



Forskning på læring og mestring

Onsdag 18. april 2018

Prof Aslak Steinsbekk

Institutt for Samfunnsmedisin og Sykepleie, NTNU

aslak.steinsbekk@ntnu.no



Erfaringer med gjennomføring av gruppebasert opplæring

Hughes S, Lewis S, Willis K, Rogers A, Wyke S, Smith L. The experience of facilitators and participants of long term condition self-management group programmes: A qualitative synthesis. *Patient Educ Couns.* 2017 Dec;100(12):2244-2254. doi: 10.1016/j.pec.2017.06.035. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/28711415>



Bakgrunn

- Studier på gruppebasert opplæring viser varierte resultat
 - Spesielt på harde endepunkt som helsetjenestebruk og kostnader
- Ved å forstå brukernes erfaringer kan man få mer innsikt i
 - Hvordan de virker
 - Potensialet for å støtte egenmestring



Hensikt

- Oppsummere funn fra kvalitative studier
- Med både fasilitatorer og deltagere
- For å finne hva de ser som mest verdifullt
- Og likheter og ulikheter i deres erfaringer



Metode

- Søk i 7 databaser ga 2126 artikler, og 24 ble valgt ut
 - Begrenset til engelskspråklig og 2000-2016
 - Brukte self-mamangement, group og qualitative som søkeord
- Gjort en tematisk syntese
 - Analyserer resultatdelen i artikler på samme måte som man analyserer utskrifter av intervju
 - Så først på sitatene, så det forfatterne skrev
 - Delte materialet i fasilitatorer og deltagere

6



Inkluderte studier

- Variasjon i hvilket land de var gjort i
- Om det var helsepersonell (11 studier), bruker med samme sykdom (6 studier), bruker uten samme sykdom (5 studier) og kombinasjoner.
- Ulike pasientgrupper (11 studier generiske) og fokus.

6



Hovedgrupper resultat

Resultatene ble oppsummert i tre hovedtema

- Verdien av deltagelse i gruppen
- Spenninger og utfordringer med ledelse av grupper
- Kategorisering av deltagere

7



Svar på spørsmål:
- Åpne web siden: kahoot.it
- Tast inn Nummer
- Lag et brukernavn
-Vente på spørsmål



Spørsmål i kahoot

- Hva mener du at deltagerne ønsker at det brukes mest tid på
 - Mest tid på at fagfolk gir opplæring
 - Mest tid på å dele erfaringer med andre gruppedeltagere
 - Ønsker 50 / 50 fordeling
- Hvilke positive erfaringer mener du er vanligst blant deltageren
 - Oppløve å være i samme båt som andre
 - Endelig et sted jeg kan snakke om min egen tilstand
 - Sammenligne meg med andre
 - Lære noe nytt av fagfolk
 - Lære noe nytt av andre deltagere
- Hvilke negative erfaringer kan deltagere ha
 - Skriv inn

9



Sammen med personer lik meg

- Både i sykdomsspesifikke og generiske program ble det fortalt om å være i samme båt og ha samme mål, samt bli akseptert
- Ulikt andre sosiale settinger hvor unngår å snakke om egen tilstand pga. skam, skyldfølelse og redsel for å være en byrde
 - Kan prate fritt om egen historie i gruppen
- Bidrar til følelse av å være mindre alene
 - Skjer også i program med liten gruppeaktivitet
- Gruppeinteraksjon framhevet som viktigste erfaring

10



Sammen med personer lik meg

- Negativt hvis med begrenset mulighet til å interagere med de andre gruppedeltagerne
 - For rigid program
 - Fasilitatorer som begrenset dette og henviste deltagerne til å snakke i pauser eller etter kurset
- Mulighet til å sammenligne seg med andre, gir motivasjon
 - Downward comparison (vanligst): Føler seg bedre eller heldigere fordi andre har det verre
 - Upward comparison: motivert av å se hva andre har fått til

11



Samarbeide og lære av hverandre

- Verdifullt med kunnskap, ideer og ferdigheter som man fikk fra de andre deltagerne når man arbeidet sammen
- Deling av erfaringskunnskap bidrar til bedre forståelse av egen tilstand
- Av og til kan andre gruppedeltagere oversette det fasilitatorene snakker om
- Samlet bidrar dette til økt følelse av kontroll, mestringsevne, selvtillit og motivasjon
 - Reduserer følelse av usikkerhet og utrygghet
- Dele mål laget under kurset med de andre bidro til økt følelse av forpliktelse.

12



Negative grupperfaringer

- Ikke så mye av de negative erfaringene
 - Ingen studie hadde inkludert de som ikke fullførte
 - De studiene som fant noe beskrev det ikke i dybden
- Rapportert om personer som hadde «motsatt» erfaringer av flertallet som var positive
- De som var negative, sa likevel positive ting under intervjuet

13



SUMMING

- Snakk med de ved siden av deg
- Hva er eksempler på positive og negative erfaringer dere har hørt om fra deltagerne på deres kurs?
- Spørsmål/kommentarer:
Siv.Hege.Forbord@stolav.no

14



Fasilitatorers erfaringer

Syn på egen oppgave

- Monitorere gruppediskusjoner
- Rette på misinformasjon
- Kontrollere negative eller vanskelige deltagerne

Snakker

- Sjelden om programmets potensielle effekt på deltagerne helse
- Har lite tro på at deltagerne vil endre atferd

15



Teknikker

- Gi støtte til deltagerne så de får god livskvalitet
- Normalisere de opplevde erfaringene
- Utvikle en norm for atferd blant deltagerne
- Undervise, helst basert på evidens (forskning)
 - Så tillate diskusjon innenfor disse temaene
- Gjøre gruppesesjonene hyggelige
 - Så deltagerne fortsetter å komme

16



Autoritet

- Spenning mellom å beholde kontroll selv og overlate ting til gruppen
 - Prøve å unngå forelesning, overlate til gruppen
 - Men behov for kontroll så gis rett informasjon
- Avtale regler for gruppen
- Være god rollemodell

17



Summing

- Snakk med de ved siden av deg
- Hva gjør dere med «negative» deltagere?
- Hva er positive og negative sider ved å ha «negative» deltagere?
- Spørsmål/kommentarer:
Siv.Hege.Forbord@stolav.no

18