

# Likepersontjenester i Oslo

**Forfattere:**

Kristina Sivertsen, Rita Sørly og Trond Stalsberg Mydland

**Rapport 28-2021, NORCE Samfunn**



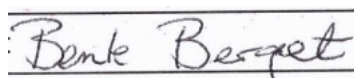
Rapporttittel	Likepersontjenester i Oslo
Prosjektnummer	101490-1 og 101490-3
Institusjon	NORCE Norwegian Research Centre AS
Oppdragsgivere	Helsedirektoratet
Gradering	Åpen
Rapportnr	28-2021, NORCE Samfunn
ISBN	978-82-8408-182-3
Bildekreditering	©Colourbox.com



---

Trond Stalsberg Mydland

*Prosjektleder*



---

Bente Berget

*Kvalitetssikrer*

## Innhold

Forord .....	4
Sammendrag .....	5
1. Innledning .....	9
1.1. Bakgrunn for prosjektene.....	9
1.2. Helhetlig ettervern i Oslo .....	10
1.3. Likepersontjeneste – integrering og fysisk aktivitet .....	11
1.4. Likepersontjenester.....	11
1.5. Recovery.....	12
2. Hovedlinjer i prosjektenes oppbygging .....	13
2.1. Likepersontjenestens oppbygging.....	13
2.2. Aktørene i prosjektet .....	16
3. Metode .....	18
3.1. Forskningsaktivitet .....	18
3.2. Aksjonsforskning .....	18
3.3. Individuelle intervjuer .....	19
4. Resultater: Erfaringer fra likepersontjenesten .....	21
4.1. Erfaringer fra likepersonene .....	21
4.2. Organiseringen av tjenesten .....	27
5. Konklusjon .....	32
Referanser .....	34

*Klart det er du*

*som skal være ankeret mitt*

*hvem vil ha et anker*

*som ikke aner hvordan*

*det ser ut på bunnen*

*(Skaug, 2020, s. 87)*

## Forord

Denne rapporten er utarbeidet av NORCE Norwegian Research Centre AS og er basert på to samarbeidsprosjekter med bruker- og pårørendeorganisasjonen A-larm og Oslo Velferdsetat. Prosjektene ble finansiert av Helsedirektoratet i perioden 2019–2021 og omhandler to ulike former for likepersonstjenester til mennesker med utfordringer knyttet til rus, psykisk helse og integrering i Oslo.

Prosjektet har fulgt en aksjonsforskningstilnærming, der fokuset har vært å teste ut og utforske virkningsfulle elementer med likepersonstjenestene og prøve ut en organisering av tjenestene. I prosjektperioden har forskere fra NORCE bistått inn i prosjektgruppen med forskningskompetanse, utviklingsarbeid og dokumentasjon av deler av tjenestene som tilbys i prosjektene. Denne rapporten redegjør for de to samarbeidsprosjektene «Helhetlig ettervern i Oslo» og «Likemannstjeneste – integrering og fysisk aktivitet».

Koronapandemien, samt omorganisering innen A-larm har i noen grad påvirket den planlagte forskning- og utviklingsdelen i 2021, hovedsakelig innhenting av datamateriale. Forskerne i prosjektet har derfor konsentrert seg om innhentet datamateriale fra perioden 2019–2020.

En vesentlig del av den forskningsbaserte rapporteringen består av tre publiserte artikler basert på datamateriale fra de to prosjektene. Artiklene inngår i denne prosjektrapporten, og er i sin helhet vedlagt til slutt i rapporten.

Vi vil rette en stor takk til alle samarbeidsparter, prosjektgruppen og ikke minst intervjudeltakere som har deltatt i datainnhentingene! Tusen takk!

Prosjektleder,  
Trond Stalsberg Mydland, desember 2021

## Sammendrag

I denne rapporten presenteres to samarbeidsprosjekter kalt «Helhetlig ettervern i Oslo» og «Likepersontjenester – integrering og fysisk aktivitet». Prosjektene ble startet på bakgrunn av et samarbeid mellom bruker- og pårørendeorganisasjonen A-larm, forskningsinstituttet NORCE og Oslo Velferdsetat, som sammen ønsket å skape mer helhetlige og tilpassede tjenester i ettervernsfasen for mennesker som kommer fra rusbehandling. Prosjektene ble finansiert av Helsedirektoratet i perioden 2019–2021 og omhandler to ulike former for likepersontjenester til mennesker med utfordringer knyttet til rus, psykisk helse og integrering i Oslo.

«Helhetlig ettervern i Oslo» ble startet våren 2019 på bakgrunn av et ønske om å skape en tilpasset tjeneste for mennesker i sårbare overganger mellom rusinstitusjon og bolig. Gjennom en likepersontjeneste ønsket partene å bidra til å opprettholde kontinuiteten i rehabiliteringsprosessen for deltakerne etter endt behandling. «Likepersontjenester – integrering og fysisk aktivitet» ble igangsatt høsten 2019 med mål om å øke livskvalitet til unge personer (18–30 år) med minoritetsbakgrunn ved å sette søkelys på livsmestring, tilhørighet og fysisk aktivitet. Prosjektene er nær koblet i metodisk tilnærming, organisering og overordnet mål om å forebygge utenforskap og bidra til en strukturert og meningsfull hverdag for deltakerne. Likepersonene i prosjektene har også fått den samme opplæringen og fellesveiledningen gjennom prosjektperioden, og vi har derfor valgt å samle erfaringene fra prosjektene i en rapport.

I A-larm er likepersontjenestene hovedsakelig bygget opp slik at tidligere rusavhengige fungerer som lønnete likepersoner for andre rusavhengige som ønsker og har behov for støtte i deres recoveryprosess. Typiske områder hvor likepersoner fungerer som støtte, er ved inkludering av deltagere i rusfrie aktiviteter og nettverk, samt som støttespillere og brobyggere i deltakeres møter med det øvrige tjeneste- og hjelpeapparat. Modellen er bygget opp ved at hvert prosjekt har en prosjektkoordinator som følger opp og veileder et knippe likepersoner. Prosjektkoordinatorene spiller her en sentral rolle som nærmeste overordnede for likepersonene, og har ansvar for opplæring og veiledning av likepersonene. I tillegg har prosjektkoordinator ansvar for kontakten ut mot øvrige tjenester og rekruttering av deltagere og likepersoner.

Prosjektene har fulgt en aksjonsforskningstilnærming som hatt som formål å kartlegge erfaringer de ulike aktørene i prosjektet gjør seg. De overordnede forskningsspørsmålene har dreid seg rundt om likepersontjenestene virker recoveryfremmende for likepersoner og deltagere, om virkningsfulle mekanismer i tjenesten, samt hva som må ligge til rette for at en slik tjeneste skal fungere best mulig. Forskerne fra NORCE har også gjennomført følgeforskning i prosjektene med fokus på prosjektutviklingen og aktørenes opplevelser av disse prosessene.

Erfaringer fra prosjektet viser at det er en rekke fordeler, for både likepersoner og deltagere, i å benytte en tilpasset og fleksibel likepersonstjeneste inn mot målgruppen i disse prosjektene. Datamateriale viser at en sentral komponent i oppfølging er den erfaringskompetansen likepersonene besitter. Gjennom å anvende erfaringskompetanse på ulike måter i oppfølgingen av deltakerne ble det skapt en unik kontakt og et læringsfellesskap mellom likeperson og deltaker. Rollen og jobben som likeperson hadde også hatt stor betydning for mange av likepersonene selv, og for deres egen recoveryprosess. Tjenesten ble i intervjuer omtalt som en vinn-vinn-situasjon hvor både deltaker og likeperson fikk rom til å utvikle seg. Likepersonene opplevde det som en meningsfull jobb der deres erfaringer kunne brukes til noe nyttig. Det å hjelpe andre ga de en

motivasjon og en jevnlig påminnelse om deres egen recoveryprosess, og verdien av deres recoverykompetanse. For flere av likepersonen representerte jobben også en vei inn i arbeidslivet, og fungerte som en fleksibel og tilgjengelig arbeidstrening.

Gjennom analysene av det samlede datagrunnlaget knyttet til prosjektene, har vi kategorisert fordeler med recoverykompetanse inn i det vi har valgt å kalle en *Modell for Recoverykompetanse* (Sørly et al., 2021):



På bakgrunn av datamateriale fra intervjuer, deltakende observasjoner, arbeidsgruppemøter, jevnlig kontakt og rapportering fra koordinatorene samt workshops ser vi at det er mange fordeler som utgår fra recoverykompetansen som benyttes i disse likepersonprosjektene. Samtidig viser funnene at det som bidrar til å gjøre tjenesten unik, erfaringskompetanse, tilgjengelighet og fleksibilitet, også kan bidra til utfordringer i tjenestene og i likepersonenes arbeid. Likepersonene opplevde at det kunne være vanskelig å sette grenser i arbeidet, og de hadde behov for veiledning,

tilrettelegging og opplæring i hvordan de kunne benyttet denne erfaringskompetansen ovenfor deltakerne. Prosjektkoordinatorenes rolle som veiledere, sparringspartnere og støttepersoner inn mot likepersonene ble ansett som svært viktig. Opplæring, jevnlig veiledning og oppfølging av likepersonene er i så måte en forutsetning for at recoverykompetanse skal fungere optimalt, slik som illustrert i modellen over.

Koronapandemiens inntog i Norge i mars 2020, samt omorganisering internt i A-larm har i noen grad påvirket den planlagte forskning- og utviklingsdelen i 2021. Forskerne i prosjektet har derfor konsentrert seg om datamateriale fra perioden 2019–2020, og formidling av prosjektene i form av artikler. Følgende presenteres de tre artiklene som er publisert som del av prosjektrapporteringen.

### Artikkel 1

Sivertsen, K., Sørly, R., Mydland, T., & Ekberg, J. I. (2021). Perspectives on Challenges and Opportunities in Norwegian Peer Recovery Services for People Living with Dual Diagnosis During a Pandemic. *Journal of Patient Experience*, 8, <https://doi.org/10.1177/2374373521996954>, (CC BY-NC 4.0).

COVID-19-pandemien og tiltakene som kreves for å håndtere den har ført til store utfordringer for helsevesenet over hele verden, og spesielt for sårbare befolkninger. Personer som sliter med rusmisbruk og psykiske plager kan være spesielt sårbare ettersom pandemien kan øke omfanget og alvorlighetsgraden av rusmisbruk og psykiske helseproblemer. Utfordringene med å opprettholde behandling under den pandemiske nedstengningen har oppfordret norske peer likepersontjenester til å revurdere organiseringen av deres arbeid.

Innenfor feltet rusbehandling og bedring er samarbeid mellom det offentlige helsevesenet og ideelle organisasjoner i økende grad anerkjent som en vesentlig del av innovasjon og utvikling på feltet. Likepersontjenestene forfatterne er involvert i, er et lavterskeltilbud for personer som lever med dobbeltdiagnoser i Norge, hvor de får likepersoner til å hjelpe dem med hverdagen og inn i rusfrie aktiviteter og nettverk. Bruk av likepersontjenester har bidratt med en ny kompetanse som bidrar til å bygge tillit mellom mennesker som sliter med rus og psykiske plager, og tjenesteleverandører. Systematiske oversikter basert på internasjonale studier av likepersontjenester som støtte for personer som lever med rus og psykiske plager viser lovende resultater hva gjelder redusert rusmiddelbruk og tilbakefallsrater, større behandlingstilfredshet, forbedret forhold mellom med behandlere og tjenestemottaker.

### Artikkel 2

Sivertsen, K., & Mydland, T. S. (2021) Likepersontjenester innen rus og psykisk helse under covid-19 – utfordringer og muligheter. *Tidsskrift for psykisk helsearbeid*, 18(02), 222–228 <https://doi.org/10.18261/issn.1504-3010-2021-02-13>

Covid-19-pandemien har ført til store utfordringer for helsevesenet og folkehelsepolitikk globalt, så vel som her i Norge. Omveltningen innen helsevesenet krever nå nye behandlings- og forebyggingsstrategier for å tilpasse seg effekten av pandemien. Mennesker som lever med utfordringer knyttet til rus og psykisk helse er særlig sårbare for disse endringene, blant annet på grunn av allerede begrensede behandlingsmuligheter og tilbud. I dette eksempelet ønsker vi å fremheve likepersontjenester som et mulig verktøy til å nå ut til mennesker med utfordringer



knyttet til rus og/eller psykisk helse. Likepersonene omtalt i denne teksten har blitt rekruttert av, og jobber for, den ideelle organisasjonen A-larm, som er en nasjonal bruker- og pårørendeorganisasjon på rusfeltet. Erfaringer og sitater i teksten er hentet fra kvalitativ datainnsamling fra fem større forsknings- og utviklingsprosjekter i samarbeid mellom forskningsinstituttet NORCE og A-larm. Datainnsamlingen er meldt inn til og godkjent av Norsk senter for forskningsdata (NSD). Respondentene representerer ulike roller og perspektiver innen likepersontjenester til mennesker med utfordringer knyttet til rus og psykisk helse.

### Artikkel 3

Sørly, R., Sivertsen, K., & Stalsberg Mydland, T. (2021). An exploration of recovery competence among Norwegian peer workers in substance abuse services. *Social Work in Mental Health*, 1–16. <https://doi.org/10.1080/15332985.2021.1968988> (CC BY 4.0)

Likepersontjenester i norske kommuner bidrar som et supplement og fyller et tomrom til det samlede tjenestetilbudet innen psykisk helsevern og/eller rusbehandling. I denne kvalitative studien har vi intervjuet vi seks personer som jobber som likepersoner i Oslo. Målet vårt var å utforske hvordan likepersoner oppfattet deres kompetanse i arbeidet som likepersoner. Gjennom en tematisk analyse fant vi temaer likepersoner anerkjenner som viktige i sin recoverykompetanse. Disse temaene var egen erfaring med rusavhengighet, distanse til egen lidelse, recovery som samarbeid og fleksibilitet som en forutsetning for likepersonarbeidet. Funnene kan være av praktisk relevans for de som har som mål å utvikle mer recoveryorienterte rustjenester.

# 1. Innledning

## 1.1. Bakgrunn for prosjektene

Bruker- og pårørendeorganisasjonen A-larm og forskningsinstituttet NORCE tok i 2018 initiativ til et utviklingsarbeid i forhold til mer helhetlige og tilpassede tjenester i ettervernsfasen for mennesker som kommer fra rusbehandling. I A-larm opplevde de at mange av deres medlemmer slet med å finne gode nettverk og en meningsfull hverdag etter endt behandling, og at veien tilbake til rusen derfor ble kort. Fra tidligere hadde organisasjonen gode erfaringer med likepersonoppfølgingens individuelle og fleksible tilnærming og ønsket i samarbeid med NORCE og Oslo kommune, Velferdsetaten, å utvikle tilbudet ytterligere, tilpasset forskjellige målgrupper i Oslo. Tilnærmingene, som samarbeidspartnerne ønsket å prøve ut, ble organisert som de to prosjektene «Helhetlig ettervern i Oslo» og «Likemannstjeneste<sup>1</sup> – integrering og fysisk aktivitet».

Partene i samarbeidet «Helhetlig ettervern i Oslo» ønsket å utvikle en tjeneste som var i tråd med pakkeforløpets målsetning om økt brukermedvirkning og økt samarbeid mellom ideell og offentlig sektor innen rus og psykisk helse (Helsedirektoratet, 2018). Mange mennesker med utfordringer knyttet til psykisk helse og rus har behov for tjenester fra flere ulike instanser samtidig, noe som igjen stiller store krav til samhandling og koordinering av tjenestene (ibid.). Målet med oppfølging var også at likepersonene skulle fungere som brobyggere mellom deltakerne og ulike tjenester, og på bakgrunn av sin erfaring være en guide tilbake til samfunnet.

I tiden før det nye pakkeforløpet hadde det i lengre tid vært ruspolitiske og faglige strømninger og krav om økt grad av brukerinvolvering og medvirkning i gjennomføring, organisering og utforming av nye tilbud for brukerne. Blant annet ved lovfestet rett til Individuell plan i 2001 (Pasient- og brukerrettighetsloven, 2001). Også i veilederen fra Helsedirektoratet (2014), *Sammen om mestring*, omtales brukerne som «viktigste aktør» og viser til tydelige krav og forventninger til lokalt psykisk helsearbeid og rusarbeid. I veilederen legges det blant annet vekt på at tjenestene organiseres og utformes i et bruker- og mestringsperspektiv, samtidig som det skal legges til rette for økt samarbeid mellom tjenestene (Helsedirektoratet, 2014). I årene som fulgte var det flere offentlige dokumenter og veiledere som dro i samme retning, blant annet proposisjon til Stortinget 15 S (2015–2016) og *Opptrappingsplan på rusfeltet* (2016–2020). Med opptrappingsplanen ønsket regjeringen å ta for seg de tre innsatsområder: Tidlig innsats, behandling og ettervern/oppfølgingstjenester, som blant annet hadde som hovedmål å sikre reell brukerinnsflytelse gjennom fritt behandlingsvalg, flere brukerstyrte løsninger og sterkere medvirkning ved utforming av tjenestetilbud.

Prosjektet «Likemannstjeneste – integrering og fysisk aktivitet» rettet seg mot målgruppen ungdommer med minoritetsbakgrunn og rusutfordringer. I første periode av prosjektet ble det prioritert å få en oversikt over situasjonen for målgruppen i Oslo. Registrert barne- og

---

<sup>1</sup> Da prosjektene startet opp i 2019, ble tjenesten kalt «likemann», «mentor» eller «likemannstjenesten», mens «likeperson» eller «likepersonstjenesten» ble mer vanlig ilt prosjektperioden. Vi har derfor valgt å benytte begrepene «likeperson» eller «likepersonstjenesten» videre i dokumentet.

ungdomskriminalitet i Oslo har økt de siste årene. Mulige påvirkningsfaktorer kan være knyttet til en rekke utfordringer som fattigdom, mangelfull integrering, frafall i videregående skoler og grunnskoler, ungdomsledighet og problemer med rus og psykisk helse (Ottar, 2019). En nylig rapport fra Uteseksjonen i Oslo viser at det har vært en økning av unge og mindreårige som beveger seg i åpne rusmiljø, og dette gjelder særlig på østkanten (Sannes og Gulbrandsen, 2020). Oslo har en lang tradisjon for oppsøkende arbeid blant unge, men står fremdeles overfor store utfordringer for å motvirke utenforskap blant unge (Oslo Byrådsrapport, 2020).

Prosjektet føyde seg inn i en rekke av oppsøkende tilbud i Oslo, rettet mot utsatte unge. Disse tilbudene skal bygge tillit og være et bindeledd mellom utsatte unge og øvrig hjelpeapparat. En viktig faktor i slike oppsøkende tjenester er utfordringer ved rekruttering av deltakere. Barrierer for deltakelse fra mulige brukere av tjenestene kan være knyttet til språk, liten tillit til hjelpeapparatet, manglende informasjon om hva tilbudet kan inneholde, lav helsekompetanse, negative erfaringer fra samarbeid med hjelpeapparatet, sosialt press fra venner. Fra organisasjonens side kan utfordringer i rekruttering dreie seg om lav kompetanse om kultur, ulikt syn på rus, ulike fordommer og stereotype forestillinger om målgruppen.

Brukerorganisasjonen A-larm hadde, med samarbeidspartnere, ment å se et økende behov for likepersontjenester blant unge med minoritetsbakgrunn i Oslo. Kontakt med Uteseksjonen/SALTO avdeling Sentrum, Gamle Oslo, Alna og Stovner, og frivillige aktører i bybildet bekreftet dette.

Prosjektene vi omtaler i denne rapporten retter seg særlig mot ettervernsfasen etter rusbehandling og tidlig innsats for mennesker av utenlandsk opprinnelse som står i fare for å havne i et rusmiljø. Prosjektene «Helhetlig ettervern i Oslo» og «Integrering og fysisk aktivitet» oppsto dermed som utprøving av en modell der hovedvirkemiddelet var en tilpasset likepersontjeneste mot to ulike brukergrupper innen rus og psykisk helse. Gjennom likepersontjenesten skulle deltakerne få tilbud om en støtteperson i ulike overgangsfaser, støtte inn mot øvrige tjenester og hjelp til å bygge opp nye, rusfrie nettverk. I neste avsnitt presenterer vi hvert av de to prosjektene.

## 1.2. Helhetlig ettervern i Oslo

Det treårige prosjektet «Helhetlig ettervern i Oslo» ble startet i 2019 og er finansiert gjennom Helsedirektoratets tilskuddsordning *Aktivitetstilskudd rettet mot personer med psykiske problemer, rusmiddelproblemer eller prostitusjonserfaring*. Prosjektet hadde til hensikt å være et samarbeid mellom A-larm, forskningsinstituttet NORCE (Norwegian Research Centre AS) og Oslo kommune, Velferdsetaten. Siden prosjektoppstart våren 2019 har Oslo Velferdsetat fungert som en rekrutteringskanal for likepersoner og deltakere inn i prosjektet, og prosjektgruppen har bestått av representanter fra A-larm og forskere fra NORCE.

Prosjektsamarbeidet ble startet på bakgrunn av et ønske om å skape en tilpasset tjeneste for mennesker i sårbare overganger mellom rusinstitusjon og bolig, med den hensikt å bidra til en strukturert og meningsfull hverdag etter behandlingsopphold. Gjennom en likepersontjeneste ønsket partene å bidra til å opprettholde kontinuiteten i rehabiliteringsprosessen til deltakerne etter endt behandling. Gjennom dette treårige prosjektarbeidet ønsket partene også å utvikle en modell for hvordan A-larms likepersontjeneste kunne bidra i overgangen fra institusjon til egen bolig, og være et supplement til øvrige tjenester i ettervernsfasen. Målene for prosjektet ble

utarbeidet på bakgrunn av sonderingsmøter med tjenestebrukere og om organisasjonen og øvrige parter så et behov for en tilpasset tjeneste etter endt behandlingsopphold. Prosjektet hadde også som intensjon å være i tråd med, og bygge opp under, intensjonen med det nye pakkeforløpet for rus og psykisk helse introdusert i 2018 (Helsedirektoratet, 2018).

### 1.3. Likepersontjeneste – integrering og fysisk aktivitet

Prosjektet «Likemannstjeneste – integrering og fysisk aktivitet» ble igangsatt oktober 2019 med mål om å øke livskvalitet til unge personer (18–30 år) med minoritetsbakgrunn ved å sette søkelys på livsmestring, tilhørighet og fysisk aktivitet. Prosjektet hadde en varighet på tre år, og var definert som et aksjonsforskningsprosjekt. Også dette prosjektet var et samarbeid mellom brukerorganisasjonen A-larm, forskningsinstituttet NORCE og Velferdsetaten i Oslo kommune. A-larm hadde også et samarbeid i prosjektet med Mudo Instituttet avd. Tveita, hvor treningsøkter skulle holdes to dager hver uke for alle likepersontjenestene i Oslo.

Prosjektsamarbeidet ble startet på bakgrunn av et ønske om å bidra til å skape en tilpasset tjeneste for ungdommer (18–30 år) med minoritetsbakgrunn som var, eller hadde vært, i aktiv rus. Gjennom en likepersontjeneste ønsket partene å bidra til å skape et tilbud hvor ungdommer med minoritetsbakgrunn kunne, sammen med en likeperson, få tilbud om fysisk aktivitet. Målene for prosjektet ble utarbeidet på bakgrunn av at bruker- og pårørendeorganisasjonen og øvrige parter så et behov for en tilpasset tjeneste for denne målgruppen.

En sentral tilnærming i prosjektet var å undersøke deltakerens livsmestring, tilhørighet og knytte dette til helsefremmende aktiviteter. Prosjektet hadde som mål å tilrettelegge for at deltakerne kunne skape nye rusfrie nettverk og utvikle seg fysisk, språklig og/eller kreativt. En slik tilnærming kan forebygge utenforskap og muliggjøre deltakelse på felles arenaer mellom personer med minoritetsbakgrunn og personer med majoritetsbakgrunn.

### 1.4. Likepersontjenester

Likepersontjenester, hvor likepersoner på bakgrunn av egenerfaring følger opp og veileder mennesker som ikke er kommet like langt i en recovery- eller tilfriskningsprosess, er på ingen måte et nytt fenomen. Denne formen for erfarings- og kunnskapsutveksling er benyttet ovenfor ulike bruker- og pasientgrupper i mange år, og finnes i mange ulike former og varianter. Eksempler på dette er selvhjelpsgrupper, samtalegrupper, eller andre møter mellom mennesker med sammenfallende utfordringer (Sjåfjell & Myra, 2015).

I Norge har blant annet Norges Handikapforbund lange tradisjoner med ulike former for likepersonarbeid og forbundet fremhever at likepersonarbeid er en viktig del av innstasen for funksjonshemmedes selvstendighet og samfunnsdeltakelse (Norges Handikapforbund, 2021). Andre eksempler kan være likepersonoppfølging innen integreringsarbeid. *Catalysts* er et sosialt entreprenørskapsprogram som har erfaring med å tilby likepersonprogrammer til multikulturelle ungdommer. Gjennom programmet får voksne innvandrere (først og fremst flyktninger) med utdanning fra hjemlandet, hjelp til å fullføre eller bygge på eksisterende utdanning gjennom likepersonoppfølging (Radlick, 2020). Et annet eksempel fra Oslo er prosjektet *Perspektiv*. Her jobber unge erfaringskonsulenter med egenerfaring fra ungdomsmiljøet på Oslo S.

Erfaringskonsulentene i *Perspektiv* samarbeider tett med ansatte fra Uteseksjonen og benytter bevisst likepersonarbeid og ung-til-ung formidling i deres forebyggende ungdomsarbeid. Tilbudet ble etablert som et fast tiltak etter en kartlegging av ungdomsmiljøet i Oslo sentrum i 2012 (Uteseksjonen i Oslo, 2012).

Innen rus- og avhengighetsproblematikk er Anonyme Alkoholikere (AA) og Anonyme Narkomanes (NA) fellesskap kjent for å ha lange tradisjoner for likepersonoppfølging blant annet i form av selvhjelpsgrupper og med oppfølging fra en sponsor. Dette er en tjeneste som ikke er lønnet og frivillig drevet av medlemmene.

I likepersonprosjektene vi presenterer i denne rapporten er tjenestene bygget opp på en noe annerledes måte blant annet ved at likepersoner blir ansatt og lønnet i en 10% stilling for å følge opp en deltaker. I disse prosjektene har likepersonen fått opplæring gjennom A-larm som kvalifiserer dem til å jobbe som likepersoner. Arbeidet er organisert ved at en prosjektkoordinator for hvert av prosjektene følger opp og veileder likepersonene. Videre forklaring av likepersontjenestens oppbygging og organisering kommer under kapittelet «Hovedlinjer i prosjektenes oppbygging» (se kap. 2.0.).

I A-larm sine likepersonprosjekter benyttes gjerne begrepet «likepersoner» eller «likepersoner i likemannstjenesten» for å skille tjenesten fra andre likepersontjenester. I denne rapporten vil vi hovedsakelig benytte likeperson, men inkluderer begrepet «likepersoner» der dette er blitt nevnt i sitat av intervjupersoner.

## 1.5. Recovery

Recovery utgjør en sentral del av A-larms arbeid. Recoverymodellen er en bred forståelse av psykisk helse og rusproblemer i tillegg til å fremme sosial inkludering. Det er imidlertid liten enighet om hva «recovery» i en direkte avgrenset form betyr, selv om begrepet har blitt mer kjent i psykisk helsepolitikk, praksis og forskning (Hummelvoll et al., 2015). I denne prosjektrapporten forstår vi recoverymodellen i følgende hovedpunkter:

- Recovery handler om å bygge et meningsfylt og tilfredsstillende liv, slik det defineres av personen selv, enten det er pågående eller tilbakevendende symptomer eller problemer.
- Recovery representerer en overgang fra fokus på patologi, sykdom og symptomer til fokus på helse, styrker og velvære.
- Håp er sentralt for bedring og kan forsterkes ved at hver person ser hvordan de kan ha mer aktiv kontroll over livene sine og ved å se hvordan andre har funnet veien videre.
- Selvmestring oppmuntres og tilrettelegges. I selvmestring er det ingen «one size fits all».
- Forholdet mellom en likeperson og en bruker beveger seg bort fra å være et typisk ekspert/pasientforhold til et hvor likepersonen er mer en «coach», eller hvor de to partene er «partnere» på en oppdagelsesreise.
- Folk blir ikke friske alene. Recovery er nært forbundet med sosial inkludering og det å kunne ta på seg meningsfulle og tilfredsstillende sosiale roller i lokalsamfunnet.
- Recovery handler om å oppdage eller gjenoppdage en følelse av personlig identitet som er atskilt fra eksempelvis ruslidelser (Sørly, Sivertsen og Mydland, 2021).

## 2. Hovedlinjer i prosjektenes oppbygging

### 2.1. Likepersontjenestens oppbygging

A-larm har drevet med likepersontjenester over flere år, også i form av individuell likepersonoppfølging i ulike regioner, slik vi vil presentere i denne rapporten.

Likepersonprosjektenes oppbygging, målgrupper, omfang og målsetning vil variere noe fra prosjekt til prosjekt, likevel finnes det en rekke likheter mellom prosjektene. Likepersontjenestens utforming er utviklet gjennom flere praksisnære forsknings- og utviklingsarbeid (FoU) om tjenesten samt kontinuerlige tilbakemeldinger fra deltakere, likepersoner, praksisfeltet, ulike representanter fra offentlig sektor og andre som har hatt tilknytning til prosjektene. Disse FoU-prosjektene følger en aksjonsforskningstilnærming hvor forskere, brukere og praktikere jobber sammen om å utvikle ny kunnskap og ny praksis innen ett og samme utviklingsarbeid.

Aksjonsforskningssamarbeidene baserer seg på utprøvinger og evalueringer hos samarbeidspartnerne underveis, og prosjektene og samarbeidsformen blir dermed dynamiske og stadige endring i tråd med nettopp de utprøvinger og erfaringer som gjøres gjennom prosjektperioden. Gjennom dette arbeidet er det funnet frem til noen felles rutiner, opplæring og strukturer for tjenesten som vi vil presentere i det følgende.

#### 2.1.1. Prosjektkoordinatorers rolle

I likhet med funn fra tidligere likepersonprosjekter i A-larm (Mydland & Kvanneid, 2019), har prosjektkoordinatorer også i disse prosjektene hatt en sentral rolle i samarbeidsmodell og gjennomføring av prosjektaktiviteten. Slik man kan se av figuren under (Figur 1. Organisering av prosjektene, s. 15) jobber koordinator aktivt inn mot alle nivåene. Koordinators arbeidsoppgaver og ansvarsområder rammer bredt og inkluderer kontinuerlig veiledning og oppfølging av likepersonene, opplæring og gjennomføring av kurs, rapporteringsarbeid, samt rekruttering av likepersoner og deltakere til prosjektene. I tillegg jobber prosjektkoordinator inn mot ulike tjenester og behandlingstilbudet med informasjonsarbeid, slik at aktuelle instanser og brukere på institusjonene kan bli kjent med tilbudet. Her har det særlig vært rekrutteringsarbeid inn mot institusjoner tilknyttet Oslo Velferdsetat. Etersom tilbudet var relativt nytt i Oslo ved prosjektstart har koordinatorer jobbet kontinuerlig med informasjonsarbeid. Virkningene av dette arbeidet ble tydelig særlig etter første prosjektår da A-larm ble kontaktet av ulike offentlige instanser og behandlingstilbud som ønsket å opprette tjenesten for sine brukere/pasienter.

Prosjektkoordinatorer kobler likeperson og deltaker på bakgrunn av blant annet alder, kjønn, interesser, behov og ønsker. Før det opprettes en formell kontakt mellom likeperson og deltaker arrangeres et koblingsmøte der de tre partene sammen finner frem til rammer, mål og ønsker for oppfølgingen, og gir partene en mulighet til å bli kjent. Dersom deltaker ønsker å takke ja til tilbudet, skrives det en kontrakt mellom A-larm og deltaker hvor deltaker kan sette opp ønsket mål for oppfølging og hvem likeperson har lov å ha kontakt og informasjonsutveksling med (knyttet til taushetsplikt). Prosjektkoordinator har også jevnlig kontakt med deltakerne i prosjektet, for å kvalitet sikre tjenesten og eventuelt gjøre endringer underveis.

Prosjektkoordinatorene har i så måte en sentral rolle i både opplæring og kontinuerlig veiledning for likepersonene, og er tilgjengelig for å støtte i alt fra praktiske arbeidsoppgaver til uforutsette og utfordrende situasjoner som kan oppstå. Koordinator skal være tilgjengelig for likepersonen, slik de er tilgjengelig for deltakerne, og likeperson kan kontakte koordinator for individuell veiledning. Flere av likepersonen har ikke vært i jobb på lang tid og kan også ha behov for veiledning blant annet i rollen som ansatt. I tillegg til løpende individuell veiledning fra koordinator arrangeres det fellesveiledning for alle likepersonene minst en gang i måneden. Her kan likepersonene møtes å utveksle erfaringer og løfte aktuelle tema eller dilemma de møter i jobben. Eksterne aktører har også blitt invitert inn til veiledning/fagsamling for å belyse ulike tema. Knyttet til disse prosjektene ble det under pandemien avholdt fellesveiledning to ganger i måneden for blant annet å opprettholde fellesskap og rutiner.

Prosjektkoordinators rolle var noe forskjellig fra ovennevnte i prosjektet «Likemannstjeneste – integrering og fysisk aktivitet», både med tanke på treningsdelen og emosjonell/praktisk støtte opp mot likepersonene. Koordinator har her hatt et særlig tett samarbeid med likepersonene i prosjektet grunnet kompleksiteten i deltakernes sykdomsbilde, og utfordringer knyttet til rekruttering av deltakere. I treningsdelen av prosjektet har det vært ansatt en aktivitetsleder i 20 % stilling som har vært til stede under trening, og som har bistått med veiledning og oppfølging. Denne treningen har vært åpen for alle likepersoner og deltakere uavhengig av prosjekttilhørighet, og har også blitt benyttet som en rekrutteringskanal for deltakere til prosjektet «Likemannstjeneste – integrering og fysisk aktivitet». Fysisk aktivitet har på denne måten bidratt til å skape tillit til tjenesten og til likepersonene med et aktivitetstilbud basert på deltakernes ønsker, behov og tilbakemeldinger.

### 2.1.2. Kurs og opplæring

For å kvalifisere seg som likeperson i A-larm skal man gå gjennom et tredagers kurs. Kurset gir kunnskap om brukerorganisasjonen, ulike offentlige systemer og behandlingsalternativer, refleksjonsarbeid om roller og egen tilfriskning, og ulike verktøy for å skape gode relasjoner til deltakerne. Kursene gir en innføring i likepersonstjenester, og kunnskap om de ulike prosjektene den enkelte likeperson skal arbeide i. Kursene fokuserer videre på tema som erfaringskompetanse, grensesetting og hvordan identifisere mulige utfordringer.

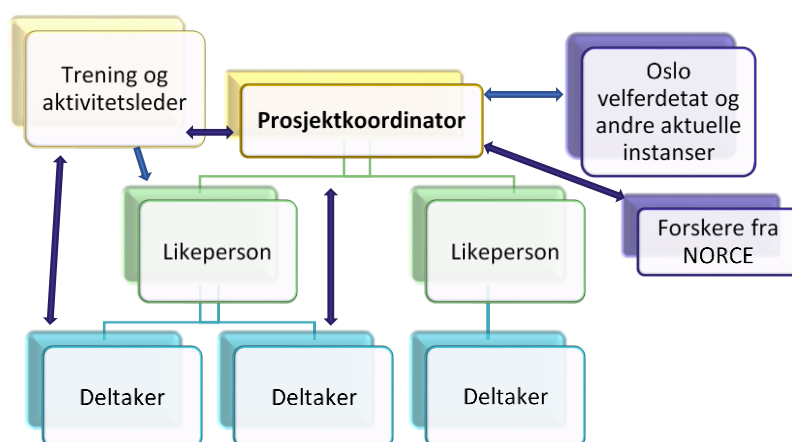
Vi vil i denne sammenhengen trekke frem hva A-larm sier om nødvendige forutsetninger for å bli en likeperson:

- Ha eget liv på plass
- Være ansatt med plikter og rettigheter dette medfølger
- Jobbe i 10 % betalt stilling, det vil si 3,75 timer pr uke (man kan eventuelt øke stillingsprosenten ved å ha flere deltakere, maks fem deltakere per likeperson)
- Må ha ruserfaring fra tidligere, og ha gjennomarbeidet egen historie og gjort seg nyttige erfaringer i recoveryprosessen
- Vite noe om hvordan en krevende situasjon kan oppleves, og hvordan denne kan endres
- Ha erfaringskunnskap om overgangen fra utenforskap til deltakelse
- Være en relasjonsbygger og tillitsperson

(A-larmskolen, 2020)

Gjennom prosjektperioden har videreutvikling av likepersonkurs og generell opplæring av likepersonen vært et fokus for prosjektkoordinatorene. Her har de arbeidet på tvers av prosjektene for å videreutvikle kursmateriell, gjennomføre en pilot og utarbeide en kursmanual for videre bruk. Målet har her vært å lage et kursopplegg som kan benyttes i samtlige av A-larms likepersontjenester, med regionale tilpasninger knyttet til målgruppe og lokale tilbud. I dette utviklingsarbeidet har prosjektkoordinatorene også samarbeidet med andre av A-larms koordinatorene i andre regioner hvor organisasjonen er representert.

Videreutvikling av likepersonkurset har vært en del av et mål og ønske blant prosjektkoordinatorene om ytterligere rutiner, rammer og forutsigbarhet i tjenesten og deres rolle som koordinatorene.



**Figur 1. Organisering av prosjektene**

### 2.1.3. Forskingen i prosjektene

Forskingen har vært todelt. For det første har aksjonsforskningstilnærmingen hatt som formål å kartlegge erfaringer de ulike aktørene i prosjektet gjør seg gjennom målrettet datainnsamling. De overordnede forskningsspørsmålene har dreid seg rundt om likepersontjenestene virker recoveryfremmende for likepersoner og deltakere, om virkningsfulle mekanismer i tjenesten, samt hva som må ligge til rette for at en slik tjeneste skal fungere best mulig. For det andre har forskerne også gjennomført følgeforskning på prosjektene med fokus på prosjektutviklingen og aktørenes opplevelser av disse prosessene. Forskerne har også i tråd med en følgeforskningsmodell bidratt inn i begge prosjektene i form av jevnlig møtepunkter/veiledninger med prosjektkoordinatorene og andre ansatte i prosjektene, hvor fokuset har vært på videreutvikling av modellen for, og arbeidet i, likepersontjenestene.

Det har vært en viktig målsetning i følgeforskningen å finne ut hva som fungerer i prosjektene, og hvilke forhold som eventuelt påvirker det som fungerer godt. I forskningen har det vært viktig å kartlegge hvilke forventninger de ulike samarbeidspartnerne i prosjektet har, hvordan de opplever at samarbeidet dem imellom fungerer, hvilke kritiske faktorer og suksessfaktorer de kan identifisere og kritisere fra sitt ståsted og hvordan prosjektet utvikler seg underveis. Data er



innhentet gjennom feltarbeid, gjennom individuelle intervjuer og veiledninger på ulike tidspunkt i prosjektperioden.

Forskningsdelen i prosjektet har blitt gjennomført av forskere fra NORCE sin avdeling Helse og samfunn, i samarbeid med bruker- og pårørendeorganisasjonen A-larm. I starten av prosjektene hadde A-larm en medforsker som deltok i prosjektet, men dette gikk vi etter hvert bort fra da vedkommende sluttet i sin stilling.

## 2.2. Aktørene i prosjektet

### 2.2.1. Oslo kommunes Velferdsetat

Velferdsetaten er en fagetat som utvikler og tilbyr tjenester som skal bidra til gode levekår for sine innbyggere. Etaten har om lag 1300 ansatte fordelt på en rekke tjenestesteder rundt om i Oslo, og etaten arbeider blant annet med tjenester overfor rusmiddelavhengige, boliger for mennesker med særlige behov og ulike tiltak for å bidra til et trygt miljø i byen. Velferdsetaten arbeidet tverrfaglig og tverretatlig og samarbeider dermed med ulike aktører i bydelene, innen spesialisthelsetjenesten og aktører fra ideell sektor, som ulike brukerorganisasjoner (Oslo Velferdsetat, 2021).

Rustilbudet i etaten består blant annet av hele 30 ulike rusinstitusjoner og det var sju medisinfrie rusinstitusjoner som etaten ønsket å koble opp mot prosjektet «Helhetlig ettervern i Oslo». Før oppstart av prosjektet hadde A-larm en dialog med Velferdsetaten der de ønsket å se på hvordan A-larms likepersontjeneste kunne bidra som et supplement til kommunale tjenester i overgangen fra institusjon til egen bolig. Etter opprettelsen av prosjektet har institusjonene under Velferdsetaten fungert som en rekrutteringskanal for både likepersoner og deltakere til prosjektene, der prosjektkoordinator fra A-larm har koordinert arbeidet og blant annet hatt informasjonsmøter på institusjonene.

### 2.2.2. A-larm

A-larm er en landsdekkende bruker- og pårørendeorganisasjon på rusfeltet. Organisasjonen ble startet i Kristiansand i 1995 av mennesker som ønsket å skape et felleskap etter endt rusbehandling. Siden da har organisasjonen vokst både i geografisk tilhørighet og nedslagsfelt og tilbyr i dag en rekke tilbud for mennesker med utfordringer knyttet til rus og psykisk helse samt pårørende og barn og unge. Tjenestene organisasjonen tilbyr, er ment som supplement til offentlige tjenester, og har som mål å bidra til et mer inkluderende samfunn.

Første likepersonprosjektet i Oslo ble opprettet i 2017/2018 i samarbeid med Kirkens Bymisjon. Kort tid etter opprettet A-larm også en selvhjelpsgruppe kalt «Kaffepraten» som ble holdt ved en av Kirkens Bymisjons behandlingsinstitusjoner, A-senteret. Behandlingssinstitusjonene under Kirkens Bymisjon ble dermed en naturlig rekrutteringskanal for både ansatte (prosjektkoordinator og likepersoner) og deltakere inn i A-larm. A-larm Oslo har i dag en rekke selvhjelpsgrupper og likepersontjenester, og jobber aktivt inn mot ulike institusjoner, organisasjoner og offentlige tjenester for å kunne bidra som et supplement til ulike brukergrupper innen rus og psykisk helse.

### 2.2.3. NORCE Samfunn

Avdelingen Samfunn i NORCE har særlig fokus på å drive forskning og innovasjon for å redusere sosiale ulikheter, samt bedre individets og befolkningens helse i et livsløpsperspektiv. Ulike fagmiljøer arbeider her sammen for å finne løsninger som både ivaretar individet, kommer felleskapet til gode og som bidrar til å styrke den bærekraftige verdiskapningen.

NORCE Samfunn deltar i dag i flere prosjekter som skal bidra til å utvikle nye modeller for hvordan frivillig sektor kan inngå som supplement til offentlige tjenester, og inngår i dag i flere samarbeidsprosjekter med ulike ideelle og offentlige aktører, deriblant flere prosjektsamarbeid med A-larm. Disse forsknings- og utviklingsprosjektene kjennetegnes av stor grad av bruker- og praksisinvolvering av ulike målgrupper innen rus og psykisk helse. Flere av prosjektene er rettet inn mot forskjellige likepersontjenester for mennesker med utfordringer knyttet til rus og psykisk helse, slik som prosjektene presentert i denne rapporten.

## 3. Metode

### 3.1. Forskningsaktivitet

Tabell: Forskningsaktivitet i prosjektet

Forskningsaktivitet	Anledning/innhold
Deltakende observasjoner av prosesser i prosjektene	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Arbeidsgruppemøter</li> <li>• Workshoper i A-larm med ulike tema</li> <li>• Deltakelse på likepersonkurs</li> <li>• Kontakt med koordinatorene</li> <li>• Kontakt med prosjektleder</li> </ul>
Individuelle intervjuer	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Likepersoner i prosjektene</li> <li>• Prosjektkoordinatorer</li> <li>• Prosjektledere</li> </ul>
Studier av relevant teori	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Forskning relatert til samhandling</li> <li>• Forskning relatert til recovery, brukervedvirkning og medforskning</li> </ul>
Arbeidsgruppemøter	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Utviklingssamtaler og samarbeidsmøter med prosjektkoordinatorene og aktivitetsleder</li> </ul>
Workshop	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Deltakelse på workshop knyttet til videreutvikling av likepersonkurs («Likepersonerskolen»)</li> <li>• Workshop knyttet til funn fra likepersonintervjuene</li> </ul>
Kvalitative rapportering fra koordinatorene i prosjektene	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Gjennomgang av månedlige kvalitativ rapportering fra prosjektkoordinatorer</li> </ul>
Veiledning	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Jevnlig veiledning for prosjektkoordinatorer fra forskere</li> </ul>

### 3.2. Aksjonsforskning

Aksjonsforskning kan ikke reduseres til en bestemt tilnærming, men kan anta litt ulike tilnærmingsformer ut fra problemstillinger, ulike samarbeidsformer og kontekster. Likevel kan aksjonsforskning i vid forstand defineres som en tilnærming der aksjonsforsker(e) og medlemmer av en gitt sosial kontekst samarbeider om å identifisere aktuelle problemstillinger og så arbeider for å finne problemløsninger i felleskap (Bryman, 2016). Denne problemløsningen muliggjøres gjennom at aksjonsforskning skjer tett på en lokal virkelighet og legger dermed til rette for at man kan teste ut og finne løsninger sammen med tilgjengelige ressurser og under de reelt eksisterende forutsetningene (McNiff, 2013).

Formålet med aksjonsforskning vil ofte være å drive forskning og kunnskapsutvikling som bidrar til konkrete løsninger på relativt komplekse og sammensatte problemer. Ofte referer slike problemstillingene til såkalte «wicked problems» eller gjenstridige problemer som kan være sosiale eller kulturelle problemer som er iboende vanskelige å finne løsninger på. Eksempler på slike problem kan være rettferdig helsehjelp, bærekraft og andre situasjoner der man er avhengige av at flere instanser jobber tverrfaglig og tverretattlig for å finne frem til gode løsninger. Samtidig handler ikke aksjonsforskning kun om å identifisere problemer og finne løsninger, men om å realisere menneskelig potensial og finne tilgjengelige ressurser (McNiff, 2013). Et eksempel på gjenstridige problemer kan være ettervernstjenester for rusmiddelavhengige, slik som i disse prosjektene. Ofte har målgruppen sammensatte behov for tjenester fra ulike deler av helse- og

tjenesteapparatet for å imøtekomme de utfordringene som ligger i ettervern– noe som igjen stiller store krav til tjenestenes samhandling, koordinering og fleksibilitet.

Aksjonsforskningens utforming søker å skape et læringsfellesskap mellom forsker og «problemeier» (ibid.). Til forskjell fra mer tradisjonelle forskningsmetoder, der forskeren har en mer observerende og tilbaketrukket rolle, er forskerne her mer aktive deltakere i prosessen. I prosjektene vi her presenterer har forskerne vært aktive deltakere i prosjektmøter, utforming av tjenestene og kartlegging av hvilke erfaringer de ulike aktørene i modellen gjør seg. I disse prosjektene har denne aksjonsforskningsmodellen fungert som en integrert del av selve prosjektaktiviteten. Jevnlige møter med prosjektgruppen har lagt grunnlaget for kommunikasjon og samarbeid, for den retning prosjektet har tatt og den tjeneste som er tilbudt deltakerne. I samarbeidet har ulike problemstillinger blitt diskutert, det er gjort endringer underveis og prosjektgruppen har sammen reflektert rundt disse endringene. I tillegg har denne måten å arbeide på lagt til rette for jevnlig kunnskaps- og erfaringsutveksling mellom partene, noe som er i tråd med aksjonsforskningens deltakelsesorienterte og demokratiske prinsipper. Som del av kunnskapsutviklingen har ansatte i A-larm deltatt i utvikling av forskningsmaterieell, som intervjuguider o.l. og i refleksjoner og analyser rundt forskningsdataene.

Grunnet omorganisering internt i A-larm og påfølgende utskiftninger av deres representanter inn i prosjektgruppen, endring av rutiner og oppbygging av prosjektvirksomhet, har det ikke blitt avholdt jevnlig møter i løpet av siste prosjektår, 2021. Referater og annet materiale fra prosjektmøter er derfor hentet fra perioden juni 2019 til januar 2021. Videre har vi, i denne rapporten, valgt å fokusere på funnene gjort fra individuelle intervju. Årsaken til dette er hovedsakelig en omorganisering av likemannstjenestene fra A-larm Oslo i 2021. Denne omorganiseringen medførte blant annet at prosjektkoordinatorene som hadde vært med fra prosjektenes oppstart, ble skiftet ut/sluttet i arbeidet. Dette medførte en avslutning av utviklingsdelen og følgeforskningen fra NORCE sin side, og vi valgte å sette søkelys på data hentet fra individuelle intervju av likepersoner i den siste del av prosjektene.

### **3.3. Individuelle intervjuer**

Intervjuguiden ble utarbeidet på bakgrunn av tilbakemeldinger og innspill fra prosjektgruppen, gjennomgang av sentral litteratur og erfaringsbasert kunnskap som forskere tilknyttet prosjektene har opparbeidet seg.

Selv om det ble utarbeidet en intervjuguide, ønsket forskerne i prosjektene at intervjuprosessen skulle være fleksibel og åpen for informantenes egne erfaringer, og benyttet derfor en semistrukturert intervjuguide i intervjuene med likepersonene. En slik tilnærming vil si at forskerne lager en liste over aktuelle spørsmål eller tema, men at intervjudeltakeren likevel har mye spillerom i hvordan de ønsker å svare og hva som er naturlig for dem å fokusere på (Bryman, 2016). Spørsmål kan stilles på en annen måte enn slik det står i intervjuguiden og intervjuer kan stille spørsmål som ikke er med i intervjuguiden basert på det som fanges opp underveis. I intervjuene ga dette rom for å forfølge tema som likepersonene var spesielt opptatt av. Spørsmålene i intervjuguiden var også åpne, noe som bidro til at intervjudeltakere kunne uttrykke seg fritt rundt tematikker og komme med eksempler fra sine erfaringer med arbeidet. Dette bidro

til at forskerne fikk en utvidet forståelse for likepersonrollen, mulige utfordringer og deres arbeidshverdag som likepersoner. Tema for intervjuguiden inkluderte likepersonrollen, kunnskapsbehov i tjenesten, relasjon til deltakerne, samarbeid med ulike instanser, samt generelle tilbakemeldinger knyttet til hvilke fordeler og ulemper likepersonene erfarer i tjenesten.

Informantene kunne ta med en ledsager til intervjuene hvis de ønsket, og de ble spurt om hvilket språk de ville bruke under intervjuet. Alle intervjuene ble gjennomført på norsk etter informantenes ønsker. De fleste intervjuene varte omtrent 60 minutter og ble, med samtykke fra informantene, tatt opp på diktafon og deretter transkribert ordrett.

### **3.3.1. Forskningsetiske hensyn**

Prosjektet er meldt inn til og godkjent av Norsk senter for forskningsdata (NSD). I tråd med forskningsetiske retningslinjer har forskerne i prosjektet sørget for at intervjudeltakere har fått tilstrekkelig informasjon om studiens formål og behandling av data og analyse. Et informasjons- og samtykkeskjema med informasjon om studien og rettigheter knyttet til behandling personsensitiv data ble videreformidlet til informantene i forkant av intervjuene. Innholdet i informasjons- og samtykkeskjema ble også gjennomgått muntlig før intervjuet startet, der intervjudeltaker fikk mulighet til å stille spørsmål. Alle informantene signerte det skriftlige skjemaet, og ga samtykke til at opplysninger fra intervjuene kunne benyttes til studiens formål.

## 4. Resultater: Erfaringer fra likepersontjenesten

I tråd med aksjonsforskningsmodellen har forskerne knyttet til prosjektene hatt som siktemål at datainnsamling og kunnskapsgenerering skal foregå parallelt med aktiviteten (likepersontjenesten) i prosjektene. Datamateriale i dette prosjektet består, som vist i tabellen i kapittel 3.0, i all hovedsak av møtenotater av forskerne, intervjuer med ulike aktører i prosjektet (med særlig vekt på likepersonrollen), deltakende observasjoner, månedsrapporter fra prosjektkoordinatorene og andre dokumenter blant annet knyttet til utvikling av kurs og opplæring i likepersontjenesten.

I dette kapitlet vil vi presentere de mest sentrale funn fra gjennomgang av det samlede datamateriale. Da hovedvekten av datamaterialet omhandler likepersonenes opplevelse av tjenesten og deres kunnskapsutvikling, har det vært naturlig for forskerne å sette søkelys på dette datamaterialet. Videre vil vi også presentere prosjektkoordinatorens rolle og opplærings- og kunnskapsbehov i tjenesten. Vi har, i det følgende, valgt å presentere funnene i to ulike deler, med underpunkter basert på analysene av datamateriale.

### 1. Erfaringer fra likepersonene

- Erfaringskompetanse

- Egen recovery – en meningsfull jobb

- Grensesetting

- Tilgjengelighet og fleksibilitet i tjenestene

### 2. Organiseringen av tjenesten

- Prosjektkoordinators rolle og samarbeid med likepersonene

- Opplærings- og kunnskapsbehov

## 4.1. Erfaringer fra likepersonene

I dette underkapitlet vil vi presentere funn fra intervjuer med likepersonene i prosjektene. Det ble utført seks intervjuer med likepersoner som arbeidet i likepersontjenesten i A-larm Oslo. Noen av informantene hadde arbeidet i organisasjonen i flere år og hadde derfor lang erfaring med likepersonarbeid, mens andre var relativt nye i jobben. Informantene vi møtte hadde svært ulik erfaring og bakgrunn, og benyttet sin egenerfaring på ulike måter inn mot deltakerne. For å ivareta informantenes personvern vil vi i det følgende ikke gå videre inn i deres bakgrunn eller andre omstendigheter som kan bidra til å identifisere vedkommende. Dette er i tråd med informasjons- og samtykkeskrivet som ble delt ut til informantene en stund i forkant av intervjuet. Prosjektkoordinatorene informerte likepersonene om intervjuet, og de som var interesserte i å delta signerte da på samtykke. Kontakt mellom forsker og intervjudeltakere ble deretter videreformidlet gjennom prosjektkoordinatorene. Likepersonene ble i intervjuet stilt spørsmål blant annet knyttet til egen opplevelse av egen rolle som likeperson, opplæring og kunnskapsbehov, ulike erfaringer knyttet til arbeidet, forhold og samarbeid med deltaker samt hvilke erfaringer de hadde med ulike samarbeidsaktører. I denne delen av kapitlet vil vi oppsummere noen hovedfunn knyttet til likepersonenes perspektiver rundt deres rolle som likepersoner.

#### 4.1.1. Erfaringskompetanse

Samtlige av likepersonene vi intervjuet understrekte viktigheten av egenfaring i tjenesten. Egenerfaringen fremheves som sentral ikke bare for tillit og relasjonsbygging mellom likeperson og deltaker, men som helt sentral i oppfølgingen av deltakerne og i likepersons rolle som brobyggere inn i det «ordinære» samfunnet. Likepersonene vet hvor skoen trykker og har dermed mulighet til å komme på bølgelengde med deltaker på et tidlig tidspunkt. En likeperson kan tilby en annen forståelse for de utfordringer og behov deltakeren kan møte på veien i recovery. Erfaringskompetanse ble av likepersonene sett på som et unikt verktøy og et viktig supplement til øvrige tjenester ovenfor målgruppene. Det at likepersonene selv har gått gjennom en recoveryprosess kunne også bidra til å motivere deltakeren, slik som en informant her gir uttrykk for: *Og så vet jeg hvordan det er å ha det ordentlig godt som nykter*. Likepersonen viser, i kraft av egen erfaring, at det er mulig å skape et godt liv uten bruk rusmidler. På denne måten kan likepersonen være en veiviser for deltaker i situasjoner de opplever særlig utfordrende. En av likeperson forklarer det slik:

*Altså all – liksom alt jeg sier til hen eller råder hen til kan jeg backe opp selv, med at jo, men dette – det KAN funke. Det har i hvert fall funka for MEG.*

Likeperson kunne motivere ved å vise til at det hadde fungert for dem selv, og på denne måten bidra til å skape trygghet. Samtidig som likepersonene så mye verdi i å benytte egne erfaringer i relasjonen til deltakeren, var de også bevisste på at deres vei til recovery ikke nødvendigvis var riktig for andre, slik en av likeperson her reflekterer rundt:

*Det er det som er det morsomste med å jobbe som likeperson, synes jeg. Det er å på en måte – det hjelper ikke om – altså det hjelper ikke om JEG sier åssen de skal tenke. Jeg må bare liksom få dem til å tenke de tingene jeg vil at de skal tenke ... på egen hånd. Det er ingen som.. jeg er ikke noen tilhenger av å tre meninger over hodet på folk.*

Gjennom intervjuene med likepersonen ble det tydelig at likepersonene hadde ulike måter å benytte erfaringskompetanse på, inn mot deltakerne. Mens enkelte deltakere var i aktiv rus, var det andre som hadde vært rusfri en periode og derfor hadde ulike behov og ønsker for tjenesten. Mange likepersonen opplevde at det var mye ensomhet blant deltakerne, og det å bidra til å skape et nettverk ble da viktig. Andre jobbet med å motivere deltakerne til behandling eller til å ta del i aktiviteter. Som likeperson i prosjektene jobbet de ofte i roller som dekker «skjæringspunktet» mellom å være en omsorgsperson, en pårørende, eller en offentlig ansatt i rusomsorgen. Man har som likeperson ikke den nærheten og historikken med deltaker som en pårørende gjerne har, og heller ikke den avstanden og de sanksjonsmulighetene som en offentlig ansatt kan ha. Deltakerne kunne for eksempel invitere likepersonen inn på arenaer der det ikke ville være naturlig å ta med en ruskonsulent, og deltakerne kunne også ta kontakt med likeperson i situasjoner der pårørende hadde gitt opp eller kunne fått sterke følelsesmessige reaksjoner.

Måten likepersonene benytte sin erfaringskompetanse i møte med deltakerne ble av likepersonene trukket frem som noe av det unike med tjenesten og noe det offentlige eller andre tjenester ikke hadde mulighet til å tilby på samme måte. På bakgrunn av sine erfaringer kunne likepersonene være i bedre stand til å gjenkjenne signaler hos deltakeren, knyttet til tegn på

tilbakefall til rus eller isolasjon. Ifølge en av likepersonene handlet det da om måter å møte deltaker på og å stille de riktige spørsmålene:

*Og så traff jeg han på tirsdag eller onsdag, og da hadde han fått litt den der stemmen som jeg kjenner igjen med en gang. Og da spurte jeg spørsmål på riktig måte – og ja, han hadde røkt hasj den helgen der, ikke sant.*

Denne gjenkjennelsen og innsikten bidro til et ærlig og likeverdig forhold mellom deltaker og likeperson, og gjorde det mulig for likeperson å bedre tilpasse og imøtekomme deltakers behov der de var. Gjenkjennelse var også viktig knyttet til den skammen og skyldfølelsen en kan oppleve i en recoveryprosess. Slik som de to eksemplene under bidrar til å illustrere, benyttet flere av likepersonene bevist sine egne erfaringer for å skape tillit og avstigmatisere deltakernes oppførsel:

*To av dem (deltakere) har ruskonsulenter som er sånn som jeg kan anta at DERE er, som har lest masse kanskje med rus og sånne ting som det. Men de slipper ikke innpå disse to deltakerne mine på den måten jeg gjør, i det hele tatt. For jeg kan legge fram eksempler fra meg selv som er så ille – jeg har gjort veldig rare gærne ting, og jeg skjønner hvordan de tenker, og de skjønner at jeg skjønner hvordan de tenker. Og de er ærlige med meg på hvordan de ruser seg.*

Gjennom å fortelle situasjoner fra sitt eget liv, bidro dette ifølge likepersonen til at deltaker kunne være ærlig i relasjonen og ikke trengte å skamme seg. En annen av likepersonene fortalte også at hen benyttet humor for å ufarliggjøre situasjoner som hen tidligere hadde forbundet med skam:

*Så DA – når hen tør å fortelle meg sånne ting da, ikke sant – F.eks. sånn der – komme på jobb og bare tryna. Så forteller jeg om når jeg kom på min jobb med skrubbsår på knærne og gikk i skjørt, så det så jo helt jævlig ut ... Men jeg liksom ler litt rundt det, fordi at JEG kan se galskapen i det jeg holder på med nå. Og nå – og nå – altså NÅ kan jeg LE av det liksom.*

Det å utveksle historier og erfaringer kunne bidra til å normalisere følelser og skape et felleskap mellom deltaker og likeperson. Det å kunne benytte sin erfaringskompetanse til å gjenkjenne situasjoner og følelser var sentralt for å skape tillit og trygghet i relasjon til deltaker, og for å hjelpe deltaker på sin egen vei tilbake til samfunnet. En av likepersonene hadde gode erfaringer med å dele erfaringer fra sitt liv og finne et felleskap i denne åpenheten sammen med deltaker:

*Det jeg tror at jeg har hatt veldig mye suksess med, er at jeg deler også veldig mye av meg selv og forteller om MITT liv, og hva jeg står i, og hva som kan være vanskelig for meg. Og det er ofte sånn at da får jo den andre personen liksom: Her kan jeg kanskje hjelpe DEG litt.*

#### 4.1.2. Egen recovery – en meningsfull jobb

Likepersonene i vår studie trakk frem viktigheten av egen recoveryprosess i arbeidet med deltakerne. Erfaringen med egen tilfriskning, og viten om hva som fungerte i egen vei ut av rusen, var en sentral del av erfaringskompetansen. Gjennom arbeidet med deltakere i likepersontjenestene, ble de stadig påminnet egen tilfriskning og sin egen vei ut av det vanskelige. Flere av likepersonen ga uttrykk for at de på denne måten kunne reflektere rundt egen tilfriskning og ble stadig påminnet over hvor langt de selv var kommet. Likepersonene ga uttrykk for arbeidet



de gjorde skapte en mestringsfølelse og nytteverdi – de følte at arbeidet de gjorde utgjorde en forskjell og de var noe for et annet menneske. Slik som denne likepersonen gir uttrykk for:

*Og det – jeg kan ikke – altså det er ikke noe mer meningsfullt med det å – enn å hjelpe et annet menneske. Men jeg føler jo også at det GIR meg veldig mye å være så tett på et annet menneske da.*

Videre, slik som en likeperson her gir uttrykk for, ga det en mestringsfølelse å vite at den dyrekjøpte erfaringen de selv hadde nå kunne være en relevant og verdsatt kompetanse: *Min kompetanse føles som ... den er helt vanvittig god til akkurat det jeg gjør nå for tiden da.* Likepersonene var ikke vant med at en tidligere ruskarriere faktisk ble sett på som en styrke, slik den gjorde i dette arbeidet. Også i møte med det øvrige tjenesteapparatet, der de selv tidligere hadde vært tjenestemottakere, opplevde likepersonene en mestringsfølelse ved å selv være en hjelper, slik som en likeperson her gir uttrykk for: *Men da jeg traff han, deltakeren min, så var det med ruskonsulenten, og plutselig så var jeg på den friske siden av bordet.* Rollen som likeperson hadde for enkelte av likepersonene hadde jobben som likeperson også representert et steg videre i deres egen recoveryprosess:

*Plutselig så var det JEG som skulle hjelpe HAN. Og da – det var – det var et gjennombrudd for meg da, for at da – du kan si at ... da kjente jeg med meg selv at – kjente jeg på meg selv at nå behøver ikke jeg å gå på (behandlingssamtaler) lenger, liksom. Nå kan jeg komme et skritt videre.*

Tjenesten ble av likepersonene i så måte omtalt som en vinn-vinn-situasjon som ga rom for både deltaker og likeperson kunne utvikle seg i løpet av oppfølgingsperioden. Stillingen som likeperson og møtene med deltaker bidro også til hjelp med å holde i gang egen recoveryprosess, og refleksjoner rundt egen recovery var en gevinst av dette arbeidet. Likepersonen ga uttrykk for at de syns jobben var både givende å spennende, og ga de en grunn til å stå opp om morgenen. For andre representerte jobben et viktig steg ut i arbeidslivet, og benyttet jobben som et springbrett videre i arbeidslivet.

Det å arbeide deltid med fleksibel arbeidstid gjorde det også mulig for flere av dem å kombinere jobben med resten av livet. A-larm tilbød en arena der likepersonene kunne øve på arbeidslivets plikter og forventninger, og samtidig få kontinuerlig veiledning fra prosjektkoordinatorene. Gjennom jobben fikk de blant annet innføring i rapporteringsarbeid, hvordan en skal skrive en kjøregodtgjørelse og hvordan levere sykemelding dersom det var behov for det. I koronaperioden ble det særlig fokus på utvikling av tekniske ferdigheter, som i den perioden var helt nødvendig for tjenesten, for å opprettholde kontakt med deltakere og arbeidsgiver. Fra prosjektkoordinatorenes perspektiv ble dette ansett som opplæring i nyttige ferdigheter, som likepersonene kan ta med seg videre i arbeidslivet (dette kommer vi nærmere inn på i den vedlagte artikkelen fra prosjektet, skrevet av Sivertsen & Mydland, 2021).

Noen av likepersonene jobbet kun i A-larm, mens for andre fungerte dette som en bistilling, noe som blant annet bidro til ulike betydninger av jobben som en hoved-, eller bistilling. Likevel var det stor enighet fra likepersonene at de trives i jobben og opplevde deres rolle som viktig ovenfor deltaker, noe som igjen bidro positivt for deres egen recoveryprosess. Det var en jobb der de fikk mulighet til å benytte sine erfaringer på en positiv måte og være noe for et annet menneske. De

fikk mulighet til å tilegne seg erfaringer og ferdigheter som er nyttig inn i arbeidslivet, og lærte hvordan de kunne benytte egne erfaringer og kompetanse på nye måter. Samtidig var ikke dette arbeidet blottet for utfordringer. Dette bringer oss til et tilbakevendende tema, i veiledning og prosjektgruppen, nemlig grensetting.

#### 4.1.3. Grensesetting

Likepersonene ga uttrykk for at nettopp fordi de hadde egenerfaring og nærhet til problematikken deltakeren sto ovenfor, var det ikke alltid like lett å holde emosjonell distanse til deltaker. Det kunne være utfordrende å sette grenser knyttet til egen involvering i deltakerens liv, også med tanke på tidsbruk og prioriteringer i eget liv. Det kunne handle om rusatferd, men det kunne også handle om behovet for å bli hørt utenom kontortid. Det er et behov som ikke følger en vanlig arbeidsdag. Som likeperson hadde de svært varierte arbeidsoppgaver, alt fra å være med deltaker å handle gaver til et familiemedlem, en tur til veterinæren, til å være en samtalepartner eller hjelp i kontakt inn mot NAV og andre offentlige systemer. Bredden i arbeidet og manglende struktur bidro til fleksibilitet i tjenesten, men skapte også noen utfordringer for likepersonene selv. Det flere av deltakerne refererte til som «grenseløshet», kjente de også igjen fra sitt eget liv. De hadde selv levd i ytterkanten av samfunnet og levd et liv uten særlig grad av struktur og rammer, slik en likeperson her forteller:

*Altså jeg er kanskje litt grenseløs selv, og jeg skulle ønske at jeg kunne være strengere med [deltaker] og si det. Jeg vet at JEG kan lett bli grenseløs da, fordi jeg lider av masse greier selv som gjør at JEG rusa meg, ikke sant.*

Flere av likepersonene opplevde at grensesetting var utfordrende i eget liv og at det derfor også kunne være vanskelig å sette grenser for omfanget av oppfølgingen av deltakeren. En likeperson som hadde startet i jobben kun noen måneder tidligere forteller at det er mye man skal kunne i oppfølgingen av deltaker og at hen var i en læringsprosess:

*Det er ikke alltid så lett å sette grenser. Men om det kan være personligheten min eller – ja. Men ... siden jeg er ganske ny i dette prosjektet, da – nå føler jeg at jeg lærer mye hver gang.*

En av de mer erfarne likepersonene følte de hadde funnet frem til en balanse i relasjonen som fungerte godt for dem, ved å la det være noe emosjonell avstand mellom seg selv og deltaker:

*Så for meg så funker det der at ... jeg ikke går – at jeg har en viss sånn – en viss space da, på EN måte, uten å høres kynisk ut eller noe sånt jeg – Jeg bryr meg virkelig om de jeg er likeperson for. (...) Ja, kanskje det er litt sånn for å beskytte meg selv. (...) Det er greit å bli bekymra, liksom, eller tenke liksom – men det skal ikke skape noe – det skal ikke være noe du – det går ikke utover din livskvalitet – det blir feil.*

I arbeidet med grensesetting var det viktig at koordinator var påkoblet og kunne veilede likepersonene. Prosjektkoordinatorene hadde også fokus på å skape en relasjon med likepersonen, slik at de kunne være ærlige med koordinator knyttet til hva som ville være utfordrende for dem og hvilke deltakere de kunne følge opp, og ikke utsatte seg for situasjoner der deres egen tilfriskning ville bli utfordret. En likeperson forteller her om hens refleksjoner før hen selv startet å jobbe innen rusfeltet:

*Så det, måtte jeg gå noen runder med meg selv, at jeg var klar for å gjøre det, rett og slett. Så jeg venta halvannet år før jeg begynte å jobbe innen rusfeltet. Så DET er jo – ja, ulemper, rett og slett, for en likeperson som er ganske fersk i dette, er at det er triggere. Og at en rett og slett kan gå på trynet sjøl. Så det er jo utrolig viktig at vi har disse likepersonsamlingene EN gang i måneden. Og også at likepersonene blir tett fulgt opp.*

Det kunne være behov for grenser knyttet til egen tilfriskning i møte med deltaker, og en bevisstgjøring/refleksjoner rundt hva som kunne være «triggere» for likepersonen. Her understrekes prosjektkoordinators rolle som sentral med tanke på jevnlig oppfølging og veiledning. Likepersonene hadde også behov for veiledning knyttet til deres egne utfordringer som kunne gjøre seg gjeldende i enkelte situasjoner deltaker sto i. Som likeperson i A-larm skal man også ha gått noen skritt selv og hatt mulighet til å både bearbeide og reflektere rundt egen situasjon, og flere av intervjudeltakerne vi var i kontakt med understrekte viktigheten av nettopp å ha fått sin egen historie litt på avstand og gått noen runder med seg selv før man starter som likeperson:

*Fordi at jeg må være så trygg i min egen tilfriskning, at jeg må være helt bankers på at dette er det riktige valget, og dette er liksom – FØR du på en måte skal inn – altså inspirere noen andre da, tenker jeg. (...) For du skal jo liksom være også en trygg person overfor den du ER likeperson for, liksom.*

Ikke alle likepersonene så det som noe negativt at arbeidet gikk ut over avsatt timer, og at samværet med deltakerne ga dem mye tilbake, for dem ble deltaker en viktig del av deres eget nettverk og noen de holdt kontakt med også etter tjenesten formelt sett var avsluttet. Likevel er det viktig å presisere at den generelle var den generelle tendensen blant likepersonene at det kunne være utfordrende å finne en balanse i dette arbeidet. Likepersonene som hadde noe lengre erfaring i jobben hadde funnet noen mestringsstrategier på dette, blant annet å sette tydelig avklaringer ved oppstart av en likepersontjeneste og å benytte veiledningsmulighetene med koordinator. Her har koordinator en viktig rolle med tanke på veiledning.

#### **4.1.4. Tilgjengelighet og fleksibilitet i tjenestene**

I motsetning til de fleste offentlige helsetjenester, skal en likeperson i disse prosjektene være tilgjengelig for deltakerne 24 timer i døgnet, sju dager i uken. En del av tanken bak dette er at deltakerne ikke skal møte lukkede dører og et hjelpeapparat som kun er tilgjengelig for dem innen ordinær arbeidstid. Tilgjengelighet i tjenesten er nettopp en av tingene som er vektlagt som en styrke for tjenesten, og som på denne måten er unik i at den tilbyr deltakerne en-til-en kontakt som er tilgjengelig døgnet rundt (Mydland & Kvanneid, 2019). I tillegg er tjenesten fleksibel knyttet til at likepersonene er tilgjengelig utenfor ordinær arbeidstid, og at likepersonene ikke har noen form for sanksjoner ovenfor deltakerne. Det er en tjeneste som skal legge til rette for åpenhet og fleksibilitet i relasjonen mellom deltaker og likepersonen.

En kvinnelig likeperson vi intervjuet, la vekt på fleksibilitet i tjenesten som en måte å skape trygghet og tilgjengelighet for deltakeren. Hun hadde selv opplevd at det var sjeldent hjelpe- og tjenesteapparatet var tilgjengelige når man trengte de mest, og opplevde at dette bidro til å skape trygghet for din deltaker:

*Og det er jo det at hun vet jo at hun kan ringe meg når som helst. Men hun gjør det aldri. Men det er bare den der tryggheten å VITE at du KAN. (...) Og det er noe med det – når du har den tryggheten, så tar du deg ikke bruk av det, fordi du vet at det liksom finnes der, og det er – Og ikke sant – Og så er det dette her at man slipper å være dårlig 8–4 mandag–fredag. Man KAN ha det jævlig på helgen, og så er det noen som man kan ringe.*

Fleksibilitet for deltakeren skapte også fleksibilitet for likepersonene, i både arbeidsmetode og arbeidstid, og for flere var dette ansett som en myk start inn i arbeidslivet:

*Nei, jeg syns jo det beste er jo på en måte å være sammen med mennesker, og så – man har jo veldig frihet da, til å velge liksom hva som – Jeg er ikke noen 8–4-person da, for å si det sånn*

Deltakerne fremhevet også fleksibiliteten i arbeidsoppgavene de hadde, som en forutsetning for at de kunne stå i jobben. Samtidig er det nettopp denne fleksibiliteten og tilgjengeligheten som kan bidra til den «grenseløsheten» som vi nevnte i forrige avsnitt. I så måte kan fleksibelt og tilgjengelighet, være et tveegget sverd som på den ene siden skaper en supplerende tjeneste som er tilpasset brukergruppen og på den andre siden utfordringer knyttet til det å skulle sette grenser for likepersonene. En viktig del forarbeidet til en tilpasset og god tjeneste har derfor vært å legge til rette for et godt samarbeid mellom likeperson og deltaker. På første møte mellom deltaker og likeperson, arrangert av koordinator, settes det opp en plan og mål for oppfølgingen. Her kan partene snakke sammen og bli enige om hvilke forventninger de har til tjenesten og oppfølgingen. Her kan både deltaker og likeperson også ta en vurdering på om det er en god «match» de imellom. Dette er noe som har blitt et stadig større fokus utover i prosjektperioden, ut ifra de erfaringene som er gjort underveis.

For likepersonene er det tydelige at jobben representerer mange fordeler også for deres egen recovery og veien inn arbeidslivet. På samme tid kan likepersonene møte på ulike utfordringer, og det er viktig at de har et godt apparat rundt seg. Dette kommer vi nærmere inn på i kapittelet under.

## 4.2. Organiseringen av tjenesten

I dette underkapittelet vil vi presentere funn fra det samlede datamateriale. Funnene peker på at på tross av at det er mange fordeler med tjenesten for både likepersoner og deltakere, er organiseringer av tjenesten viktig for å legge til rette for et godt tilbud for deltakerne og ivaretagelse av likepersonene i prosjektene. Vi vil her trekke frem to hovedmomenter i organiseringen av tjenesten som har gjort seg gjeldene i dette datamateriale: Koordinator rolle i samarbeidet og likepersonenes kunnskap- og opplæringsbehov.

Videre dokumentasjon av organiseringen likepersontjenesten i A-larm og samarbeidsmodellen er presentert i Mydland og Kvanneid (2019) og Jentoft et al., (2021).

### 4.2.1. Prosjektkoordinators rolle og samarbeid med likepersonene

I tråd med tidligere forskning på likende prosjekter i regi av A-larm, spiller prosjektkoordinatoren en sentral rolle i prosjektene (Mydland & Kvanneid, 2019; Jentoft et al., 2021).

Prosjektkoordinatorenes arbeidsoppgaver rammer bredt og inkluderer kontinuerlig veiledning og

oppfølging av likepersonene, opplæring og gjennomføring av kurs, rapporteringsarbeid, rekruttering av likepersoner og deltakere til prosjektene, og kontakt inn mot ulike etater og behandlingsinstitusjoner. Prosjektkoordinatorene har også jevnlig kontakt med deltakerne i prosjektet for å kvalitets sikre tjenesten og sørge for at tjenesten er tilstrekkelig tilpasset etter den enkelte deltakers mål og ønsker.

Likepersonene vi intervjuet knyttet til prosjektene opplever koordinatorene som gode sparringspartnere og lagspillere, knyttet til jobben opp mot deltakeren, men også i livet generelt. Flere av intervjudeltakerne forteller at de har ringt koordinator dersom de selv har hatt utfordringer og opplever denne kontakten som viktig for dem:

*Det er veldig, veldig bra. Men det er jo som sagt også fordi at HUN er veldig flink til å følge oss opp. Og da – når jeg hadde det litt sånn tøft, så var hun flink til å ringe og sjekke og ... så ble vi enig om hva jeg skulle si til hun som jeg var likeperson for.*

Det ble skapt en tillit mellom likepersonene og koordinatorene som gjorde terskel for å si ifra om noe var i veien, lavere. På spørsmål om likepersonene følte seg komfortable med å ringe koordinator dersom de opplevde en utfordrende situasjon, eller de ønsket å ta en felles vurdering knyttet til deltaker, svarte likepersonene at det var lett å ta kontakt:

*Så det gjør jeg. Og nå har jeg hatt noen utfordringer, da har det vært lett å ta kontakt med dem og møtes og skravle litt og finne en løsning*

Prosjektkoordinatorene har gjennom prosjektperioden oppfordret likepersonene til å ta kontakt dersom det skulle være noe eller det var noe de ønsket å luften. På spørsmål om hvordan de synes samarbeidet med koordinator fungerte, svarer likepersonene veldig positivt. Flere av de uttrykte at de hadde et nært samarbeid med koordinatorene i de respektive prosjektene, og understreket at de hadde behov for denne type oppfølging i arbeidet, slik en av likepersonene her gir uttrykk for: *Jeg synes det funker kjempebra. Jeg synes det er veldig fint at vi likepersoner også får en del oppfølging.*

Likepersonene opplevde det som en trygghet å ha noen som støtte dem, i en jobb der de ellers jobbet mye alene inn mot deltakeren. I rollen som likepersoner kunne de møte på ulike utfordringer. For noen var jobben en vei tilbake til arbeidslivet og for andre var det den første jobben de hadde hatt, og det krevde både tilpassing og læring. Flere av likepersonen ga selv uttrykk for at rollen som koordinatoren hadde i prosjektene er særlig viktig med tanke på deres tidligere liv som avhengige:

*Det er mye støtte å få hos dem (koordinatorene). (...) Selv om det alltid er sånn at når man ansetter masse folk som er rusavhengige så ... ER det litt annerledes enn de som har vært bare yrkesaktive og er helt vanlige mennesker.*

Samtidig som likepersonene ga uttrykk for at de var veldig fornøyde med den oppfølgingen de fikk fra prosjektkoordinator, var det enkelte tema likepersonene pekte på som de gjerne skulle visst mer om. Dette kommer vi tilbake til i delkapittelet under, kunnskap- og opplæringsbehov.

#### 4.2.2. Prosjektkoordinatorenes perspektiver på samarbeidet

Prosjektkoordinatorene var også opptatt av at likepersonene skulle sette grenser for seg selv knyttet til hvem som var aktuelle for de å kobles mot. De ønsket at likepersonene skulle reflektere rundt egen rushistorikk og situasjoner der de selv kunne bli trigget av eller ikke ville være en god støtte inn mot deltakeren. Blant annet ønsket koordinator å vite hvorvidt likeperson var komfortabel med å følge opp deltakere i aktiv rus eller med store psykiske utfordringer, da dette ville kreve mer tid og energi knyttet til egen recoveryprosess. Dette representerte også en læringsprosess for likepersonene, hvor koordinatorene ga uttrykk for at de opplevde at erfarne likepersoner var flinkere til å sette grenser og gi uttrykk for hvem de ønsket å arbeide med.

Prosjektkoordinatorene var opptatt av at det skulle være åpenhet og tett samarbeid mellom de selv og likepersonen, og at de spilte på lag inn mot deltakerne. Samarbeidet mellom koordinatorene og likepersoner ble ansett som viktig for å kunne gi gode, forutsigbare tjenester til deltakerne. Koordinatorene fungerte som kontaktpersoner, arbeidskollegaer og støtte for likepersonene. De administrerte tjenestene og hadde rammer for organisering og gjennomføring. Tidvis underviste de også likepersonene i aktuelle tema, og de kunne også fungere som rådgivere i etisk utfordrende situasjoner mellom likepersoner og deltakere.

#### 4.2.3. Kunnskap- og opplæringsbehov i likepersontjenesten

Gjennom prosjektperioden har prosjektkoordinatorene hatt et klart mål for sitt arbeid: å videreutvikle og heve kompetansen på likepersontjenesten. Prosjektkoordinatorene har i disse prosjektene lagt ned mye arbeid i å utvikle gode rutiner og rammer for tjenesten generelt og for det interne samarbeidet. I dette arbeidet har de blant annet:

- Utviklet rutiner for nyansettelser, både for likepersoner og koordinatorene
- Laget en «start-mappe» til alle nye likepersoner med relevant innhold knyttet til aktiviteter og tilbud i nærområdet, kontaktinformasjon til interne og eksterne samarbeidsaktører, samt oversikt over likepersonens arbeidsoppgaver
- Bidratt til å videreutvikle og tilpasse likepersonkurset til gjeldende læringsbehov
- Økt hyppighet på kommunikasjon og fellesveiledninger under koronapandemien

#### 4.2.4. Fellesveiledninger

Både likepersoner og koordinatorene, fremhever særlig fellesveiledningene som en viktig og sentral komponent i organisering og veiledningen i tjenesten. Målet med veiledningene har vært å lage en arena der alle likepersonene kunne komme sammen og ta opp temaer eller situasjoner de var opptatt av, en arena for kunnskaps- og erfaringsutveksling. Dette kunne være utfordringer de sto i med deltaker der de hadde behov for råd, situasjoner der de opplevde de hadde vært en god støtte for deltakeren eller debrifing knyttet til særlig utfordrende hendelser. På fellesveiledningene ble det også fokus på hvordan de selv hadde det og deres rolle som likepersoner. Fellesveiledningene bidro etter hvert til å skape et arbeidsmiljø for likepersonene og en lavere terskel for å ta kontakt og å få veiledning av hverandre, også utenom faste møtepunkt. Under koronapandemien ble det også arrangert hyppigere digitale fellesveiledninger. Dette var en bevisst strategi fra koordinatorene for å skape samhold og struktur i en utfordrende hverdag.

Koordinatorene benyttet også veiledningene til å holde likepersonen oppdatert på det som skjedde i organisasjonen og ta opp aktuelle temaer.

På spørsmål om det var noe likepersonen skulle ønske var organisert annerledes eller noe de hadde behov for, svarte flere at de ønsket seg ytterligere informasjon og kunnskap om enkelte emner. Noen av temaene som ble nevnt var LAR (legemiddelassistert rehabilitering), tilleggs lidelser som ADHD, psykiske lidelser og selvmordsforebygging, Motiverende Intervju som samtalemetode og ytterligere informasjon og kunnskap om offentlige tjenester og virkemidler. Utover i prosjektperioden ble det invitert inn eksterne foredragsholdere i veiledningene, som en del av opplæringstilbudet for likepersonene. Disse tilbakemeldingene ble også tatt med i utformingen av likepersonkurset, som vi omtaler nærmere i neste avsnitt.

### Likepersonkurs

Likepersonkurset i A-larm har en varighet på tre dager og retter søkelyset mot ulike muligheter og utfordringer man kan møte i arbeidet som likeperson. Kurset gir blant annet kunnskap om hvordan man kan benytte erfaringskompetanse i møte med deltakeren, kunnskap om rettigheter og offentlige systemer, samt refleksjoner rundt likepersonrollen i deltakernes recoveryprosess. I tillegg rettes det fokus på aktivitetsmuligheter og tilbud i nærmiljøet. Likepersonene som ble intervjuet var i all hovedsak fornøyde med kurset og ga uttrykk for at det var nyttig knyttet til det arbeidet de skulle gjøre. Likevel var det flere som mente det var for kort, og noen foreslo at det burde være oppfriskningskurs når de hadde jobbet som likepersoner en stund. En likeperson sa:

*Kunne sikkert vært dobbelt så langt, i hvert fall. Det tror jeg. Hvor vi kunne ha diskutert mer. Men jeg lærte veldig mye om hvordan man skal være og ... Jeg er jo vingmannen til disse folkene da, ikke sant.*

I tilbakemeldingene knyttet til kurset var det særlig to momenter som likepersonene trakk frem som nyttige. Det første var de hadde fått presentert ulike caser der kursdeltakerne sammen fikk reflektere rundt ulike løsningsstrategier og hvordan de ville taklet dem. Dette hjalp dem til å se situasjoner fra ulike perspektiver og reflektere rundt egne opplevde erfaringer. For en av likepersonene hadde dette vært en viktig forberedelse til arbeidet som likeperson:

*Jeg tenker det ER veldig viktig. Fordi at man går jo igjennom sånne ulike situasjoner som man kan havne i og sånn da. Det har vært viktig.*

Det andre delen som både likepersonene og koordinatoren trekker frem som særlig nyttig, var delen av kurset som omhandlet kunnskap om det offentlige helse- og tjenesteapparat og ulike virkemidler. Her fikk kursdeltakerne blant annet innføring i Individuell plan og ansvarsgruppemøter, samt hva det innebar å være en brukerrepresentant. På denne måten var likepersonen bedre rustet til å være en støtte for deltaker inn mot tjenestene. Likepersonene og koordinatorene anså dette som en viktig del av arbeidet. Rollen likepersonene hadde inn mot ulike tjenester kunne variere, noen gang fungerte de som en brobygger og tilrettelegger for et samarbeid mellom deltaker og andre tjenesteytere, mens andre ganger var de med deltaker i møter som en talsperson på deltaker vegne. Da var det viktig for likepersonene «å vite om hvilke tråder du skal eventuelt ta tak i og dra i hvis det kommer situasjoner», slik som en likepersonene sa det.

For koordinatorene i prosjektet, som arrangerte kursene, representerer likepersonkursene også en mulighet for dem til å bli bedre kjent med kursdeltakerne og fremtidige likepersoner, og på denne måte var de bedre rustet til å «matche» deltakerne med en likeperson. Mot slutten av kurset ble kursdeltakerne også bedt om å si noen ord om hvem de kunne tenke seg å følge opp og rammer de ønsket å jobbe under. Kursene ble av prosjektkoordinatorene sett på som en viktig del av likepersonenes opplæring, og grobunn for videre refleksjon og samarbeid dem imellom.



## 5. Konklusjon

A-larm Oslo har gjennom prosjektperioden utviklet to likepersonstjenester til mennesker i tilfriskning, og gjennom det tilbudt et supplerende og unikt tilbud til den samlede innsatsen på feltet. Likepersonprosjektene har innvirkning på deltakerne i prosjektene er godt dokumentert i tidligere rapporter (Mydland & Kvanneid, 2019; Jentoft et al., 2021). I denne rapporten har hovedfokuset vært rettet mot likepersonenes rolle og arbeid. Likepersonenes perspektiver bidrar til å underbygge at disse tjenestene også har en positiv innvirkning på de som arbeider som likepersoner – for deres eget liv og egen recoveryprosess.

Gjennom intervjuer og øvrig datainnsamling har likepersonene bidratt til å belyse ulike akseptar ved arbeidet og deres rolle. Det som i all hovudsak skiller en slik tjenesten fra øvrige tilbud til brukergruppene er den tilgjengeligheten og fleksibiliteten tjenesten tilbyr, samt individuelle tilrettelegging, både for deltakere og likepersoner. En annen sentral komponent i tjenesten er erfaringskompetansen likepersonene besitter, som legger til rette for en unik kontakt, forståelse og læringsfellesskap mellom dem og deltakerne. I kraft av erfaringer fra egen recoveryprosess står likepersonene i en unik posisjon til å veilede deltakerne i deres recovery. Gjennom den samlede dokumentasjonen knyttet til prosjektene, har vi kategorisert disse fordelene inn i det vi har valgt å kalle *Modell for Recoverykompetanse* (Sørly et al., 2021):



I modellen ser vi at det er mange fordeler som utgår fra recoverykompetanse. Dette er i tråd med ruspolitiske og faglige føringer om økt fokus på og krav om erfaringskompetanse og brukermedvirkning inn i tjenestene (Helsedirektoratet, 2014 & 2018). På samme tid som erfaringskompetanse, brukeransettelser og økt brukerinvolvering er en berikelse til tjenestetilbud og tjenesteutvikling på feltet, og kan bidra til at tjenestene er mer recoveryorienterte, er heller ikke dette arbeidet blottet for utfordringer. Nettopp det som bidrar til å gjøre likepersonstjenestene i disse prosjektene unike – erfaringskompetanse, tilgjengelighet og fleksibilitet – er også noe av det som kan bidra til utfordringer i likepersonenes rolle og arbeid. Likepersonene vi var i kontakt med uttrykte at nettopp på bakgrunn av deres erfaringskompetanse kunne det være utfordrende å sette grenser i arbeidet. Tilgjengelighet og fleksibilitet i tjenesten bidro ytterligere til å utfordre likepersonenes grenser. For flere av likepersonene representerte også stillingen i A-larm en inngang til arbeidslivet, og på den måten en form for arbeidstrening. Gjennom følgeforskningen og det samlede datamaterialet utpeker det seg dermed noen premisser for at en slik tjenesten skal fungere, disse har vi samlet i følgende hovedpunkter:

### **Prosjektkoordinators rolle**

Gjennom analyser av det samlede datamaterialet ser vi at koordinators rolle er sentral for alle ledd i likepersonstjenestens oppbygging. Koordinatorenes arbeidsoppgaver og ansvarsområder er mange og inkluderer også kontakt ut mot andre aktører, implementering og videreutvikling av tjenesten. For likepersonene var det først og fremst koordinators veiledningsrolle som var av stor betydning. Koordinatoren kunne gjennom veiledningen være en viktig sparringspartner og støtte. For likepersonene var kontinuerlig veiledning og jevnlig fellesveiledninger en viktig del av oppfølgingen. Samarbeidet mellom likepersonene og koordinatorene var basert på åpenhet og tillit. For flere av likepersonene var denne likepersonrollen en viktig del av deres egen recoveryprosess. Noen av likepersonene benyttet også sin relasjon til koordinatoren dersom de opplevde utfordringer i sitt eget liv.

### **Opplæring- og kunnskapsbehov i tjenesten**

Likepersonen tilknyttet prosjektene hadde gjennomgått et tredagers kurs for å forberede dem på jobben som likeperson. Likepersonene var positive til kurset og syntes det var nyttig knyttet til de utfordringene de møtte i rollen som likeperson. Likevel ønsket flere at det kunne vært gitt ytterligere informasjon og opplæring i enkelte temaer. Dette viser til et opplærings- og kunnskapsbehov for likepersonene i tjenesten. Dette bør videreutvikles i tråd med de temaer og utfordringer som er gjeldene for de aktuelle prosjektene og deres nærmiljø.

Veiledning- og opplæringslæringsbehovet til likepersonene i tjenesten er en viktig del av modellen for likepersonstjenestene, og en forutsetning for at tjenesten skal fungere optimalt – og at både likepersoner og deltakere ivaretas.

## Referanser

- Bryman, A. (2016). *Social Research Methods* (3. utg). Oxford University Press.
- Helsedirektoratet. (2014). *Sammen om mestring. Veileder i lokalt psykisk helsearbeid og rusarbeid for voksne. Et verktøy for kommuner og spesialisthelsetjenesten*. Oslo: Helsedirektoratet.
- Helsedirektoratet. (2018). *Nasjonal plan for implementering av pakkeforløp for psykisk helse og rus 2018–2020*. Oslo: Helsedirektoratet.
- Helse- og omsorgsdepartementet. (2015). *Proposisjon til Stortinget. (forslag om stortingsvedtak) Opptrappingsplan for rusfeltet (2016–2020)*. Oslo: Helse- og omsorgsdepartementet.
- Hummelvoll, J. K., Karlsson, B., & Borg, M. (2015). Recovery and person-centredness in mental health services: Roots of the concepts and implications for practice. *International Practice Development Journal*, 5. <https://doi.org/10.1080/15332985.2021.1968988>.
- Jentoft, N., Sivertsen, K. & Mydland, T. S. (2021). *En som alltid vil lete etter meg (ref. deltaker): Likemannstjenesten i Stavanger, Sola og Sandnes*. FoU-rapport 26-2021. NORCE Samfunn. <https://hdl.handle.net/11250/2980870>.
- McNiff, J. (2013). *Action research: Principles and practice* (3. utg.). London: Routledge.
- Mydland, T.S., & Kvanneid, A.J. (2019). *Likemannstjeneste i Stavanger. Samarbeid om oppfølging etter institusjonsbehandling for rusavhengighet*. FoU-rapport 3-2019. NORCE Samfunn. <http://hdl.handle.net/11250/2621188>.
- Norges Handikapforbund. (2021, 25. oktober). *Støtte på veien*. Arbeidet vårt. <https://nhf.no/arbeidet-vart/vi-tilbyr-deg/stotte-pa-veien/>.
- Oslo Byrådsrapport, 2020. Lastet ned 4.11.2021 fra <https://korusoslo.no/wp-content/uploads/2020/10/Oslostandard-for-oppsokende-arbeid-med-utsatte-unge-webversjon-FERDIG.pdf>.
- Oslo Velferdsetat. (2021, 22. oktober). Velferdsetaten. <https://www.oslo.kommune.no/etater-foretak-og-ombud/velferdsetaten/#gref>.
- Ottar, H. B. (2019) SALTO. *Årsmelding 2019*. Lastet ned 14.11.2021 fra [SaLTo Årsmelding 2019.pdf](https://www.oslo.kommune.no/SALTO%20%C3%A5rsmelding%202019.pdf) ([oslo.kommune.no](https://www.oslo.kommune.no)).
- Pasient- og brukerrettighetsloven. (2001). Lov om pasient- og brukerrettigheter (LOV-1999-07-02-63) (sist endret 01.07.2021). Lovdata. <https://lovdata.no/dokument/NL/lov/1999-07-02-63>.
- Radlick, R. L. (2020). *Formative assessment and summative evaluation of a mentoring program for immigrants with education from their home countries*. Rapport 23-2020, NORCE samfunn. <https://hdl.handle.net/11250/2689203>.
- Sannes, R. og Gulbrandsen, M.S. (2020). *Åpne rusmiljø i Oslo sentrum sommeren 2020*. Uteseksjonen, Oslo.
- Sivertsen, K., & Mydland, T. S. (2021). Likepersontjenester innen rus og psykisk helse under covid-19–utfordringer og muligheter. *Tidsskrift for psykisk helsearbeid*, 18(02), 222–228.
- Sivertsen, K., Sørly, R., Mydland, T., & Ekberg, J. I. (2021). Perspectives on Challenges and Opportunities in Norwegian Peer Recovery Services for People Living with Dual Diagnosis During a Pandemic. *Journal of Patient Experience*, 8, <https://doi.org/10.1177/2374373521996954>.
- Sjåfjell, T. L., & Myhra, A. B. (2015). Selvhjelp og likemannsarbeid – mulige verktøy for å oppnå mestring og empowerment? *Tidsskrift for psykisk helsearbeid*, 12(02), 140–148.
- Skaug, T. (2020). *Ikke slipp*. (4 utg.). Cappelen Damm AS.
- Sørly, R., Sivertsen, K., & Stalsberg Mydland, T. (2021). An exploration of recovery competence among Norwegian peer workers in substance abuse services. *Social Work in Mental Health*, 1–16. <https://doi.org/10.1080/15332985.2021.1968988>.
- Uteseksjonen i Oslo (2012). *Innenfor/Utenfor. En kartlegging av et alternativt ungdomsmiljø i Oslo sentr*