

Redovisning projekt Arbetslivsinriktad medicinsk rehabilitering

PMU, Psykiatrisk mottagning för utmattningssyndrom, projektansvariga: Gro Sundell och Jakob Alm.

Syfte med projektet

Att underlätta patienternas återgång till arbete genom medicinsk rehabilitering på arbetsplats. Syftet med projektet var att patienterna succesivt ska kunna närma sig den aktivitetsnivå Arbetsförmedling och Försäkringskassa förväntar sig inför arbetsträning.

Beskrivning av projektet

- 5 patienter som genomgått PMU:s behandlingsprogram och valt insatsen på ett hundcenter.
- Uppföljningsmöten för patienterna i grupp 1 ggr/vecka.
- Enskilda möten efter behov samt telefonkontakt.
- Självsfattning av energinivå samt reflektionsdagbok.
- Period: 20181001-20181222

Utvärdering och resultat

Utvärdering har gjorts i antal timmar i aktivitet för varje patient, vid start och vid avslut på projektet, samtliga patienter har fullföljt insatsen. Samtliga 5 patienter startade på 2 timmar på hundcentret + 2 timmar i uppföljningsgrupp på PMU samt enskilda möten anpassat till individuella möten, se även resultat i tabell 1 nedan.

Patienten har innan och vid avslut på projektet fyllt i självskattningsskalor rörande tre frågor, oro inför arbetsåtergång, hur förberedd man känner sig inför studie-/arbetsåtergång samt tilltro till att komma tillbaka till arbetslivet, resultat redovisas i tabell 1 nedan, se även enkäten som bilaga 1. Patient D var frånvarande vid ifyllande av enkät.

Planerad insats efter projektet redovisas även för varje patient.

Varje patient har också fyllt i självskattning för upplevd energinivå och mående, morgon och kväll, se bilaga 2, samt reflektionsdagbok. Syftet med detta har varit att öka medvetenheten om energinivå och mående kopplat till aktiviteten på hundcentret och aktiviteter på fritiden, resultatet har inte tagits med i denna redovisning.

Tabell 1

Deltagare	Tidsomfattning vid start och avslut på projektet.	Oro inför arbetsåtergång.	Förberedd inför arbetsåtergång.	Tilltro till att komma tillbaka.
Patient A	4 till 8 h	Från 8 till 7	Från 4 till 9	Från 8 till 9
Patient B	4 till 6 till 4 h	Från 7 till 6	Från 5 till 5	5, finns ej jämförelsedata
Patient C	4 till 5 h	4 till 7	Från 6 till 2	Från 5 till 6
Patient D	4 till 6 h	-	-	-
Patient E	Från 4 till 7 h	Från 3 till 3	Från 7 till 8	8, finns ej jämförelsedata

Fortsatt planering för deltagarna

Patient A:

Återgång till arbete inledningsvis på 25 %

Patient B:

Arbetsträning på häststall

Patient C:

Fortsatt arbetsträning på Hundcentret via AF

Patient D:

Övergång till AR-steget

Patient E:

Övergång till AF Samverkan för arbetsträning

Utvärdering från uppföljningsmöten

En utvärdering med kvalitativ ansats har gjorts kopplat till de veckovisa uppföljningsmöten som ägt rum under projektperioden. De teman som mer än en patient har lyft under varje uppföljningsmöte har samlats som underlag där de vanligaste och mest förekommande teman redovisas nedan, följande teman har framkommit:

- Deltagandet i projektet har gett bra träning att inte gå in och ta ansvar, bra träning att ha tålamod och vänta in.
- Självskattningsskalan har utökat patienternas medvetenhet om varningssignaler både vid hög och låg energinivå.
- Patienterna har uttryckt att det har varit mycket givande att vara i grupp och spegla sig i varandra och påminna varandra om framsteg de gjort på Hundcentret. Patienterna har också fått värdefulla tips av varandra, exempel på detta är litteratur, förhållningssätt, ögonbindel, brusreducerande hörlurar, m.m.
- Deltagandet har gett patienterna möjlighet att träna "de små sakerna" i en relativt avgränsad miljö. En patient uttryckte det som att "marinera kunskaperna från PMU i hundcentret".
- Att komma ut i naturen och promenera har upplevts som mycket positivt av patienterna.
- Patienterna upplevde att projektet pågick under för kort tid, det hade behövts mer tid för att "landa på arbetsplatsen" och kunna öka ytterligare i tid.

Utvärdering av projektet Arbetslivsinriktad medicinsk rehabilitering

Namn:

Personnummer:

Datum:

Hur mycket oro upplever du inför din arbets-/studieåtergång?

Sätt ett kryss på den 10-gradiga skalan.

INGEN

ORO

VÄRSTA

TÄNKBARA ORO

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Vilken tilltro har du till att lyckas komma tillbaka i arbetslivet?

Sätt ett kryss på den 10-gradiga skalan.

INGEN

TILLTRO

HÖGSTA

TILLTRO

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Hur förberedd känner du dig inför en arbets-/studieåtergång?

Sätt ett kryss på den 10-gradiga skalan.

INTE ALLS

FÖRBEREDD

HELT

FÖRBEREDD

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Skattning av energinivå

Namn:

Fyll i tabellen på morgonen och kvällen, sätt en siffra på hur du upplever din energinivå utifrån skalan nedan:

1-----2-----3-----4-----5-----6-----7-----8-----9-----10

Låg energinivå

Hög energinivå

		Måndag	Tisdag	Onsdag	Torsdag	Fredag	Lördag	Söndag
Vecka 45	Morgon							
	Kväll							
Vecka 46	Morgon							
	Kväll							
Vecka 47	Morgon							
	Kväll							
Vecka 48	Morgon							
	Kväll							
Vecka 49	Morgon							
	Kväll							
Vecka 50	Morgon							
	Kväll							
Vecka 51	Morgon							
	Kväll							
Vecka 52	Morgon							
	Kväll							
Vecka 1	Morgon							
	Kväll							
Vecka 2	Morgon							
	Kväll							
Vecka 3	Morgon							
	Kväll							
Vecka 4	Morgon							
	Kväll							
Vecka 5	Morgon							
	Kväll							
Vecka 6	Morgon							
	Kväll							

