

Baggrund

LÆR AT TACKLE job og sygdom er udviklet af Stanford Universitet og Komiteen for Sundhedsoplysning. Kurset er en videreudvikling af programmet the Chronic Disease Self-Management Program (CDSMP), udviklet af Stanford Universitet og udbredt til 27 lande verden over. I Danmark kaldes CDSMP for LÆR AT TACKLE kronisk sygdom og er et evidensbaseret kursus til mennesker med langvarige sygdomme på tværs af diagnoser. LÆR AT TACKLE kronisk sygdom er implementeret i hovedparten af de danske kommuner.

Tilmelding

Kommuner, der ønsker at udbyde LÆR AT TACKLE job og sygdom, skal henvende sig til Komiteen for Sundhedsoplysning.

Kontaktpersoner

Chefkonsulent Lea Hegaard
Telefon: 22 66 26 71
E-mail: la@sundkom.dk

Chefkonsulent Nicolaj Holm Faber
Telefon: 22 67 10 12
E-mail: nhf@sundkom.dk

Senior projektkoordinator Malene Norborg Petersson
Telefon: 30 27 77 47
E-mail: mn@sundkom.dk

Se også hjemmesiden
www.patientuddannelse.info

Kurset LÆR AT TACKLE job og sygdom udbydes af Komiteen for Sundhedsoplysning i samarbejde med Styrelsen for Arbejdsmarked og Rekruttering, Sundheds- og Ældreministeriet og Kommunernes Landsforening.



BESLUTNINGSTAGERE

LÆR AT TACKLE

Job og sygdom



 Komiteen for Sundhedsoplysning

LÆR AT TACKLE job og sygdom

Sygefravær – menneskelige og økonomiske omkostninger

For den enkelte medfører langvarig sygdom bekymringer for helbredet og økonomien. Forholdet til de nærmeste udfordres, man oplever en række begrænsninger i hverdagen – og typisk forværres ens psykiske helbred. For samfundet repræsenterer sygefravær en udgift på ca. 37 milliarder kr. om året, og forskning viser, at jo længere sygefraværet er, desto større er sandsynligheden for, at den sygemeldte udstødes permanent fra arbejdsmarkedet.

Der er dermed et stort menneskeligt og økonomisk potentiale i at mindske sygefravær og give sygemeldte borgere et tilbud, der styrker deres evne til at mestre sygdommen og overkomme de forhindringer, der kan være på vejen tilbage i arbejde.

Hvad siger loven?

Et af tiltagene i den nye sygedagpengelov er, at kommunerne skal tilbyde et mestringsforløb til sygedagpengemodtagere i kategori 2. I bemærkningerne til loven nævnes LÆR AT TACKLE-kurserne som oplagte mestringsstilbud.

Om LÆR AT TACKLE job og sygdom

Kurset LÆR AT TACKLE job og sygdom udbydes til de danske kommuner af Komiteen for Sundhedsoplysning i samarbejde med Styrelsen for Arbejdsmarked og Rekruttering, Ministeriet for Sundhed og Forebyggelse og Kommunernes Landsforening.

Kurset henvender sig til borgere, der har en eller flere langvarige sygdomme og har behov for redskaber til at kunne arbejde på trods af sygdom. Kurset er for borgere med fysiske og/eller psykiske symptomer/sygdomme.

Kursets formål er at styrke borgerens mestring af sygdom med det formål at vende tilbage i job. For de borgere, der er i job, er formålet at reducere antal og varigheden af eventuelle sygemeldinger.

På kurset er der fokus på deltagerens arbejdsevne og muligheder frem for sygdom og begrænsninger. Deltagerne tilegner sig redskaber til at mestre stress og symptomer som træthed, smerter og nedtrykthed. De lærer at løse de problemer, der kan opstå på vejen tilbage i beskæftigelse. Ligesom de tilegner sig redskaber til at tackle udfordringer på jobbet, når man dagligt mærker symptomer. Kurset består af 6 moduler a 2,5 time. Der undervises 1 gang om ugen i 6 uger.

En pilotafprøvning viste, at borgerne opnåede en række forbedringer, fx i forhold til at:

- ▶ føle sig bedre i stand til at klare et arbejde på trods af sygdom
- ▶ håndtere symptomer
- ▶ være bedre rustet til at tale med en arbejdsgiver
- ▶ være mere fysisk aktiv

Sundhed



LÆR AT TACKLE job og sygdom



Job

- ▶ være bedre til at træffe beslutninger
- ▶ kunne sætte sig mål og nå dem
- ▶ gøre bedre brug af netværk
- ▶ kommunikere bedre med familie/venner
- ▶ være mere opmærksom på kompetencer.

I 2013-2017 gennemfører Aarhus Universitetshospital og SFI en forskningsevaluering af kursernes effekt på deltagerne. De kurser, der afholdes i kommunerne indtil udgangen af 2015, skal indgå i en national forskningsbaseret evaluering af kursets effekt på deltagerne.

“Hvis bare jeg havde været på det her kursus noget før, så er jeg sikker på, jeg ville have været tilbage i mit job for længe siden”.

TIDLIGERE KURSIST

Underviserne

Undervisningen varetages af to instruktører. Mindst en af instruktørerne og gerne begge har personligt kendskab til at fastholde et arbejde på trods af sygdom. Instruktørerne fungerer som positive rollemodeller. Det er veldokumenteret, at positive rollemodeller

kan undervise lige så godt som professionelle – hvis ikke bedre – i denne form for indsats.

Instruktørerne har gennemført en systematisk uddannelse og et godkendelsesforløb, som kvalificerer dem til at lede kurserne.

Tværasektoriel indsats

Med LÆR AT TACKLE job og sygdom kan kommunen samtænke sundhed og beskæftigelse og dermed tilrettelægge en mere helhedsorienteret indsats for borgere, der ønsker at arbejde med sin sygdom/tilstand i forbindelse med sin jobsituation. Kurset udbydes typisk i samarbejde mellem sundheds- og beskæftigelsesområdet.

Referencer

- 1 Analyse af sygefraværet. Beskæftigelsesministeriet, 2008.
- 2 De Silva, D. Helping people help themselves. The Health Foundation, 2011.
- 3 Høgelund, J. Effekter af den beskæftigelsesrettede indsats for sygemeldte. SFI, 2012.
- 4 Embuldeniya, G. m.fl. The experience and impact of chronic disease peer support interventions: A qualitative synthesis. Findes på <http://dx.doi.org/10.1016/j.pec.2013.02.002>.
- 5 Patientuddannelse – En medicinsk teknologivurdering. Sundhedsstyrelsen, 2009.
- 6 LÆR AT TACKLE job og sygdom. Evaluering af pilotafprøvning. COWI, 2014.