



# KBT

Kompetansesenter for  
Brukererfaring og Tjenesteutvikling

## **Bruker Spør Bruker-evaluering av Sagatun Brukerstyrt Senter**

**Rapport:** 3/2017

**Skrevet av:** Christina Kildal, Dagfinn Bjørgen  
og Ingvild M. Kvisle

## **Bruker Spør Bruker-evaluering (BSB) av Sagatun Brukerstyrt Senter**

**Rapport:** 3/2017, utgave 1

**Skrevet av:** Christina Kildal, Dagfinn Bjørgen, Ingvild M. Kvisle

**Stiftelsen Kompetansesenter for brukererfaring og tjenesteutvikling**

**Adresse:** Kjøpmannsgata 33, 7409 Trondheim

**Kontakt:** [post@kbtmidt.no](mailto:post@kbtmidt.no)

**ISBN-nummer:** 978-82-93532-00-2



## **Competence and Resource Center for Service Experience and Service Development (KBT)**

KBT is a competency center working to promote the user perspective in service development.

We emphasize innovation and cooperation, which is practiced through a variety of methods, like our dialogue-based method of evaluation “User Interviews User”. For more information, see our webpage: <http://kbtmidt.no/en/home/>

KBTs main objectives are to ensure that the users’ experiences are documented and taken into account in the development of health services and institutions. By being a center of competence for service users and organizations representing this group, we convey the users’ experiences and competence in research, evaluation and education. We also provide courses and training to strengthen users in collaborating and gaining influence.

To achieve this, we work with municipalities, peer support-organizations, health organizations, and science- and educational institutes. We carry out evaluations, and collaborate with scientific institutions. It is our wish to help new ideas blossom from the users’ experiences, and the gathering and spreading of knowledge.

## **Kompetansesenter for Brukererfaring og Tjenesteutvikling**

Kompetansesenter for Brukererfaring og Tjenesteutvikling (KBT) arbeider for å bidra til bedre og mer effektive tjenester gjennom bruk av tjenestemottakernes erfaringer.

Senteret vektlegger å dokumentere tjenestemottakernes erfaringer med bruk av anerkjente forskningsmetoder innen evaluering og tjenesteutvikling.

Bruker Spør Bruker-metoden har blitt brukt i en rekke kommuner og foretak med tjenesteevaluering som formål. Se våre nettsider: [www.kbtmidt.no](http://www.kbtmidt.no).

KBT arbeider for å styrke tjenestemottakeres/brukeres og tjenesteyteres kompetanse gjennom kurs og rådgivning om temaer som empowerment, recovery og brukerinvolvering i tjenesteutvikling og forskning. Vi driver med undervisning, medforskning og innovasjon. Vår misjon er å skape bedre tjenester gjennom å dokumentere og bruke tjenestemottakernes erfaringer som grunnlag for dialog mellom tjenesteytere og tjenestemottakere.

Senteret ble startet med utgangspunkt i brukermiljøer innen Mental Helse, og har eksistert siden 2006. KBT ble en selvstendig stiftelse desember 2011. KBT tilbyr brukerundersøkelser som løfter de mindre hørt stemmer frem fra brukersiden. KBT arrangerer dialogarenaer hvor ulike perspektiver møtes med formål å forbedre og utvikle tjenestene.

## **Abstract**

Competence and Resource Center for Service Experience and Service Development (KBT) was commissioned by Sagatun Brukerstyrt Senter to do a User Interviews User (UIU)-evaluation of their services. The User Interviews User-interviews were conducted in June 2017.

User Interviews User is a qualitative and dialogue based method where former service users interview present users of a service about their experiences with said service through focus group interviews. A total of 19 users of Sagatun's services and four representatives from collaborators of Sagatun were recruited and interviewed. The documentation from these interviews was subject to analysis, which resulted in a process report. The process report was presented at a dialogue conference, where both Sagatun's service users, collaborators and employees participated to discuss the findings from the survey.

Interviewees were asked about their experiences with influence and involvement in the services of Sagatun, their opinions on the collaboration between Sagatun and other services, their motivation for using Sagatun's services and whether and how Sagatun had contributed to their recovery processes.

The evaluation shows that Sagatun contributes to recovery and empowerment through various activities, job training and a social community. The users of Sagatun's services experience support, hope and inspiration, empowerment, motivation and gain tools for discovering their own resources and pathways.

In Sagatun being a peer-driven centre, the user's experienced few demands and a freedom of choice in how to use the services. They experienced being able to influence the centre. A healthy balance between freedom and commitments seems like a key success factor for Sagatun.

Sogatun has a tight knit community which for some, especially new visitors, can feel exclusive. For it not to become a closed environment, one should continue to work on inclusiveness and the reception of new visitors.

The internal information flow can be improved. Information should be shared across different activities and sub groups, and more information channels can be used.

"Brukerstyret", the board of peers, can be further strengthened. It also seems like Sagatun can be marketed more and broader towards potential and present collaborators.

## Sammendrag

Sagatun Brukerstyrt Senter kontaktet KBT med ønske om å evaluere deres tilbud, og på bakgrunn av det ble det gjennomført en Bruker Spør Bruker(BSB)-undersøkelse i juni 2017.

BSB er en kvalitativ metode med dialogbasert tilnærming der tidligere brukere av et helsetilbud intervjuer nåværende brukere av et helsetilbud om deres erfaringer med tilbudet i et fokusgruppeintervju. Totalt ble 19 brukere av Sagatun og 4 stk. fra samarbeidende instanser rekruttert og intervjuet, og dokumentasjonen av disse utgjør materialet for analysen og rapport. Etter det ble det som en del av BSB arrangert dialogkonferanse med brukere, samarbeidspartnere og ansatte for å diskutere funnene fra undersøkelsen.

Vi spurte deltagerne om deres erfaring med bruk av Sagatun, opplevelse av innflytelse og medvirkning, samarbeid med mellom Sagatun og andre instanser, og om motivasjon, mestring og mening knyttet til recovery/bedringsprosesser.

Hovedfunn fra undersøkelsen viser at Sagatun er sterke på recovery og empowerment gjennom aktivitetene, lavterskel-arbeid/jobbtrening og det sosiale fellesskapet. Brukere opplever støtte, håp og inspirasjon, mestring og selvstyrking, motivasjon og verktøy til å finne egne ressurser og hjelp til å finne ut av veien videre.

Det at senteret er brukerstyrt gir lite krav og stor frivillighet i hvordan en vil bruke senteret, og deltagerne opplever gode forutsetninger for medvirkning. De understreket at nettopp balansen mellom frihet og forpliktelse på Sagatun er en av hovedgrunnene til at det fungerer, og at det bør beholdes slik.

Den sammensveide kulturen ved Sagatun kan for noen, særlig nye brukere, virke ekskluderende. Det bør jobbes mer med inkludering og mottaksrutiner for å forebygge at det ikke blir et lukket miljø.

Informasjonen internt på senteret kan bli bedre. Det trengs mer informasjonsdeling på tvers av aktiviteter og grupper, bedre mottaksrutiner, flere kanaler for informasjon og styrking av brukerstyret. Det etterlyses også mer informasjon om Sagatun utad til andre instanser. Det trengs mer markedsføring og innføring, og generelt tettere samarbeid med andre instanser.

## Innhold

Competence and Resource Center for Service Experience and Service Development (KBT) .....	2
Kompetansesenter for Brukererfaring og Tjenesteutvikling.....	3
Abstract .....	4
Sammendrag .....	5
Om rapporten.....	8
Begrepsavklaringer .....	8
Bakgrunn for evalueringen .....	8
Beskrivelse av Sagatun .....	8
Metode.....	9
Bruker Spør Bruker (BSB) .....	9
Gjennomføring av undersøkelsen .....	10
Rekruttering .....	10
Gjennomføring av intervjuer .....	10
Bearbeiding og analyser .....	11
Etiske problemstillinger .....	11
Hovedfunn .....	12
Beskrivelse av tilbudet.....	12
Anbefalinger – Beskrivelse av tilbudet.....	15
Hvordan tilbudet brukes .....	16
Informasjon om Sagatun .....	17
Deltagernes erfaringer med informasjon om Sagatun fra eksterne .....	18
Anbefalinger – Informasjon om Sagatun.....	20
Målgruppe til Sagatun .....	20
Anbefalinger – Målgruppe til Sagatun.....	22
Mottakelse.....	23
Anbefalinger - Mottakelse.....	25
Ansvarsfrihet og utviklingsmuligheter .....	26
Anbefalinger – Ansvarsfrihet og utviklingsmuligheter .....	28
Forutsetninger for frivillighet .....	28
Anbefalinger – Forutsetninger for frivillighet.....	29
Inkludering.....	30

Anbefalinger - Inkludering.....	32
Recovery/bedringsprosesser.....	32
Medvirkning og brukerstyring.....	36
Anbefalinger – Medvirkning og brukerstyring .....	38
Samarbeid med andre instanser .....	38
Anbefalinger – Samarbeid med andre instanser.....	40
Råd til videre utvikling av Sagatun .....	40
Anbefalinger – Råd til videre utvikling av Sagatun.....	42
Alle anbefalinger .....	43
Anbefalinger – Beskrivelse av tilbudet.....	43
Anbefalinger – Informasjon om Sagatun.....	43
Anbefalinger – Målgruppe til Sagatun.....	43
Anbefalinger - Mottakelse.....	43
Anbefalinger – Ansvarsfrihet og utviklingsmuligheter .....	43
Anbefalinger – Forutsetninger for frivillighet.....	44
Anbefalinger - Inkludering.....	44
Anbefalinger – Medvirkning og brukerstyring .....	44
Anbefalinger – Samarbeid med andre instanser.....	44
Anbefalinger – Råd til videre utvikling av Sagatun.....	44
Oppsummering.....	45
Fra dialogkonferansen.....	46
Gruppearbeid 1: Hvilke funn fra BSB oppleves viktig å gripe tak i? .....	46
Gruppearbeid 2: Kvaliteter som vil beholdes.....	47
Gruppearbeid 3: Mulige tiltak .....	48
Referanser: .....	51
Intervjuguide til bruker-intervju.....	52
Intervjuguide til samarbeidsparter-intervju.....	53



## **Om rapporten**

Denne sluttrapporten er utarbeidet på basis av gjennomført BSB evaluering.

I kapitlet «hovedfunn» blir funnene gjennomgått. Dette er en kvalitativ studie, og vi har ikke samlet inn noen kvantitative data. Dimensjonene som fremkommer for hvert tema/fenomen blir fremstilt med sitater som er ment som illustrasjon. Bak sitatene er det som oftest flere uttalelser og som gir et bilde for våre anbefalinger. Synliggjøring av sitatene gir også leseren selv mulighet for tolkning.

I delen av rapporten «Hovedfunn» vil erfaringene til brukerne av Sagatuns tilbud bli gjennomgått først. Samarbeidspartneres erfaringer med samme tema vil komme i tilknytning, merket med «Samarbeidspartneres erfaringer – [tema a]», etter brukernes erfaringer med [tema a].

Anbefalingene i rapporten fremkommer på basis av hva deltagerne i intervjuene og dialogkonferansen har kommet med, og våre vurderinger.

## **Begrepsavklaringer**

I rapporten har vi brukt «deltager» om de som deltok i intervjuene, og som hadde erfaring med å ha brukt Sagatun brukerstyrt senter.

Det ble gjennomført et intervju med samarbeidspartnere av Sagatun, blant annet fra NAV og kommune. Disse omtales som «samarbeidspartnere».

## **Bakgrunn for evalueringen**

Sagatun kontaktet KBT for å gjennomføre en evaluering av deres tilbud med fokus på hvordan tilbudet kan videreutvikles.

## **Beskrivelse av Sagatun**

Sagatun brukerstyrt senter på Hamar er et av fem regionale brukerstyrte sentre i Norge med både lokale og regionale tilbud. Sagatun brukerstyrt senter har mål om å være et knutepunkt for recovery og et ressurs- og kompetansesenter for brukerstyring, brukermedvirkning og organisasjonsarbeid.

Senteret er rusfritt, med rom for alle og til bruk for alle. Hovedmålgruppa er mennesker i en vanskelig situasjon enten på grunn av psykisk helseutfordringer, rusproblemer og/eller andre livsutfordringer. Frivillighet står sterkt i sentrum og det er brukerne selv som velger hvordan man bruker senteret. Det er et sted å gå til og en sosial møteplass – uten henvisning; sykdomshistorikk og diagnoser er ikke relevant.

Sagatun tilbyr aktiviteter som blant annet kreativt verksted, sport og fysisk aktivitet, musikkverksted, foto- og redaksjonsgruppe, friluftsliv, overnattinger, bowling og matlagingskurs. Det arrangeres også temakvelder, fester og reiser etter høytid og sesong. Det er brukerstyret, som består av brukere av Sagatuns tilbud, som er ansvarlige for styringen av aktivitetene.

*«Drømmenes hus – Vi bygger hverandre i fellesskap»*

Sagatuns aktiviteter bygger på empowerment og recovery; å styrke brukere til en aktiv rolle i eget liv gjennom kunnskap, kraft og mestring. Alle har viktige ressurser og deltar ut i fra egne forutsetninger og muligheter. Sagatun er en arena for å bygge seg selv, og finne mening og livsglede. Senteret tilbyr kurs i recovery/selvstyrking som handler om å få tilbake troen på seg selv og sine muligheter, og bidrar til utvikling og mestring. De har også refleksjons-/dialoggrupper der en i fellesskap kan bevisstgjøre og drøfte egne valg og tanker.

Mange som kommer dit har et ønske om å kunne komme ut i arbeid etter hvert, og ønsker struktur, forutsigbarhet og faste rutiner. Senteret tilbyr diverse kurs, arbeidstrening, arbeidspraksis og lavterskel-arbeid; Café-kjøkken, sikkerhetsrutiner, miljøarbeid, hagearbeid, oppussingsarbeid og generell drift av huset. Her kan man prøve ut egen arbeidsevne og tilegne seg relevant kunnskap og erfaring for fremtidig utdanning eller ordinær jobb.

Kursene knyttet til recovery, selvstyrking og prosessleder er en del av «Verktøykassa for brukermedvirkning», som retter seg mot både ansatte i hjelpetjenester, brukerorganisasjoner og enkeltindivider. Målet er å fremme brukernes stemme og rettigheter, og sammen med hjelpetjenestene få til reell brukermedvirkning og brukerstyring gjennom kompetanseheving og fokus på brukerperspektivet i praksis. Dette er et regionalt og nasjonalt oppdrag.

I dette prosjektet har vi konsentrert oss om det lokale og regionale tilbudet ved Sagatun. (Sagatun Brukerstyrt senter)

## **Metode**

### **Bruker Spør Bruker (BSB)**

Metoden Bruker Spør Bruker har i over lang tid blitt brukt til dokumentasjon av brukerperspektiv og dialogbasert tilbakemelding. Metoden har blitt mye brukt til å evaluere tjenestene til voksne brukere.

Bruker Spør Bruker (BSB) er utviklet for å involvere brukere i arbeidet med å samle inn og analysere data for å få til kvalitetsforbedringer av ulike tiltak innen helse- og sosialetaten. Metoden ble utviklet i prosjektet «Kvalitetsforbedring gjennom brukererfaring» fra 1997 til

2000 som ble finansiert av den gang Sosial- og helsedepartementet (Bjørngen og Westerlund 2000). Metoden går ut på at tidligere brukere av et helsetilbud får opplæring og tilegner seg kompetanse i fokusgruppemetode. Deretter engasjeres de til å intervju en tjenestes brukere om deres erfaringer og opplevelser av kvalitet. Metoden er en kvalitativ tilnærming til innsamling og dokumentasjon av brukeres erfaringer og har en dialogbasert tilnærming. Resultatene fra fokusgruppeintervjuene blir grunnlag for dialogbaserte møter mellom tjenesten og brukeren med den hensikt at man skal oppnå en felles virkelighetsforståelse og se på mulighetene til forbedringer.

Ved at man intervjues av noen som har lignende erfaringer vil relasjonen mellom forsker og intervjudeltager bli kvalitativt forskjellig fra en tradisjonell evaluering. Der en tradisjonell intervjuer/prosessleder lett blir knyttet til den tjenesten som evalueres, eller at han/hun oppfattes som en del av tjenesten i kraft av en posisjon som tjenesteyter/helsepersonell, vil en ekstern intervjuer med brukererfaring lettere markere en uavhengighet til tjenesten.

## **Gjennomføring av undersøkelsen**

### **Rekruttering**

Deltagerne ble rekruttert av Sagatuns ansatte.

Det ble både rekruttert personer som brukte Sagatun mye og lite, og noen som hadde sluttet å bruke Sagatun.

Det ble gjennomført et intervju med samarbeidspartnere av Sagatun. I intervjuet deltok representanter fra NAV, kommune og spesialisthelsetjenesten.

Totalt ble det intervjuet 19 av senterets brukere og 4 samarbeidspartnere.

### **Gjennomføring av intervjuer**

Intervjuene ble gjennomført i biblioteket hos Sagatun, fra 20. til 22. juni i 2017.

Deltagerne fikk informasjon om undersøkelsens formål og at de kunne trekke seg fra intervjuet hvis de ønsket. De ble også informert om intervjuernes taushetsplikt, og de ble bedt om å holde en moralsk taushetsplikt overfor hverandre. Intervjuene ble tatt opp med en båndopptaker, noe alle deltagerne samtykket til.

Intervjuene ble gjennomført etter en intervjuguide (se vedlegg), og vi spurte deltagerne om erfaringer med bruk av Sagatun, opplevelser av innflytelse og medvirkning, samarbeid med mellom Sagatun og andre instanser, samt opplevelse av mestring, mening og recovery/bedringsprosesser.

## Bearbeiding og analyser

Intervjuene har blitt transkribert ordrett og analysert ved hjelp av dataprogrammet Nvivo. Sitatene er kodet etter temaene fra intervjuguiden, i såkalte *noder*<sup>1</sup>. Det er videre gjort en analyse ved å se kodene på tvers. I tillegg var intervjuernes egne opplevelser fra intervjuene med som bakgrunnsteppe for analysen.

Gjennom analysen har vi satt materialet opp mot begreper som *hjelp til selvhjelp, recovery og empowerment*.

Selvhjelp kan defineres som ”.. å ta utgangspunkt i opplevelsen av eget problem, gå inn i en prosess sammen med andre, for gjennom denne å erverve innsikt som aktiverer bruk av egne erfaringer for å oppnå forandring.” Norsk Selvhjelpsforum. En av bolkene i gruppearbeidet under dialogkonferansen handlet om hva deltagerne savnet i rapporten, og her snakket de blant annet om relevante spørsmål som burde vært stilt i intervjuet.

Recovery har Sagatun definert til å være som en spontan og naturlig hendelse, som konsekvens av behandlingsintervensjoner og hvor man bærer håpet/ambisjonen om et godt meningsfylt liv til tross for svikt i helse. De bruker også ordet *bedringsprosess* for recovery.

Empowerment har Sagatun definert som *egenstyrking*, basert på kraften og kunnskapen som ligger i egen erfaring. Det handler om bevisstgjøring av muligheter, og å bidra til at «den enkelte finner sine interesser og ressurser, opplever mening og mestring, får tilbake troen på seg selv og styrker evnen til å mestre eget liv» (Sagatun Brukerstyrt senter).

BSB spørsmålene var ikke innrettet mot å definere disse begrepene. Da recovery er sentralt for Sagatun har vi viet en del tid i intervjuene på dette.

## Etiske problemstillinger

Selv om vår opplevelse var at deltagerne i intervjuene snakket åpent, så kan fokusgrupper i et miljø hvor mange kjenner hverandre og jobber sammen medføre lojalitetsutfordringer som gjør at kritikk blir holdt tilbake. Det var viktig at alle hadde mulighet til å kontakte oss etter intervjuene selv om ingen gjorde dette.

Sitatene er anonymisert med hensyn til navn og steder. Når det beskrives funksjoner vil det være uunngåelig knyttet personer og er derfor en begrensning med hensyn til anonymisering.

---

<sup>1</sup> En *node* er en samling referanser om et bestemt tema, sted, person eller annet interessepunkt.

## Hovedfunn

### Beskrivelse av tilbudet

Den generelle beskrivelsen av tilbudet var at Sagatun er et trivelig sted med positiv ånd og god stemning. Deltagerne var stort sett fornøyde med tilbudet. Åpenheten og folkeskikken gjør at de føler at det er lett å finne tilhørighet her. Deltagerne trakk frem inngangsdøra som en port inn til følelsen av ro og senkede skuldrene.

*«Fantastisk. Et sted hvor man rett og slett bare senker skuldrene så fort en kommer hit. Om man har en elendig dag, så blir dagen litt bedre når en kommer hit. Det er alltid en mulighet for at dagen kan gå fra meget mørk til mye bedre når en kommer hit.»*

Flere brukte også ordene *samfunn* og *kollektiv* fremfor *tiltak*, og nettopp det at Sagatun ikke er et behandlingssted er det viktigste for mange. En deltager trakk frem at en *«slipper å prate om sykdommer og sånne ting, det synes jeg er veldig viktig»*.

Det blir særlig lagt vekt på det åpne og aksepterende miljøet Sagatun har. Tilbudet er lagt opp til at alle skal kunne delta, og alle har en moralsk taushetsplikt som gjør det tryggere. Her trenger en ikke bekymre seg over å bli dømt fra andre; en kan være seg selv og blir møtt på at det er bra nok.

*«Det jeg synes er viktigst og det beste, det er vel at når du kommer hit, så bryr de seg ikke så veldig mye om hva du har gått gjennom eller hva du sliter med, eller noe sånt noe. Det er sånn... alle er like gyldige, egentlig. Ser mennesket som et menneske og ikke hvordan en kler seg og hva de er sånne ting. Det er vel det jeg synes er det beste og det viktigste»*

Det viktigste ved Sagatun er at det er et sted å gå til for å få mening, rutine og struktur i hverdagen. Flere av brukerne står utenfor arbeidslivet, har slitt med å komme seg ut og ofte lenge kjent på ensomheten og stigmaet rundt det. Derfor blir det viktig å ha et sted der en kan høre til, og få til en ny hverdag med mål og mening.

*«det er rutine og at du har mål og mening da, med hverdagen. Sånn som jeg absolutt ikke hadde for en stund siden, liksom.»*

Senteret er også en arena for sosialt samvær og støtte. Mange har behov for å komme seg bort fra gamle negative miljøer. Deltagerne trekker frem at tilbudene får frem fellesskapsfølelsen gjennom å møte likesinnede og få samhold.

*«Det (Sagatun) trengs. Mange ensomme sjeler rundt her, som trenger litt sånn lavterskeltilbud.»*

*«Vi er jo sosiale skapninger alle sammen. Og jeg tror det er noe Sagatun tilbyr bedre enn alt annet innenfor det markedet her, et sted en kan føle tilhørighet.»*

Tilbudene ved Sagatun gir brukerne muligheten til å oppleve ting som de ellers ikke ville fått opplevd, og det kommer mye verdifullt ut av dette.

*«Hvis du har et kjedelig liv da fra før, før du er her liksom, da gjør du bare det samme igjen og igjen, du har jo ingen opplevelser i livet ditt, stort sett da. Når du kommer hit så får du blitt med på tur oppi fjell og, sånne ting du aldri trodde du skulle gjøre.»*

Sagatun tilbyr et bredt mangfold av aktiviteter, og det er alltid noe å gjøre her. Oppsummert så er deltagerne svært fornøyd med aktivitetstilbudene; de beskriver verdifull aktivisering som fyller et tomrom de har fått som ufør eller syk, og påpeker at de har stor innflytelse selv på det som skjer.

Noen mener opplegget på temakveldene krever for mye konsentrasjon, og etterlyser mer variert aktivitet.

*«Jeg tenkte litt i forbindelse med det, på en som sa at her er det litt for mye temadager og litt for mye sånn... ja, som du sa litt nå om, at det var, det var ikke deg jeg tenkte på nå, men det blir for mye å konsentrere seg rundt, med sånne temadager. Hvor vi sitter da og, det er foredrag og foredrag, også gjør vi oppgaver, og det er ikke alle det er noe... få en balansegang på det og andre aktiviteter.»*

Mange beskriver Sagatun som en mellomstasjon. For eksempel kan man være på Sagatun mens man er på vei fra arbeidsledighet og skal til noe annet, og trenger bistand for å komme videre. Senteret kan være en arena for å finne ut mer om seg selv, hva man trenger og hvordan en skal gjøre det.

*«Det er vel ikke jobben til Sagatun å få folk videre eller, det er vel NAV som har den jobben, så er dette er lavterskeltilbud mens man venter på hva man duger til eller finne ut om seg selv. Man kan teste seg selv her så kan man samarbeide med senteret om hva man kan gjøre videre.»*

Sagatun har flere arbeidsrettede tilbud. Deltakerne mener at det trengs et sted som dette for å få nok tid og bistand før en går ut i arbeid, fremfor at en blir kastet ut i det før en er

klar, og det ender opp med å gå galt. Det er viktig å bevare jobbmulighetene på senteret. Sagatun har også mye kompetanse om blant annet NAV som er relevant for de fleste brukerne, og kan være behjelpelig i forhold til rettigheter, reglement og bedre ordninger.

Sogatun beskrives å bidra til en praktisk tilnærming til å jobbe med de problemstillingene man ellers jobber med i terapi eller behandling.

*«Det er bedre i forhold til de som jobber her og de andre brukerne. Det er mye mer naturlig. Forholdet mellom samtaleterapeut og meg som bruker... det førte egentlig til null og niks. Her får jeg litt mer perspektiv. En ting er å høre på folks profesjonelle oppfatning, en annen ting er å sette ting ut i livet, mer praktisk, gjøre ting mer praktisk».*

Dette henger i tråd med senterets fokus på recovery og empowerment; tilbudene gir et innhold i hverdagen, og hjelper en til å ta tak i sine ressurser og til finne ut hva man vil på veien videre. En sier at det er «hjelp til selvhjelp på det stedet her»; selve jobben må en gjøre selv, men Sagatun blir sett på som en lagspiller på vei til å komme seg på beina igjen.

*«det er ikke så mye prat om hindringene våre. Det er egentlig hvilke muligheter har vi, hva kan vi, hva kan vi utrette?»*

Deltakerne snakket om at Sagatun retter seg etter individuelle behov. En kan bruke tilbudene som avlastning, som en sosial møteplass, aktivisere seg etter interesse eller med mål om jobb.

*«du kan være her for ditt behov da. Det er det jeg synes er det positive med det her, at du kan på en måte skreddersy det til hva du trenger da. Noen trenger kanskje bare én gang i uka, andre føler at de trenger fem dager i uka, da kan de få det. Det er det jeg synes er bra med det, da.»*

Sogatun tilbyr «frivillighetsavtale» for de som ønsker litt mer forpliktelse og konkret arbeid når de er på Sagatun.

*«frivillighetsavtalen er mer sånn at når du kommer da, så har du oppgaver. Når du først kommer så vet du hva du skal gjøre da. Så det er mer med det, egentlig. Det er ikke noe som binder at da og da må du komme, liksom. Det er mer det at du har det skriftlig at du har noe å gjøre når du faktisk er her da.»*

### **Samarbeidspartnerne erfaringer - Beskrivelse av tilbudet**

Når samarbeidspartnerne skal beskrive stedet Sagatun, så fremhever de det at det er brukerstyrt. De er veldig opptatt av at folk skal hente nytte ut i fra sine egne behov. Det er i stor grad brukerne selv som styrer hvordan de bruker senteret.

*«Noen kommer hit og er her hver dag det er åpent, mens andre kommer og bruker tilbudene og detter litt sånn inn og ut, og noen kommer hit og spiser middag og går igjen. Det brukes på alle måter.[...] Man kan til og med få egen nøkkel så man har mulighet til å komme hit å holde på etter stengetid da.»*

Dette er et lavterskeltilbud uten henvisning, og det er enighet om at det er en av hovedgrunnene til at stedet fungerer så godt. Her kan en være seg selv og jobbe ut i fra det, istedenfor å ha stemplet «pasient» med tilhørende fastsatte retningslinjer.

*«Det er jo litt dette her de går fra å være pasient til person og, at de ikke er diagnosen sin. [...] Slipper stigma.»*

Sagatun har et bredt spekter av aktiviteter samt. lavterskelarbeid som kan være et springbrett ut til arbeidslivet. Samarbeidspartnerne opplever at dette er gode forutsetninger som brukerne får utbytte av.

*«Her er det aktivitet, og her kan man ta tak i sitt eget liv og ta noen steg videre, og det sosiale og, det skjer mye som gjør at man kan utvikle seg her da, som kan gi endring og bedring og»*

Dialog-/refleksjonsgruppene blir trukket frem som et positivt tilbud med tema som er aktuelle for de som deltar. Gruppene bidrar til å bedre innsikten i egen livssituasjon, og til refleksjon om valg man tar.

*«Det starter jo refleksjoner der man på en måte kan kanskje få en annen innsikt i hvordan en lever livet sitt da, og der ut ifra så kan man jo ta et valg om man vil eventuelt fortsette å ha det som man har det eller da gjøre en endring da. Det er vel kanskje det som er hovedmålet til refleksjonsgruppa; å begynne å tenke litt rundt sin egen livssituasjon.»*

Det blir også trukket frem som positivt at senteret har en viss geografisk avstand til rus og rusmiljøet. Dette kan bidra til å skape større avstand mellom brukeren og rusen.

### **Anbefalinger – Beskrivelse av tilbudet**

- Noen av Sagatuns viktigste kvaliteter synes å være få krav ved oppstart, ingen krav til henvisning og fokuset på mulighetene. Fortsett med dette.
- Det kan være mer variasjon på temaene og formen på temakvelder.



## Hvordan tilbudet brukes

De som bruker Sagatun velger selv på hvilken måte de vil bruke senteret. Noen er her for hverdagsaktivitet eller recovery, mens andre for sosial støtte eller fordi de har et mål om å komme ut i jobb. Det å få bestemme helt selv ut i fra tilstand og behov fører til mer relevant og bedre utbytte for den enkelte.

*«det stedet her er både for folk som deg da, med kreativt verksted og sånne ting, men jeg er en sånn som vil ut i noe fast igjen, og bruker det her som et springbrett. Så det er veldig todelt. For den plassen her kan gjøre det samme... for en som vil det, som meg, så har det her like mye betydning for at jeg finner ut at jeg kan komme ut i fast jobb eller studere nå, som jeg skal.»*

Det går igjen at mange ser på senteret som en slags mellomstasjon i livet, en fase der en gjerne har kommet seg opp av det verste, men trenger støtte, ressurser eller noe å gå til for å komme seg videre, før en skal finne seg jobb for eksempel. At Sagatun ikke er behandlingsted, men en stasjon med muligheten til å «riste av seg institusjonen» er av stor betydning for mange. Å få tid til å styrke seg selv, finne ressurser, bygge opp hverdagen, tilpasse seg mer forpliktelse, ansvar og krav, og å drøfte veien videre er en viktig del i en bedringsprosess. Her kommer empowerment tydelig frem.

Særlig det å ha noe å gå til og det få mening i hverdagen blir understreket. En del snakker om det å ha levd mye alene med innholdsløse dager, med eller uten rus, etter at de havnet utenfor arbeidslivet. Så det å bygge opp en helt ny meningsfylt hverdag og få tilbake verdien i livet er veldig aktuelt.

### **Samarbeidspartnerne erfaringer - Hvordan tilbudet brukes**

Samarbeidspartnerne opplever at hovedmålene med Sagatun er å kunne tilby noe å gå til, mening – uten rus -, retning og struktur i hverdagen til folk i en vanskelig livssituasjon. Mange som kommer til Sagatun mangler nettopp dette, og det blir derfor en viktig utfyllende del i behandlingsprosessen og i livet.

*«Det kan være attraktivt på mange måter for noen da. Noen har kanskje behov litt utover også det sosiale; denne strukturen, og de ønsker noe mer fremover i forhold til utdanning eller jobb da.»*

Samarbeidspartnerne mener at senteret kan være en start eller en mellomstasjon med sosial bistand for å styrke seg selv til å komme mer ut i livet igjen.

*«Det blir jo sett som et sånt tilbud da i forhold til det å være i en prosess og på en måte, ja begynne å få et nytt sosialt nettverk, så det blir jo ansett som et bra tiltak for de som kanskje ikke har noe fra før da, og kanskje ikke burde gå tilbake til det gamle. Så det står jo ganske i stil med det vi tenker er riktig som en begynnelse.»*

Det er også til bruk som en sosial møteplass og et aktivt miljø, der en kan møte andre i vanskelig livssituasjon/med lik type utfordring.

*«Det er en del av de som ikke har noe særlig sosialt nettverk og, og det å komme hit kan være det de har, og da blir det viktig altså.»*

Sagatuns lokale tilbud synes å bli mest brukt som mellomstasjon på en personlig vei til større individuell mestring. For andre er tilbudet mer å fylle behov for sosial møteplass og positiv aktivitetsplass

### **Informasjon om Sagatun**

Deltagerne har opplevd å bli møtt med tydelig informasjonen rundt regelverk på Sagatun, og synes det er enkelt å forholde seg til. De fleste har ved første besøk fått klar beskjed om nulltoleranse for rus og om moralsk taushetsplikt. Deltagerne understreket at god informasjon ved første møte er viktig for raskest mulig å finne rammene rundt senteret og seg selv.

Aktivitetskalenderen blir trukket frem som et positivt tiltak, den gjør det lettere å holde oversikt over alt som skjer og gir bedre forutsigbarhet:

*«Det er litt greit, for at da vet man at på den dagen, og da er folk ute og, hvis det er en friluftslivsdag og jeg ikke vil være med på det, så vet jeg at den kaffen får jeg da vente med til dagen etter, når det ikke er så mye. Det er jo litt sånn da. Så en er jo ansvarlig selv for også å aktivisere seg her da.»*

De fleste mener likevel at informasjonen rundt det som skjer på senteret er for mager. Ofte blir ting tatt opp kun i de faste gruppene, gjerne innad i aktivitetene, og deles ikke videre ut. Dette fører til at brukere går glipp av muligheten til å være med på aktiviteter, i tillegg til et mer lukket miljø.

*«hovedgreia er vel at det burde vært litt mer sånn åpent om hva som faktisk skjer, og ting burde faktisk bli sagt litt mer offentlig da. For mange ganger så er det aktiviteter som man kunne tenkt seg å være med på, som man ikke helt får med seg, for det blir... noen ganger så føles det som om det blir sagt til en liten gruppe og ikke til alle, da. Det blir ikke veldig bra formidlet.»*

Sagatun har ulike kanaler for informasjon, og deltagerne mener at de bør bli flinkere på å bruke flere av dem samtidig. Hindringer som sykdom kan føre til at informasjon glipper for mange om den bare er delt på én plass, samtidig som det er for lite påminning.

Brakerstyret kunne i større grad blitt benyttet til informering. Deltagerne mente at brukerstyret kan være en mer direkte mellommenneskelig kilde for å opplyse om og inkludere til aktivitet. Kanskje hadde flere involvert seg mer i arbeidet om de hadde vært mer profilert.

*«Kanskje få et litt mer synlig brukerstyret, da. At de i brukerstyret går rundt til brukerne; - har du fått med deg at det er den og den aktiviteten i dag? Har du lyst til å være med?»*

Mye blir delt via SMS og det er praktisk for flestparten. Problemet er derimot at ikke alt blir sendt på SMS og ikke alt blir sendt til alle; det kan virke som noe informasjon kun deles innad i grupper.

Nettsider og Facebook blir også brukt for å spre informasjon, men ikke alle deltagerne kjente til dette. Deltagerne understreket å benytte flere informasjonskanaler med tanke på at ikke alle bruker Facebook. Det er også et poeng at det i vanskelige perioder eller mørke dager kan være utfordrende å bevege seg inn på sosiale medier.

Noen av deltagerne opplevde at ansatte forsvinner på kontorene og er opptatte med andre arbeidsoppgaver. De etterlyser mer informasjonsflyt internt på huset på hvem som holder på med hva og hva som skjer hvor.

### **Deltagernes erfaringer med informasjon om Sagatun fra eksterne**

Det er stort sett andre instanser som er inngangsporten til Sagatun, og derfor har samarbeidspartnerne en sentral rolle i å opplyse om og anbefale stedet. Det krever nok kunnskap om selve plassen for å kunne informere, og vurdere hvem tilbudet kan passe for. Ikke minst krever det også troa på at dette er et sted som fungerer for å kunne motivere folk til å bruke det. For å få til dette må samarbeidet styrkes fra begge sider.

Flere hadde positive historier om at de fikk tips og rådgøring fra ansatte i eller så brosjyrer fra andre instanser, som ble startskuddet til et positivt og nyttig forhold til Sagatun.

*«var hun som på en måte klarte å overtale meg, ja. Helseteamet, da. Så hun skal ha, på en måte, ha for det..»*

*«Og jeg måtte ha hjelp til å, egentlig finne ut av Sagatun og, egentlig, via en offentlig etat da, som ga meg tips. Fordi jeg sto på venteliste på komme inn i... en aktivitet for å komme ut i jobb. Så bare tipset de Sagatun.»*

Det kommer likevel frem at det er ikke uvanlig å oppdage senteret ved tilfeldighet, og det er litt synd når andre instanser sitter med en stor målgruppe som kunne dratt nytte av tilbudene ved senteret.

*«Og jeg snakket med, før jeg ble utfør da, NAV-kontakten min. Nei, hun hadde ikke hørt om det, legen min hadde ikke hørt om det. Så som sagt, det hørte jeg av sønnen min.»*

For lite informasjon kan gi misoppfatninger og urealistiske forventninger, og bildet en danner seg før møtet er gjerne avgjørende for om det blir noe møte. Det går igjen at en del trodde Sagatun var et behandlingssted eller institusjon, eller at de trodde at det kun var for (tidligere) rusmisbrukere. Uklarhet fører lett til utrygghet; feilinformasjon og for lite informasjon fører til tap av potensielle brukere.

*«mange andre instanser skal ha det til at dette er et behandlingssenter da. Det er jo helt feil. At du bare skal være her og ikke være på DPS lenger. Folk blir jo nesten redd for at de skal, redd for å komme hit i det hele tatt da.»*

Samarbeidspartnerne må få mer kunnskap om Sagatun for å få tilstrekkelig forutsetning for å kunne opplyse om og anbefale stedet. Det betyr at Sagatun må være mer konkret og tydelig på hva de er og hva de tilbyr.

*«Jeg tenker at noe som jeg har savnet er informasjon herfra og ut til andre organer som kan fange opp brukere, og sende, informere»*

*«jeg tror at det er utrolig viktig at vi øker, øker litt på den her markedsføringen av oss selv, jeg, rundt i området. Og på forskjellige måter. Ikke nødvendigvis bare å levere ut brosjyrer, men at vi må markere oss enda mer, på flere måter, sånn at vi synes. Og klare å si noe om hvilke resultater flere av oss har ved å ha vært her. Synliggjøre det på en god måte, det tror jeg er viktig»*

Deltagerne understreker at informasjonen må gis jevnlig til samarbeidspartnerne: *«Også ikke bare da informere én gang, også går det ti år, men gjør det med jevne mellomrom.»*

I tillegg til opplyste ansatte og brosjyrer, kan nettsidene og Facebook bli mer brukt som informasjonskanaler til eksterne.

*«at de kan henvise til den sida da(nettsidene og Facebook-siden). Til bruker. Hvis du er interessert i å lese om Sagatun, så kan du gå inn der og der. Men det med at de her er aktive ut er jo helt avgjørende.»*

### **Samarbeidspartnerne erfaringer - Informasjon om Sagatun**

Sagatun bør være mer konkret og synlig med hva de vil tilby og hva slags sted de ønsker å være, slik at samarbeidspartnere får mer kunnskap og oversikt til å videreformidle og anbefale stedet. Dette gir også framtidige deltagere bedre visshet om hva de kan forvente, og kan senke terskelen for å oppsøke senteret.

*«Kanskje de skal være mer synlige utad; hva de ønsker å tilby da.[...] Jeg tenker litt for vår del og, for vi kan formidle tilbudet videre. Vi møter mange da, i kommunen.[...] Hva er det vi skal formidle for at det skal treffe best»*

### **Anbefalinger – Informasjon om Sagatun**

- Være mer klar og konkret på hva Sagatun er og tilbyr til samarbeidende instanser.
- Bruke nettside og sosiale medier som informasjonskanal i større grad, og ha jevnlig oppdatering av informasjonen om Sagatun på nett.
- Forsøke flere måter for åpen deling av informasjon på tvers av aktiviteter/grupper internt i senteret.
- Bruke de ulike informasjonskanalene bedre; gjentakelse av den samme informasjonen og påminnelser på alle kanalene.
- Engasjere brukerstyret til å informere i større grad.

### **Målgruppe til Sagatun**

Vi spurte deltagerne hvem de synes Sagatun passer for, og om det var noen målgrupper som de erfarer at Sagatun ikke passer for.

Sagatun vil være et sted som tar i mot alle typer mennesker uten hensyn til diagnoser og historikk.

*«jeg ser jo Sagatun som en plass du kan komme og være deg selv, samme hvem du er. Altså, du må ikke komme hit med en sykdomshistorie eller psykisk helse-problemer*

*eller et eller annet. Du kan være hvem som helst, bare komme hit og være her og være sosial med folk.»*

Til tross for det så er det avgjørende at en har lagt eventuell periode med aktivt rusmisbruk bak seg, og er klar for å ta et steg videre på eget initiativ. En må selv ha lyst på endring for å få til en endring.

*«du må ha lyst til det selv. Sitter du hjemme og ser i veggen og egentlig ikke, har lyst til bare å sitte hjemme og se i veggen, så vil du aldri komme, uansett hvilket tilbud du får. Har du lyst på, har du ikke lyst selv til en bedring, eller til en endring, så kommer du deg ingen plass. Og der er det kanskje mange som stopper.»*

På spesifikt spørsmål om det er noen Sagatun ikke treffer, så snakket deltakerne om at de som ikke er nok frampå eller psykisk sterke nok kan falle litt utenfor.

*«man blir ikke liksom bare satt i arbeid her, så det er jo hva... det er jo å finne hva man er interessert i og hva man vil ta del i da. Så det er viktig. Og hvis man da ikke er så veldig frampå på det personlig, så kan man, kan det være litt vanskelig å finne seg til rette.»*

*«vi har jo sett noen ganger at det er noen som har blitt sendt hit fra andre steder, og sagt at du skal være her, også er de ikke psykisk sterke nok ennå. Har ikke kommet så langt.»*

Noen trekker frem at de forventningene en har før en kommer til senteret er med på å avgjøre hvem som velger å komme og ikke.

*«Men i og med at jeg trodde det var folk som satt og var helt sløve her og sånn, ikke sant, men det er litt sånn tankekors, om alle, om det er godt nok opplyst om det, egentlig? For kanskje folk vegrer seg og, nettopp på grunn av det?»*

Det å legge mer vekt på opplegget rundt de første besøkene bidra til å favne om flere. Terskelen for å komme alene til et helt nytt opplegg på et fremmed sted er stor, og derfor har mange ønske om å ha med følge dit, og ønsker å varme opp med flere besøk før de begynner å bruke stedet.

*«det gikk fortsatt en del uker før jeg gikk hit alene. Så det kan hende at det er flere som må ha introduksjon på en tre, fire, fem ganger også, i verstefall, ikke sant? At de har med noen. [...] noen treffer du med en gang på ett besøk, ikke sant? Mens andre må ha flere besøk og noen treffer du ikke i det hele tatt.»*

### **Samarbeidspartnerne erfaringer – Målgruppe til Sagatun**

Samarbeidspartnere vurderer hvem som passer og ikke passer til Sagatun på bakgrunn av forventningene de har til senteret. Det var stor enighet i gruppa om forventningene oppimot målgruppa, og de henger i tråd med brukernes opplevelser.

De tenker at senteret egner seg for alle som har utfordringer og som har kontakt med helsevesenet.

*«Jeg tror det egner seg for egentlig alle som type har noen utfordringer eller som kommer i kontakt med helsevesenet, men jeg tror det er litt hva man gjør det til selv da, kommer man inn og er negativ så vil man ikke ha noen nytte ut av det.»*

Det presiseres likevel at en er nødt til å være klar for og motivert til å ta tak i eget liv, og at opplevelsen og utbytte avhenger deretter. Vilje og god innstilling er forutsetninger.

*«Det er de som ser det at det blir hva en gjør det til, det er de som kommer videre her og. Som er villige til å ta tak i livene sine.»*

De som ikke har en slik type innstilling eller ikke er klare for å ta steget å endre livet sitt er gjerne de som faller ut.

*«De som er klare for å ta tak i livet sitt da, ellers så vil det fort gå ut att.»*

Noen kan også oppleve at det blir litt for tett på, eller at en selv ikke har nok initiativ til å få nytte av tilbudet.

*«For noen så blir det, kan det virke litt for tett da.»*

### **Anbefalinger – Målgruppe til Sagatun**

- Det er viktig å fortsette med å ivareta nye brukere, for eksempel gjennom flere «oppvarmingsbesøk» eller ved at en samarbeidspartner er med som følge de første gangene.

## Mottakelse

Den første kontakten og mottakelsen har ofte en avgjørende betydning for hvorvidt en ønsker å komme tilbake å bruke tilbudet eller ikke. De fleste har oppsummert et godt første møte.

Deltagerne mener at rutinene rundt mottakelsen er gode, og at en føler seg velkommen på Sagatun. Å tilpasse etter den enkelte på denne måten er med på å sikre at nye brukere finner tilknytning og trygge rammer rundt seg.

*«Så det er etter hvilken... når du kommer hit så får du, det første de gjør når du kommer hit er jo at vi prater med en ansatt og får (?): hva er dine utfordringer? Også blir du plassert litt på de ansatte etter... hvem du kan passe sammen med, og den som kanskje kan litt om dine utfordringer da, på en måte.»*

*«Og jeg synes det var en veldig god mottakelse. Det at vi alle gir en klem når vi kommer er jo en sånn en veldig sånn varm måte å bli fortrolig på, tenker jeg da. Og det synes jeg er veldig bra. At du føler deg velkommen. Ja. Og blir sett, ikke minst. Det er det jeg synes har vært det beste, og jeg grudde meg ikke neste gang jeg skulle hit da. Det gjorde jeg ikke.»*

Det er i midlertidig ikke alltid slik at de som jobber på Sagatun er tilgjengelige eller har nok tid til at rutinene kan følges opp. Deltagerne er enige om at det blir lagt for lite vekt på å oppfordre folk til å komme tilbake, og det kan fort føre til at potensielle brukere ikke føler seg ivaretatt og faller i fra.

*«gi dem den oppbackingen til... det er lite inkludering, sånn i startfasen, føler jeg. Så å kunne være litt mer aktiv... ja, inntil brukere føler seg hjemme og kan slappe av og være trygge.»*

Det går igjen at mange ønsker følge av en kjent person første gangen, og kanskje flere ganger, for å gjøre dørstokkmila kortere og prosessen tryggere.

*«Hvis det er noen av brukerne som skal ha omvisning, ta en med seg uansett da, hvis en er usikker, de første gangene. Jeg gjorde jo det, jeg tok jo med meg (navn), de første gangene: (navn), kan du være med meg i dag, for i dag føler jeg meg ganske utrygg og usikker. Så kan du være med, så blir de jo med og følger opp.»*



De som tar seg av omvisningen har et stort ansvar når det gjelder førsteinntrykket til nye brukere. På spørsmål om hva som er «riktig måte» å ta i mot folk på ble det understreket at i tillegg til vennlige fjes og håndtrykk, er det viktig at den som omviser vet hvordan å gjøre dette på best mulig måte. Flere uttrykker å ha gode opplevelser med dette.

Mange har i tillegg opplevd at engasjementet var for overveldende, det var for voldsomt med informasjon, og at det kan skremme en bort.

*«Overveldende. Så da blir du litt sånn at du får det litt mer på avstand, liksom. For hvis jeg ikke hadde vært sterk da, så hadde jeg bare sagt at: dette her gidder jeg ikke. Hadde jo fått sjokk, egentlig.»*

*«sånn overentusiastisk, sånn at det blir sånn, for flere har vanskelig for å ta inn all informasjonen. For første gangen så ble jeg vist alle turene og sånn, oppover her, og fortalt om kronprinsesse Marit som var og åpnet senteret, og det var ikke måte på. Da følte jeg liksom kanskje, første gangen da, på det presset, at: å hjelpe meg, nå ble det mye på en gang.»*

Deltakerne er enige om at mer tid til mottakelsen og å luke ut irrelevant informasjon er løsningen. På første møte bør det vies mer tid til bare å observere og føle på plassen og stemningen, i tillegg til å få nok innføring til å få oversikt over hva senteret dreier seg om.

*«jeg tror nok jeg kunne hatt en helt annen opplevelse av første tur hvis de hadde satt meg ned og... ja, bare liksom, holdt på å si, sett litt på folkene og... er jo fryktelig spent på, ja, hva er det som er her.»*

Deltakerne sa at det er særlig viktig å fortelle om hverdagen og frivillighetstanken ved senteret, og at det kan bidra til klarere og tryggere forventninger.

*«Jeg tenker det er veldig viktig da, å... når du kommer her og får omvisning, at de sier at: her må du ikke være med på noe. Her kan du... jeg gjør veldig ofte, jeg går ned og tar en kopp kaffe og prater litt. Jeg må ikke med på møter eller tema eller»*

#### **Samarbeidspartnerne erfaringer - Mottakelse**

Samarbeidspartnerne opplever at det fungerer bra å ha en avtale om første møte på Sagatun. De opplever at det er god tid til informasjon og omvisning, og at man får hjelp til å komme i gang.

*«Erfaringene med å være med første gang her eller andre gang og, så er det jo det at de blir veldig godt tatt i mot her, og vist rundt og få høre om stedet og tilbudet og få god tid. Sitte ned i kafeen, det gikk på en veldig fin måte. Og det blir jo gjort avtaler, og de som kommer får kontakt, telefonnummer og gjerne en avtale, første avtalen om hva man ønsker å være med på.[...] En hjelp til å komme i gang da, som vi snakka om i sta, at du må treffe på riktig tidspunkt og kan få hjelp til å bli motivert.»*

Hvis møtet ikke er avtalt på forhånd kan en derimot risikere å ikke bli sett. Det bør derfor innføres mer systematisk rutine for førstegangsmøter, slik at en unngår usikre situasjoner der en ender opp med å forlate stedet fordi en ikke blir ordentlig møtt første gangen.

En svært stor andel ønsker også følge dit første gangen.

*«Også det at mange kanskje har ønsket å få følge hit første gangen, for det er som du sier det kan være det å komme hit uanmeldt og mange tydelige personer her ikke sant, og det er kanskje lettere med en avtale, bli tatt i mot og møtt og tatt med inn på den måten da, istedenfor å skulle komme deg gjennom alt på egen hånd.»*

Det kom et konkret forslag om å ha bilde av ansatte i gangen slik at en vet hvem som er hvem og hvor en skal henvende seg når en kommer.

*«Her blir det jo fort litt vanskeligere å identifisere når en er her for første gang. Så en tydelighet på nettopp det; bilde eller skilting på hvor du skal henvende deg, en tydelighet på det da. Slik at, for tror det er en fare for at hvis du blir gående her for lenge og du ikke finner frem og ingen tar kontakt så blir det sånn truende etter hvert og at du kanskje velger å gå da.»*

#### **Anbefalinger - Mottakelse**

- Forbedre mottaksrutinen når det ikke er avtalt møte på forhånd.
- Ha noen personer med ansvar for mottakelse til stede til enhver tid.
- Flere av brukerne kan delta i mottak av nye. En kan skolere brukere i god mottakelse.
- Moderasjon av mengden informasjon etter hva som er relevant og tryggende. Mer tid og ro ved førstegangsbesøk.
- Gjøre muligheten for følge lett tilgjengelig, for eksempel ved å bruke bilen til henting.
- Henge opp bilder av de ansatte i gangen.

## Ansvarsfrihet og utviklingsmuligheter

Ansvarsområdene for driften og aktiviseringen på Sagatun er fordelt på ansatte og brukere, og det er et av områdene som gjør Sagatun til et brukerstyrt senter.

Deltagerne opplever at Sagatun viser velvilje og tillit når brukerne tar ansvar, og at det ligger til rette for å arrangere og gjennomføre aktiviteter selv.

*«hvis en bruker kommer inn og sier at: jeg har lyst til å ha spillkveld, jeg ordner alt, bare lås opp døra til meg. Eller gi meg en nøkkel, så låser jeg meg selv inn og ut, også får folk komme, også tar jeg ansvar. Da skjer det jo ting. Så man har jo mulighet til det og, så langt, innenfor visse grenser, selvfølgelig. Så brukerstyret dekker litt... jeg vet om flere som, noen som hadde hatt fotballturnering, og da har brukerstyret dekket innkjøp av fotballer, for eksempel.»*

Brukerstyret har ansvaret for flere aktiviteter, feiringer og turer. En deltager kom med forslag om å ha en ansatt med på laget som kunne støtte opp brukerstyret, noe som kan gjøre at flere engasjerer seg i brukerstyret.

*«Jeg tror det å begynne og støtte opp brukerstyret litt mer enn det de har gjort her, kan være en god idé [...] og kanskje da eventuelt ha en ansatt og i brukerstyret som sekretær, eller et eller annet [...] hadde hatt en ansatt i ryggen og hatt en med på laget, så kan det være lettere å få folk til å stille til valg i brukerstyret»*

Noen av deltagerne erfarte at det innimellom kunne bli litt stille på dagtid, særlig hvis en ikke er med på en spesiell aktivitet, og det var ønske om noen ansatte som er mer tilgjengelige som oppholder seg mer rundt brukerne. En av deltagerne mente at brukerne ikke er flinke nok til å ta ansvar når det kommer til mottakelse og å finne på aktiviteter.

*«At de hadde en som har litt andre oppgaver enn bare det man må gjøre da. En som er litt mer som brukerne, en som bare sitter der og ja.[...] Tatt med seg brukerne på diverse ting, enkle ting som å stikke ut og spille fotball eller. [...] Problemet er det at brukere er som regel ikke så flinke til å ta ansvar, det er der problemet ligger tror jeg.»*

Samtlige av deltagerne drøftet ansvarsområdet rundt mottakelsen av nye brukere, da de mener at denne kan bli bedre. Noen tenker at løsningen er enda en ansatt, som har hovedansvar for å ta i mot nye brukere.

*«Men optimalt sett, så skulle jo Sagatun hatt et fullt årsverk med bare en kar som gikk her og tok i mot folk, på en måte. Eller et kvinnfolk, da. Men... det hadde vært det optimale, at de hadde på en måte fullt fokus på dørstokken»*

Andre mente at dette er et område brukerne kan steppe inn på ved å være mottaksperson eller kontaktperson for nye brukere. En presiserte at hvem som helst ikke egner seg til oppgaven; krass talemåte og for mye sarkasme er eksempler som kan virke skremmende. En mottaksperson/kontaktperson må være en som legger seg på nivå med den som kommer, og opplæring er nødvendig.

*«jeg tenkte litt det samme som du tenkte, at det kunne vært mulighet for å, på en måte, skolere folk som har vært her en stund da, til å kanskje bli sånn kontaktperson for de som eventuelt ville komme hit. Og hvis det ikke funker, så kan du jo få en annen en, ikke sant?»*

Fordeler med brukere som mottakspersoner er økt trygghet og bedre inkludering, en blir en del av miljøet rundt seg og får innpass i gruppa med en gang. I tillegg tenker deltagerne at brukerne har mer tid til å ta i mot og ivareta de nye, enn de ansatte som allerede har nok andre ting å gjøre.

*«den som tar omvisningen, det er jo den du kommer til å begynne og snakke litt med i starten. Og hvis den personen bare sitter på kontoret, ikke sant, så er du jo litt uheldig, for når du skal sette deg ut og ta en røyk da, også kjenner du ingen. Og det er ingen å snakke med, egentlig. Så da blir du litt sånn, må starte om igjen da.»*

Noen av deltagerne mente at personlige utfordringer kan hindre dem i å følge opp ansvaret med å ta i mot nye brukere.

*«det er på en måte noen sånne praktiske problemer med det da, for hvis jeg skulle ha vært den personen, så har jeg plutselig en dårlig dag, også er ikke jeg her på to dager, og det er den dagen det kommer noen, ikke sant? [...] Det er det mener med at de skulle hatt noen med litt fagbakgrunn og litt profesjonalitet da.»*

Noen av Sagatuns brukere har problemer med å benytte kollektivtrafikk og komme seg til senteret på grunn av sosial angst, og de mener at det er en trygghet i å bli hentet i bil, gjerne av en kjent person. Her kan både ansatte og brukere ta ansvar.

*«Det var (navn) som tok imot meg andre gangen, når jeg var på visning. Og han sa det, da fikk jeg kortet hans, også fikk jeg beskjed om at: hvis du vil at jeg skal møte deg et sted og følge deg til senteret.»*

*«du møter jo en person som du har omvisning med, da blir det gjerne at du har lyst til å møte den neste gang og. Da kan de hente, de kan kjøre og hente deg. At vi hadde, for vi har jo en bil på huset, og det er meningen å bruke den.»*

#### **Anbefalinger – Ansvarsfrihet og utviklingsmuligheter**

- Diskutere hvordan man kan få flere brukere av Sagatun til å ta større delansvar.
- Forslag om forbedring av støttefunksjonen fra ansatte til brukerstyret.
- Flere tilgjengelige ansatte/ansvarlige i det daglige utenom aktiviteter.
- Gi brukere som ønsker det ansvar for mottakelse av nye brukere.

#### **Forutsetninger for frivillighet**

Frivilligheten på Sagatun er den individuelle delen av brukerstyringa på senteret.

Deltagerne mener Sagatun setter gode forutsetninger for frivillighet med at en selv er sjef for hvordan en vil delta. Dette underbygges med at for mye forventninger, krav og press når man ikke er 100 % fort kan føre til nederlag, og blir en hindring som gjør at folk hadde valgt bort tilbudet. Her «må» en ingenting, og det er lov til å si nei.

*«at det er ingen som sier at: fra klokka ti til klokka to så skal vi gjøre sånn og sånn, og du skal det og sånn og sånn. Du blir spurt: hva har du lyst til å gjøre? Og hvor mye orker du å bidra med? Og det er det som funket for min del. For hvis jeg hadde fått mye krav når jeg kom, så hadde jeg, tror jeg at jeg hadde mistet motet.»*

Deltagerne fremhever at de blir møtt på den tilstanden og formen man er i, og kan tilrettelegge etter det. De føler de får bekræftelse, til og med ros for oppmøte, på dårlige dager. Det gir gode forutsetninger for å tørre og ville gjøre innsats på frivillig basis.

*«Og da har også Sagatun vært litt sånn flinke på det at hvis jeg har ringt en dag og sagt at: ok, i dag orker jeg ikke å jobbe, jeg klarer ikke jobbe, jeg klarer ikke å komme meg dit i dag. Så har de sagt at: ja, men det er greit.»*

Deltagerne opplever at de ansattes tilnærming følger lavterskel-konseptet uten forventninger og krav.

*«da pratet jeg med noen om det her, og da sa vedkommende at: ja, men du vet det at det er kjempefint at du begynner, også vet du at hvis du føler at dette her klarer jeg ikke, så kan du faktisk slutte. Det er ikke verre enn det. Og da har du, da slapper du litt mer av. For hvis kravene blir for store, så gir du nesten opp før du begynner.»*

På spørsmål om råd til forbedring så mener deltagerne forutsetningene for frivillighet er viktig å bevare.

*«Det er brukerstyringa da, som blir veldig viktig å bevare i så fall. At det ikke er noen som peker på og sier: du skal gjøre det sånn.»*

### **Samarbeidspartnerne erfaringer – Forutsetninger for frivillighet**

Friheten til å velge selv fremfor en behandling der en *må* er en av de viktigste grunnene til at Sagatun fungerer og at folk fortsetter å komme tilbake. På spørsmål om hva Sagatun gjør bra og hva som kan forbedres, kom dette frem som det viktigste å bevare.

*«Det stilles jo ikke noe krav eller abonnement eller, her er det på en måte fritt opplever jeg da. Man involverer seg i det man vil og så tar det man føler man trenger der og da. Jeg tror det er det som gjør at folk fortsetter å komme da, på en måte eie den friheten da.[...] Spesielt for denne gruppen som kanskje er mistenksomme, som sliter en del og som har en del bagasje da så tror jeg det er mye lettere å komme tilbake på den måten, enn å måtte komme tilbake. Det tror jeg blir en sånn tvang man rett og slett ikke vil gjennomføre på en måte.»*

*«Det jeg tror det er viktig å ivareta for de fleste er det at «kom og gå som du vil. Kan det gå to uker til neste gang for da har du andre ting å drive med og det kan være positivt det. Det kan være ditt eget lille nettverk, som forhåpentligvis er positivt, som du er sammen med da og du skal bruke tid på det.» Men at det skal være sånn da, at du ikke skal føle at du «møter jeg ikke hver dag så kan jeg liksom godt droppe å komme», det skal ikke være sånn at du føler at du faller utafør om du er borte noen dager. Og det tror jeg ikke det er heller da, men det er viktig å ikke komme dit da at det blir for stramt.»*

### **Anbefalinger – Forutsetninger for frivillighet**

- Beholde frivilligheten i tilbudet.

## Inkludering

Miljøet på Sagatun oppsummeres for de fleste som godt og åpent. Likevel ble det diskusjon rundt dette med inkludering; det er ulike meninger om hvorvidt kulturen er inkluderende eller ekskluderende.

*«Det en liten utfordring med det sosiale her, det kan være inkluderende og det kan være ekskluderende. Enten liker du det eller så liker du det ikke, du må på en måte like den harde kulturen her.»*

Det har oppstått grupperinger innad i miljøet der det har blomstret opp en hard kultur, med røff tone i mellom folk og humor på vegne av hverandre.

*«Det så mye folk som har vært her så lenge som har blitt en liten klubb her, i bånd, så kan være vanskelig for noen nye å komme inn i bobla. Det er en sånn kjerne som er litt hard, både ansatte og noen av de som bruker det. De er litt harde, kan skremme opp litt. Det tror jeg er en sånn kultur som har blitt.»*

Noen finner seg til rette og er tilfreds med kulturen, og mener at både ansatte og brukere ser an personen, situasjonen og dagsformen, og tilpasser kommunikasjonen etter det. En påpeker at de skjønner når det eventuelt går for langt, og at i så tilfelle møtes de med aksept og beklagelse.

*«de skjønner jo det de også, at de kan gå litt langt innimellom. Men det er jo sånn... sånn kunne mange andre, de fleste her, de er jo med på kjødden også. Men noen ganger så blir det litt drøyt, men da er det... de [som humoren er rettet mot] som vil si fra sier i fra, og da sier de jo sorry, og da blir det slutt.»*

En stor del av deltagerne tenker derimot at denne røffe kulturen er en utfordringen for inkludering. Ikke alle tenker at det er et stort problem, men flere uttrykker misnøye til det.

*«Det ble sagt mye fælt om folk, som egentlig er humor. Jeg reagerte på det da.»*

De mener det fører til usikkerhet og utrygghet, og at denne typen samhold kan gjøre det vanskelig å få innpass i gruppa.

*«det er litt vanskelig å komme til tror jeg. Og i og med at det er litt sånn hard kultur her så er det ikke bare å åpne kjeften og si noe, tenker at det her blir en ledd ut av. Dessverre er det litt sånn tror jeg. Det kan bli litt høy terskel, og hvis den terskelen hadde blitt litt lavere så tror jeg at flere hadde tatt ansvar.»*

Særlig ved førstegangsbesøk kan det oppleves skremmende.

*«For å lage sånn krisescenario da, så er det, hvis A er ute om morgenen og handler til kjøkkenet, også sitter jeg og B med en sånn der vanvittig morbid internhumor ned på kafébordet her eller noe [...] Og noen kommer inn døra da, og er litt vare, så er jo det siste gangen de går inn døra her.»*

Noen tenker at miljøet på Sagatun kan bli for mannsdominert, og har lagt merke til at det er flere menn enn kvinner som kommer tilbake til senteret. Det bør jobbes mer med likevekt av kjønnene.

Det er en kultur for klemmerunde når en kommer til senteret. En del ser på dette som en varm velkomst og tryggende inkludering, mens for noen var det det verste med å komme dit. Flere forteller at det med tiden følte mye bedre og at de ble vant til det. Det viktige er at det ikke er noe press på denne fronten.

*«En blir jo respektert hvis du ikke har lyst. Det er flere som sier fra at: jeg er ikke noen sånn klemmeperson, men jeg sier gjerne hei eller håndhilser, er noen som ikke vil håndhilse heller, så det er ikke noe krav.»*

#### **Samarbeidspartnerne erfaringer - Inkludering**

Samarbeidspartnerne har lagt merke til den sammensveisede, og til tider harde kulturen som er på senteret, og ser at dette kan vanskeliggjøre oppmøte for nye brukere. Kanskje kan det å ha avtale om førstegangsbesøk være med på å skape en trygghet til plassen som motkjemper dette.

*«Når det sitter folk her og det er veldig sånn kameratslig og sånne grupper som sitter sammen, så kan jeg skjønne at hvis du ikke vet hvem du skal se etter her, at du ikke vet hvem som har et ansvar eller hvem som er her på besøk holdt jeg på å si så kan jo det, jeg kan jo skjønne hvis noen snur etter å ha surra litt rundt seg selv på plenen der, uten å ha fått kontakt med noen.[...] Der igjen; dette med å gjøre avtaler om første møte.»*

Det kom også forslag om å satse mer på avtaler og oppfølging via SMS, f.eks. invitasjoner og påminnelser, forbedre inkludering. Telefonen kan være et enkelt og tilgjengelig verktøy for økt støtte og inkludering, og oppfattes som mindre påtrengende enn personlig tilnærming.

Det er viktig å jobbe bevisst mot dette i fremtiden slik at senteret ikke utvikler seg til å bli et ekskluderende miljø, som vil gå utover både pågangen av nye brukere og utbyttet av plassen.

*«Litt sånn i forhold til hvordan å fortsette å utvikle plassen, at det på en måte ikke skal stagnere sånn som veldig mange opplever for eksempel på, i hvert fall i perioder*



*hvis man ikke er bevisste, på dagsentre. At det blir et miljø som etter hvert lukker seg, også er det vanskelig å få inn noe nytt eller nye etter hvert og fordi at det er ikke like åpent. Så hvordan å få til det, det må i hvert fall være viktig å ha fokuset på.»*

Samarbeidspartnerne påpeker at denne klemmerunden for noen kan oppleves negativt.

*«at man for eksempel gir hverandre en klem her, det føltes truende da.»*

Det kan være utfordrende å vite hvem som ikke tåler humoren fordi det kan være utfordrende å si fra.

### **Anbefalinger - Inkludering**

- Ta opp kultur og miljø til regelmessig dialog på senteret – Hvordan er det egentlig, og hvordan kan man inkludere nye brukere bedre?
- Jobbe for å ivareta det aksepterende samholdet uten press.
- Bedre oppfølging og mer kommunikasjon via SMS.

### **Recovery/bedringsprosesser**

Deltakerne i evalueringen ble spurt om hva de forbinder med recovery, og de diskuterte hva som var motiverende faktorer i denne prosessen.

Et sitat sier at recovery handler om *«Å prøve å finne en fremtid.»* Å finne en fremtid for seg selv og kunne nå opp til de krav samfunnet har satt er sentralt. En fremhevet at recovery handler om å komme seg framover og bli fornøyd med den man er nå.

*«Men recovery vil jo være noe å komme seg tilbake til... et steg hvor man var fornøyd. Men sånn sett nå er det jo ikke helt det jeg vil heller. Jeg vil jo komme meg, ikke bakover til stedet hvor jeg var fornøyd, jeg vil komme meg framover til et sted hvor jeg kan være fornøyd med den jeg er nå.»*

Recovery kan også bety at man finner et pusterom uten noen klare krav eller mål om å overkomme psykiske helseutfordringer, men som gir livslyst og motivasjon til å stå opp.

*«det som har gjort ting enklere for meg er at en føler at en er en del av noe. Fordi når man er ufør så går man hjemme og da er det fryktelig vanskelig å komme seg ut. Og da å komme hit og... på kreativt verksted da, for eksempel, ha den faste, det faste holdepunktet, og da å være trygg på de som er der... å gjøre noe som jeg liker, så det gir jo litt da.»*

En forteller at det lå stor motivasjon i å få drive med interesser.

*«Jeg var jo sånn at jeg tvang meg opp om morgenen for å, var så trøtt at jeg ikke stod på beina, men så kom jeg ned i bandrommet og fikk gitaren mellom hendene, så var det litt sånn verdt det, da. Det er noe nytt for meg, egentlig, at jeg står opp så tidlig for å øve.»*

Å ha håp fremheves som viktig, og at Sagatun har et miljø hvor man møter andre med utfordringer og folk i ulike faser gir konkrete eksempler. Særlig fremheves at både brukere og ansatte har en viktig funksjon i å understøtte håp og gi inspirasjon til å ville komme seg videre i livet.

*«Også litt det at de folkene som er her, mange er jo på et stadium foran deg, det er alltid noen som på en måte er et stadium foran deg, eller som kommer tilbake og sier at: vi har vært der, men vi har kommet videre, og det gir en liksom den –...spirasjonen og håpet om å komme videre. Og den lysten til å komme videre, den får du her, og det at det er muligheter, og det at du har de ansatte her som ser de gode sidene dine, og kan si at: ja, men hvis du ønsker så kan du få til, på en måte.»*

Flere snakket om at det å finne verktøy for å jobbe med egne utfordringer er viktig i en recoveryprosess.

*«Jeg måtte ha avtalen for å komme meg ut av døra. Jeg er fæl til å isolere meg i perioder.»*

Det å ikke se hindringer hos brukerne av huset, men heller fokusere på muligheter, ressurser og det som kan gi mestringfølelse blir fremhevet som viktig med Sagatun.

*«Det er fokus på det friske, for alle har, jeg tror på tilfriskning da, om folk kommer et sted hvor du, som du sier, ser ressursene da. For jeg har også lært mye nytt om meg selv når jeg har vært her, ting jeg ikke trodde jeg kunne, som jeg faktisk mestrer da. Den mestringsfølelsen».*

Recovery handler også om å få et sosialt fellesskap og et miljø man hører til, som gjør at man blir stolt og klarer å gjøre mer enn man kan alene.

*«Det at man kan gjøre noe i samspill med andre som man kan være stolt av. Trenger den følelsen av å kunne reise seg litt, å få til ting. En ting er jo å få til ting alene, men det liksom så ensomt, for min del.»*

I recoveryprosessen var det viktig å møte andre med erfaring fra livet ved Sagatun, det gir noe annet enn profesjonelle tjenester oppleves å kunne gi.

*«Ja, ikke bare er en sånn representant for et system, da. Men at de har, på en måte, ja, personlig erfaring med det, ikke sant? Ikke at det nødvendigvis er det klink samme som jeg, som erfaringene mine da, men at det er folk som skjønner at hverdagen kommer i alle farger»*

Det fremheves at Sagatun fungerer også som en «buffer» mot for høye krav for tidlig og mot å gå på unødig vegg.

Å få motivasjon til å komme i gang med sin egen recoveryprosess krever ofte at noen kan forvente noe av deg.

*«her har vi noe som vi kanskje, prøver å forvente litt av deg, som gjør at kanskje du skal ønske den bedringsprosessen. For hvis ikke det blir forventet noe av deg heller, så vil du ikke bli bedre heller, for da vil du ikke lenger ønske om å jobbe videre.»*

Det handler noen ganger om å strekke seg til å klare mer ved at man har forpliktet seg ovenfor andre medmennesker som sier i fra, og at eget bidrag er viktig for andre.

*«Jeg følte på at de dagene det var tungt å komme så følte jeg at jeg må prøve litt ekstra, for jeg er med på noe som går utover andre hvis jeg ikke kommer meg på. De krava er annerledes, enn om du taper penger hvis du ikke kommer.»*

Andre uttrykker at motivasjonen for å stå på i sin recoveryprosess handler om å få til ting i hverdagen som gjør at noen behøver deg til noe.

*«det har vært en bedringsprosess for meg, å se at det er noen som trenger deg til noe. Enn at du går passivt hjemme».*

Andre fremhever hvor viktig det er å bli vist tillit for sin personlige utvikling.

*«Ikke minst tillit. Til å, for eksempel at jeg får lov å være alene og ha nøkkel til bandrommet, ikke sant? Og at det, selv om det er masse utstyr der, så kan jeg komme og gå nesten som jeg vil. Det er en form for tillit. Så... takker for den»*

Å akseptere at man kan gjøre feil, både en selv og de som du er sammen med, er en viktig side ved recoveryprosessen:

*«du føkka til det der, men det er greit. Tar det igjen neste gang. Så det er lov å feile, og det er sunt å feile. Da blir du både bedre musiker og i tur bedre menneske. For hvis du lærer at det er greit å gjøre ting feil, så...»*

Like viktig del av recoveryprosess er å kunne sette grenser.

*«For det er som (navn) sier, forventningspress og sånt er ikke jeg heller så veldig glad i, så jeg har måttet lære meg å si nei, og det har jeg faktisk klart å lære meg. Jeg kjenner på det når jeg sier nei, at nå er det noen som blir skuffet. Men så tenker jeg på det, at jeg har brent meg ut før»*

Deltagerne forteller at fellesskapet og det å arbeide med andre mennesker gir andre perspektiver på egne problemer, og at dette styrker selvtilliten og fører til nye personlige mål. Det gir gode forutsetninger for fremgang i en bedringsprosess.

### **Samarbeidspartnerne erfaringer - Recoveryprosesser**

Samarbeidspartnerne opplever at Sagatun dekker viktige behov utenfor behandling, i et helhetlig perspektiv, og at det igjen styrker selve behandlingen. Det er en viktig del i en recoveryprosess.

*«Det er en helhet her da [...] Hvis en ser på den behandlinga som foregår på DPS så har en jo mye bedre forutsetninger for progresjon der også hvis det er et, hvis pasienten eller brukeren har tilbud utenom. Så klart å komme en liten stund annenhver uke for eksempel på DPS hvis det ikke er noe der i mellom, så er det en kjent sak at det ikke er noen god forutsetning for bedring. For man ser jo det altså, det kjennes i behandlingssammenheng at man får bedre effekt om man noe plass i mellom også; sosialt sett, en struktur i hverdagen, noe meningsfullt. Det er litt det også, å se på det her som en del av helheten også.»*

*«Men opplever jo det at de har mye fokus på, de kjemper jo på med det her recovery-orienteringa da, og de har jo mye fokus på det de bedringsprosessene da, og man opplever jo folk her som går og har et fellesskap og føler de alle er likestilt egentlig; ingen over og ingen under på en måte, og har en bedring der. Jeg tror også de driver på med en del kurs også, det her med Verktøykasse og sånt, og ut i fra det så blir det jo til at man ønsker etter hvert noe mer og ut av systemet, og ja, forsørge seg selv da.»*

Det stilles noe krav til deltakelse for å gi en dytt i riktig retning på det å få ansvar og styrende rolle i eget liv, samtidig som en unngår sykeliggjøring. Dette er sentralt i arbeidet med empowerment. Initiativ og ansvar, krav og utfordring, ut i fra den enkeltes ståsted gir noe å strekke seg etter og fremmer progresjon.

*«Hvis en skal tenke progresjon og utvikling, det at det blir stilt krav da, det tvinger deg på en måte litt fremover når det er noen krav der, og utfordrer deg litt da, istedenfor at det i lang lang tid bare er sånn status quo ikke sant, så er det kanskje noe å strekke seg etter. Også er det kanskje mange som setter pris på at det stilles*

*krav og, det er kanskje alt for mange som har gått lenge uten noen krav og fått lov til å være der man er på sett og vis da, og det kan jo være behagelig på visse måter, men på andre måter også sykelliggjøre det, at det ikke stilles krav. Det er jo ingen utvikling, så tenker at det ligger litt i det og, at det er positivt at det stilles krav ut i fra den enkelte utgangspunkt»*

Det å ha litt forventninger og avtaler i samarbeidet gir motivasjon og hjelp til å komme i gang. Avtaler kan virke både som en skremmende «tvang» og en motiverende forpliktelse på en positiv måte, og nettopp her er viljen og valgfriheten på Sagatun avgjørende i den positive retningen. Det blir tydeliggjort at avtalene gjerne bør være enkle og uformelle.

*«Hvis en først begir seg ut på noe og skal tenke mer sånn strukturert, om det ikke er behandling, så er det på en måte å gjøre konkrete avtaler med oppmøte så skal man jo ha en bevissthet i forhold til hva man ønsker med det da.[...] Hvis en ser en en er litt bekymra for da for eksempel, og som man tenker at kan nyttiggjøre seg av å få noen konkrete avtaler og at det stilles noen forventninger, oppmøte og, så er jo ikke det noe som krever vedtak eller noe som helst»*

## **Medvirkning og brukerstyring**

Sagatun er et brukerstyrt senter og det kom frem flere områder ved senteret som deltagerne definerer som brukerstyring; stiftelsesstyret har en overvekt av representanter fra brukerorganisasjoner og en i fra brukerstyret på Sagatun, styring av egen plan og bruk av senteret, brukerstyret og at brukerne står for det utvalget, store muligheter for medvirkning på aktiviteter og alt som skjer, at brukere står for driften av huset, og fellesmøter hver mandag kl. 12.

Det er tydelig at brukerstyringa er en av kvalitetene ved senteret.

*«For det er jo brukerstyrt. Så etter en viss tid, så får du tillit, og da får du nøkkel selv, for eksempel, hvis det er behov for å øve eller må ha utløp for et eller annet musikalsk, så kan jeg rett og slett låse meg inn og bruke studioet.»*

Deltagerne føler at Sagatun legger opp til medvirkning på samtlige arenaer.

*«Jeg syns egentlig det er veldig bra mulighet til å kunne være med å påvirke da, for det, gjennom møter og sånne ting, så er det jo... alle har, alle kan jo komme med*

*forslag og meninger og... det blir tatt opp liksom, i fellesskap, og... ja. Føles veldig sånn demokratisk eller sånn, eller... ja. Det er klart det er ansatte her som har siste ordet, men det er, men... opplever å ha stor mulighet til innflytelse da.»*

På individnivå er det en selv som avgjør planen og aktivitetene/arbeidet en er med på.

*«Så da, da kan du, det er opp til deg selv da. Jeg begynte med tre dager i uka, fra klokka ni til tre, og jeg kunne ha valgt én dag i uka, hvis det var det jeg følte for»*

Sagatun tilbyr også muligheten til å underskrive en frivillighetskontrakt for å sette mer krav til seg selv og forpliktelse til oppholdet. Innholdet i denne er det en selv som avgjør.

Gjennom brukerstyret kan brukerne komme med innspill og forslag angående aktiviteten og arrangementer på huset.

*«Og de aktivitetene som skjer her og, de... har vi ønske om en ny aktivitet, så er det jo bare å komme med et forslag til brukerstyre, eller hvis en er veldig interessert, så er det å bli med i brukerstyret.»*

Deltagerne opplever at brukerstyret forsvinner litt i mengden. Det hadde blitt lettere å samarbeide om medvirkning om de var mer synlig, som ved å få faste regelmessige brukere inn i styret slik at de blir mer tilstede i det daglige, og flinkere til å påminne brukerne om at de er her.

*«Jeg tror det å få faste brukere inn i brukerstyret, at det er noen som bruker Sagatun jevnlig, gjennom uka, at det kanskje ikke er noen som bruker det én time i uka, også that's it. Kanskje bruker det tre, fire timer da, i uka. At de faktisk er synlige, da.»*

Deltagerne opplever at de ansatte er interesserte i brukernes mening og ønsker rundt aktiviteten og driften på Sagatun, noe som gir gode forutsetninger for medvirkning.

*«hvis vi har lyst til å spille en konsert så ordner de det. Da kan du få en spillejobb. Og da er det: hvor vil dere spille? Er det liksom, vil dere spille for tredivet folk, eller for hundre folk, eller sånn... snakker om det da».*

Hver avdeling og gruppetilbud/aktivitet har i tillegg møter innad. Deltagerne føler de får muligheten til å si sin mening, og at meningen deres blir hørt.

*«vi har jo kjøkkenmøte, så vi får nå være med på å bestemme hva som skal være på menyen hvis vi virkelig vil, og hvis vi møter opp. Så har vi jo noe vi kan si.»*

Forslagskassa er alltid åpen for forslag til forbedring eller nye aktiviteter. Denne kunne gjort mer nytte om den ble mer synlig for alle.

*«Det tror jeg egentlig er ganske sånn dårlig opplyst om, at det faktisk er her. For jeg har vært her lenge før jeg fant ut det.»*

#### **Anbefalinger – Medvirkning og brukerstyring**

- Gjøre Brukerstyret mer synlig i hverdagen på Sagatun.
- Synliggjøre forslagskassa, og finne andre måter å innhente forslag og meninger på. Forslag om idétimer.

#### **Samarbeid med andre instanser**

Sagatuns samarbeidspartnere er inngangsportalen til senteret for mange, og det er ikke uvanlig at Sagatun er en del av den individuelle prosessplanen til mennesker i en bedringsprosess. At hjelpetjenestene/behandlingsinstansene kan tilby et sted som dette kan være til stor hjelp for recoveryprosessen og veien videre. Deltagerne snakker om at motivasjon og informasjon fra andre instanser har gjort at de har oppsøkt Sagatun.

Balansen mellom krav og valgfrihet viser at samarbeidet fungerer positivt for mange; Sagatun med sitt fokus på individuell tilpasning sammen med forpliktelser og krav fra NAV-tiltak kan gi rom for vekst på egne premisser.

*«Jeg begynte på, eller jeg signerte papirene i går, på en sånn der... med NAV da, på en sånn der, noe som de kaller for noe sånt kvalifiseringsprogram. [...] da er det forventet av meg da, at jeg skal være her så og så mange timer i uka, ikke sant? Og det, men det syns jeg er veldig greit, da. Jeg syns ikke det er noe sånt urimelig krav. Men det er, på kvalifiseringsprogrammet mitt da, så har jeg jo muligheten til å si at: nei, i dag er det mørkt, i dag kommer jeg ikke, liksom. Og få gyldig fravær på det da.»*

I mange tilfeller kan en ekstern tredjepart være det som trengs for å løse en situasjon, noe som illustrerer behovet for bistand fra samarbeidspartnerne.

*«Men jeg fikk etter hvert sloss meg til å være her, takket være han i [samarbeidspartner], som skjønnte at dette passet meg hånd i hanske egentlig»*

Flere opplever likevel andre instanser som en forhindring, og at deres rett til medvirkning og personlige behov ikke blir hørt når de vil prøve Sagatun.

*«det er flere som har vært her og vil være her som ikke har fått lov, rett og slett.»*

Muligheten for at andre instanser kan tilby praksisplass på Sagatun blir trukket frem som et positivt tiltak.

*«De virker jo tilbøyelige til å la deg få en praksisplass her, også fremdeles få støtte. Sånn, Sagatun har en slags tyngde i det systemet, og det er liksom en plass som de godkjenner.»*

Dette med mer ivaretagende mottakelse og første møte har gått igjen som et punkt til forbedring. Deltagerne mener at samarbeidspartnerne kan ta en større plass i denne rollen, og at det kan ende opp med at flere kommer tilbake om de får tilstrekkelig støtte og oppfordring. Å komme til senteret med en man kjenner fra før gjør det naturlig nok mindre skummelt å komme dit og lettere å ville bli kjent med plassen. Slik kan eksternt samarbeid bidra til mer trygghet.

*«Hun var jo med meg her første gangen. Eller, ikke første gangen, men siste gangen, når jeg begynte å bruke senteret, så var det sosionomen som var med meg. Det var liksom ikke noe problem.»*

Sagatun kan også fungere som en døråpner: noen opplever en relativt drøy holdningsendring hos andre instanser bare ved å ha med seg ansatte fra senteret. Selv om det i utgangspunktet ikke bør være nødvendig, så kan denne støtten gjøre mye positivt for dialogen og utfallet.

*«jeg har jo hatt med meg folk herfra på NAV, og selv om den jeg har hatt med meg ikke har sagt et ord, så er NAV-kontakten plutselig en helt annen... innstilling.»*

### **Samarbeidspartnerne erfaringer – Samarbeid med andre instanser**

Samarbeidspartnerne ønsker å forbedre samarbeidet, også på tvers av kommunene, med tanke på arrangementer og aktiviteter. De ønsker en tettere dialog og muligheten for faste avtaler rundt aktiviteter som for eksempel temakvelder. Noen ganger er det også utfordrende å få fylt opp tilbud. De mener at tilgjengeliggjøring av tilbudene på denne måten kan øke sjansen for større pågang på tilbudene.



*«Det har alltid vært behov for og hatt et sted hvor man kunne, ikke henvist folk, men hvis man står for eksempel på venteliste til behandling, at man kunne hatt det her som et sted som man helt formelt hadde samarbeidet med, at folk kunne gå hit, men det er klart at gjør man det for formelt det samarbeidet så gjør man det til noe annet enn det det skal være ikke sant; som en del av behandling, det er jo ikke tenkt å være det. Men det er en del sånne sårbare perioder både på venteliste og sånne overgangsperioder og som er jo kjent for å være sårbart; mellom behandling, for eksempel kommune og andre veien, at det, ikke sant noe i mellom. Man får jo ikke gjort noe annet enn og kanskje opplyse om tilbudet her da, så man skal jo ikke henvise folk hit, det skal jo ikke fungere sånn, da mister du på en måte kanskje noe av egenarten det skal være.»*

I forbindelse med dette kom det forslag om skysstordning for å gjøre de lange avstandene lettere og dermed minke både begrensningene i forhold til tid og transport. Det kan også senke terskelen til deltagelse.

#### **Anbefalinger – Samarbeid med andre instanser**

- Gjøre muligheten for følge fra andre instanser lett tilgjengelig.
- Motivere andre instanser mer til å bruke Sagatun.
- Legge mer vekt på brukerstemmen i samarbeidet.
- Tettere samarbeid om aktiviteter.
- Samarbeide om skysstordning.

#### **Råd til videre utvikling av Sagatun**

Det er flere som presiserer at det er av stor betydning at Sagatun ikke representerer myndighetene, og anbefaler at Sagatun ikke blir tettere knyttet til NAV sitt regelverk.

*«Jeg tror ikke folk lengre hadde hatt respekten for at det skal være rusfritt for eksempel; da blir det myndighet her ikke sant. [...] Jeg tror det er veldig viktig, for jeg tror at folk i aktiv rus de bryr seg ikke så veldig mye med mindre de må noe, driter litt i alt. Mens hvis man har et sted der man må vise respekt, og man vet at det stedet vil en bare det beste da eller noe sånt så tror jeg det er litt lettere å vise respekt.»*

Hvis Sagatun har vært knyttet til tiltaksarrangør for NAV er deltagerne redd for at man «kanskje ikke blir det mellomrommet, pusterommet som man ...». En annen sier at det er stor forskjell på hvordan attføringsbedriften og Sagatun møter deg når du melder fravær.

*«jeg klarer ikke å komme meg dit i dag. Så har de sagt at: ja, men det er greit. Men er det (-attføringsbedrift), så får du da en skikkelig stripe i lakken, liksom, og... og stemningen på (-attføringsbedrift) er og mer sånn at vi presser deg til, du er pliktet til å være her, så du skal komme. Mens her er det mer sånn, gir litt mer slipp. Og jeg bare håper at det ikke blir det samme, at de strammer inn så mye, at det fortsatt er det pusterommet som du sier da, som det er imellom det å komme og være på (-) da, som er på en måte det neste steget.»*

Et forslag er at Sagatun burde arbeide for at deres tilbud ble godkjent innenfor NAV sitt regelverk.

*«det er jo flere som er der på praksis, har arbeidstrening her, det er jo maling ute, det er andre aktiviteter som folk gjør, at det å være her på arbeidstrening og får litt vitnemål, eller får litt attester og sånt noe på det, at det kan være gull verdt i videre framdrift. Men i en helt annen skala enn de store tiltaksbedriftene gjør. Men det betinger jo det at myndighetene gjør en viss endring på sine regler for tildeling av tiltaksmidler. At en også kan få ha en plass som Sagatun,»*

#### **Samarbeidspartnerne erfaringer – Råd til videre utvikling av Sagatun**

Det var spørsmål om arbeidstrening og tiltak for å kunne sende folk ut i arbeidslivet hos Sagatun; en mulighet for mer jobbkunnskap og struktur, og konkret bruk av disse i en arbeidshverdag. Det var også et forslag om Sagatun kunne fått godkjenning av NAV, og evt. også å kunne sende folk direkte ut i jobb eller praksis. En viktig del av recovery er for mange å komme ut i arbeid etter hvert, og samarbeidspartnerne tenker at brukerne *«hadde sannsynligvis brukt det (Sगतun) i mye større grad hvis pasienten opplevde det som nytte i forhold til arbeidslivet, at man fikk godkjent»*. Arbeidstrening kunne ha utvidet nettopp denne hjelpen med et helhetlig løp og dermed også økt bredden av målgruppen.

På en annen side kan en slik type utvidelse føre til en avvikende retning for stedets mål og konsept, og da kan man begrense seg slik at en mister andre målgrupper igjen. Det kan bli nok forvirring eller usikkerhet rundt tilbudet til at flere velger det bort eller slutter å bruke det.

Samarbeidspartnerne er enige om at fordelene med Sagatun er nettopp det at det er et enkelt og tilgjengelig lavterskeltilbud uten begrensninger og henvisninger.

Hvis det skulle blitt innført slike typer tilbud, må en være bevisst at kravene, vurderingene og tilbakemeldingene knyttet til dette vil rokke mye ved den brukerstyrte og frivillige delen av konseptet. For ikke å påvirke dette og de andre tilbudene, samt den mellommenneskelige dynamikken og miljøet på en negativ måte, bør det derfor være organisert slik at det er en egen tydelig adskilt del av senteret.

*«Kunne jo hatt noe sånt plassert fysisk et annet sted i så fall.[...] Det er jo veldig tydelig da, når det er geografisk adskilt også; At her har vi det åpent og fritt og uten forpliktelser, mens en annen avdeling fysisk plassert et annet sted der er det litt andre forhold og forventninger da, definert som noe annet.»*

*«Så lenge det hadde vært en adskilt del av det holdt jeg på å si, tydelighet i forhold til hvordan det er organisert, at det er en avdeling på en måte, det er en bit av det, mens at det er sånn som det eksisterer nå ikke sant, uformelt bare være sammen og det og sosialt. Det er flere plasser som har det sånn, at de har nettopp en sånn deling da, avdelingsoppdelingen som gjør at det er tildelt i forhold til «hvor er du nå?». Man kan forflytte seg og selvfølgelig, ut i fra hvor man er hen.[...] Da er det kanskje lettere å sende flere hit da hvis det er en sånn ordning.»*

#### **Anbefalinger – Råd til videre utvikling av Sagatun**

- Beholde tilbudets balanse mellom myndighet/krav og frivillighet.
- Hvis det skal innføres tilbud som tiltaksarrangør e.l. bør det være en tydelig markert adskilt del av senteret.
- Å få godkjenning for arbeidstrening o.l. fra NAV må ikke medføre en vridning mot at det blir flere krav.

## Alle anbefalinger

### Anbefalinger – Beskrivelse av tilbudet

- Noen av Sagatuns viktigste kvaliteter synes å være få krav ved oppstart, ingen krav til henvisning og fokuset på mulighetene. Fortsett med dette.
- Det kan være mer variasjon på temaene og formen på temakvelder.

### Anbefalinger – Informasjon om Sagatun

- Være mer klar og konkret på hva Sagatun er og tilbyr til samarbeidende instanser.
- Bruke nettside og sosiale medier som informasjonskanal i større grad, og ha jevnlig oppdatering av informasjonen om Sagatun på nett.
- Forsøke flere måter for åpen deling av informasjon på tvers av aktiviteter/grupper internt i senteret.
- Bruke de ulike informasjonskanalene bedre; gjentakelse av den samme informasjonen og påminnelser på alle kanalene.
- Engasjere brukerstyret til å informere i større grad.

### Anbefalinger – Målgruppe til Sagatun

- Det er viktig å fortsette med å ivareta nye brukere, for eksempel gjennom flere «oppvarmingsbesøk» eller ved at en samarbeidspartner er med som følge de første gangene.

### Anbefalinger - Mottakelse

- Forbedre mottaksrutinen når det ikke er avtalt møte på forhånd.
- Ha noen personer med ansvar for mottakelse til stede til enhver tid.
- Flere av brukerne kan delta i mottak av nye. En kan skolere brukere i god mottakelse.
- Moderasjon av mengden informasjon etter hva som er relevant og tryggende. Mer tid og ro ved førstegangsbesøk.
- Gjøre muligheten for følge lett tilgjengelig, for eksempel ved å bruke bilen til henting av brukere.
- Henge opp bilder av de ansatte i gangen.

### Anbefalinger – Ansvarsfrihet og utviklingsmuligheter

- Diskutere hvordan man kan få flere brukere av Sagatun til å ta større delansvar.
- Forslag om forbedring av støttefunksjonen fra ansatte til brukerstyret.
- Flere tilgjengelige ansatte/ansvarlige i det daglige utenom aktiviteter.

- Gi brukere som ønsker det ansvar for mottakelse av nye brukere.

#### **Anbefalinger – Forutsetninger for frivillighet**

- Beholde frivilligheten i tilbudet.

#### **Anbefalinger - Inkludering**

- Ta opp kultur og miljø til regelmessig dialog på senteret – Hvordan er det egentlig, og hvordan kan man inkludere nye brukere bedre?
- Jobbe for å ivareta det aksepterende samholdet uten press.
- Bedre oppfølging og mer kommunikasjon via SMS.

#### **Anbefalinger – Medvirkning og brukerstyring**

- Gjøre Brukerstyret mer synlig i hverdagen og aktiv i miljøet på Sagatun.
- Synliggjøre forslagskassa, og finne andre måter å innhente forslag og meninger på. Forslag om idétimer.

#### **Anbefalinger – Samarbeid med andre instanser**

- Gjøre muligheten for følge fra andre instanser lett tilgjengelig.
- Motivere andre instanser mer til å bruke Sagatun.
- Legge mer vekt på brukerstemmen i samarbeidet.
- Tettere samarbeid om aktiviteter.
- Samarbeide om skyssordning.

#### **Anbefalinger – Råd til videre utvikling av Sagatun**

- Beholde tilbudets balanse mellom myndighet/krav og frivillighet.
- Hvis det skal innføres tilbud som tiltaksarrangør e.l. bør det være en tydelig markert adskilt del av senteret.
- Å få godkjenning for arbeidstrening o.l. fra NAV må ikke medføre en vridning mot at det blir flere krav.

## Oppsummering

I BSB-evalueringen av Sagatun Brukerstyrt Senter har vi spurt brukere og samarbeidspartnere om deres erfaringer med Sagatun, med særlig fokus på utviklingsmuligheter og på hvilke måter senteret bidrar i en recoveryprosess.

Det kom tydelig frem at Sagatun er sterke på recovery og empowerment. Deltagerne opplever støtte og verktøy til å finne egne ressurser, styrke seg selv, og hjelp til å finne ut av veien videre. Det å ha noe å gå til i hverdagen, være med på forskjellige aktiviteter, drive med interesser og gjøre lavterskel-arbeid/jobbtrening gir mestring, motivasjon og livslyst. Det sosiale fellesskapet bidrar til inspirasjon og håp, selvstyrking og mer perspektiv på egne utfordringer.

Det at senteret er brukerstyrt gir lite krav og stor frivillighet i hvordan en vil bruke senteret, og deltagerne har erfart brede muligheter for medvirkning og innflytelse totalt sett. Det ble diskutert utviklingsmuligheter i forbindelse med å utvide tilbudet mot et attføringstiltak med mer jobbrettet opplegg, men da ble det understreket fra alle parter at lavterskel-konseptet må beholdes. Nettopp balansen mellom frihet og forpliktelse på Sagatun er en av hovedgrunnene til at det fungerer, og det å ha en slik type mellomstasjon oppleves som nyttig både for brukere og samarbeidspartnere, i forhold til det å oppfylle viktige behov i en bedringsprosess utenfor selve behandlingen.

Mye tyder på at den sammensveide kulturen ved Sagatun er noe som må jobbes med, da både brukere og samarbeidspartnere har sett at denne kan virke ekskluderende. Særlig kan det vanskeliggjøre situasjonen for nye brukere. Deltagerne mente at mer fokus på mottakelsen ved innføring av mottaksrutiner og ansvarliggjøring av en mottaksperson kan være løsningen, samt. å jobbe mer med inkludering generelt i hverdagen.

Det kom mye tilbakemeldinger på dette med informasjon, både internt og eksternt. Informasjonen internt angående hva som skjer og hvem som gjør hva er for lukket innad i aktivitetene/gruppene, og det er for intens informasjonsflyt ved mottakelse. Deltagerne foreslår mer informasjonsdeling på tvers av aktiviteter og grupper, mer tilpasset informering ved mottakelse, flere kanaler for informasjon og styrking av brukerstyret. Både brukere og samarbeidspartnere savner mer informasjon om Sagatun utad, og mener at mer innføring, økt markedsføring og generelt tettere samarbeid med andre instanser som kan opplyse målgruppen vi føre til flere brukere som får nytte av tilbudet.

## Fra dialogkonferansen

### Gruppearbeid 1: Hvilke funn fra BSB oppleves viktig å gripe tak i?

#### Tilgjengelighet:

- Mer aktivt brukerstyre.
- Å ha en person tilstede i miljøet på huset hele tiden.
- Synliggjøring av forslagskassa; flytte den.

#### Samarbeid med andre instanser:

- Mer dialog med andre instanser som er aktuelle i forhold til å nå fram til nye brukere.
- Mer samarbeid mellom instanser.

#### Mottakelse:

- Henting av nye brukere.
- Faglig nivå på de som tar i mot nye brukere.
- Knapphet i økonomi/ressurser i forhold til å ta i mot nye brukere.
- Inkludering og informasjon.
- Roligere mottak av nye brukere.
- Systematisere mottaksrutiner.
- Sms-påminnelse på ny avtale.
- Ha en ansvarsperson daglig.
- Utfordrende for noen deltakere å møte pga. transport/buss/tog.

#### Informasjon:

- Tilpasning av informasjon til bruker/besøkende etter interesser.
- SMS-meldinger til brukerne (ikke alle vil gi fra seg telefonnummer).
- Om forslagskassa til nye brukere.
- Henge opp bilder i gangen av ansatte og kontaktpersoner, med kontaktinformasjon (telefon, e-post).
- Mer opplysning om mandagsmøtene kl. 12: ukeplanlegging. Særlig for nye brukere så man slipper å overøse med informasjon på førstegangsmøtet.
- Ta i bruk flere kanaler for informasjon. Ikke kun brosjyrer ute, men Facebook, Snapchat og nettside.
- Hvordan man informerer om tilbud og aktiviteter.
- Mengde informasjon.

Forutsetninger for frivillighet:

- Frivillighet vs. krav og muligheter.

Inkludering:

- Intern kommunikasjon og kultur; «Klubbkultur».

Samarbeid med andre instanser:

- Informasjon og samarbeid med samarbeidspartnere. Avtaler.
- Regelmessige samarbeidsmøter.
- At brukere informerer tjenesteutøvere, spesielt fastlegene. Ta med brosjyrer.
- «Markedsføring» overfor samarbeidspartnere, så de vet hva tilbudet er og kan «rekruttere» nye brukere.

Aktivitetene:

- Sammenheng og balanse mellom aktiviteter.

Recovery og empowerment:

- Bedringsprosesser: refleksjon, å dele erfaringer, ta opp tema.
- Hva virker for folk?
- Bli styrket til å ta mer ansvar.
- Inkludering – temamøter og timer.
- Hvor er jeg i «toleransevinduet»?

## **Gruppearbeid 2: Kvaliteter som vil beholdes**

Aktivitetstilbudene:

- Bredt aktivitetstilbud med ulike muligheter.
- Band og musikktilbudet.
- Kafe-driften.
- Mat.
- Forslagskassa.



Det sosiale:

- Det at alle møtes i lunsjen.
- Det sosiale miljøet i kafeen, å kunne møtes og snakke sammen.
- Har både langbord og småbord – alle er inkludert.

Verdiene, frivilligheten og lite krav:

- Hjertet i huset er viktig.
- At man blir møtt som medmenneske og respektert som den man er, uten masse krav og forventninger.
- Frivillighet under eget ansvar.

### Gruppearbeid 3: Mulige tiltak

Mottakelse:

- 1 fast årsverk/person som kun tar seg av mottak av nye personer.
- Få bakgrunnsinfo/info om interesser om den nye av kontaktpersonen(fra andre instanser) for å begrense informasjonsflyten ved mottakelse. Blir også lettere å tilpasse hvem som skal være mottakspersonen.
- Inviter til åpen dag (1 dag i året? 1 dag i halvåret? 1 gang i måneden?).
- Inviter til fast omvisning til fast tid (1 gang i måneden?) med oppfølging fra tjenesteapparat. Skriv det på tavla.
- Redigere mottaksrutinen, få inn stikkord/huskeliste.
- Kursing av brukere til mottakspersoner.
- Mer fokus på «hva er viktig for deg?»
- Dele ut en «Mestringsbok» med litt informasjon og plass til å gjøre egne notater.
- Henting av nye brukere kommer an på situasjonen og avstand; tilby å møtes i Hamar og slå følge til Sagatun, eller avtale henting av noen som bor i nærheten.
- Lage mal for informasjon.

Empowerment og motivasjon:

- Gi folk tid og tilpasset veiledning til å finne egen motivasjon til å ta mer ansvar osv. For eksempel å oppfordre med at en «Blir så glad at man ser gleden i å glede andre».
- Mer tilpasning per person/av den individuelle planen.

### Inkludering:

- Innføre "Friminutt"-onsdager for å oppnå mer fellesskap: alle brukere og ansatte er sammen om en aktivitet, for eksempel kubb, dart, gåtur, med kaffe og kake etterpå.
- Innføre 1 årsverk som er tilgjengelig på dagen i miljøet hele tiden.
- Diskutere hvordan å styrke miljøet i kafeen, med det å møtes og prate sammen.
- Inviter til åpen dag (1 dag i året? 1 dag i halvåret? 1 gang i måneden?).
- Samarbeid mellom de ulike aktivitetene.

### Ansvar og medvirkning:

- Flere frivillige generelt – annonsere via avis, Facebook osv..
- Inviter til åpen dag (1 dag i året? 1 dag i halvåret? 1 gang i måneden?).
- Mer tydelig forslagskasse, og gi noen ansvaret for å tømme den.
- Andre alternativer enn forslagskassa til hvordan å komme med tilbakemeldinger og ideer, for eksempel innføre idétimer.
- Diskutere hvordan brukerstyret kan bli mer synlig.

### Informasjon:

- Ta i bruk nye informasjonskanaler, for eksempel Snapchat (å være der brukerne er).
- Mer informasjon ut til andre instanser.
- Mer informasjon til brukere, inkludert nye.
- Bilde av alle ansatte i gangen/på oppslagstavla med navn, kontaktinformasjon og hva de gjør.
- Se etter forbedringer på informasjonen på nett.

### Aktiviteter:

- Synliggjøre forslagskassa.
- Starte turene senere (Vanskelig å komme seg opp om morgenen).
- Mer frukt og grønt.
- Regelmessig tematimer og refleksjonsgrupper, med mer tid på repetisjon, refleksjon og til å gjøre nye oppdagelser.
- Kortere sekvenser og mer variert opplegg på temadager.
- Bruke biblioteket mer.

#### Samarbeid med andre instanser:

- Mer samarbeid med NAV (sertifisering, aktivitetsplikt, aktivitet for sosialhjelp, tiltak gjennom NAV, føle en verdighet med henhold til lønn for arbeid).
- Faste rammer med samarbeidsmøter med våre samarbeidspartnere.
- Mer informasjon til og fra samarbeidspartnere.
- Tettere samarbeid med tjenesteapparatet til folk blir trygge på Sagatun.
- Fortelle aktuelle samarbeidspartnere gode rekrutteringsmåter. Få brukere til å ha fremlegg/møter.

#### Til videre utvikling:

- At Sagatun blir godkjent i et attføringsløp, uten at stedet blir tiltaksarrangør. Er det mulig?
- Oppfølging av rapporten og tema som blir tatt opp, hvordan den blir brukt videre.
- Flaskehals: Hvor stor vil vi egentlig bli i forhold til ressurser /økonomi i andre enden. Er det antall brukere som skal til for å få mer støtte?

#### Utfordringer:

- Knapphet i ressurser.
- Knapphet i administrering.
- Knapphet i økonomi.

## Referanser:

Haukeland M., Langseth B. og Hummelvold J. K.. (2017). *Skipper og los på samme skute* (Rapport 1-2017). Hamar: Sagatun brukerstyrt senter. Rapport fra verksted for Recovery-kunnskap.

Mæland, J. G. (2005): *Forebyggende helsearbeid i teori og praksis* (2. utgave). Oslo: Universitetsforlaget.

Sagatun Brukerstyrt Senter. Informasjon om Sagatun Brukerstyrt Senter. Hentet fra <http://www.sagatun.no/>, 22.9.2017.

## Intervjuguide til bruker-intervju

På hvilken måte bidrar Sagatun til recovery, og hva er det som eventuelt har hindret deltagerens muligheter ved Sagatun?

Ulike dimensjoner av dette:

<b>Bruk av Sagatun</b>	Har du brukt Sagatun? Hva gjorde du på Sagatun Hvor ofte brukte du Sagatun?	Hva vil du si at dette har betydd for deg?	
Hvordan kom i kontakt med tilbudet?			
<b>Recovery</b>	Hvordan definerer du Recovery for deg? Hva er viktig for at du skal få en bedre hverdag? Hva vil du oppnå for deg selv med den hjelpen du får?	Hva er det viktigste for deg med tilbudet ved Sagatun? <i>-Hvordan har Sagatun bidratt til at du fikk/får en bedre hverdag?</i>	
<b>Recovery</b>	Recovery forutsetter ofte at brukeren har egen kraft og myndighet, empowerment –	- Hvordan vil du si at denne beskrivelsen stemmer for din del?	
Mening i hverdagen	Har Sagatun bidratt til mening i hverdagen		
Innflytelse	Har du hatt innflytelse i Sagatun sin drift? Har du hatt innflytelse på egen aktivitet ved Sagatun?	Eventuelt hva bidro til at du opplevde innflytelse eller ikke?	
	Bidrar Sagatun til retning?	Hvordan bidrar Sagatun til at mennesker opplever å få en retning og sammenheng i eget liv?	
	Struktur i hverdagen?		

Hva bidro til at tilbudet ikke passet så godt, og evt. bidro til man sluttet?	Hvem vil du si tilbudet passer for?  Hvem vil ikke passe inn?		
Å komme videre	Hva bidro til at du kom videre fra Sagatun?	Hva bidro Sagatun med som gjorde at du kom videre?	
Hvordan samarbeider Sagatun med omverden, og hvilket behov er det for samarbeid utfra brukernes og samarbeidspartneres erfaringer?	Hvilken betydning har samarbeidet med andre offentlige tjenester sett fra deltageres ståsted?		
Hva var motivasjonen til helse og sosialtjenester innen NAV /kommune å anbefale bruk av Sagatun?	Hvilke sider ved senteret opplever samarbeidspartnere som mindre god?		

### Intervjuguide til samarbeidspartner-intervju

På hvilken måte bidrar Sagatun til recovery, og hva er det som eventuelt har hindret deltageres muligheter ved Sagatun?

Ulike dimensjoner av dette:

<b>Bruk av Sagatun</b>	Hva er dere erfaring med Sagatun?  Hvordan har dere brukt Sagatun for deres brukere/klienter?  Hva ønsket dere å oppnå?  Hva ønsket brukeren å oppnå?	Hva vil du si at dette har betydd for deg?	
	Oppnådde brukeren resultater med bruk av Sagatun?  Oppnådde tjenesten ønsket resultat?		
<b>Recovery</b>	Recovery/empowerment/aktørmodell er en av flere intensjoner for tjenestene.		

	Hvordan mener du Sagatun bidrar til å oppfylle slike intensjoner/mål?		
Hva fungerte ikke	Er det noen saker hvor dette ikke fungerte? Hva oppfatter dere årsaken til at det ikke fungerte for bruker/klient?		
<b>Samarbeid</b>	Hvilken form for samarbeid har dere i dag med Sagatun knyttet til oppfølging av brukere?  Kunne noe vært forbedret?		
	For bruk av Sagatun; Er det noen særskilte problemstillinger i tiltaksmidlene /tiltaksregelverk dere forholder dere til, som;  kan hindre?  eller muliggjøre?		
<b>Hvem passer</b>	For hvem vil du si dette tilbudet passer bra for?  Er det grupper som det ikke passer så bra for?  Ha vil du fremheve som Sagatun burde forbedret?  Hva vil du fremheve som viktig eller bra med Sagatun?		