



Socialstyrelsen

Mestring af hverdagen med R&R2-ADHD

Viden til kommunale ledere om positive effekter af evidensbaseret indsats til unge og voksne med opmærksomhedsforstyrrelse



Viden til gavn

Indhold

Indledning	3
1 Indsatsens indhold og forløb	7
2 Potentialer for borgere og kommuner	13
3 Anbefalinger til implementering	17



Publikationen er udarbejdet af Rambøll Management Consulting for Socialstyrelsen.

Design: BGRAPHIC

Fotos: Colourbox, iStock

ISBN www: 978-87-93944-41-1

ISBN Tryk: 978-87-93944-42-8

Januar 2020

ADHD-indsats viser markante positive effekter for borgere og kommune

Tre kommuner har afprøvet en evidensbaseret indsats målrettet unge og voksne med ADHD og tilsvarende vanskeligheder. Evalueringen viser markante positive effekter for målgruppen. Samtidig viser evalueringen, at både kommuner og regioner kan opnå langsigtede budgetøkonomiske gevinster.

En stigende andel af unge og voksne oplever vanskeligheder med at fastholde opmærksomhed, kontrollere impulser og indgå i socialt samspil. Det kan have konsekvenser for deres muligheder for at få en god og velfungerende hverdag, gennemføre en uddannelse og opnå beskæftigelse. Samtidig oplever kommunerne, at de mangler effektive sociale indsatser til målgruppen.

For at imødekomme kommunernes behov har Socialstyrelsen sammen med kommunerne Allerød, Lolland og Odense afprøvet den evidensbaserede sociale indsats R&R2-ADHD (Reasoning and Rehabilitation, version 2 målrettet ADHD), som er udviklet til unge og voksne med ADHD og tilsvarende vanskeligheder.

Indsatsen træner deltagernes kognitive og sociale færdigheder og giver dem kompetencer til at tackle hverdagens udfordringer.

Rambøll har på vegne af Socialstyrelsen evalueret afprøvningen.

Evalueringen giver viden, erfaringer og anbefalinger fra afprøvningen af R&R2-ADHD og belyser indsatsens borgernære effekter og konsekvenser. Evalueringen rummer desuden en grundig budgetøkonomisk analyse af, hvad en kommune kan forvente af udgifter til etablering og drift af indsatsen, og af de potentielle budgetøkonomiske konsekvenser.

Denne pjece er baseret på evalueringsrapporten og præsenterer de væsentligste konklusioner fra rapporten. Pjecen henvender sig til kommunale beslutningstagere, der søger inspiration til økonomisk holdbare indsatser, som med dokumenteret effekt styrker trivsel og mestring hos kommunens borgere med ADHD og tilsvarende vanskeligheder.

Evalueringsrapporten kan downloades på:
<https://socialstyrelsen.dk/RR2-evaluering>




De vigtigste konklusioner:

- Borgere, der gennemfører R&R2-ADHD, oplever fremskridt i forhold til ADHD-symptomer og øvrige vanskeligheder. Både borgerne og omgivelserne vil typisk opleve fremgangen som markant. Fremgangen er stærkest umiddelbart efter forløbets afslutning og er stadig tydelig tre måneder senere.
- Et år efter et afsluttet R&R2-ADHD-forløb har borgerne 13 % højere sandsynlighed end en sammenligningsgruppe for at være i beskæftigelse eller uddannelse. De har også 12 % lavere sandsynlighed for at modtage kontanthjælp, uddannelseshjælp, kontanthjælp i henhold til integrationsloven eller integrationsydelse.
- Både kommune, region og stat kan forvente et positivt nettoresultat af at investere i R&R2-ADHD, da borgerne i mindre grad får udbetalt kontanthjælp og lignende ydelser, og da de i højere grad betaler skat.
- Evalueringen sandsynliggør, at indsatsen er realistisk i den kommunale drift.

Certificering i og støtte til R&R2-ADHD

Socialstyrelsen tilbyder certificering i R&R2-ADHD og implementeringsstøtte i perioden 2020-2022 til kommuner, regioner og private aktører, der ønsker at implementere metoden. Læs mere på:
<https://socialstyrelsen.dk/RR2-udbredelse>



“
Det [R&R2-ADHD] har været med til at gøre mig parat til de ting, jeg nu er begyndt at tage fat på i mit liv. Det er som et lille frø, der er blevet sået. Jeg har i mange år troet, at jeg skulle på førtidspension og aldrig blev til noget. Men efter dette kursus har jeg taget matematik-enkeltfag og afsluttet med et 7-tal, jeg har taget en zumba-instruktør-uddannelse, jeg er i gang med en praktik og har fået et sommerafløser-job på plejecentret. Efter ferien skal jeg starte på SOSU-hjælperuddannelsen.

Deltager

Indsatsens indhold og forløb

R&R2-ADHD er en evidensbaseret social indsats, der opøver kognitive og sociale færdigheder hos unge og voksne med opmærksomhedsproblematikker. Indsatsen er afprøvet i praksis og har vist sig at passe godt til en dansk kommunal kontekst.

R&R2-ADHD er en manualiseret gruppeindsats for unge og voksne med ADHD og tilsvarende vanskeligheder. I indsatsen træner deltagerne deres kognitive og sociale færdigheder for at vinde eller genvinde mestringskompetencer til at tackle hverdagens udfordringer og deltage på arbejdsmarkedet eller i uddannelse.

Passer til den kommunale arbejdsgang

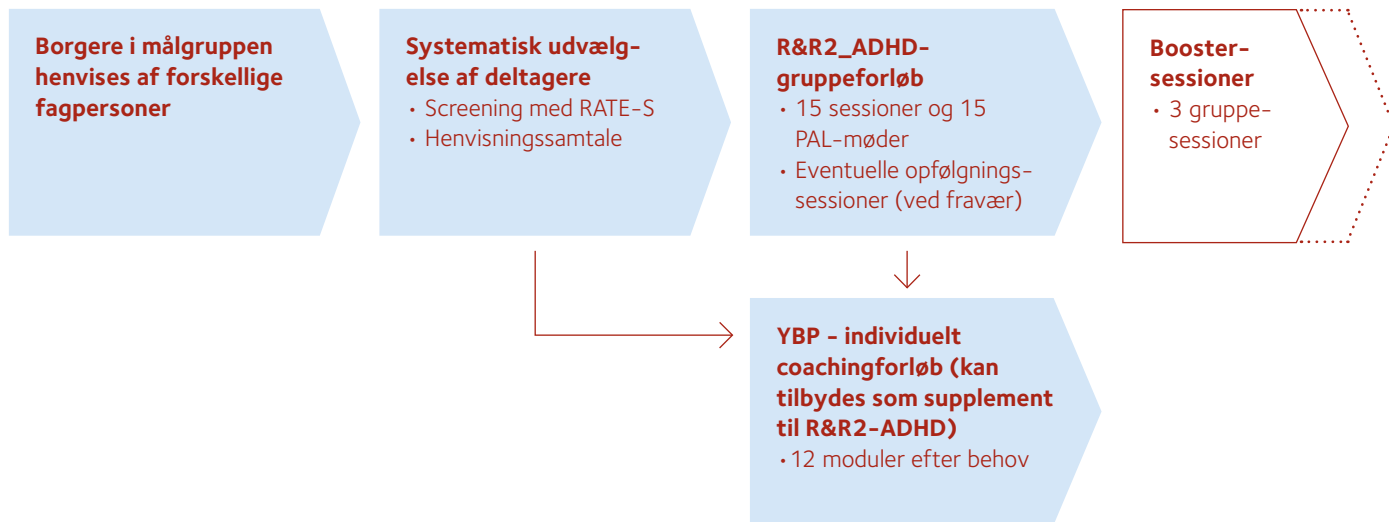
Henvisningen til R&R2-ADHD kan ske fra forskellige enheder i kommunen eller andre sektorer. Når en borger bliver henvist til R&R2-ADHD, indkaldes hun eller han til en samtale med en medarbejder, der er tilknyttet R&R2-ADHD indsatsen. Ved samtalen foretages en systematisk vurdering af, om indsatsen er relevant for borgeren. Vurderingen sker i to trin:

1. Medarbejderen screener først borgeren ved hjælp af måleredskabet RATE-S, som er udviklet til R&R2-ADHD. Screeningen giver en indikation af, i hvilket omfang borgeren har de adfærdsmæssige og funktionelle vanskeligheder, som indsatsen adresserer.
2. Dernæst gennemfører medarbejderen en henvisningssamtale, hvor det vurderes, om borgeren vil have gavn af R&R2-ADHD og derfor skal have tilbud om at deltage i et forløb. Vejen gennem indsatsen for borgere, der vurderes at have gavn af den, fremgår af næste side.



Socialstyrelsen stiller materialer til R&R2-ADHD gratis til rådighed for kommuner og andre, der implementerer indsatsen.

Borgerens vej igennem indsatsen



Indhold i R&R2-ADHD

- R&R2-ADHD-indsatsen er manualbaseret og kan gennemføres for op til 12 deltagere pr. hold.
- Hvert hold ledes af 1-2 R&R2-ADHD-trænere, dvs. medarbejdere som er certificeret i indsatsen.
- Der indgår 15 sessioner i indsatsen, typisk med en session á to timer pr. uge.
- Hver session indeholder specifikke træningsteknikker, der tager afsæt i den adfærd og de kognitive og emotionelle udfordringer, som personer med ADHD eller tilsvarende vanskeligheder typisk har.
- Træningen består af praktiske øvelser, som trækker på deltagernes personlige oplevelser.
- De 15 sessioner gennemføres i en fastlagt rækkefølge, da de færdigheder, der læres i en session, er en forudsætning for at kunne lære de næste.
- Hver deltager har et ugentligt møde med en PAL (*Participants Aid for Learning*). En PAL er en person, der har til opgave at hjælpe deltageren med at forankre det lærte i sin dagligdag.
- Efter forløbets afslutning kan kommunen vælge at tilbyde deltagerne tre booster-sessioner, som fx kan afholdes 6-12 måneder efter afslutningen. Booster-sessionerne er kortere brush-up-sessioner på udvalgte temaer og øvelser fra hovedforløbet.

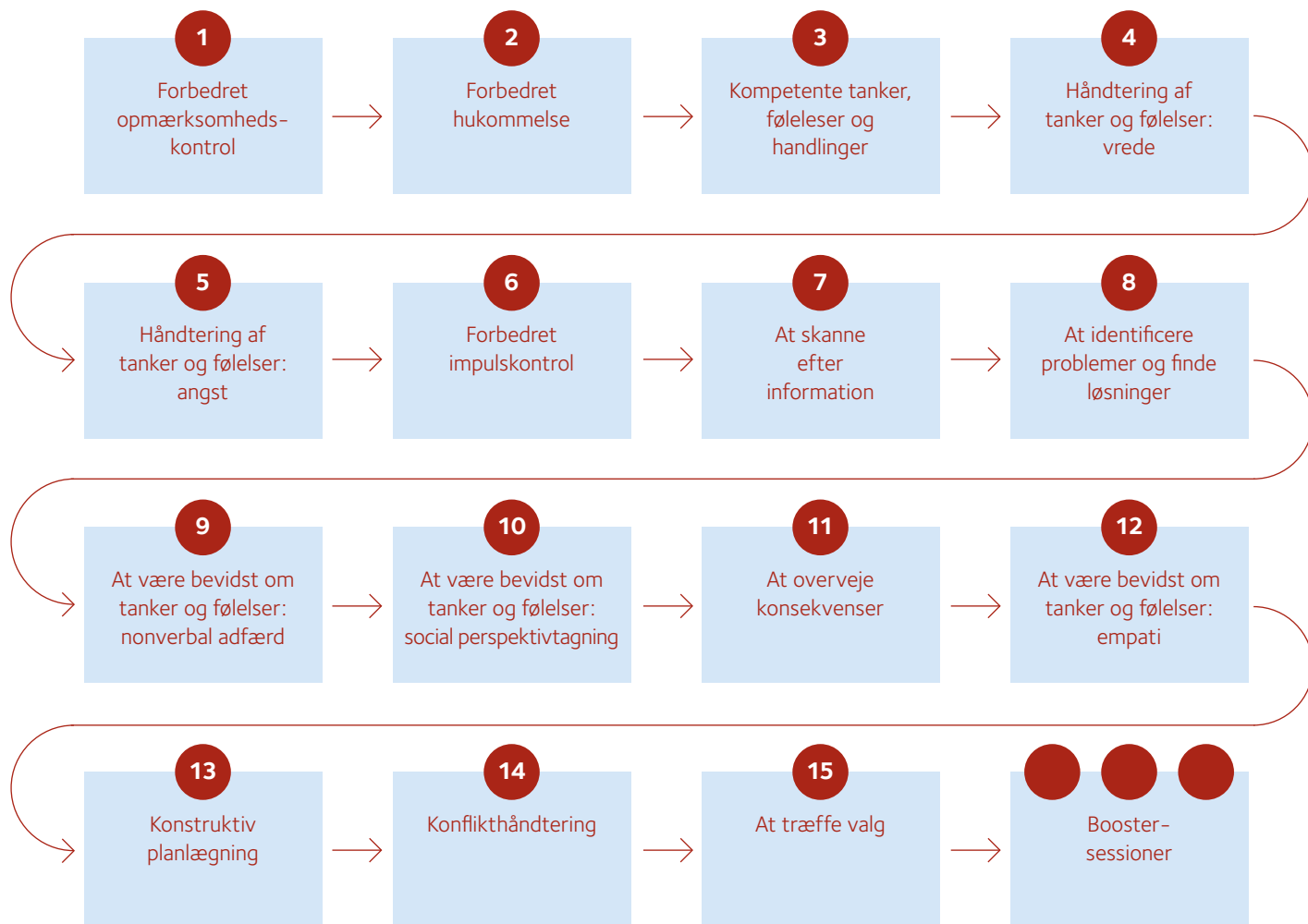


YBP: Et supplement til R&R2-ADHD

Parallelt med afprøvningen af R&R2-ADHD har de tre kommuner også afprøvet en mere fleksibel, individrettet indsats kaldet Young-Bramham-Programmet (YBP). YBP blev afprøvet på et mindre antal borgere som et alternativ eller en overbygning til R&R2-ADHD. Afprøvningen af YBP viser gode kvalitative resultater og giver grund til at vurdere, at YBP kan fungere som et godt supplement til R&R2-ADHD.

Temaer i de 15 sessioner i et R&R2-ADHD-forløb

- Der indgår 15 sessioner i et R&R2-ADHD-forløb. Sessionerne følger efter hinanden i en fast rækkefølge. Mellem sessionerne mødes hver deltager med en PAL, dvs. en person som støtter deltageren i at omsætte det, der er lært i sessionen, til sin hverdag. Efter de 15 sessioner kan der gennemføres booster-sessioner, dvs. kortere brush-up-sessioner på udvalgte temaer og øvelser, som kan forlænge og forstærke effekten af R&R2-ADHD.





“

Medicinering er ikke den vigtigste behandling af ADHD-patienter. Det vigtigste er, at man får nogle redskaber til at skabe den struktur og impuls kontrol, som er nogle af de største udfordringer for gruppen. R&R2-ADHD er et vigtigt tilbud, som i mine øjne mangler i tilbudsviften i både psykiatrien, i kommuner og hos andre aktører.

Psykiater



“

Det, jeg har taget med mig fra forløbet, er særligt det med realistiske tidsplaner. Før kunne jeg lave fem sider med ting, jeg skulle nå bare om formiddagen. Og så alle de der katastrofetanker, jeg kunne have før, hvis jeg ikke nåede en lille ting, i stedet for at fokusere på det, jeg nåede. Det er blevet mindsket. Jeg har på en måde fået en accept af, at mine evner ikke altid rækker til mine egne ambitioner.

Deltager

Potentialer for borgere og kommuner

R&R2-ADHD-indsatsen rummer store potentialer for både borgere og kommuner. Det dokumenterer evalueringen, som viser, at indsatsen både øger borgernes trivsel og chancer for at komme i uddannelse og beskæftigelse.

Blandt de positive effekter for de unge og voksne borgere i indsatsen er, at:

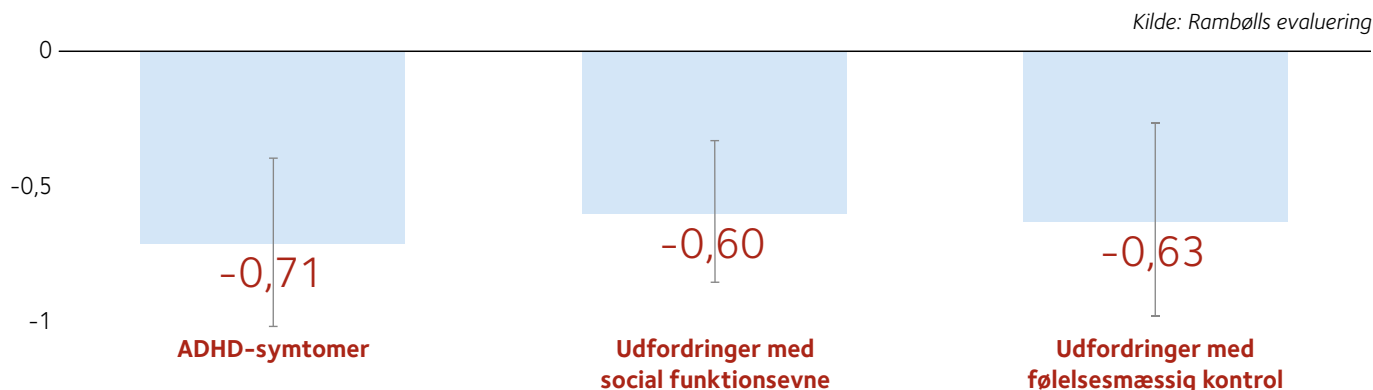
- de oplever færre og svagere ADHD-symptomer
- de vurderer selv, at deres udfordringer med depression, angst og temperament reduceres
- de gennemgår en positiv udvikling med hensyn til to udfordringer, som hænger sammen med kernesymptomerne på ADHD, nemlig social funktionsevne og følelsesmæssig kontrol.

Effekterne står stærkest umiddelbart efter indsatsens afslutning. Tre måneder efter er de aftaget lidt. Der er dog fortsat tale om en tydelig og statistisk signifikant reduktion i borgernes oplevede ADHD-symptomer og udfordringer med social funktionsevne samt deres følelse af angst og temperamentsudfordringer. Evalueringen viser også, at borgerne opnår øget mestring, der indvirker på andre forhold i deres liv, fx deres psykiske og følelsesmæssige trivsel, hverdagslivet, deltagelsesmuligheder i forskellige sammenhænge og samspillet i nære relationer. Borgerne oplever også i mindre grad, at hændelser i livet er uden for deres egen kontrol. Effekten på dette punkt er lige-frem tiltagende tre måneder efter indsatsens afslutning.

Alle delmålgrupper profiterer af forløbet – både mænd og kvinder, unge og voksne, deltagere med og uden ADHD-diagnose og borgere, der tager eller ikke tager ADHD-medicin.

Positive effekter for borgeren

Store og mærkbare effekter for både borgerne og borgernes omgivelser.



Illustrationen viser, at borgere, der har gennemført R&R2-ADHD, oplever markant færre og svagere ADHD-symptomer end andre, sammenlignelige borgere. Den viser også, at borgerne gennemgår en klar, positiv udvikling med hensyn til social funktionsevne og følelsesmæssig kontrol. Specifikt falder ADHD-symptomerne hos borgere, der gennemfører indsatsen, med 71 % af en standardafvigelse, ligesom borgernes udfordringer med social funktionsevne reduceres med 60 % af en standardafvigelse, mens deres udfordringer med følelsesmæssig kontrol reduceres med 63 % af en standardafvigelse.

Tallene i illustrationen indikerer, at der er tale om mellem til store effektstørrelser. Det betyder, at effekterne er store og mærkbare for både borgerne og borgernes omgivelser.

Tre måneder efter programmets afslutning er der fortsat en tydelig og statistisk signifikant fremgang at spore i borgernes oplevede ADHD-symptomer og udfordringer med social funktionsevne. Reduktionen af deltagernes udfordringer med følelsesmæssig kontrol er efter tre måneder ikke længere statistisk signifikant.

Økonomisk gevinst for kommunerne

Den effektive støtte til borgere med ADHD og tilsvarende vanskeligheder er det centrale argument for R&R2-ADHD-indsatsen. Et andet argument er, at indsatsen kan indebære en økonomisk gevinst for kommunerne: Set over en seksårig periode vil der for en kommune være et nettoresultat på ca. 380.000 kr. forbundet med R&R2-ADHD-indsatsen¹.

Den gunstige økonomi hænger sammen med to forhold: Borgerne får i mindre grad udbetalt kontanthjælp og lignende ydelser, og de betaler i højere grad skat, da flere af dem kommer i beskæftigelse. Nettoresultatet vil være størst for staten.

En kommunal R&R2-ADHD-indsats har et samlet forventet nettoresultat over en 6-årig periode på 1,97 mio. kr. for både kommune, region og stat². Resultatet påvirkes af, hvor mange deltagere der gennemfører indsatsen, samt af succesraten med hensyn til effekter. Høje effekter er bl.a. lig med øget sandsynlighed for beskæftigelse og dermed øget skattegrundlag.

¹ Nettoresultatet afspejler en SØM-beregning baseret på et scenarie, hvor R&R2-ADHD-indsatsen driftes i en treårig periode, og hvor 34 borgere gennemfører indsatsen pr. år. Succesraten er med inspiration fra vidensdatabasen sat til 21 pct.

² Baseret på samme scenarie som i fodnote 1.



Det, jeg har lært på kurset, kan bruges direkte ind i min hverdag. Man ser en roligere og mere positiv udgave af mig i dag. Jeg har ikke smadret noget i halvandet år. Og mine døtre ser jo den nye mig.

Deltager

Når man i en kommune beslutter at igangsætte R&R2-ADHD, vil der være udgifter til etablering – bl.a. til certificering af R&R2-ADHD trænere og til administrative omkostninger til planlægning og koordinering.

Sådan er udgiften pr. borger

Når indsatsen er i drift, koster den i gennemsnit 25.000 kr. at drifte pr. borger, der gennemfører indsatsen. Beløbet dækker afholdelse og planlægning af gruppesessioner, materialer, løbende uddannelse m.m.

Kommunerne har i gennemsnit haft 6,6 borgere i et forløb. Udgiften pr. borger falder, jo flere borgere, der gennemfører indsatsen. Øges antallet fx fra 6,6 til 8 borgere, vil de gennemsnitlige driftsomkostninger lande på 21.000 kr. pr. borger.

25.000 kr

Kommunerne har i gennemsnit haft 6,6 borgere i et forløb. Det koster 25.000 kr. pr. borger.

21.000 kr

Øges antallet fx fra 6,6 til 8 borgere, vil de gennemsnitlige driftsomkostninger lande på 21.000 kr. pr. borger.



Anbefalinger til implementering

Tre kommuner har afprøvet R&R2-ADHD med gode resultater. Deres erfaringer viser, at gode resultater forudsætter kompetencer, ledelse og god organisering.

Når kommunale chefer og ledere i Odense, Lolland og Allerød ser tilbage på afprøvningen i deres kommuner af R&R2-ADHD, kommer de frem til den samme konklusion: Indsatsen er meget relevant til implementering i en kommunal kontekst. Lederne og cheferne giver disse tre anbefalinger:

1. Overvej organiseringen på forhånd

R&R2-ADHD kan relativt enkelt integreres i en kommunal kontekst. Men det betaler sig at overveje og beskrive organiseringen af indsatsen grundigt på forhånd. Dels for at skabe optimale rammer for, at medarbejderne kan arbejde loyalt med den manualbaserede metode, dels fordi man ved at sikre og styrke relevante organisatoriske koblinger og brobygning til andre indsatser kan skabe sammenhæng og bane vejen for, at indsatsens dokumenterede effekter spredt sig til andre områder som fx uddannelse, beskæftigelse, social trivsel, kriminalitet mv.

2. Bemand med kompetente medarbejdere

Det er afgørende for indsatsens succes, at kompetente og engagerede medarbejdere står i spidsen for den. Medarbejderne skal bl.a. sikre den metodeloyalitet, der er en forudsætning for de gode resultater. Medarbejderne skal også kende indsatsens struktur, redskaber og indhold indgående; de skal sikre, at henvisningen af borgere er velbegrunderet og præcis; og de skal sætte fokus på relationsdannelse på holdene, så man undgår højt frafald fra forløbet.

3. Etablér tilpasset ledelses- og systemstøtte

Hvis R&R2-ADHD skal gøre fyldest som en fast og værdiskabende del af kommunens tilbudsvifte til borgere med ADHD og ADHD-lignende vanskeligheder, skal ledelsen bakke op. Samtidig er det vigtigt at dokumentere resultaterne af indsatsen, og det kan gøres med god dataunderstøttelse.

Se tjeklister til de tre punkter på de næste to sider



Tjekliste til god organisering af indsatsen

Hovedpunkterne fra evalueringen angående organisering er:	✓
Man bør sikre en organisatorisk placering af indsatsen , som er hensigtsmæssig for de aktører, der henviser til den.	
Det er vigtigt at tilrettelægge intern og eksternt information om indsatsen og om, hvordan og hvornår man henviser til den.	
PAL-funktionen er en vigtig forudsætning for de resultater, som deltagerne opnår. Funktionen skal derfor have de fornødne ressourcer. De mest positive erfaringer er med professionelle PAL – fx mentorer, bostøttemedarbejdere og R&R2-ADHD-trænere.	
Der bør bygges bro til andre indsatser , som kan sikre, at deltagernes styrkede mestring får positiv afsmitning på andre livsområder, fx uddannelse, beskæftigelse, social trivsel, kriminalitet mv.	
Indsatsen har dokumenterede effekter for deltagerne på kort sigt, og booster-forløb kan forlænge og i nogle tilfælde forstærke effekterne. Derfor er det vigtigt at prioritere ressourcer til booster-forløb.	

Tjekliste til kompetent bemanning af indsatsen

Hovedpunkterne fra evalueringen angående medarbejdernes kompetencer er:	✓
Det er vigtigt at udpege medarbejdere med den rette profil , dvs. medarbejdere med interesse for at arbejde med manualbaserede programmer, erfaring med undervisning af personer med kognitive vanskeligheder samt indsigt i kognitiv teori/træning.	
Medarbejdere, der skal forestå R&R2-ADHD-forløb, skal certificeres uanset deres øvrige kompetencer og erfaringsbaggrund.	
Supervisions- og sparringsaktiviteter er vigtige for medarbejderne, der skal gennemføre gruppeforløbene, så de bliver trygge ved indsatsen og drager faglig refleksion og læring på et mere overordnet plan.	
PAL (Participants Aid for Learning) er personer i indsatsen, som har til opgave at hjælpe deltagerne med at anvende det lærte i dagligdagen. Erfaringerne viser, at PAL er en vigtig forudsætning for deltagernes udbytte og progression.	



Der findes ikke mestringsforløb for målgruppen i den eksisterende tilbudsvifte i kommunen. De erfaringer, vi har fået fra dette program, har dannet ramme om, at vi kommer til at kigge på, om vi har andre målgrupper, som vi skal iværksætte noget tilsvarende for, og tage inspiration af den her forløbs- eller pakke-tankegang.

Forvaltningschef

Tjekliste til ledelses- og systemstøtte af indsatsen

Hovedpunkterne fra evalueringen angående ledelses- og systemstøtte er:	✓
Ledelsen bør kommunikere om R&R2-ADHD for at sikre et bredt kendskab til indsatsen hos relevante samarbejdspartnere og til henvisningskanaler via information i relevante leder- og samarbejdsfora.	
Det er vigtigt at formidle resultaterne af indsatsen løbende og konsistent med henblik på at fastholde fokus og refleksion. Det kan gøres med et system til at generere og præsentere data , evt. med inspiration fra evalueringens fidelitetsmarkører.	
Måleredskabet RATE-S har vist sig som et godt systematisk redskab til at udvælge deltagere samt til progressionsmåling. Stærke udvælgelsesprocedurer og -redskaber bidrager til kvalitet i forløbene og udbytte for deltagerne, så de bør prioriteres.	



Socialstyrelsen

Socialstyrelsen
Edisonsvej 1
5000 Odense C
Tlf.: 72 42 37 00

www.socialstyrelsen.dk

Februar 2020

