

PROJEKTRAPPORT – DELRAPPORT 1

Datum: 2013-03-02

Projektbenämning **Coachning som rehabiliteringsmetod**

Rapportförfattare Ann-Sophie Hansson, Kompetenscentrum för hälsa,
Landstinget Västmanland
ann-sophie.hansson@ltv.se

Anna Holmgren, Kompetenscentrum för hälsa,
Landstinget Västmanland
anna.s.holmgren@ltv.se

Rapportering avser 2012-09-01 – 2013-02-28

1. Bakgrund

Av statistiken för Västmanland framgår att ohälsotalet i länet för individer med psykiskt nedsatt välbefinnande ligger något över genomsnittet för landet och särskilt för yngre kvinnor (Liv Hälsa 2008). Detta var utgångspunkten för tidigare beslut om att genomföra två pilotprojekt i länet för sjukskrivna kvinnor med psykisk ohälsa. Resultaten från projekten visade att av det hundratal individer som deltagit, kunde mellan 70-75 procent återvända till antingen arbetslivet, arbetsträning, studier eller en kombination av dessa. I dessa projekt visade det sig att coachning som metod kunde stödja återgång till arbetslivet för denna grupp kvinnor, att de kunde återfå självkänslan och tron på att kunna arbeta. De blev stärkta både psykiskt och fysiskt och förbättrade sina självskattade värden vad gäller depression och motivation för arbetsåtergång.

Det finns idag dock alltför lite evidens för att bedöma effekterna av olika coachprogram. Endast ett fåtal systematiska kunskapssammanställningar har genomförts, där syftet specifikt har varit att sammanfatta vetenskapliga studier med fokus på återgång i arbete. Det behövs med andra ord mer kunskap för att säkerställa långsiktiga positiva resultat med coachning som rehabiliteringsmetod.

För att öka kunskapen om coachning som metod för arbetsåtergång och ökad hälsa har landstinget Västmanland samt Samordningsförbundet i Västerås därför beslutat att bidra till forskning där effekterna av detta ska studeras. Resultaten ska även kunna jämföras med effekter av andra studier om interventioner på arbetsåtergång i andra landsting. Projektet har beviljats medel med totalt 2 miljoner kronor från landstinget Västmanland samt med 1148 tkr från Samordningsförbundet Västerås under perioden 2012 - 2014.

Syfte

Syftet med coachningsprojektet är att vetenskapligt undersöka effekten av rehabilitering baserat på coachning som metod för att möjliggöra arbetsåtergång för både män och kvinnor med psykisk ohälsa.

Första delrapporten

Föreliggande rapport baserar sig huvudsakligen på förberedelsfasen, d.v.s. perioden september 2012 – februari 2013. Tre grupper är i skrivande stund inkluderade i projektet och har precis påbörjat sitt individuella coachprogram.

2. Deltagarna

2.1 För deltagarna: förutsättningar

Deltagarna i studiegruppen (cirka hundra) ska vara i åldern mellan 18-64 år, med fokus på yngre deltagare och ha en anställning om minst femtio procent vid inklusionstillfället (deltagare som är uppsagda eller riskerar bli uppsagda under projektiden kan också inkluderas i studien). För deltagarna i referensgruppen (minst femtio personer) gäller samma kriterier. Urvalet av deltagare görs av kontaktperson på Försäkringskassan utifrån nedan fastställda kriterier. Inklusionen av deltagare sker månadsvis i grupper om tio deltagare.

Inklusionskriterier: sjukskrivning mellan en och tolv månader, psykiska diagnoser såsom oro/ångest, depression och stress, inskriven hos Försäkringskassan (enligt koderna F32, F33, F41 eller F40). Alla slag av medicinering accepteras. Alla diagnoser som relaterar till psykiska och psykiatriska diagnoser accepteras (med undantag av exklusionskriterierna nedan). Deltagarna ska förstå svenska språket så att de kan tillgodogöra sig såväl coachningen som resultaten av de tester och verktyg som ingår i programmet.

Exklusionskriterier: pågående missbruk, schizofreni, bipolära syndrom, allvarlig självmordsrisk, kognitiva handikapp samt de i kontrollgruppen som tidigare har fått behandling inom ramen för rehabiliteringsgarantin.

Efter tre inklusionstillfällen fram till den 28 februari 2013, har 29 personer samtyckt till att medverka i projektet. En person har dock hoppat av efter det inledande samtalet med kartläggningsansvarig eftersom personen redan hade en coach. Av de 28 personer som för närvarande ingår i projektet är majoriteten kvinnor (24/28) med kortare sjukskrivningar, i genomsnitt fem månader vid inklusionstillfället (spridning mellan tre och elva månader). Majoriteten av deltagarna som är inkluderade hittills har diagnoser som relaterar till utmattningsdepressioner av olika slag. Många har skattat möjligheten att återställa arbetsförmågan som låg. Den psykiska hälsan, mätt genom ett självskattat depressionstest, Madras¹ har för denna grupp vid basmätningen ett genomsnittligt värde av 17,5 poäng. Det indikerar att gruppen som helhet ligger något under gränsvärdet (19 poäng enligt fastställt riktvärde) för självskattad depressionstillstånd. Några av deltagarna hade dock ett väsentligt högre värde, vilket enligt skalan indikerar en djupare grad av depression.

Reflektion:

Vi har kunnat konstatera att deltagarna som hittills inkluderats till de tre grupperna motsvarar kriterierna för målgruppen.

¹ Montgomery, S. and M. Åsberg (1979). "A new depression scale designed to be sensitive to change." *British Journal of Psychiatry* 134: 382-389.

2.2 För deltagarna – process

De personer som Försäkringskassan har identifierat som möjliga deltagare i projektet kontaktas inledningsvis per telefon av FK:s kontaktperson och får då en första information om studien. Om individen visar intresse för att komma till ett informationsmöte skickar FK en inbjudan/kallelse med ytterligare information om studien samt tid och plats för mötet.

I samband med informationsmötet får deltagaren såväl muntlig som skriftlig information om studien, dess omfattning och tidsplan. Vid detta möte ges också en möjlighet att ställa frågor till projektledningen. Om intresse fortfarande finns för att delta i studien ger deltagaren sitt skriftliga samtycke till att ingå i studien, tillstånd till att uppgifter om dem får hämtas från FK:s register samt att enkätresultaten får användas i forskningssyfte. I samband med mötet får varje deltagare som samtyckt till att ingå i studien fylla i en enkät. Innan mötet avslutas bokar kartläggningsansvarig en tid för ett samtal med deltagaren. Vid detta samtal om cirka 2,5 timmar kartläggs individens nuläge och upplevda behov inför arbetsåtergång.

Deltagaren matchas därefter med en av de coacher som är anslutna till projektet. Coachningen kan pågå i upp till sex månader och kan omfatta möten, samtal och kontakt via telefon och mejl. Uppgiften för coachen är att under de sex månaderna bygga upp deltagarnas psykiska hälsa, öka motivationen samt att stimulera till förändringar i livssituationen kopplat till arbetsåtergång.

Reflektion:

Vid informationsmötena visade de flesta deltagare ett stort intresse för att delta och de visade även motivation till arbetsåtergång, vilket vi ser som en god start.

2.3 För deltagarna – resultat och effekter

Av de 29 deltagare som rekryterats till projektet per den 28 februari har alla samtyckt till att delta i coachprojektet. De har fyllt i baslinjeenkäten och fått tid för intervju hos konsult. De flesta har också blivit kontaktade av ”sin” coach för ett första samtal. En av deltagarna valde att hoppa av projektet redan efter den inledande intervjun eftersom personen i fråga redan hade en personlig coach och upplevde att det inte skulle vara bra med två olika coacher. Vi ser att vi hittills har en målgrupp som är betydligt ”friskare” än de som deltagit i tidigare pilotprojekt. Mycket av framgången i tidigare projekt har handlat om att få individerna att se möjligheter i stället för hinder samt att initiera samverkan med myndigheter. Utgångsläget för dessa deltagare bedömer vi därför som positivt.

3. Personalen

3.1 För personalen – förutsättningar

Kompetenscentrum för hälsa (KCH) har haft uppdraget att skapa en organisation för projektet. I detta uppdrag ingår såväl att rekrytera kompetens som att få en fungerande arbetsorganisation. Utöver en projektkoordinator (30 procent) och kommunikatör/assistent (50 procent) rekryterades fyra coacher med olika bakgrund för att kunna göra så bra anpassningar som möjligt efter deltagarnas behov. För den inledande intervjun som handlar om att genomföra en kartläggning av deltagarnas nuvarande status har en extern konsult (med erfarenhet från de tidigare pilotprojekten) knutits till projektet.

Vad gäller den geografiska placeringen av projektet så omfattas hela försäkringsområdet, d.v.s. Västerås och KAK-området (Kungsör, Arboga, Köping). Huvudplatsen för coachningen är i Västerås. Beroende på deltagarnas möjlighet att resa anpassas coachningen till deras bostadsort. Samtliga coacher kan resa, och lokaler för coachningen har ordnats även inom KAK-området.

God kompetens, såväl utbildningsbakgrund som erfarenheter, finns hos samtliga coacher. Projektledning och forskningskompetens finns inom Kompetenscentrum för hälsa, vilket utgör en viktig förutsättning för projektets genomförande.

3.2 För personalen – genomförande och process

Såväl urvalsförfarandet som det inledande informationsarbetet sköts av FK:s kontaktperson. Rutiner har skapats som möjliggör ett välfungerande samarbete mellan projektledningen och FK. Arbetsprocessen upplevs ha funnit en bra form.

En flödesmodell har upprättats av projektkoordinatören så att varje deltagare kan följas under hela processen från inkludering till avslut i projektet. Information som noteras är framför allt värden på olika variabler i enkäten – detta för att kunna bedöma både process och resultat i samband med uppföljningen efter tolv månader. Modellen innehåller såväl kvantitativa som kvalitativa mått för bedömningen. Inga uppgifter som rör enskilda samtal mellan coach och deltagare kommer att dokumenteras. Informationen hanteras utifrån strikta sekretessregler och är bara tillgänglig för forskningsledningen.

Vid matchningsmötena som genomförs månadsvis deltar coacher, projektledning samt extern konsult som genomfört intervjuerna. Syftet är att coacherna ska få en samlad bild av deltagarnas nuläge och behov inför coachningen för att optimera rätt stöd till deltagarna.

Coacherna bildar ett team och deltar i kontinuerliga arbetsgruppsmöten tillsammans med koordinatören och kommunikátören. Syftet med mötena är dels att följa processen med coachningen som metod, dels en form av kollegial handledning där eventuella behov av förändringar i arbetssätt etc. kan diskuteras.

Reflektion: En viktig del av genomförandet är att också hitta effektiva former för samverkan mellan coacher, projektledning och FK för att maximera stödet till deltagarna.

3.3 För personalen – Resultat och effekter

I dagsläget har vi inga resultat vad gäller coachningen eller processen. Urvalsförfarandet har skett på ett föredömligt sätt av FK och rutinerna mellan projektledningen och FK:s kontaktperson har funnit bra former. I samband med de så kallade matchningsmötena är det viktigt att se till individernas behov i första hand. Mötena måste därför ha en karaktär av transparens så att ingen intern konkurrens mellan coacherna uppstår.

4. Organisationen

4.1 För organisationen – förutsättningar

Implementeringen av projektet och dess syfte har fungerat mycket väl inom såväl landstinget som FK. Rutinerna har tagits fram i samverkan under hösten 2012, vilket visar att det är viktigt med gott om tid för förberedelser av ett projekt där flera olika

organisationer är involverade. Såväl inom landstinget som inom FK har en välfungerande organisation tagits fram som stöd för projektets genomförande.

Projektet har en styrgrupp bestående av representanter från samtliga ingående myndigheter i Samordningsförbundet Västerås. Vidare finns en projektledningsgrupp, bestående av projektledare, projektkoordinator, kommunikativ/assistent samt en analysansvarig. En tredje grupp utgörs av arbetsgruppen, där de fyra coacherna samt kommunikativen ingår under ledning av projektkoordinatören.

4.2 För organisationen – genomförande och process

Informationsmöten genomförs en gång i månaden för varje grupp om tio deltagare innan de slutligen samtycker till att inkluderas i projektet. Här medverkar samtliga i projektledningen samt den externa konsulten och FK:s kontaktperson.

En viktig del av projektet är de arbetsgruppsmöten som löper parallellt med coachningen och som syftar till att öka kunskaperna om deltagarnas behov och situation. Framför allt studeras dock coachningen som metod och om processen till arbetsgång.

4.3 För organisationen – Resultat och effekter

Per den 28 februari har projektet haft tre projektledningsmöten, två styrgruppsmöten samt tre arbetsgruppsmöten där coacherna varit delaktiga också i förberedelsearbetet.

En lokal kommunikationsplan är framtagen (bifogas), liksom en informationsbroschyr för deltagarna (bifogas). Vidare har ett missivbrev tagits fram till FK för att skickas ut i samband med inbjudan till informationsmöten. Informationsbrev till vårdcentralerna i området och till berörda arbetsgivare har också tagit fram för att kunna informera om det pågående projektet.

Etikansökan har skickats in till Etikprövningsnämnden i Uppsala.

Då projektet utgör en delstudie av den så kallade Safaristudien (som är den större forskningsstudien där Stockholms läns landsting och Västra Götaland också är delaktiga), är en hemsida på gång att skapas där Västmanland kommer att ha en egen flik om coachningsprojektet. Hemsidan beräknas vara klar i mitten av mars 2013.

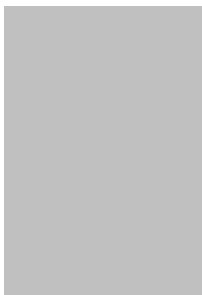
Budgetuppföljning för perioden 2012-09-01 – 2013-02-28 är ännu inte färdigställd. Dock vet vi att budgeterade kostnader för perioden inte uppnåtts framför allt på grund av minskade personalkostnader.

Kostnader

Utfall

Personal
Utbildningsdagar/föreläsning
Resekostnader
Handledning/coachmedv
IT, tele,
Adm /Materiel

Lokaler



Övrigt
Utvärdering

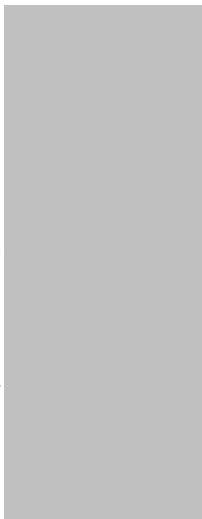
Summa kostnader

Intäkter

Sjukskrivn.miljarden

Summa intäkter

Rekv. Samordn.förbundet per



Datum

.....
Ann-Sophie Hansson
Projektledare