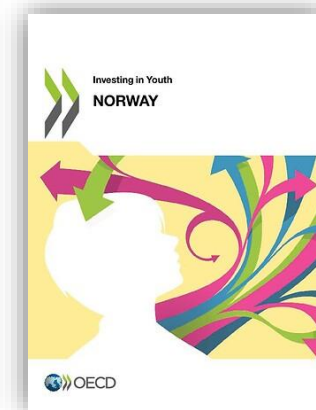
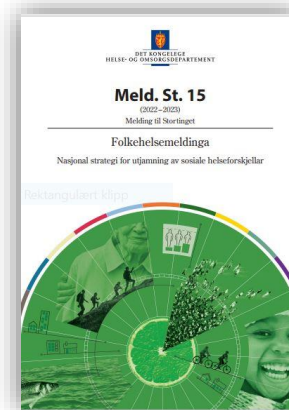
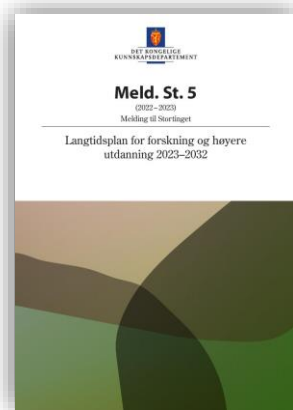
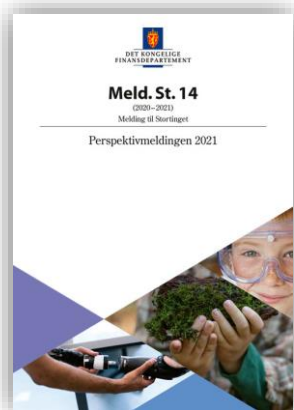
(Gismervik et al., 2020; Aasdahl et al., 2021; Ose, Mandag og Mordal, 2014)





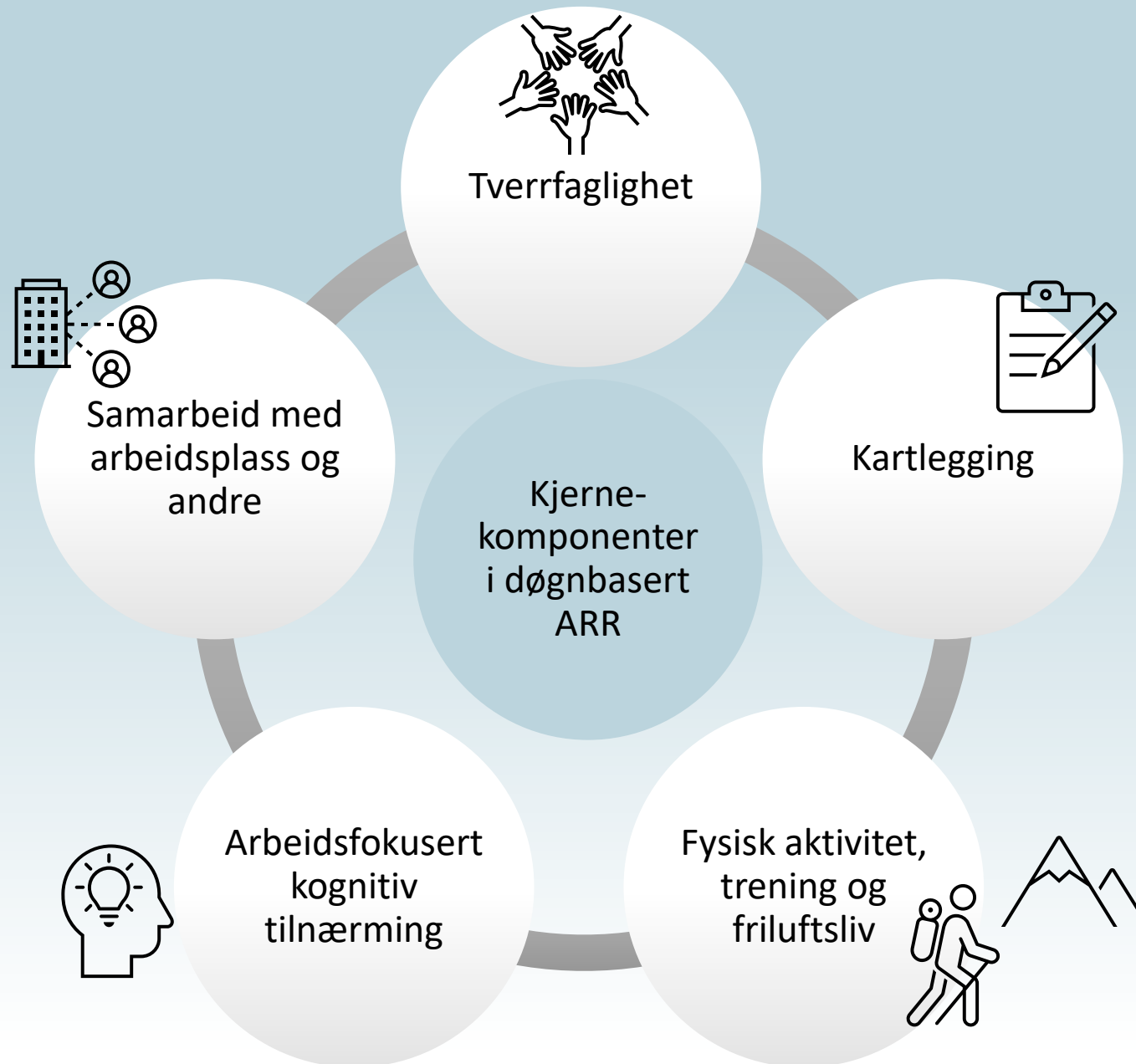
SINTEF

Politiske føringer





SINTEF

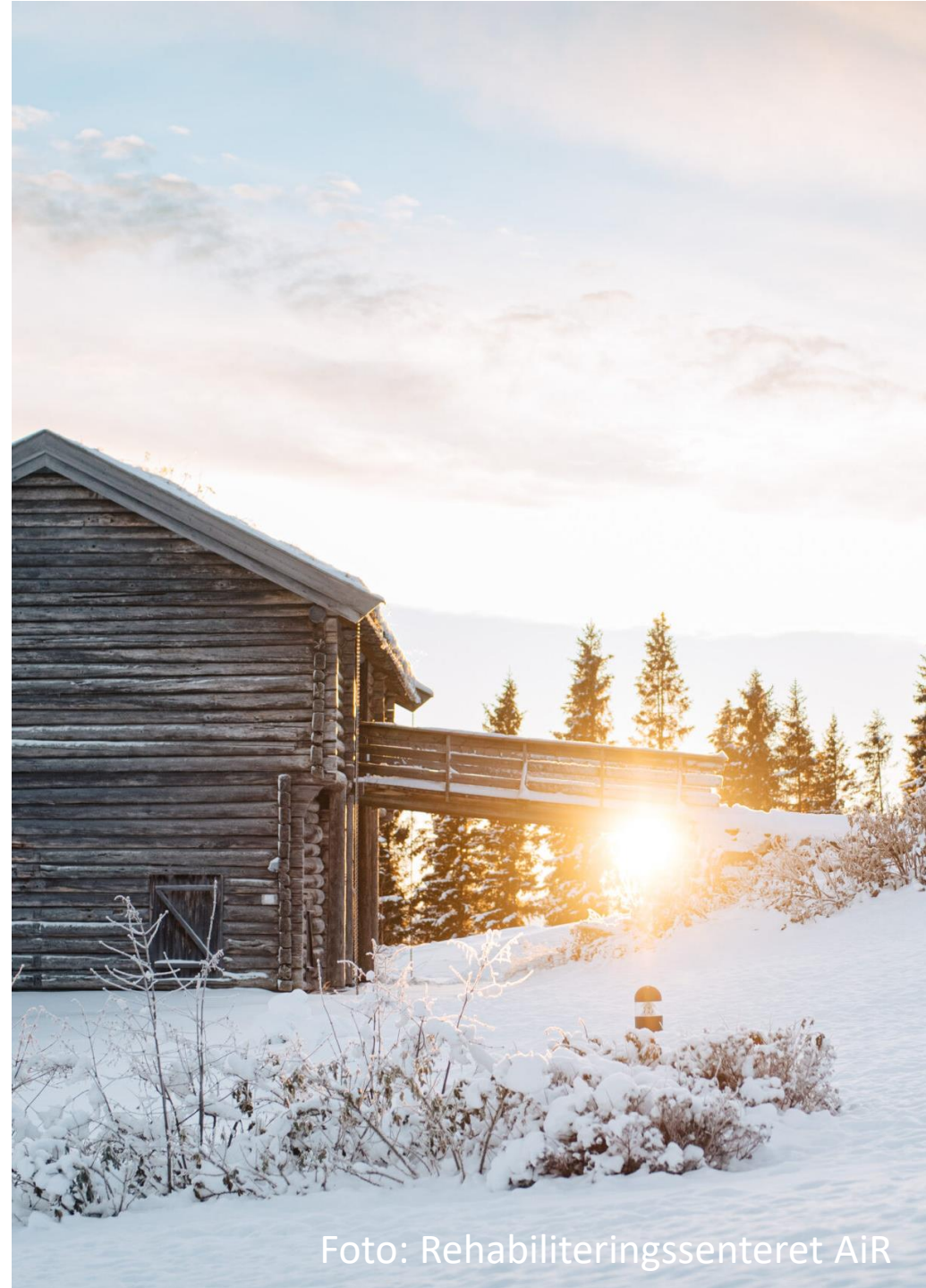




SINTEF

Målgruppe

- Personer i yrkesaktiv alder som pga. sykdom eller funksjonsnedsettelse ikke har kommet inn i, er i ferd med å falle ut av, eller har falt ut av arbeidslivet, og som har en realistisk mulighet for å komme helt eller delvis tilbake i arbeid.





SINTEF

AiR UNG

- Biopsykososial tilnærming
- Tverrfaglig team
- Gruppebasert tilbud, med individuell tilpasning
- Døgnbasert opphold i fire uker





SINTEF

Mål med prosjektet

Fremskaffe ny innsikt om hvordan unge voksne og det tverrfaglige teamet erfarer et døgnbasert ARR-tilbud tilpasset unge, og undersøke hvilke komponenter av tilbudet som oppleves mest nyttig, motiverende eller meningsfylt.



SINTEF

Metode og materiale

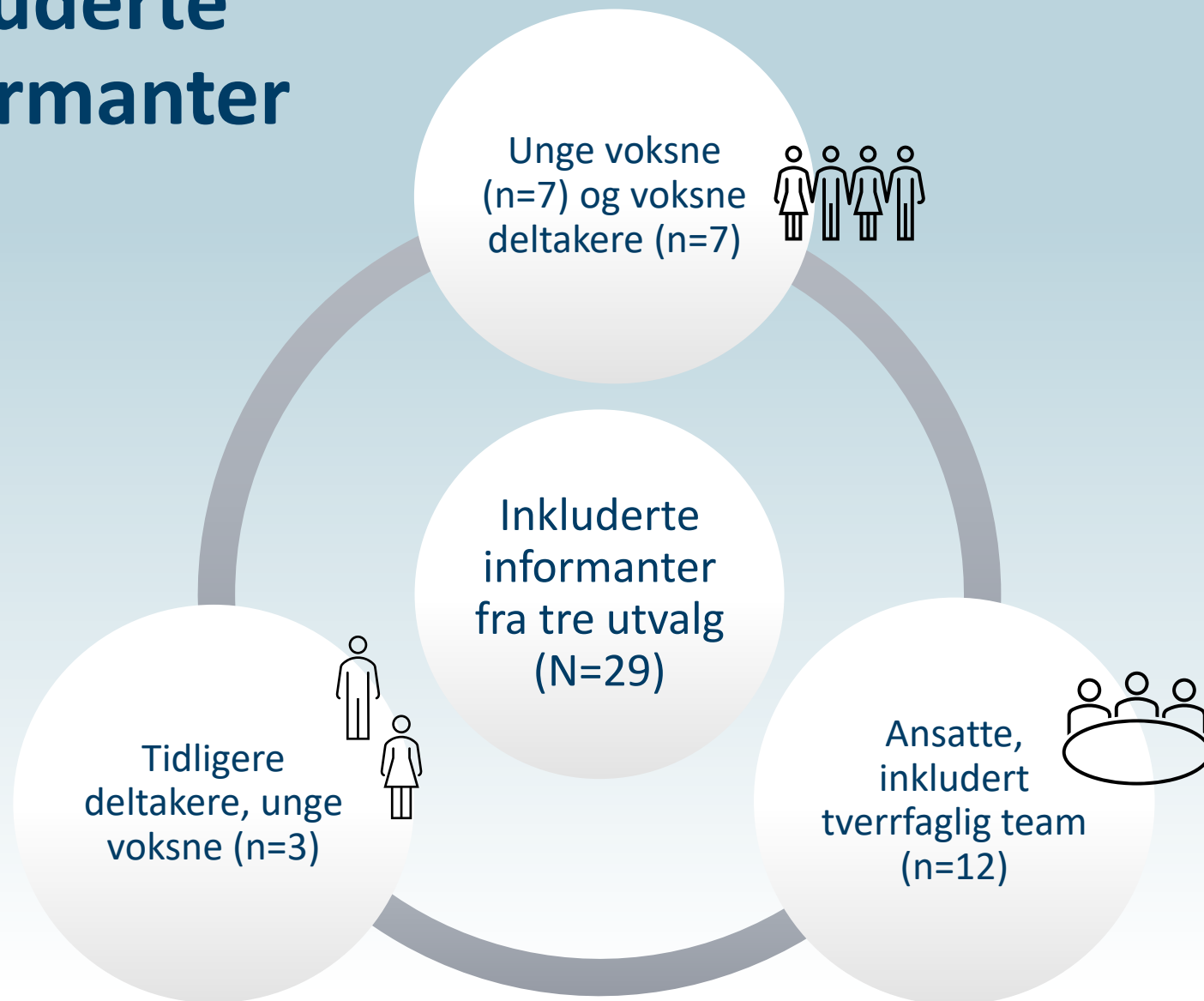
Kvalitativ tilnærming





SINTEF

Inkluderte informanter





SINTEF



Feltarbeid, del 1

Deltagende observasjon med fysisk tilstedeværelse ved Rehabiliteringscenteret AiR

Individuelle- og smågruppeintervju



Feltarbeid, del 2

Deltagende observasjon med fysisk tilstedeværelse ved Rehabiliteringscenteret AiR

Individuelle- og smågruppeintervju

Digitale observasjoner



Digitalt fokusgruppeintervju med tverrfaglig team

Digitale fokusgruppeintervju med deltakere

Digitale fokusgruppeintervju med deltakere

Forberedelse AiR UNG

Oppstart AiR UNG, Dag 1, 2, 3.

Dag 9

Dag 10

Dag 13

Midtreis-evaluering AiR UNG, Dag 16

Dag 17

Dag 21

Avslutning AiR UNG, Dag 26, 27, 28.

Dag 29

Tiden etter AiR UNG, Dag 57



SINTEF

Foreløpige resultater





SINTEF

Med arbeid som mål

”

*Men her på AiR skal vi hjelpe dere med å finne tilbake til styrke og arbeidsevne... og det er viktig fordi... at det er jo med arbeid som mål, for dere alle sammen, at dere skal komme tilbake til arbeid, eller **inn** i arbeid for de som ikke er i arbeid i dag. Så sammen så skal vi hjelpe dere med å finne ut **hva som skal til for å bedre arbeidsevnen**, og da må vi se mennesket som en helhet. Kropp og sjel og det fysiske henger nøye sammen, og det henger også mye sammen med det livet vi lever ellers.*



● **Arbeidskonsulent, fagteam**



”

Det skal være okay for meg å si nei takk når én i gruppa spør om jeg har lyst til å være med å gå en tur. Og så likevel kunne gå en tur alene. Hvis gruppa blir så raus at den rommer sånt, så er det et kjempegodt premiss for at dere kan løfte hverandre opp de neste fire ukene.



Idrettspedagog, fagteam





SINTEF

Deltakernes opplevelser og erfaringer med AiR UNG

Sentrale komponenter i tilbudet:

- Støtte og trygghet i gruppa
 - Mestringsopplevelser
 - Ressursfokus
 - Individuell oppfølging
-
- Tiden etterpå – overgang til hjemmet

 - Deltakelse i arbeid – hva bidrar til arbeidsfunksjon?



Støtte og trygghet i gruppa



Jeg synes det var kjempefint å være en gruppe. Jeg var kanskje ikke så positiv til det sånn før jeg kom dit, for jeg tenkte at det å være en gruppe, å dele masse sånn personlig...det tenkte jeg at det var ikke noe jeg hadde lyst til. Men det føltes veldig fort veldig trygt og fint å ha noen å dele erfaringer med, og som på en måte skjønnte litt hvordan ting var, og man var litt i samme båt. Jeg synes det var kjempefint, og jeg følte at jeg fikk en del oppfølging bare jeg også, utenom gruppetilbudet, og det var jo litt forskjellig hvordan man fikk... Men ja, jeg synes den balansen der var veldig fin. Også i etterkant og kunne dele erfaringer og ja, snakke litt sammen.

Kvinne, 27 år





Støtte og trygghet i gruppa

”

Nei det som gir meg mest motivasjon var egentlig at alle bare sånn "kom igjen", og vi gir liksom motivasjon til hverandre, vi heier og... Liksom ikke gir opp, da. Vi heiet på hverandre. (...) og å gå tur sånn hvis du plutselig falt ned i en situasjon og liksom gir opp da, litte grann, så kan du bli litt negativ og kjefte, men de sa liksom hele tiden "ta små skritt. Hvis du vil stoppe så stopper vi og drikker litt" og, ja. De gikk aldri fra deg, da.

— **Kvinne, 23 år**





SINTEF

Støtte og trygghet i gruppa

”

Mye latter og humor, satt liksom langt utpå kvelden, mange ganger utpå natta også, frem til vakta sendte oss inn til sengene. Det var egentlig mest på kveldene det var best, da var det triveligst å sitte ute da. (...) Vi bare snakka om alt mulig rart. Noen hadde interesse for gamle traktorer, andre hadde negler og gud veit hva, lo sammen i hvert fall og hadde det godt.

— **Mann, 20 år**





SINTEF

Mestringsopplevelser

”

Ja, det var meldt skikkelig dårlig vær. Jeg var ikke gjennomvåt, men jeg var der og gjennomførte da. Og det er litt med det at når du faktisk har dukket opp, så er det vanskeligere å gå tilbake på rommet da, liksom, synes jeg.

Mann, 25 år

”

Jeg vil si meg enig i det. At det kanskje er like greit at det ikke står veldig utfyllende på en måte [timeplanen], for da hadde jeg kanskje ikke blitt med. På visse ting da, sånn som kano. Det er ikke sikkert jeg, at jeg ville blitt med på det, når jeg vet at det regner. Men blir det vondt uansett? Men jeg ble med og da var det ganske gøy.

Kvinne, 21 år





SINTEF

Mestringsopplevelser

”

*Man vet jo ikke om man faller inn i en god gruppe eller ikke, så det var jo veldig mange tanker før man kom hit om akkurat det. **Men så er det jo det med å bare komme og gjennomføre da.** Å finne ut av at menneskene her er jo jæskla bra og at det er ikke noe grunn til å ha hjemlengsel.*

— Kvinne, 25 år





SINTEF

Ressursfokus

”

Her føler jeg det er litt mer positivt fokus enn det har vært å være i det systemet med utredning og masse forskjellig avtaler ... Å gå sånn når du går til én og én behandler. Og det blir veldig fokus på alt det syke, på en måte. Som at de heller skal liksom tenke på det friske i deg og alt det bra.. De ressursene vi har!

— Kvinne, 30 år





SINTEF

Individuell oppfølging

”

Men jeg har jo fått veldig mye kontrabeskjeder av Nav-veilederen min, så jeg har vært veldig usikker på det. Men da satte veilederen min i gang og bare nei, men nå søker vi med en gang, så blir vi ferdig med det. Da er det ut av verden.

— Kvinne, 25 år





SINTEF

Individuell oppfølging

”

Hun lytter og er en veldig god person, så jeg, jeg hadde veldig lyst til å ta henne med meg hjem. Men det kan jeg ikke. (...) Ja, jeg kommer nok til å sitte sånn ... Hva ville [navnet på kontaktpersonen] sagt? Men noen andre skal få henne igjen etter meg, og jeg unner dem det. (...) Det er jo og litt hva vi snakker om og så hva vi snakker om etter timen.

— Kvinne, 23 år





SINTEF

Individuell oppfølging

”

*Ja for meg, så ble jeg ikke tatt på alvor av lege hjemme da om diverse ting. Og med en gang jeg snakket med en lege her, så ble jeg møtt på en helt annen måte, og ting ble litt sånn **tatt litt mer seriøst** med en gang. (...) Og når jeg snakket med kontaktpersonen, så hvis jeg snakket om jobbsituasjonen min da for eksempel ... Så har hun sendt meg videre til arbeidskonsulent da, for eksempel. Så ja, jeg føler at hun var... Har fått plukket opp sånne ting. Hva jeg trenger.*



— Kvinne, 30 år



Tiden etterpå

”

Jeg hadde jo en veldig god plan, trodde jeg. Og jeg vet jeg er dårlig på å følge planer, så derfor lagde jeg en kjempegod én, som jeg heller ikke har fulgt da. (...) For nå etterpå så har jeg bare blitt dårligere og dårligere egentlig, så jeg har sett litt gjennom hva vi gjorde og hva det faktisk var som var bedre da, der oppe. Så nå er jeg litt sånn.... Nå skal jeg egentlig bare teste ut det vi gjorde der. Ja, og jeg hadde heller egentlig ikke noe sånn, lagd noen avtaler da, etter jeg dro fra AiR.

— **Mann, 25 år**





SINTEF

Fremtidsutsikter

”

Jeg tenker at, eller jeg har blitt litt mer realistisk. Jeg har alltid hatt litt sånn høye forventninger, sånn; "om én måned da er alt bra," så jeg tenker mer at om seks måneder så jobber jeg kanskje ikke noe mer enn jeg gjør. Men jeg studerer fortsatt, og jeg er litt flinkere til å ta vare på meg selv og litt snillere med meg selv og har en enda bedre balanse.

— Kvinne, 27 år

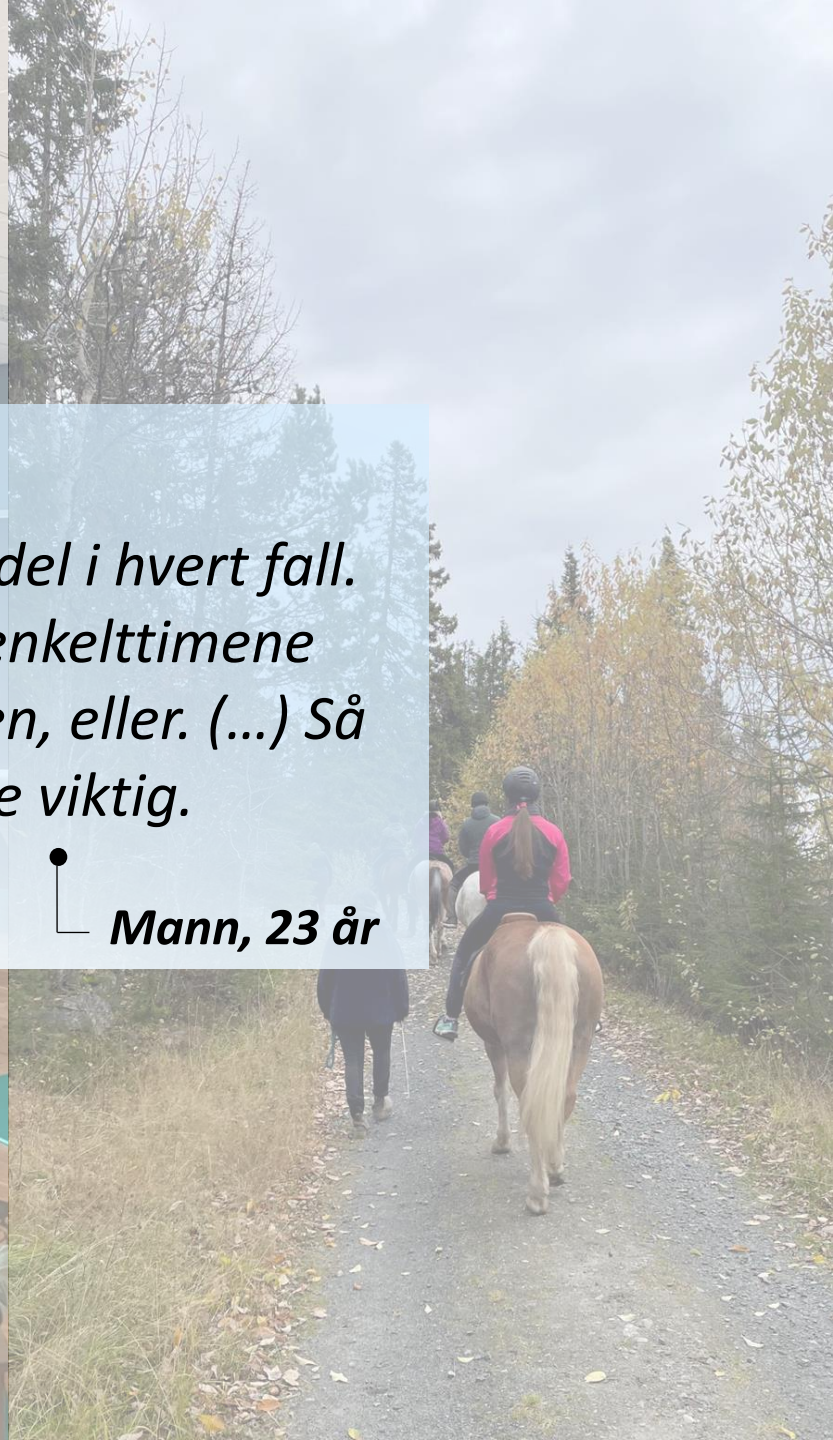
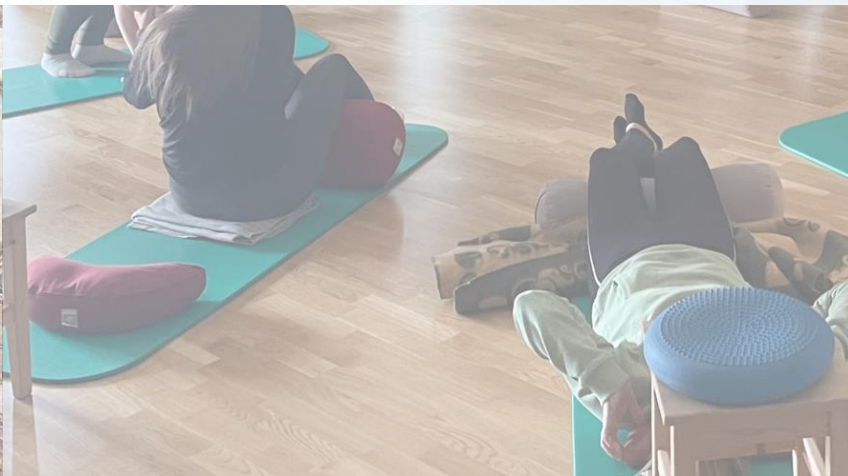
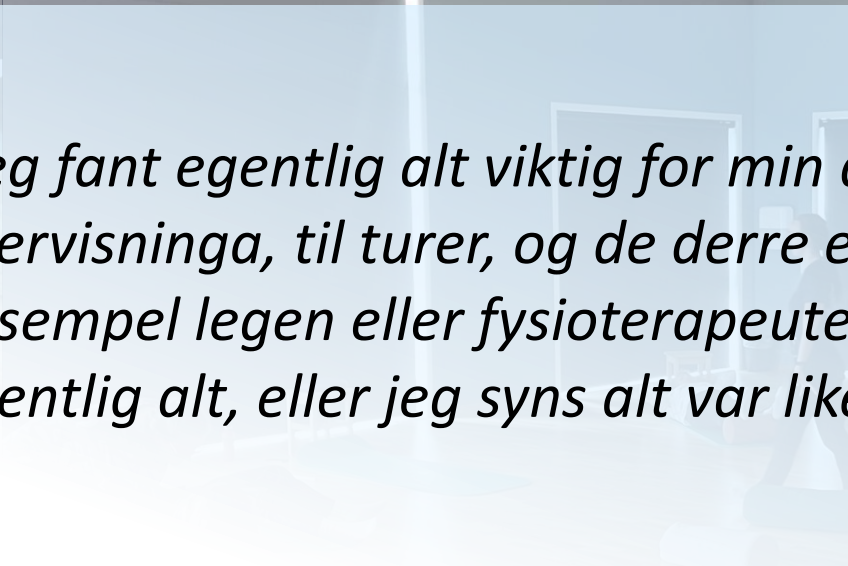


Helheten

”

Nei altså jeg fant egentlig alt viktig for min del i hvert fall. Alt fra undervisninga, til turer, og de derre enkelttimene med for eksempel legen eller fysioterapeuten, eller. (...) Så jeg fant egentlig alt, eller jeg syns alt var like viktig.

Mann, 23 år

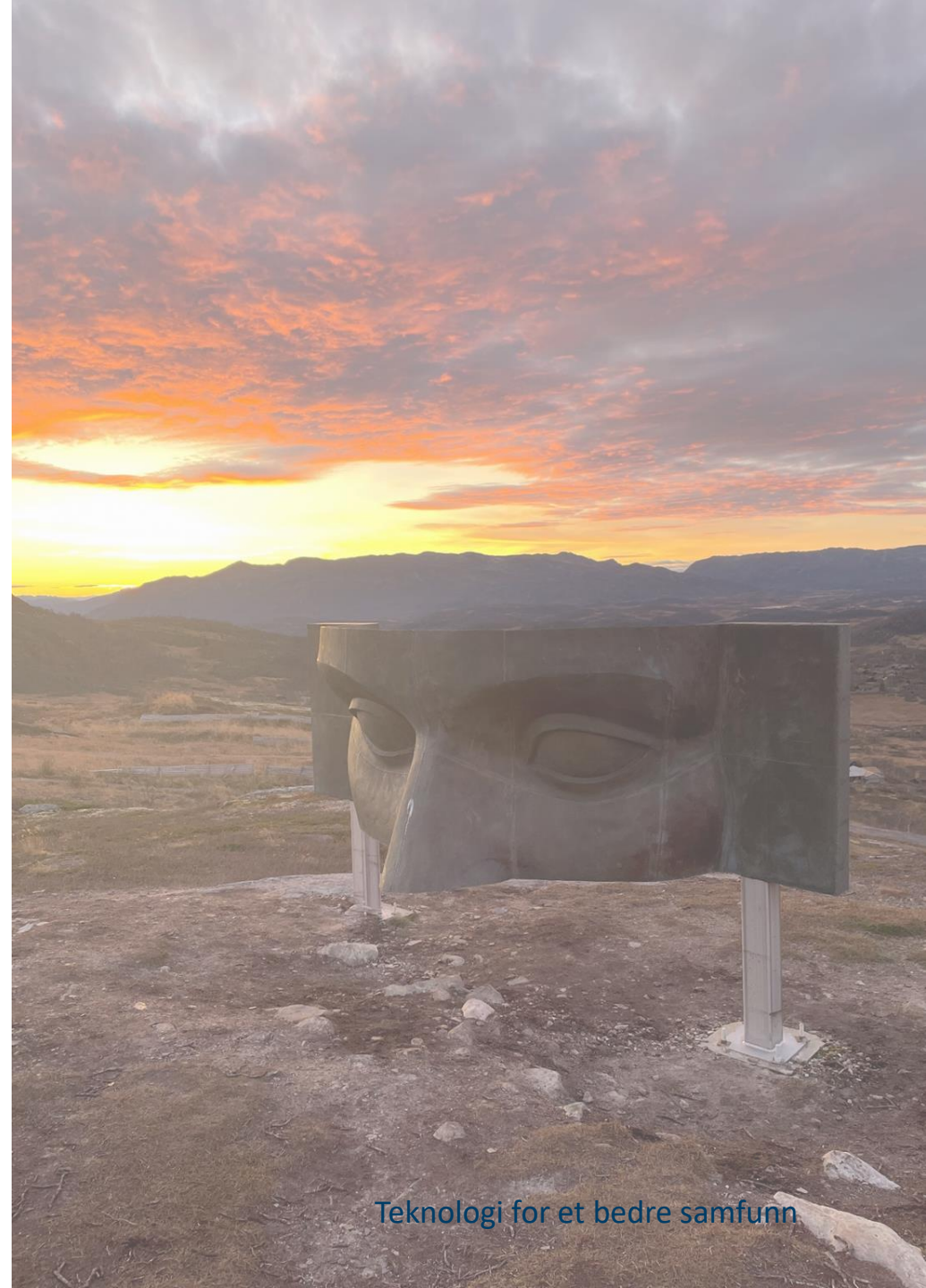




SINTEF

Hva bidrar til deltakelse i arbeid?

- Resultatene viser betydningen av tverrfaglig tilnærming, gruppebasert oppfølging, og kombinasjonen av individuell tilpasning og støttende fellesskap.
- Sammensatte utfordringer påvirker videre utvikling.
- Fremtidig utvikling kan utforske muligheten for oppfølging etter rehabiliteringsoppholdet og implementering av teknologiske løsninger.



”

Nav har snakket om uføre, og da sa jeg nei, jeg har ikke lyst til å bli ufør eller gå ut i uføre. Jeg har heller lyst til å faktisk prøve å ha jobb, enn å føle meg dritrar på en måte fordi jeg begynner i uføre. Det er faktisk noe av det jeg ikke har lyst til i det hele tatt.

Kvinne, 23 år





Tusen takk til...



REGIONALE FORSKNINGSFOND
VESTFOLD OG TELEMARK



inkluderende
arbeidsliv

**IA-programmet bygg og
anlegg**



SINTEF

Takk for oss!

KONTAKTINFORMASJON

Kristin Thaulow; kristin.thaulow@sintef.no

Mari Gunnes; mari.gunnes@sintef.no

ST. OLAVS HOSPITAL
UNIVERSITETSSYKEHUSET I TRONDHEIM

NTNU
Norwegian University of
Science and Technology

**UNIVERSITY
OF OSLO**

GEMINI Centre: Digital technologies for rehabilitation



SINTEF

Teknologi for et bedre samfunn