



Livsmod

Et fagligt og omkostningssvagt kompetence- og behandlingskæde-udviklende netværk i de nordsjællandske kommuner

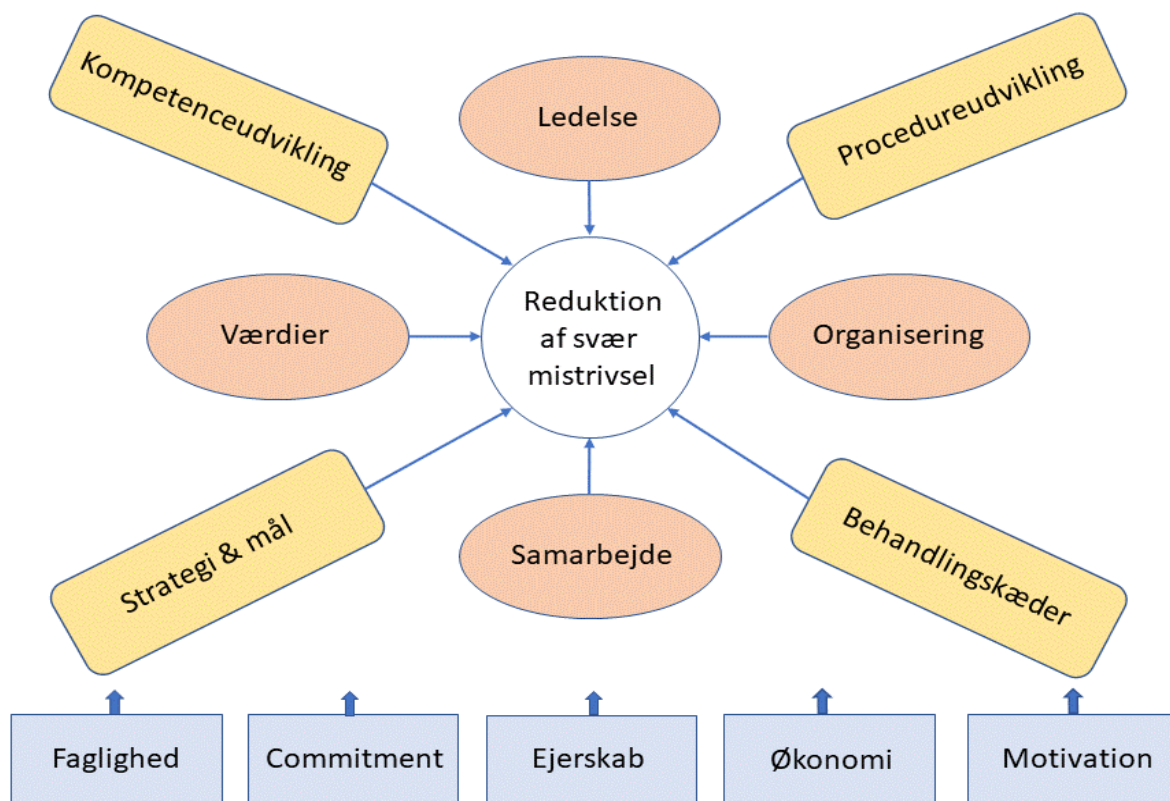
Af Gert Jessen, tovholder på Livsmod

Livsmod

Den nordsjællandske organisering Livsmod er et strategisk og fagligt forum for forebyggelses- og behandlingsindsatser i forhold til børn & unge, specielt rettet mod den tungere mistrivsel, herunder selvskadende handlinger, selvmordsadfærd, psykiatriske diagnoser, skilsmisseproblematikker, sorgreaktioner, spiseforstyrrelser, angstlidelser, mobning, spilafhængighed, alkoholmisbrug med mere samt de særligt udsatte børn og unge, som er pårørende eller efterladte fra familier med selvmordsadfærd, misbrugsproblemer og psykisk sygdom. Livsmod er desuden Danmarks suverænt største selvmordsforebyggende netværk.

Livsmod fokuserer på opkvalificering og udvikling af de akutte beredskaber, kvalitetsløft i forhold til det evidensbaserede, behandlingsmæssige og forebyggende indsatser, organisations- og procedureudvikling af den kommunale og regionale indsats og behandlingskæder gennem inddragelse af alle relevante faggrupper, herunder frontpersonale og frivillige organisationer.

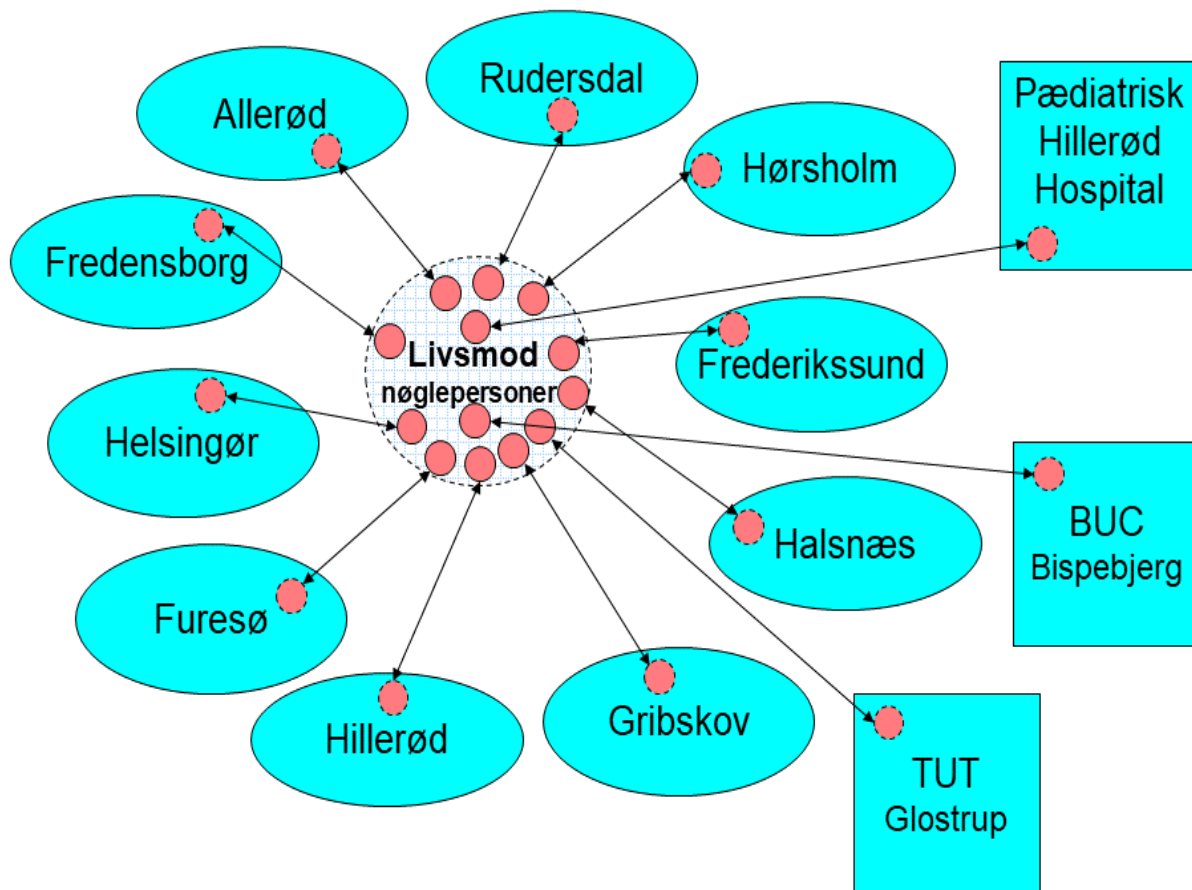
Mange enkeltelementer skal således koordineres, når der regionalt fokuseres på en reduktion i omfanget af selvmordsadfærd, selvskader, angstlidelser, spiseforstyrrelser og anden svær mistrivsel:





Styregruppe

Livsmods overordnede drift, strategi og planlægning varetages af en styregruppe med fast tovholder. Styregruppen repræsenterer de deltagende parter, der i øjeblikket består af følgende partnere:



Styregruppen mødes 4 gange årligt, og er ud over at være det styrende og koordinerende organ også forum for kontinuerlig erfaringsudveksling på tværs af kommunegrænser og sektorer. Styregruppen initierer således også bestræbelserne på at styrke ubrudte behandlingsskæder i Nordsjælland sammen med Region Hovedstaden.

Livsmod er i de senere år blevet kontaktet af en række interesserede nøgle- og fagpersoner fra andre kommuner, f.eks. Herlev, Gladsaxe, Lyngby-Taarbæk, Lejre, Køge, Roskilde og Bornholm.

Det er opløftende, at Livsmod ses som attraktiv også udenfor Nordsjælland. Indtil videre vil disse kommuner ikke umiddelbart blive optaget i Livsmod, men vi stiller gerne Livsmods mangeårige erfaring til rådighed for dem, herunder også muligheden for hjælp til opbygning af tværkommunalt samarbejde i et andet område.



Platform www.livsmod.net

Livsmod har samlet ledere og fagpersoner fra de nordsjællandske kommuner og hospitalsregi på én platform (www.livsmod.net). På hjemmesiden findes alle de vigtigste kontaktoplysninger, så eksempelvis hospitalspersonale hurtigt og enkelt altid kan finde rette kommunale kontaktperson til videre foranstaltning efter udskrivning ved f.eks. selvmordshandlinger eller psykiatrisk screening.

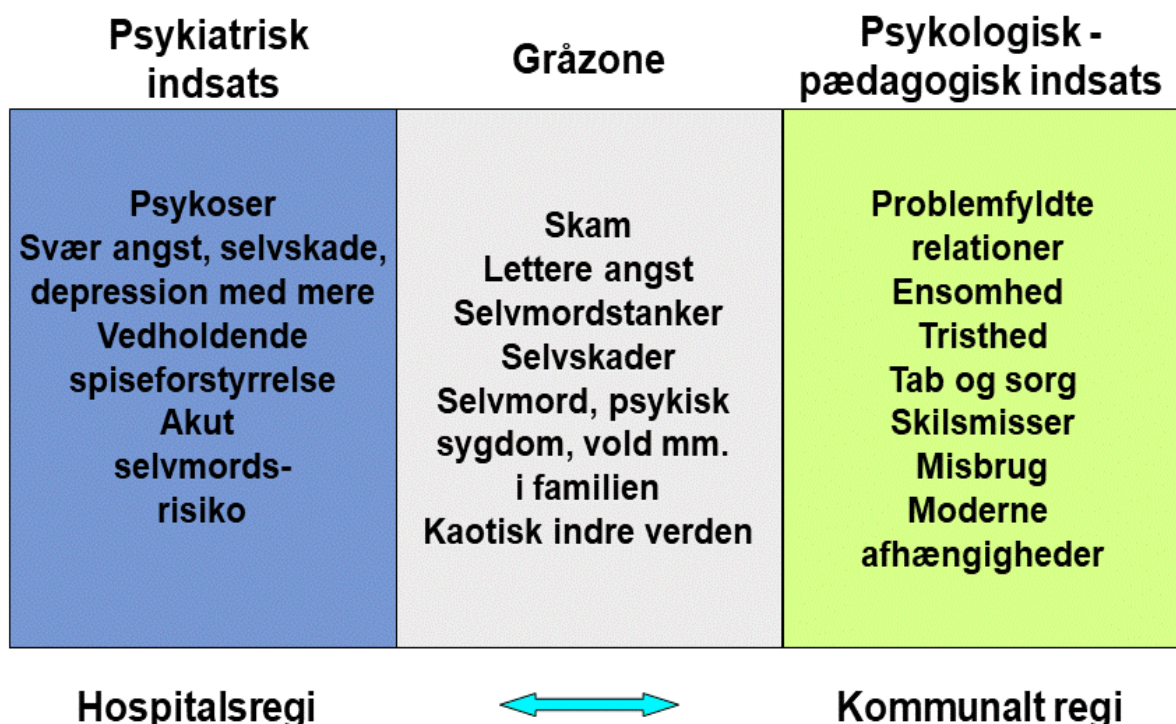
På hjemmesiden findes alle relevante oplysninger om faglige temadage og materialer, viden om behandlingskæder, litteratur, henvisninger, nyhedsbreve, referater og meget andet, herunder f.eks. mange anvendelige links og henvisninger til hjælp og viden.

Der er i øjeblikket ca. 1.400 fagpersoner og enkelte frivillige nøglepersoner registreret i netværket - i praksis er der dog langt flere løbende brugere.

Grænseflader

Livsmods faglige områder bevæger sig i et kontinuum mellem psykiatriske og psykologiske indsatser, der også favner pædagogiske og læringsmæssige områder - og agerer således bro mellem hospitals- og kommunale tilbud.

Derfor lægger Livsmod stor vægt på både faglig opkvalificering OG netværksdannelse mellem de to verdner. En vigtig pointe er sikring af ubrudte behandlingskæder, eksempelvis ved udskrivning efter selvmordsforsøg eller selvskade til videre efterbehandling eller andre hjælpetilbud i kommunalt regi:





Faglige temadage

Skal Livsmød gøre sig forhåbninger om kontinuerligt at tiltrække de relevante fagprofessionelle fra det nordsjællandske område, er det en forudsætning, at emne, indhold og relevans bliver båret af en høj faglighed og god formidlingsevne.

De løbende faglige temadage videregiver derfor den nyeste viden indenfor Livsmøds nævnte fokusområder - og oplægsholderne er eksperter og praktikere på hver deres specifikke områder.

Det er værd at bemærke, at kommunerne således kan favne meget bredere og dybere i fællesskab, end når den løbende kompetenceudvikling overlades til de enkelte kommuner.

Alle afholdte temadage kan findes på Livsmøds hjemmeside med beskrivelse, materialer med mere.

Supervisionsgrupper

I forhold til 'Livsmødssager', dvs. svære eller fagligt udfordrende sager med f.eks. selvmords- eller selvskadende adfærd, har Livsmød for nogle år siden etableret en fælles supervisionsgruppe.

Gruppen er velfungerende og selvsupplerende og har løbende 6-12 deltagere fra forskellige kommuner pr. gang, typisk psykologer. Skulle interessen vokse, er der mulighed for etablering af en ekstra supervisionsgruppe. Et ekstra plus er, at deltagere kan akkrediteres i forhold til autorisation.

Endvidere har Livsmød etableret en parallel gruppe, der beskæftiger sig specifik med angstsager, der involverer børn og unge med forskellige former for angst.

Begge supervisionsgrupper er beskrevet på Livsmøds hjemmeside.

Succeskriterier

Det overordnede succeskriterium for Livsmød er naturligvis at antallet af børn og unge med selvskadende adfærd, selvmordsforsøg og recidiv samt andre svære mistrivelsesformer over tid reduceres.

Et centralt omdrejningspunkt har fra start været at sikre, at alle, der udskrives fra hospitalsregi efter f.eks. selvmordsforsøg, opsamles i kommunalt regi:

- ✓ Hurtig indsats. Børn og unge med selvmordsforsøg tilbydes indenfor f.eks. 1-2 dage et samtaleforløb sammen med forældre (eventuelt efter screening ved BUC).
- ✓ Almindeligt behandlingstilbud. Børn, unge og deres forældre tilbydes så hurtigt som muligt hjælp i forbindelse med alvorlige selvmordstanker og/eller selvskadende adfærd eller i forbindelse med selvmordsadfærd i familien.



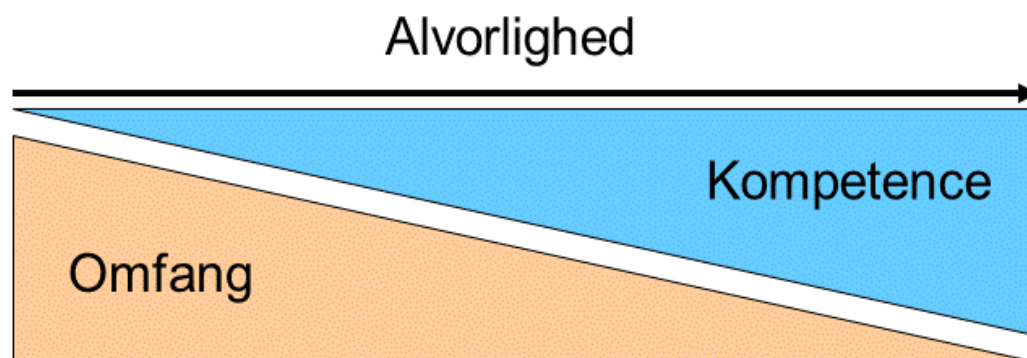
- ✓ Forebyggende indsats. Det sker gennem kompetenceudvikling hos relevante faggrupper, herunder frontpersonale.

Som det også understreges ved de løbende faglige temadage skal den forebyggende indsats skærpe fagpersonernes bevidsthed om, hvad man selv kan gøre og hvem man skal henvende sig til, hvis opgaven overstiger ens egne kompetencer og hvad man kan forvente af en sådan henvendelse.

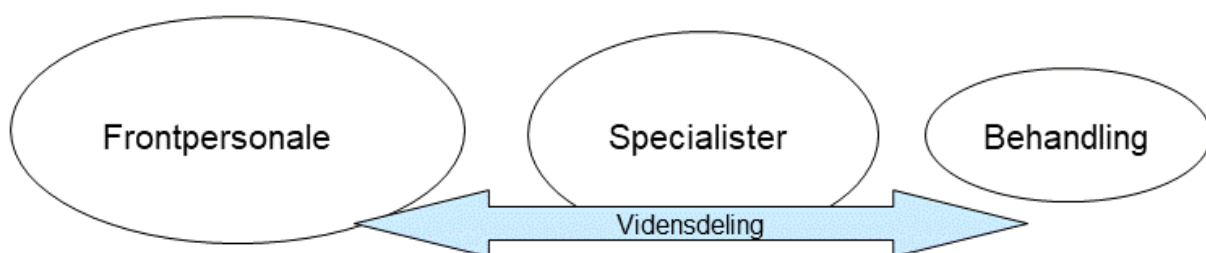
Kontinuum

Livsmods arbejdsfelt kan ses som et kontinuum, der strækker sig fra børn og unge, der mistrives, f.eks. i forhold til sorg ved tab, til børn og unge med betydeligt tungere mistrivsel. Det vil i praksis sige, at jo sværere mistrivsel, jo tungere kompetencer er nødvendige. Til gengæld falder mistrivslens omfang med sværhedsgraden.

Som med grænsefladerne mellem hospital og kommune er der et væsentligt element af brobygning og praktisk netværksdannelse mellem de enkelte områder og funktioner, hvor vidensdeling både overordnet og i forhold til den enkelte er afgørende for det bedste mulige forløb for de involverede børn og unge:



Eksempler: "Ked af det" Selvmordstanker Selvkader Selvmordsforsøg Svære forsøg Kronisk adfærd



Organisering

Livsmods tværfaglige og tværsektorielle samarbejde er rodfastet ledelsesmæssigt i de nordsjællandske kommuner og Region Hovedstaden, hvor der samarbejdes i forhold til hospitalsafdelinger, organisering, behandlingskæder, kompetenceudvikling, behandlingsdesign, ressourcer og standarder, børnepolitik, lovgivningskrav og sociale indsatser overfor børn og unge.



Livsmod er officielt fra 2018 forankret i Helsingør Kommune, og har tidligere været forankret i henholdsvis Hillerød og Gribskov Kommuner.

Frivillige organisationer

Livsmod modtog fra Socialministeriet en mindre bevilling til (2012-13) at forsøge at integrere frivillige organisationer i et tættere samarbejde med de kommunale og regionale offentlige behandlings- og sociale indsatser. Baggrunden var blandt andet, at den kommunale børn- og ungeindsats ofte fungerer parallelt og sporadisk koordineret med den frivillige sociale indsats på området. Livsmod ser derfor udviklingsmuligheder og synergier i et tættere samarbejde de to områder imellem.

Inddragelsen af relevante frivillige organisationer i Livsmod kan bidrage til en mere effektiv udnyttelse af områdets knappe ressourcer - og ikke mindst til en mere langsigtet støtte til de berørte børn, unge og familier. Formålet er at etablere samarbejde på området for at få det bedste ud af begge verdner i en fokuseret indsats.

Den centrale del af projektidéen har været meget 'lavpraktisk' i form af arrangementer, hvor frivillige deltagere og kommunale og regionale fagpersoner deltager på tværs og på lige fod. Erfaringer viser, at temadage, hvor deltagerne på tværs af fag og sektorer drøfter helt konkrete udfordringer, procedurer og case eksempler, også ofte resulterer i nye veje at gå.

En øget indsats på de nævnte områder er specielt aktuelt nu, da de frivillige foreninger i fremtidens velfærdssamfund forventes at spille en endnu større rolle i støtten og omsorgen for samfundets svage grupper, herunder også de grupper af børn og unge, som Livsmod fokuserer på.

Finansiering

Livsmod har siden starten af 1990'erne blandt andet været medfinansieret af amtslige og ministerielle puljer, i 2005-8 finansieret af Socialministeriet og siden 2009 været fællesfinansieret af de deltagende parter på et minimumsbudget, der dog har sikret et ret højt og målrettet aktivitetsniveau.

Følgende kommuner er i øjeblikket en del af det finansierende netværk for Livsmod: Allerød, Fredensborg, Frederikssund, Furesø, Gribskov, Halsnæs, Helsingør, Hillerød, Hørsholm og Rudersdal. Egedal Kommune er i øjeblikket ikke en del af Livsmodssamarbejdet. Enkelte fagpersoner herfra deltager dog i udvalgte arrangementer i Livsmod enten gratis eller for egenbetaling.

Region Hovedstaden bidrager på lige fod med kommunerne, idet fagpersoner fra hospitalsregi er en fast del af Livsmod, f.eks. fra børneafdelingen Hillerød Hospital, Børn og Unge psykiatrien, BUC Bispebjerg, TUT Glostrup med flere.



Altafgørende forudsætning for fortsat succes for Livsmod er, at de nordsjællandske kommuner og Region Hovedstaden fortsat støtter Livsmod. I perioden fra 2009 har der således pr. år været afsat mellem 17.000 og 25.000 kr. pr. kommune og Region Hovedstaden, hvilket omregnet svarer til et beløb på omkring 200 kr. pr. registreret fagperson. Selvom Livsmod i omfang er mere end 4-doblet i den nævnte periode, fra knap 300 deltagende fagpersoner i 2009 til nu ca. 1.400, er dette ikke afspejlet i omkostningerne.

Det viser på den ene side, at et fagligt kompetenceudviklende netværkssamarbejde kan organiseres for relativt beskedne midler. På den anden side må det konstateres, at det nuværende omkostningsniveau er yderst snævert.

Livsmod som model er helt oplagt at kopiere andre steder i landet, da den både er effektiv, behovsstyret og bemærkelsesværdigt omkostningssvag.

Resultater

Gennemgående er der i kommunerne og hospitalsregi meget stor tilfredshed med Livsmods aktiviteter. Især temadagenes høje faglige niveau og fagligt netværksskabende karakter bliver bedømt positivt. Det samme gør erfaringsudvekslingen på tværs af kommuner og sektorer.

Det er tydeligt, at kommunerne ikke blot har opnået at få engageret og opkvalificeret de vigtigste nøglepersoner, men også har formået at tage afsæt i Livsmods vedholdende input til internt at få iværksat nye og bedre procedurer til opstramning af indsats og behandlingsskæder i forhold til f.eks. børn og unge med selvskader og selvmordsadfærd. Således er samarbejde mellem B & U psykiatri og kommunerne styrket og forbedret og er forankret i Samarbejdsaftalen mellem psykiatri og kommuner.

Tovholder

Det er yderst sjældent, at faglige og tværsektorielle netværk danner, vedligeholder og udvikler sig 'af sig selv'. Mange har sikkert også oplevet, at et netværk af den type kan være mere 'tvært end fagligt'. I netværk af denne type skal alle deltagere kunne finde et positivt svar på spørgsmålet: "What's in it for me"?

Fra Livsmods start har der således været konsensus om, at den praktiske og centrale drift af netværk, hjemmeside og organisering varetages i samarbejde med styregruppen af Livsmods faglige tovholder - som også har til opgave at facilitere, vedligeholde og udbygge netværkssamarbejdet både praktisk og organisatorisk. Styregruppen er således den innovative og behovsstyrende membran, som al aktivitet i Livsmod svinger i takt med.

Med tiden er tovholderfunktionen blevet en del mere omfattende, især tidsmæssigt. Det er selvsagt enklere at koordinere et beskedent antal deltagere end et stort og hurtigt voksende antal. Eksempelvis var der for relativt få år siden typisk 30 deltagere til en temadag - i dag er mellem 60 og 150 normalen. For en håndfuld år siden var der



registreret nogle hundrede fagpersoner i Livsmod; i dag ca. 1.400, hvilket stiller en del større krav til planlægning og organisering, især da netværket vokser med et trecifret antal årligt.

Tovholder Gert Jessen (www.gjconsult.dk) har i 30 år arbejdet som forsker i og forebygger af svær mistrivsel og selvmordsadfærd. Han har bred erfaring med formidling af praktisk anvendelig viden til fagpersoner og frivillige.

Han er direktør, selvstændig social- og sundhedsfaglig konsulent og projektleder for offentlige, private og frivillige organisationer, underviser, foredragsholder og kursusarrangør samt producent af en række undervisningsmaterialer, bøger, artikler og hjemmesider om emner som f.eks. mobning, ensomhed, selvmordsadfærd, tavshed, angst, trivsel, vanskelige samtaler og konfliktkommunikation.

Livsmod: enkelte overskrifter og punkter

Livsmods historik

- 1) Livsmod 1993-1996 Frederiksborg Amt, forebyggelsesplan m/ rekommandationer
- 2) Livsmod 1996-1999 Frederiksborg Amts Børnerådgivning; behandlingstilbud til unge med selvmordsforsøg
- 3) Livsmod 2002-2004 Kompetence- og procedureudvikling; frontpersonalets handlemuligheder og indsatser i skoler
- 4) Livsmod 2005-2008 Kommunalreformen; forankring af indsats i kommunerne; netværksopbygning, fastholdelse og udvikling af kompetencer
- 5) Livsmod 2009-> Kontinuerlig kompetenceudvikling; integration af frivillige, udvidelse og udvikling af netværk, behandlingskæder, supervisionsgrupper

Livsmods forudsætninger

- ✓ Fælles platform
- ✓ Fælles tovholder
- ✓ Repræsentativ styregruppe
- ✓ Fælles finansiering
- ✓ Ledelsesmæssig forankring i hver kommune og regionen
- ✓ Tværfaglig og tværsektoriel
- ✓ Respekt for hver kommunes autonomi
- ✓ Behov for kompetenceudvikling findes i dialog
- ✓ Temadage med bedst mulig kvalitet ('State of the art' og evidensbaseret)



- ✓ Ejerskab i alle led

Livsmods temadage, eksempler

- ✓ Selvskader og cutting (prof. Bo Møhl)
- ✓ De tre ensomhedsformer (tovholder Gert Jessen)
- ✓ Dialektisk Adfærdsterapi ved selvskader (Klinikleder Kim Juul Larsen)
- ✓ Behandling af selvskader og selvmordsforsøg (psykiater Finn Skårderud)
- ✓ Mobning - digital og seksuelt (antimobbekonsulenterne Stenbak og Rasmussen)
- ✓ Seksuelle overgreb (lektor Katrine Zeuthen)
- ✓ Angstlidelser (psykolog Mikael Thastum)
- ✓ Assessment, behandlingskæder, screening (Gert Jessen & Gert Rasmussen)
- ✓ Personlighedsforstyrrelser (overlæge Bent Kawa)
- ✓ Alkoholbehandling (programdirektør Anette Søgaard Nielsen)
- ✓ Skam (professor Dan Zahavi)
- ✓ Ludomani (leder Michael Bay Jørsel)
- ✓ Spiseforstyrrelser (psykiatrisk sygeplejerske Inger Becker)
- ✓ Angst ('Cool Kids') (psykolog Søren Pedersen)
- ✓ Afhængighed af spil 'Gambling & Gaming' (psykoterapeut Brian Sebens)
- ✓ Skilsmisser, børnesamtaler og konfliktmægling (psykolog Anne Romer)
- ✓ Børn, unge og angst ('Angstspecialisterne')
- ✓ Børn og unges robusthed (prof. Per Schultz Jørgensen)
- ✓ Selvskader (Lotte Rubæk)
- ✓ Neuroaffektiv udviklingspsykologi (Knud Hellborn)
- ✓ Seksuel internetmobning (antimobbekonsulent Sidsel Stenbak)
- ✓ Børn, Unge & Sorg (direktør Preben Engelbrekt)
- ✓ Traumatiserede flygtningebørn (Dansk Flygtningehjælp)
- ✓ OCD og tvangstanker (psykolog Trine Hansen, BUC)
- ✓ Tilknytningsforstyrrelser og ADHD (psykolog Gitte Andersen, BUC)
- ✓ Skammens betydning (chefpsykolog Lars Sørensen)
- ✓ Behandling af traumatiserede flygtningefamilier (psykolog Nina Thorup, Dignity)
- ✓ Ind og ud af mistrivsel (seniorforsker Peter Fallesen, Rockwool)
- ✓ Behandling af angst (privatpraktiserende psykolog Marie Tolstrup)
- ✓ Børn, unge og depression (generalsekretær Kasper Tingkær, DepressionsForeningen)
- ✓ Retardering, hjerneskader, Autisme mm. (psykiater Anne Overgaard)
- ✓ Vanskelige samtaler (psykolog Lisbeth Rask)
- ✓ Svære skilsmisser (Statsforvaltningen)

Livsmods fokus på behandlingskæder

- ✓ Fælles regional koordineret indsats i samarbejde med BUC
- ✓ Temadage om behandlingskæder for nøglepersoner
- ✓ Løbende information om Kompetencecenter for Selvmordsforebyggelse (BUC)
- ✓ Instruks på sygehusene om henvisning til Livsmod i kommunerne
- ✓ Visitation mellem hospital, kommuner, BUC Bispebjerg & Glostrup
- ✓ Kommunale kontaktpersoner på www.livsmod.net
- ✓ Info til personale, den unge og forældre



- ✓ Underretning fra hospital til kommunerne
- ✓ Aftaler om hurtig henvisningsvej
- ✓ Alle fag- og nøglepersoner benytter www.livsmod.net
- ✓ Temadage skaber 'fysisk' og tværfagligt netværk
- ✓ Løbende drøftelse af emnet i styregruppen

Livsmods resultater

- ✓ Omkostningssvag driftsstruktur
- ✓ Organisering af 'Livsmodsteams' i en række kommuner
- ✓ Udvikling af procedurer ift. snitflader mellem hospital og kommuner
- ✓ Udvikling af procedurer ift. snitflader mellem Børn- & Ungepsykiatrien og kommuner
- ✓ Effektivisering af visitering mellem instanser
- ✓ En fast og åben supervisionsgruppe for behandlere med 'Livsmodssager'
- ✓ En fast og åben supervisionsgruppe for behandlere med angstsager
- ✓ Hurtigere kommunikationsveje mellem sektorer
- ✓ Er en hurtig, effektiv og genkendelig samarbejdspartner
- ✓ Stærk netværksdannelse mellem fagpersoner og afdelinger
- ✓ Antallet af deltagende faglige nøgle- og netværkspersoner kontinuerligt stigende
- ✓ Større synlighed af problemfelterne og deres kompleksitet
- ✓ Udvikling af fælles sprog, terminologi og definitioner
- ✓ Inddragelse af frivillige organisationer
- ✓ www.livsmod.net m/ kontaktoplysninger, nyhedsbreve, faglig viden, links mm.

Barnets Reform

Livsmod blev i 2011 i forbindelse med Barnet Reform anbefalet til Socialministeren som et eksempel på god social praksis i kommunerne. Livsmod har således indgået i ekspertpanelets arbejde med en samlet beskrivelse af god social praksis.