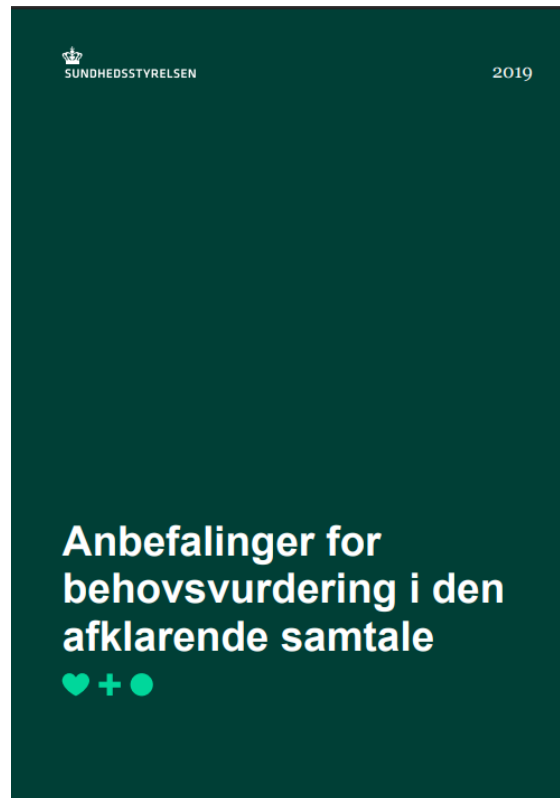


PRO i 4K modelleren

Sundhedsstyrelsen anbefalinger for behovsvurdering i den afklarende samtale



Består af
Principper for
behovsvurdering

Består af **Model** for
struktur og
indhold i samtalen



Kan fremfindes her

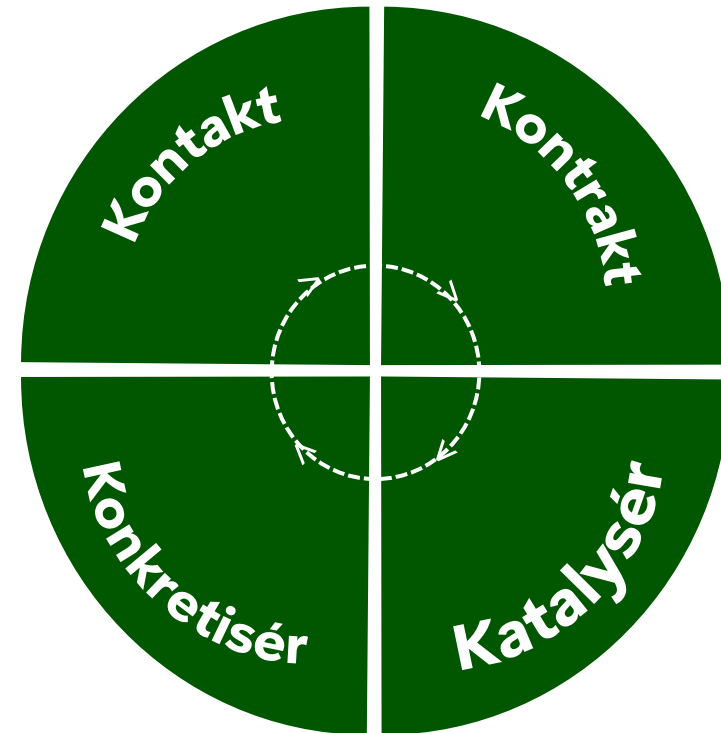
Principper for behovsvurdering



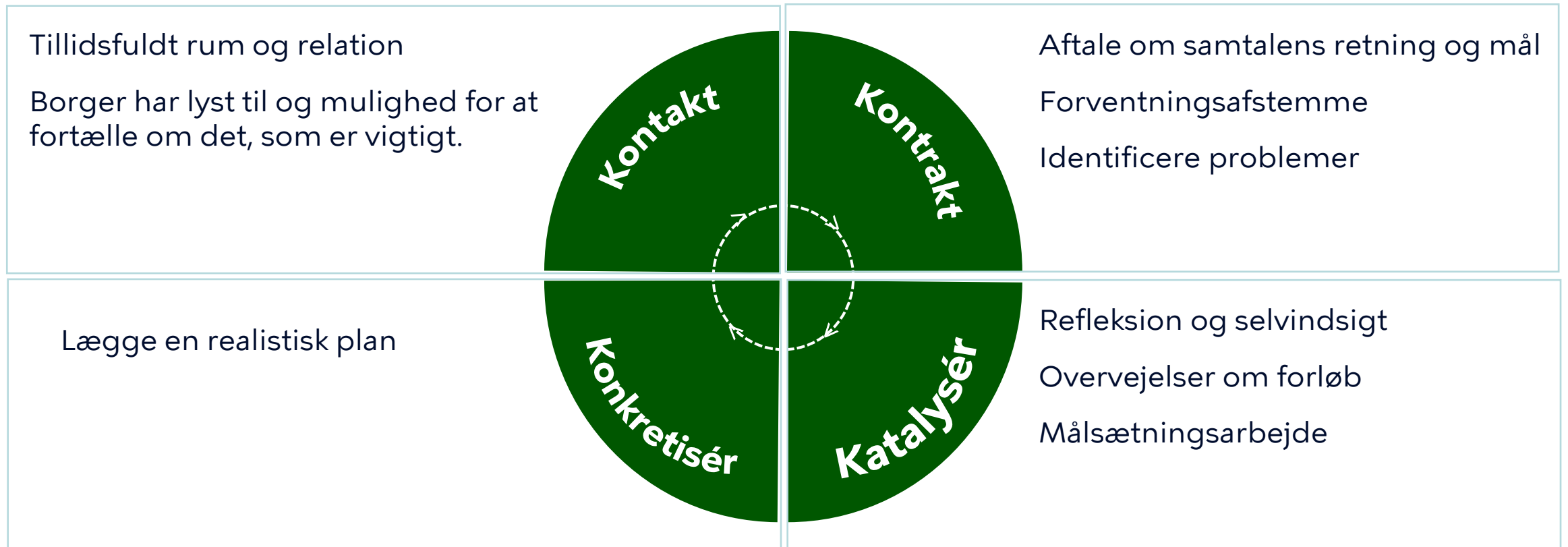
1. *Afklaring af, hvad der er vigtigt for borgeren*
Formålet er en afdækning af borgerens ressourcer og livskvalitet og sigter mod afklaring af, hvad der er vigtigt for borgeren
2. *Afklaring af, hvad borgeren er motiveret for*
Formålet er en afdækning af borgerens parathed til at ændre vaner, herunder opfattelse af egen sundhed
3. *Afklaring af, hvordan borgeren bedst støttes i forhold til princip 1 (vigtighed) og princip 2 (motivation)*
Formålet er at kunne afdække, hvordan borgeren bedst kan støttes med udgangspunkt i, hvad borgeren finder vigtigt og er motiveret for (2).

4K modellen

- Tilrettelæggelse et individuelt forløb, hvor borgerens behov, ønsker og motivation inddrages i planlægningen.
- Samarbejde om at opstille konkrete målsætninger for borgeren.
- Samarbejde om en konkret og realistisk plan for, hvordan målene kan opnås



4K modellen





Samtalen begynder i nærvær og tillid:

- Opbygge tillid og relationel tryghed
- Præsentation, sikre identitet
- Uddybning af borgers situation og henvisning

Rammesætning:

- Rollefordeling, tid til rådighed
- Formål med rehabiliteringsforløbet
- Formål med samtalen
- Formål med PRO og forklar farverne



Brug bl.a. PRO til at skabe en tryk og god kontakt

Tal ind i PRO skemaet ved at vise interesse, skabe en tryk og anerkende stemning.

Mange tak for at besvare spørgeskemaet.

Hvordan har det været at udfylde det?

Har det givet anledning til bekymringer eller spørgsmål?

Vi taler om dine svar i spørgeskema og du får mulighed for at nuancere dine svar.

Spørgeskemaet skal bruges som et samtaleredskab for at vi får fokus på de ting, der er relevante for dig



Rammesætning:

Forklar formålet med samtalen og forklar PRO

Vi skal sætte fokus på, hvad der er vigtigt for dig og planlægge et godt forløb med udgangspunkt i de forandringer du ønsker (målsætninger). Det kan vi gøre med udgangspunkt i spørgeskemaet, du har udfyldt

Rammesætning:

Forklar fortolket visning og farver



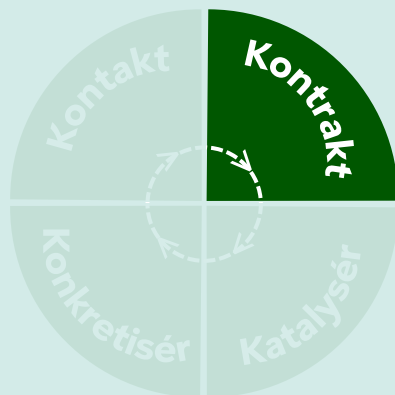
Dine svar er bearbejdet i vores system og er kommet ud her som rød, gul, grøn:

- Røde og gule svar er særlige store opmærksomhedspunkter. Grønne svar er områder hvor du umiddelbart ikke har noget at bemærke
- Der er ikke rigtige eller forkerte svar. Vi bruger det til at se hvordan din hverdag ser ud
- Når noget er gult eller rødt, får jeg en større opmærksomhed på hvilke områder, jeg skal have spurgt ind til.



Faldgrupper ved brugen af PRO

- At ignorere PRO besvarelsen og bare køre samtalen som "rutine".
- Vær opmærksom på brugen af PRO i samtalen og luk det ned, hvis det ikke fungerer i situationen. Distraherer det?
- Hvis alt er rødt, så overvej ikke at vise borger besvarelsen for at undgå at gøre situationen tungere

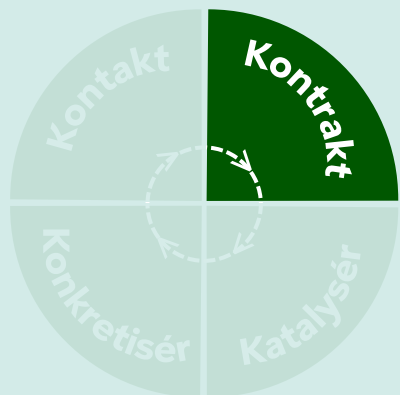


Aftale om samtalens retning og mål

- Forventningsafstemme
- Aftale fælles dagsorden
- Afgrænsning og prioritering

Identificere problemstillinger

- Afklare behov og ressourcer
- Afklare overordnede målsætninger



Anvend PRO til fælles dagsorden og retning:

Udpeg væsentligste emner sammen med borger: Hvad er vigtigt for borger at få fokus på? Og hvad er sundhedsfagligt vigtigt?

Fælles dagsorden giver ejerskab.

Når vi kigger i dine svar, hvad synes du selv står tydeligst frem?

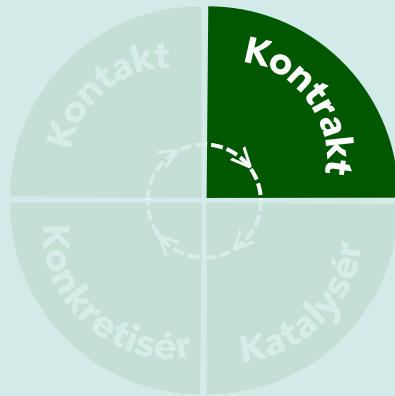
Hvad er vigtigst for dig, at vi når omkring i dag?

Jeg kan se i din besvarelse, at du er rød på trivsel og det er vigtigt at vi også kommer omkring dette inden vi går videre med de ting, som du ønsker at arbejde med.

Trivsel på dagsordenen hurtigt i samtalen

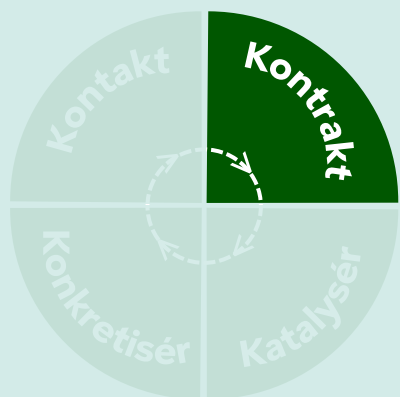
Vigtigt at komme omkring trivsel som emne i samtale.

Hvis vi ikke får fokus på trivslen hurtig i samtalen, så kan man risikere at tale om en hel masse, som det viser sig, at borger ikke har overskud til at arbejde med.



Jeg plejer at starte samtalen omkring mental trivsel, fordi det fortæller mig noget om dit overskud til at arbejde med de ting, som du ønsker

Jeg kan se, at din mentale trivsel score er på 32 – denne score er et udtryk for risiko for stress og depression. Kan du genkende dette?



Identificere problemstillinger

Røde, gule svar og scores kan (fx fysisk aktivitet, søvn, trivsel) kan indikere et behov for ændring i vane/adfærd, behov for indsats, visitation til kontakter og tilbud / henvisning til egen læge.

▲ Alkohol

i INFO

Alkoholscore (Audit-C)

6 / 12

▼ Mad og spisevaner

i INFO 2 4

Hvordan vurderer du dine madvaner alt i alt?

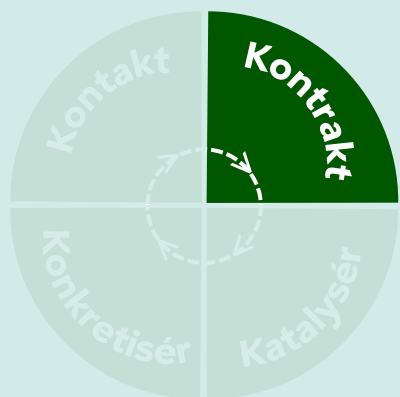
Nogenlunde

Har din appetit ændret sig i løbet af de seneste 3 måneder?

Ja

Ønsker du at ændre dine nuværende spisevaner?

Ja



Opsummere styrker

Grønne svar kan anvendes til at bekræfte og opsummere styrker.

Eksempel: sociale relationer eller søvn eller som her: en vane, som man er ophørt man

▼ Nikotin og rygevaner

i INFO 1

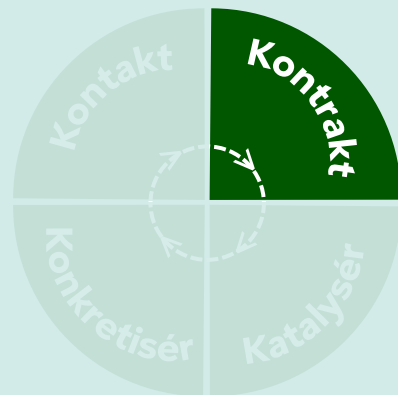
Hvor ofte bruger du cigaretter, cerutter, cigarer, pibe, vandpibe?

Slet ikke, men jeg har tidligere brugt det

PRO TIP i kontraktfasen

Brug fortolket visning og emnerne til at holde en form for **struktur, dagsorden eller tjekliste til samtalen**, som du kan spørge ind til, hvis borger ikke har mange ord.

Det kan også være en måde at holde borger på sporet, hvis borger taler meget.



▲ Selvvurderet helbred INFO

Hvordan synes du dit helbred er alt i alt?

Mindre godt

Uddyb evt. med andre oplysninger om dit nuværende helbred:

Smerter i højre ben

▼ Mental Trivsel INFO 1 4

Generel trivsel (WHO-5)

32 / 100

Progress bar showing 32% completion (red bar).

▼ Sociale relationer INFO 2 2

Sker det nogensinde, at du er alene, selvom du mest har lyst til at være sammen med andre?

Ja, ofte

Har du nogen at tale med, hvis du har problemer eller brug for støtte?

Nej, aldrig eller næsten aldrig

▼ Søvn INFO 1 2

Får du generelt søvn nok, til at føle dig udhvilet?

Nej, aldrig eller næsten aldrig

▼ Samliv og intimitet INFO 1 1

Er du nervøs for samliv og intimitet?

Ikke relevant

Oplever du fysiske problemer ved seksuel aktivitet? Fx rejsningsproblemer eller tørhed i skeden.

Ikke relevant

▼ Livet med sygdom INFO 3 1

Har du behov for at få mere viden om din sygdom?

Nej

Tager du medicin?

Ja

Ved du, hvad du skal gøre ved forværring af dit helbred?

Ja

Har du problemer i dit liv lige nu, der gør det svært for dig at tage vare på din sygdom? Fx i forhold til familie, venner, bolig, arbejde, transport, økonomi eller andre helbredsproblemer.

I særdeles høj grad



I denne fase "svæver man lidt oppe i skyen"

Man sætter tanker i gang og overvejer frem og tilbage uden at beslutte noget konkret endnu: motivation, målsætninger, parathed, hvad er realistisk, hvad kan blive en udfordring?

Fasen handler om at igangsætte en proces eller en forandring....

I overført betydning betyder det at få noget til at ske eller udvikle sig



Skabe refleksion og indsigt

- Invitere borger til at reflektere over sine PRO-svar og se mønstre og sammenhænge mellem forskellige emneområder i besvarelsen

Præcisere målsætninger

- Få øje på ressourcer, handlemuligheder
- Gå bag om barrierer for målsætninger

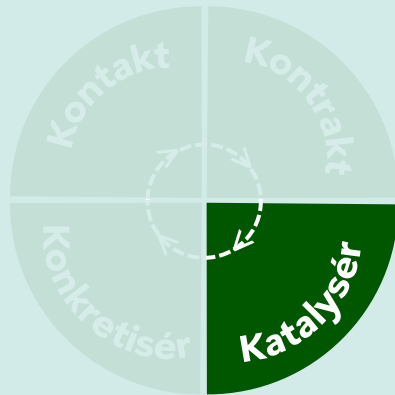
Hvad er overskuet til rehabilitering?

- Vurdere parathed
- Er der problemer i hverdagslivet, som betyder at sygdommen træder i baggrunden

Indsatser overvejes

- På baggrund af ovenstående, hvilke indsatser er relevante og realistiske?

Anvend PRO som afsæt til dialog om mål:



Du har angivet, at du ønsker at kunne bevæge dig mere.

- Kunne et mål være mere bevægelse?
- Hvis du kunne bevæge dig mere, hvad ville du så kunne opnå i din hverdag?

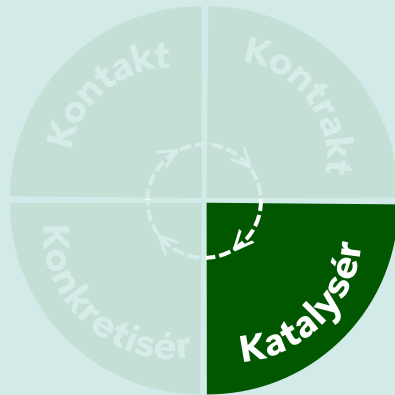
Ønsker du at ændre din nuværende fysiske aktivitet?

Ja

Hvordan kunne du tænke dig at ændre din nuværende fysiske aktivitet?

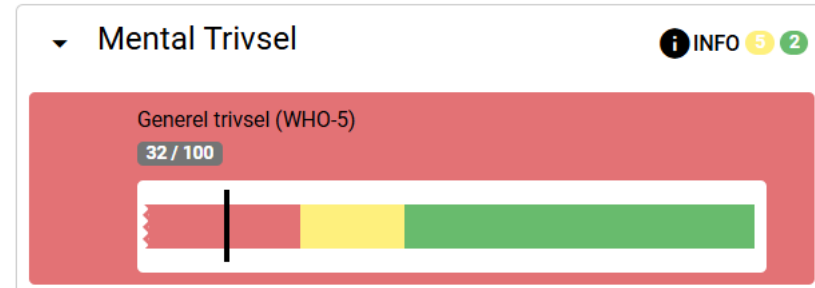
Øvelser Gå lidt mere Bordtennis

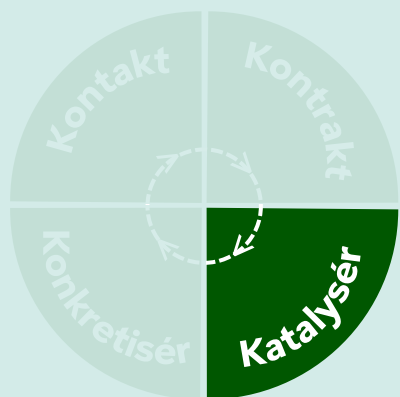
PRO som indgang til at tale om barrierer for at nå en målsætning



Du har svaret, at du ønsker at være mere fysisk aktiv og samtidigt har en lav trivsel

Hvad er det, der fylder mest og kan gøre det svært for dig lige nu?





Anvend PRO til at skabe refleksion og indsigt

Spørg ind til PRO svarene for at skabe refleksion, se sammenhænge, mønstre og vaner:

- Hvad har du tidligere gjort i lignende situationer?
- Hvad har du prøvet før, som måske kan bruges igen?

▼ Nikotin og rygevaner

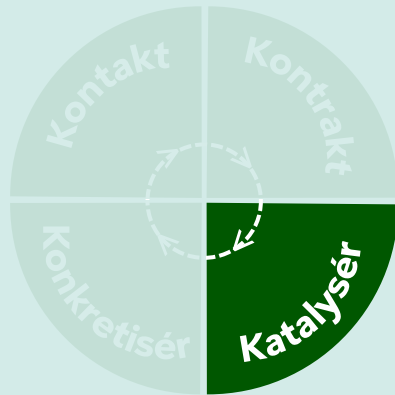
i INFO **1**

Hvor ofte bruger du cigaretter, cerutter, cigarer, pibe, vandpibe?

Slet ikke, men jeg har tidligere brugt det

Anvend PRO til at skabe refleksion og indsigt

Spørg ind til PRO svarene for at skabe refleksion, se sammenhænge, mønstre og vaner:



Du er rød på søvn og mental trivsel - tror du, at det hænger sammen for dig?



Hvad er overskuddet til rehabilitering?

Vi har erfaring med, at hvis borger er rød og gul på følende emneområder, så kan det være særligt vigtigt at overveje borgers overskud til rehabilitering:

Mental trivsel

Indikation på ressourcer og overskud til rehabilitering og egenomsorg

Spørgsmål om problemer i hverdagslivet

Problemstillinger i hverdagslivet kan betyde at sygdommen træder i baggrunden

Social støtte

Hvad er ressourcerne til at passe på sig selv?

Søvn

Er der energi og overskud i hverdagen til fx træning?

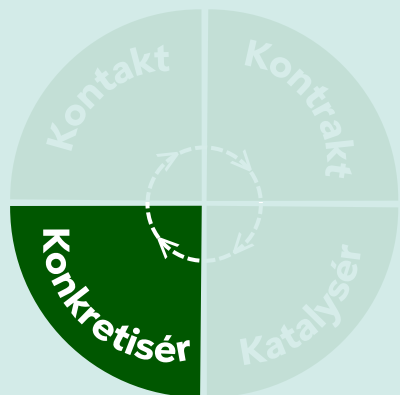


Overvej indsatser

Overvej hvilke indsatser, der er realistiske? Hvad er borgers overskud til rehabilitering og egenomsorg? Hvad er borger motiveret for? Hvad kan blive en udfordring?

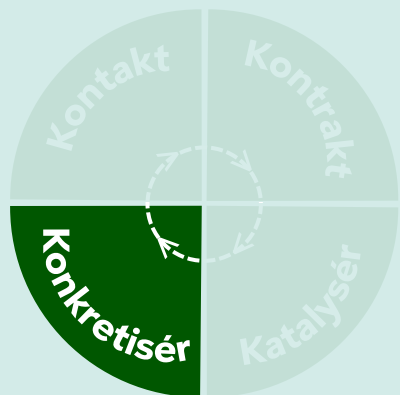
Overvej om behov ekstra behov opmærksomhed på borger

(fx tættere kontakt, ekstra telefonkald, mere sparring og orientering til kollegaer)



Afrunding til noget konkret og brugbart

- Afklare tilbud, der matcher borgers behov og motivation
- Lægge konkret plan for målopfyldelse
- Aftale første og næste skridt for borger
- Aftale mulighed for opfølgning
- Afslutte med opsummering af samtalen
- Dokumentation



Afrunding på PRO besvarelsen

Det er OK ikke at nå omkring hele PRO besvarelsen – man kan vende tilbage til besvarelsen undervejs i forløbet

Der kan bookes en ny samtale til at komme omkring flere PRO-emner, som er vigtige for borger at få talt om.

Synes du, at vi er kommet omkring det, der er vigtigt for dig?

Det er ikke sikkert, at vi har nået at tale om alle emner, men vi kan tage mere op ved næste samtale

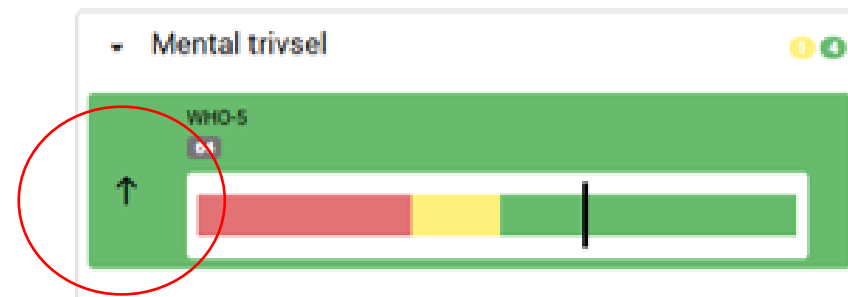
Er der noget du ønsker at tale om næste gang

Nævn at PRO kan gentages igen

Nævn for borger at samme PRO skema kan anvendes igen til samtaler senere i borgers forløb.

Formålet ved at gentage PRO senere i forløbet er:

- Dialog om hvordan borgeren selv oplever ændringer og forandringer over tid.
- Dialog om områder, hvor indsatsen har haft effekt
- Vurdering af målopfyldelse
- Beslutning om afslutning af forløbet eller iværksættelse af en ny rehabiliteringscyklus.



Forbedring siden sidst



Dokumentation af PRO svar

PRO områder med relevans for borgers behov og rehabiliteringsforløb dokumenteres.

OBS: Ved rød PRO trivsels score (WHO-5, MDI-2 eller ASS-2). I samarbejde med borger afklares behov for henvisning til egen læge for yderligere udredning pga. risiko for stress, depression og/eller angst.

Kære (lægens navn)

Din patient (navn) har i forbindelse med sit rehabiliteringsforløb i Center for Diabetes og Hjertesygdomme udfyldt et spørgeskema med screeningsspørgsmål for mental trivsel og depression/angst (WHO-5 og MDI-2 og ASS2).

Svarene på spørgeskemaet giver mistanke om stress/depression/angst.

Vi har gjort patienten opmærksom på, at der kan være behov for yderligere udredning/diagnosticering hos egen læge

Vi har derfor anbefalet at patienten kontakter dig til en drøftelse af dette.