Lær at tackle job og sygdom – samlet resumé af evalueringsrapporter

Udarbejdet af VIVE – Det Nationale Forsknings- og Analysecenter for Velfærd og Aarhus Universitet

Lær at tackle job og sygdom er en kortvarig mestringsindsats til borgere, der er langvarigt sygemeldte. Underviserne er frivillige instruktører, der selv har erfaring med langvarigt sygefravær. Forløbet varer 15 timer fordelt på 6 uger. Formålet med indsatsen er at lære den enkelte borger at håndtere symptomer og dagligdags udfordringer i forbindelse med sygdom eller psykisk lidelse, samt at give den enkelte borger redskaber til at kunne vende tilbage til arbejde. Indsatsen er afprøvet på danske borgere af Komitéen for Sundhedsoplysning i samarbejde med landets kommuner og med støtte fra Styrelsen for Arbejdsmarked og Rekruttering. Indsatsens effekt på deltagernes beskæftigelse og livskvalitet har undergået en udførlig videnskabelig evaluering med anvendelse af registerbaserede data, spørgeskemabesvarelser og kvalitative interview. Evalueringerne er gennemført af VIVE og Aarhus Universitet.

Samlet konklusion

Den videnskabelige evaluering giver ikke evidens for, at *Lær at tackle job og sygdom* virker i den afprøvede version med de anvendte procedurer for visitation og afvikling. Der var for den samlede gruppe af borgere hverken indikation på, at tiden til tilbagevenden til arbejde blev afkortet, eller at borgernes livskvalitet blev øget.

Der kunne dog iagttages en umiddelbar bedring i deltagernes self-efficacy lige efter kurset, og netop gruppen af borgere, som kom på kurset med lav tiltro til deres evner til kunne håndtere deres sygdom (dvs. self-efficacy), viste sig at opnå en positiv effekt af indsatsen i forhold til at komme hurtigere tilbage til arbejde. Til gengæld havde borgere, som i forvejen havde høj tiltro til at kunne håndtere deres sygdom, en negativ beskæftigelseseffekt af kurset.

Sammenholdt med kursisternes positive evaluering af kurset og deres oplevelse af det gavnlige i gruppeformatet samt det at arbejde med egen mestring kan det være en indikation på, at indsatsen kan være udbytterig for nogle, men ikke alle borgere med langvarigt sygefravær.

Resultaterne af den videnskabelige evaluering

Effekt på beskæftigelse

Mestringsindsatsens effekt på beskæftigelse er beregnet ud fra oplysninger om beskæftigelse og forbrug af forsørgelsesydelser fra forløbsdatabasen DREAM. Der er målt på beskæftigelse og forsørgelsesydelser, i perioden fra deltagerne blev allokeret til indsatsen og 81 uger efter.

Lær at tackle job og sygdom øger (i gennemsnit) deltagernes modtagelse af sygedagpenge mv. og har (i gennemsnit) en negativ, men ikke signifikant, effekt på ordinær beskæftigelse. I løbet af de 81 uger efter at deltagerne bliver tildelt plads på kurset, øger indsatsen deltagernes forbrug af sygedagpenge mv. med 11 % i forhold til kontrolgruppen. Den negative gennemsnitlige effekt skal tilskrives en stærk, negativ motivationseffekt blandt kursisterne, på grund af at de har lang ventetid inden opstart på kurset.

Der er store forskelle i effekterne, der varierer markant i forhold til deltagernes self-efficacy-niveau før kurset. *Lær at tackle job og sygdom* har en stor, positiv effekt på beskæftigelsen for de deltagere, der har lav self-efficacy før kurset. Denne gruppe er kendetegnet ved at have meget lav beskæftigelsesfrekvens. Personer, der omvendt har høj self-efficacy før kurset, opnår en negativ effekt i forhold til tilbagevenden til arbejde.

Effekt på livskvalitet

Indsatsens effekt på borgernes livskvalitet er vurderet ud fra spørgeskemabesvarelser. Herudover er effekten målt på områderne: psykisk belastning, sygdomsopfattelse og self-efficacy. Der er ikke evidens for, at *Lær at*

tackle job og sygdom har en positiv effekt på livskvalitet, psykisk belastning, sygdomsopfattelse og self-efficacy. Dog er der heller ingen negative effekter af indsatsen. I relation til self-efficacy har *Lær at tackle job og sygdom* en positiv effekt på deltagerne, målt kort efter at kurset blev afsluttet, dog er denne positive effekt udlignet ved den afsluttende måling 6 måneder efter kursusstart. Så selvom der er stor tilfredshed med *Lær at tackle job og sygdom* blandt kursisterne, og de vil anbefale indsatsen til andre i samme situation, kan der ikke måles nogen positiv effekt på livskvaliteten hos borgere med langvarigt sygefravær (evalueret i perioden 16 til 22 ugers sygefravær).

Oplevelse af indsatsen

En analyse af interview med udvalgte deltagere viser, at faktorer, som kan fremme effekten af indsatsen, er den sociale støtte, man møder fra de andre deltagere i gruppen, og særligt fra instruktørerne. Det vil sige, at ligemandsprincippet (instruktører som rollemodeller) er yderst centralt og virkningsfuldt. Det er også gennem spejlingen i andre, at den enkelte deltager får mulighed for positivt at revurdere egen forståelse af sin sygdom og sin situation og derved får et andet og nyt perspektiv på sig selv. De konkrete redskaber er brugbare for deltagerne, og mekanismen heri er, at de via redskaberne får erfaring med at kunne mestre en udfordring og nå et mål, de sætter sig. En mulig effekthæmmende faktor er, når deltagere oplever et lavt kompetenceniveau hos instruktørerne. En anden barriere for de virkningsfulde mekanismer for sygdomshåndtering er, når deltagerne oplever, at indsatsen fokuserer for meget på tilbagevenden til job. Et fokus, som af borgerne opleves som en underliggende 'trussel'.

Om den videnskabelige evalueringsmetode

Den videnskabelige evaluering af kurset blev tilrettelagt således, at alle landets kommuner fik tilbud om at deltage i afprøvningen af kurset. Der blev oprettet i alt 44 kursushold i 27 deltagende kommuner. I evalueringen deltog i alt 589 borgere.

Deltagere

Der deltog både unge og gamle borgere i evalueringen (20 til 72 år), og der var forholdsvis flere kvinder end mænd (fordeling 1:3). En stor gruppe af deltagerne var fagligt uddannede, havde taget en kort eller mellemlang uddannelse. Cirka 38 % af deltagerne havde sidst været ansat i den offentlige sektor. Størstedelen af deltagerne var sygemeldt på fuld tid, og over halvdelen af dem svarede, at sygemeldingen var arbejdsrelateret. Når man ser på årsagen til sygemelding, er der primært to årsager: 1) psykisk mistrivsel (47,5 %) og 2) fysisk sygdom eller tilskadekomst (52,5 %). Resultaterne viste, at deltagerne var fysisk og psykisk belastede, op imod en tredjedel af alle deltagerne havde stærke smerter, og næsten halvdelen oplevede alvorlig træthed. Derudover viste 74 % symptomer på klinisk depression og 51 % på angstlidelse, og der var tegn på stærkt nedsat livskvalitet og trivsel.

Metode

Der er tale om en randomiseret undersøgelse, hvor borgerne ved lodtrækning er fordelt, så der var 430 borgere, som fik en plads på et kursus, og 227 kom i en kontrolgruppe. I kontrolgruppen besvarede borgerne kun spørgeskemaer om deres symptomer, livskvalitet, sygdomsopfattelse og self-efficay (dvs. tro på at kunne håndtere sygdom), men deltog ikke i kurset. Alle deltagere besvarede et spørgeskema før lodtrækningen, ca. 6-8 uger efter, svarende til lige efter kurset for kursusgruppen og et afsluttende opfølgningsskema ca. 6 mdr. efter kursets start. Alle borgere, uafhængigt af deres spørgeskemabesvarelse, blev fulgt i en 81-ugers periode, hvor deres beskæftigelse og forbrug af sygedagpenge mv. blev registreret i forløbsdatabasen DREAM. Endelig blev en udvalgt gruppe af 17 deltagere interviewet om deres oplevelse af *Lær at tackle job og sygdom*.

Effektmål

De to primære parametre, som kursets effekt blev vurderet ud fra, var beskæftigelse (*Return to work duration*) og livskvalitet (*WHO-5 Quality of life*). Evalueringens metode og effektmål blev anmeldt til Datatilsynet og registeret hos Clinicaltrials.gov: NCT02136056, inden dataindsamlingen indledtes.