

# Lærings- og mestringstilbud hørsel



Samhandlingsprosjekt mellom brukerorganisasjonen  
hørselshemmedes landsforbund HLF, kommune og  
spesialisthelsetjenesten

## **Bakgrunn**

Mennesker som blir diagnostisert med hørselstap, opplever ofte utfordringer i både skole, jobb, fritid og sammen med sine nærpåersoner. De kan oppleve tapet som følelsesmessig belastende, og dermed svekkes deres livskvalitet i vesentlig grad. Hørselstap som erverves i voksen alder vil kunne skape sentrale dilemma knyttet til både selvbilde og identitet. Passivitet, ensomhet, depresjon, håpløshet og sosial isolasjon kan være følger av hørselstapet. Redusert hørsel kan også fremskynde en demensutvikling.

Trondheim kommune har i dag 194 128 innbyggere. Noen eksakte registrerte tall med diagnosen hørselstap finnes ikke. Legger vi til grunn tall fra Folkehelseinstituttets helseundersøkelse i Nord-Trøndelag (HUNT), antas det at Trondheim har omlag 68.000 hørselshemmede innbyggere. Av denne gruppen er det estimert at 42.000 har et moderat hørselstap og 26.000 et betydelig hørselstap. I gruppen 0-40 år er det anslått at 16,8 % har redusert hørsel. Andelen stiger med alder, slik at av de som er over 80 år er 91 % hørselshemmede. Hørselshemmedes Landsforbund (HLF) Trondheim har pr 09.08.18 et medlemstall på 1192, 370 i alderen 51 -70 år og 707 i alderen 70+. Dette viser at det er store mørketall i forhold til registrerte personer med redusert hørsel.

Rehabiliteringstilbud preges av manglende planlegging og koordinering, uklare ansvarsforhold og liten brukermedvirkning (St.meld. nr.21,1998-99). I 2015 viste et prosjekt i regi NAV Hjelpemiddelsentralen i Sør-Trøndelag og Trondheim kommune ved ergoterapitjenesten at det er lite samhandling mellom de ulike aktørene og manglende helhetlig pasientforløp. Tilbudene har lite fokus på kommunikative, sosiale og emosjonelle sider av hørselstapet. Pårørende som er et viktig nettverk, får lite eller ingen informasjon om hvordan de kan håndtere den nye situasjonen. Prosjektet viste til at brukerorganisasjoner og fagmiljøet må samhandle tettere for å gi et bedre tjenesteforløp for brukergruppen.

I Trondheim kommune gir HLF Trondheim ved likepersoner råd og veiledning til personer med redusert hørsel. De har 4 frivillige likepersoner. Enhet for ergoterapitjeneste utfører tilbud gjennom hørselskontakter og hjelpemiddelteknikere. Enhet for ergoterapitjeneste bistår med å søke og montere hørselstekniske hjelpemidler, samt gir individuell oppfølging med tanke på å opprettholde deltakelse i hverdagslivet.

Ressurssenter for hørsel og syn gir også rådgivning til personer med redusert syn eller hørsel, samt personer med kombinerte sansetap. De har også oppfølging av fremmedspråklige elever med redusert hørsel. Logoped tilknyttet Trondheim voksenopplæringscenter utfører lyttetrening for nyopererte med Cochlea Implantat. Personer som tilrådes høreapparater har ikke tilsvarende tilbud. Tilbudene i regi av det offentlige tjenesteapparat i Trondheim fokuserer mest på å rekvirere hørselstekniske hjelpemidler og fysisk tilrettelegging av omgivelsene, mens likepersonene gir støtte og informasjon om hvordan en kan leve med hørselstap.

Spesialisthelsetjenesten og de øvrige aktørene innen hørselsomsorgen har heller ingen gruppebaserte tilbud med fokus på sosiale og emosjonelle sider ved hørselstapet. Avtalespesialister i ØNH og spesialisthelsetjeneste diagnostiserer og formidler høreapparater. St. Olavs hospital ved Tiller DPS har psykolog med kompetanse på hørselstap

som gir et individuelt behandlingstilbud for brukere med psykiske utfordringer. Det finnes i Trondheim per i dag en privat audiopedagog som gir tilbud om høretaktikk og lyttetrening.

Enhet for ergoterapitjeneste fikk 248 individuelle henvendelser i 2017. Brukerne ønsket bistand til å søke om hørselstekniske hjelpemidler, informasjon og samtaler om hvordan leve med hørselstap og erfaringsutveksling med andre i samme situasjon. Likepersoner i HLF og fagfolk fra ulike deler av hørselsomsorgen uttrykker at det bør gis bedre oppfølging av personer med redusert hørsel på kommunalt nivå. Det etterspørres oppfølging på individnivå og gruppebaserte mestringstilbud som drives av personer med audiologisk fagkompetanse. Forskning viser at personer med hørselstap antyder at ved uheldige psykologiske virkninger kan et læringstilbud og tilgjengelighet øke livskvalitet hos deltakerne (Kramer, Allesie, Dondorp, Zekveld & Kapteyn, 2009).

Brukerorganisasjonen Hørselshemmedes Landsforbund (HLF) og Trondheim kommune v/ Enhet for ergoterapitjeneste startet et samarbeid i begynnelsen av 2017 om å utrede behovet og planlegge et bedre tjenestetilbud for brukergruppen. I kartleggingsfasen deltok HLF, NAV hjelpemiddelsentral, Tiller distrikts psykiatrisk poliklinikk, spesialisthelsetjenesten v/ St. Olavs Hospital høresentral, audiografer, eldrepsykologer, Ressurscenter for hørsel og syn og hørselskontaktene i Trondheim kommune. Hensikten med informasjonsinnhenting var å vurdere hvor rehabiliteringsforløpet var mangelfullt og hvilken oppfølging som må gis for å oppnå et mer helhetlig og tilgjengelig tjenestetilbud for brukergruppen. Det har vært tett samhandling mellom brukerorganisasjonen HLF og fagmiljøet siden 2017. HLF lokalt, fylkeslaget og sentralt har bidratt i planlegging, prosjektutvikling og utarbeidelse av prosjektbeskrivelse. Aktørene innen hørselsomsorgen har deltatt i prosjektutvikling og planlegging. De har også bidratt i forankringsarbeid mot ledelsen i Trondheim kommune.

Konklusjonen av kartleggingen er å etablere et lærings- og mestringstilbud for brukergruppen. Trondheim kommune har i ettertid innvilget midler til å gjennomføre et pilotprosjekt, et lærings- og mestringstilbud for seniorer 67+ og pårørende. Pilotprosjektet skal gjennomføres høsten 2018. Evaluering av pilot er grunnlaget for å utvikle en modell for lærings- og mestringstilbud for brukergruppen.

Det er også vedtatt politisk å etablere et mestringshus i kommunen. Huset skal være en arena for helsefremmende og forebyggende tilbud for ulike brukergrupper med kroniske og ervervede sykdommer/skader. Trondheim kommune ønsker å utvikle et mangfold av lærings- og mestringstilbud for å imøtekomme brukergruppene sine behov. Det er satt av midler for å kunne drifte allerede etablerte tiltak. Det søkes eksterne midler for å utvikle flere.

Enhet for ergoterapitjeneste søker Extrastiftelsen om midler for å utvikle en modell for lærings- og mestringstilbud for seniorer med redusert hørsel. Dette innbefatter blant annet frikjøp av brukermedvirkning og andre samarbeidspartnere i planlegging, gjennomføring og evaluering. Det er også behov for finansiering for å utvikle kursmanualer for foredragsholder og deltakere som kan gjenbrukes av andre kommuner og fagmiljø jfr. vedlagte budsjett.

## **Prosjektorganisering**

Prosjektperioden planlegges å gå over to år.

Prosjektet drives av Hørselshemmedes landsforbund og Trondheim kommune. Prosjektet følger en enkel og tradisjonell organisering der styringsgruppen er prosjektets besluttsende organ og prosjektgruppen er prosjektets utøvende organ.

**Prosjektstyring:** Enhet for ergoterapitjeneste v/Enhetsleder Tove Sivertsen og avdelingsleder Cecilie Nervik.

**Prosjektgruppe:** Brukerorganisasjon Hørselshemmedes landsforbund, Ressurscenter for hørsel og syn og Høresentralen St. Olavs hospital.

**Prosjektleder:** Audiograf/ergoterapeut Lise Høiberg i Trondheim Kommune

**Referansegruppe:** Eldrepsykologene Trondheim kommune, Hørselskontakter i Trondheim kommune og NTNU audiografutdanningen

## **Målgruppe**

Målgruppen i prosjektet er seniorer 67+ som har fått høreapparat for første gang i løpet av de siste fem årene. Målgruppen ble valgt da det er mange seniorer som har meldt behov for mestringstilbud. I prosjektperioden ønsker man å gjennomføre tilbudet med 20 seniorer og deres pårørende.

## **Målsetting for prosjektet**

- Utvikle en modell for lærings- og mestringstilbud til seniorer med hørselstap. Tilbudet skal gi informasjon, råd og veiledning med formål å kunne mestre hverdagen på best mulig måte. Dette innbefatter også erfaringsutveksling, og selvhjelpsgruppe etter endt kurs.
- Lærings- og mestringstilbud hørsel skal i etterkant implementeres som en del av rehabiliteringsforløpet
- Utarbeide kursmanual for kursholder og kursdeltaker
- Utvikle et lærings- og mestringstilbud som blir en del av tilbudet i kommunens Mestringshus
- Informasjon om modellen skal spres til andre kommuner og interessenter
- Videreutvikle samarbeidet mellom brukerorganisasjonen, spesialisthelsetjenesten, audiografutdanningen og kommunen for å gi et bedre tjenestetilbud til brukergruppen.
- Erfaringer fra prosjektet kan benyttes for å videreutvikle tilbudet for andre brukergrupper

## **Metode**

Prosjektet som det søkes midler til, vil bygge på erfaringer fra piloten som blir gjennomført før prosjektperioden. I prosjektfasen skal kurset videreutvikles og skriftlig materiale utarbeides ut fra brukerevaluering. Prosjektet er forankret i ledergruppen for Mestringshuset og det tas høyde for plan/budsjett for videre drift av tilbudet etter endt prosjekt. Det settes opp en interessentanalyse og en plan for markedsføring av tilbudet til brukergruppen og andre interessenter. Det vil også foregå et forankringsarbeid rettet mot

interessenter for å endre dagens praksis og tilby seniorer lærings- og mestringstilbud som en del av forløpet. Likepersoner fra HLF deltar i prosjektgruppen med utforming, gjennomføring og evaluering av kursene.

Det gjennomføres to kurs i prosjektet, et på vår 2019 og et på høst 2019. Før gjennomføring av kursene utføres en individuell helsesamtale med hver deltaker. Her kartlegges helseutfordringer og forventninger til tilbudet avklares. Samtalen dokumenteres i journal jfr. lov og forskrift pasientjournal forebyggende helsehjelp. Deltakere kan når som helst trekke seg fra prosjektet.

Kurset gjennomføres med ulike tema som deltakere og likepersoner HLF anser som betydningsfulle. Bruker scorer på spørreskjema EQ5D før og etter kurs om hvordan de opplever hverdagen og livskvalitet før og etter tilbudet. Det gjennomføres også en evaluering ved hjelp av spørreskjema fra mestring.no etter tilbud for å vise fornøydhet og forbedringspunkter. Det er likepersoner i HLF og deltakerne sine synspunkt som er førende for utvikling av modellen. Den øvrige prosjektgruppen evaluerer også pilot og modell under samhandlingsmøter. Prosjektleder etterspør ekstern instans til å gjennomføre deler av evaluering med metode fokusgruppeintervju i tillegg til spørreskjema. Modell blir revidert og samme metodikk blir benyttet for å gjennomføre kurset på nytt høst 2019.

Etter gjennomføring av kurs høst 2019 er modellen for lærings- og mestringstilbudet utarbeidet. Deltakerne og prosjektgruppa sine erfaringer fra prosjektperioden benyttes for å utarbeide kursmateriell for kursholder og kursdeltaker. Kursmateriell illustrerer modellen for lærings- og mestringstilbudet. Brukermedvirkning fra likepersoner i HLF er sentral i utarbeidelse av materialet. Informasjon om modellen spres til andre kommuner og interessenter. Det er ønskelig at modellen benyttes for å videreutvikle tilbudet til flere brukergrupper som eksempelvis yrkesaktive, flyktninger og personer med kombinerte sansetap etter endt prosjekt.

### **Fremdriftsplan**

	<b>Oppgave før prosjekt</b>	<b>Hvem</b>	<b>Tid</b>
1	Behovskartlegging knyttet til lærings- og mestringstilbud med aktuelle interessenter	Likepersoner HLF, prosjektleder og fagmiljø innen hørsel	2017
2	Gjennomføre pilot og evaluere pilot (Finansiert av midler Trondheim kommune)	Prosjektgruppen	2018
	<b>Oppgave i prosjektet</b>	<b>Hvem</b>	<b>Tid 2019</b>
3	Utarbeide interessentanalyse og planlegge selvhjelpsgruppe etter endt kurs	Prosjektleder og likepersoner HLF	Januar- Februar
4	Lag invitasjon og markedsføre tilbudet	Prosjektgruppen	Februar- Mai

	til brukergruppen og interessenter		
5	Forankringsarbeid mot interessenter for å endre dagens forløp og tilby lærings- og mestringstilbud for brukergruppen	Prosjektgruppen	Februar- Desember
6	Tilpasse kurs, brukerevalueringsskjema og skriftlig materiale	Prosjektgruppen	Februar- Mai
7	Påmelding og forsamtale med deltakerne	Prosjektleder	Februar-Mai
8	Gjennomføre kurs og tilby selvhjelpsgruppe etter endt kurs	Prosjektgruppen	Mai- Juni
9	Deltakere og prosjektgruppen evaluerer kurs. Eventuelt ekstern aktør evaluerer kurset	Deltakerne og prosjektgruppen	Mai-August
10	Fremdriftsrapportering extrastiftelsen. Frist 15. september	Enhetsleder/ Avdelingsleder enhet for ergoterapitjeneste, prosjektgruppen	Juli-September
11	Punkt 5 og 6 gjentas. Tilpasse kurs, brukerevalueringsskjema og skriftlig materiale. Påmelding og forsamtale med deltakerne	Prosjektgruppen	Juli- Oktober
12	Gjennomføre kurs og tilby selvhjelpsgruppe etter endt kurs	Prosjektleder og deltakere fra prosjektgruppen	November 2019- Januar 2020
13	Utarbeide realistisk budsjett for drift av lærings- og mestringstilbudet etter prosjektperiode som forankring mot ledelsen i Trondheim kommune	Enhetsleder/ Avdelingsleder Enhet for ergoterapitjeneste og prosjektleder	November- Desember
	<b>Oppgave i prosjektet</b>	<b>Hvem</b>	<b>Tid 2020</b>
14	Punkt 5 gjentas. Tilpasse kurs, brukerevalueringsskjema og skriftlig materiale.	Deltakerne Prosjektgruppen	November 2019- Februar 2020
15	Evaluerer selvhjelpsgruppe	Prosjektgruppen	Februar-Mars

16	Lage kursmanual som synliggjør modell for kursholder <ul style="list-style-type: none"> <li>- Prosjektplan</li> <li>- Målgruppe</li> <li>- Brukermedvirkning</li> <li>- Forankringsarbeid</li> <li>- Markedsføring</li> <li>- Verktøy/ skjema</li> <li>- Kompetansekrav</li> <li>- Erfaringer</li> </ul>	Prosjektgruppen	April- August
17	Lag kursmanual som synliggjør modell for kursdeltakere <ul style="list-style-type: none"> <li>- Deltakernes rolle</li> <li>- Tema samlingene</li> <li>- Evt. forslag til oppgaver mellom samlingene</li> <li>- Brukerevaluering</li> <li>- Informasjonsbrosjyrer</li> <li>- evt. litteraturforslag</li> </ul>	Prosjektgruppen	April- August
18	Evalueringsrapport	Prosjektgruppen	August- Desember
19	Avklare eierskap av modellen	Prosjektgruppa	August- September
20	Spredning av modell til andre kommuner og interessenter Lage google site og KS- læring	Prosjektgruppa	Oktober- Desember

## **Prosjektets betydning**

### **Hvilke forutsetninger man har for å lykkes med gjennomføringen?**

- Brukerne har etterspurt et lærings- og mestringstilbud.
- Modellen utvikles i samarbeid mellom brukerorganisasjonen HLF, spesialisthelsetjenesten, ressurscenter for hørsel og syn og ergoterapitjenesten.
- Markedsføring av tilbudet til brukere og interessenter. Dette for å rekruttere brukere og sikre at tilbudet blir en del av rehabiliteringsforløpet.
- Tiltaket er forankret i ledelsen i Trondheim kommune

### **Hvilken verdi prosjektet har for målgruppen og eventuell samfunnsmessig verdi?**

Prosjektet skal bidra til et bedre tjenestetilbud for personer med redusert hørsel og fremme brukernes opplevelse av å mestre egen hverdag. Etablering av et lærings- og mestringstilbud vil være et helsefremmende, forebyggende tiltak som på sikt kan medføre samfunnsmessige gevinster i form av mindre tjenestebehov for brukergruppen. Det vil være et helsefremmende tiltak for å forebygge isolasjon, ensomhet og depresjon og dermed for å gi økt deltakelse i hverdagslivet. Det er også en fordel at resultat av samhandlingsprosjektet

blir en modell med kursmanualer som kan gjenbrukes av andre kommuner og samarbeidspartnere.

### **Resultater man forventer å oppnå, og hvordan resultatene og erfaringene er tenkt formidlet**

Modell for lærings- og mestringstilbud seniorer skriftliggjøres i en kursmanual for kursholder og deltaker. Deltakerne og likepersoner fra HLF sine innspill under gjennomføring av prosjektet vil være førende for innhold i kursmanual. Det utarbeides evalueringsrapport som legges ut på brukerorganisasjonen HLF sine hjemmesider og spres til andre kommuner. Spredningen skjer via KS-læring og det lages google site med modell, kursmanualer og evalueringsrapport. Modell med kursmanual kan benyttes uten kostnader av andre kommuner og interessenter. Evalueringsrapporten viser prosjektplan, erfaringer, suksesskriterier og fallgruver.

### **Veien videre**

Trondheim kommune har et politisk vedtak om etablering av et Mestringshus for personer med kroniske og ervervede sykdommer/skader. Tjenesteinnholdet i huset skal omhandle helsefremmende - forebyggende og rehabiliteringstilbud. Det er besluttet at lærings- og mestringstilbud for personer med sansetap skal være en del av lærings- og mestringsaktiviteten i mestringshuset. Det settes av tid i prosjektperioden for å sikre en plan for drift etter prosjektperioden. Det arbeides også videre med å gjennomgå og forbedre samarbeidsrutiner mellom de ulike aktørene innen området hørsel i nytt mestringshus. Modellen for lærings- og mestringstilbudet kan gjenbrukes av andre kommuner og samarbeidspartnere. Prosjektplanen innbefatter spredning og markedsføring av modellen.

Lærings- og mestringstilbudet kan videreføres til ulike brukergrupper med redusert hørsel. Det skal avklares med ledelsen i løpet av prosjektperioden om ressurser for å justere modellen til andre målgrupper eksempelvis yrkesaktive, flyktninger og personer med kombinerte sansetap.