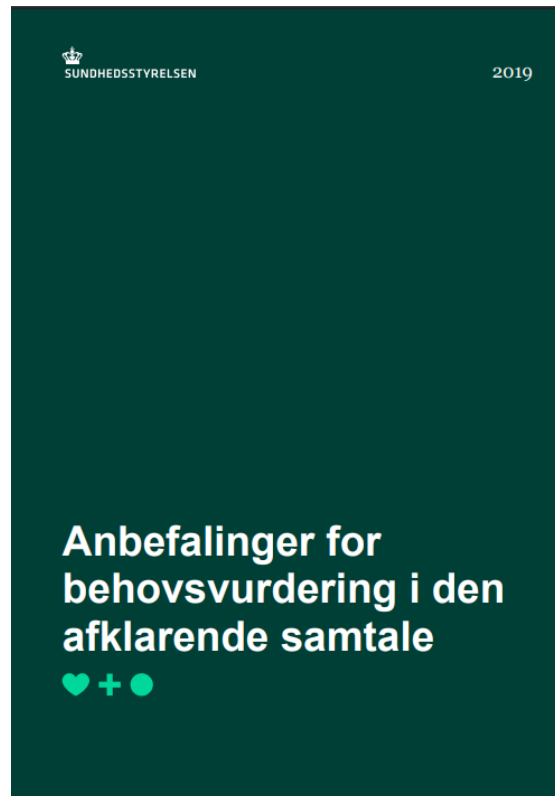


PRO i 4K modelleren

Anbefalinger for behovsvurdering i afklarende samtale

Udarbejdet af Sundhedsstyrelsen



Formål med anbefalinger:

At sikre en systematisk og ensartet behovsvurdering i kommunale forebyggelses- og rehabiliteringstilbud.

Gælder for:

Sundhedsprofessionelle, der afholder afklarende samtaler med borgere med kronisk sygdom.

Formålet med behovsvurderingen

Udarbejdet af Sundhedsstyrelsen



Den afklarende samtale skal:

- Skabe et tillidsfuldt rum og en tryk relation
- Give borgeren mulighed for at fortælle, hvad der er vigtigt
- Understøtte en systematisk behovsvurdering
- Danne grundlag for et individuelt tilrettelagt forløb

Centralt:

Samtalen skal bygge på samarbejde. Borgeren er aktiv partner, og planlægningen tager afsæt i borgerens behov, motivation og muligheder.

3 principper for behovsvurdering

1. Hvad er vigtigt for borgeren?

Hvad fylder i borgerens liv?

Hvad betyder noget for hverdagen, livskvaliteten og oplevelsen af sygdom?

2. Hvad er borgeren motiveret for?

Hvad har borgeren lyst og overskud til at arbejde med lige nu?

Hvor er paratheden til forandring?

3. Hvordan kan vi bedst støtte?

Planlæg indsatsen med afsæt i det, der er vigtigt og realistisk for borgeren.

Tilpas tilbud og støtte til den enkelte.

4K modellen viser samtalens bevægelse

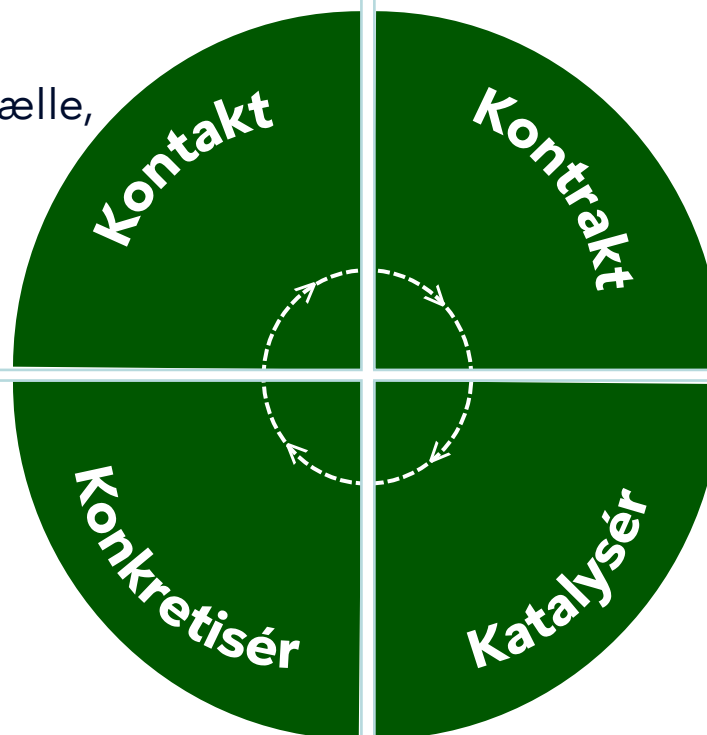
- fra relation til konkret plan.

Skab tillid og tryk relation

Borgeren får lyst og mulighed for at fortælle, hvad der er vigtigt

Omsæt til aftaler og plan

Vælg indsats, aftal første skridt og planlæg opfølgning



Aftale om samtalens retning og mål

Forventningsafstem og aftal fælles dagsorden

Priorité centrale fokusområder
(borger- og fagligt perspektiv)

Skab refleksion og afklaring før beslutning

Undersøg motivation, parathed og livssituation

Kvalificér mål og indsatser: hvad giver mening og er realistisk lige nu



Kernen i kontaktfasen

At skabe fælles retning mellem borgerens perspektiv og det faglige ansvar

Nærvær og tillid

Opbygge tillid og relationel tryghed

Præsentation og sikre identitet

Uddyb borgers situation og henvisning

Rammesætning

Rollefordeling, tid til rådighed

Formål med forløbet

Formål med samtalen



Læringspointe

PRO kan bruges til
at skabe tryghed

PRO som døråbner i kontaktfasen

Skab en tryghed og relation som det første

1. Anerkendelse

Tak fordi du har udfyldt spørgeskemaet.

2. Fælles udgangspunkt

Vi tager udgangspunkt i det, der er vigtigt for dig, og bruger dine svar til at planlægge et godt forløb.

3. Kort afklaring.

Giver dine svar et retvisende billede af, hvordan du har det lige nu?

Afdramatisér farverne og skab tryghed



Læringspointe

Farverne er et
pejlemærke for
samtalen

Dine svar er vist med farver – rød, gul og grøn.

Rød og gul viser områder, vi kan være særligt opmærksomme på.

Grøn viser områder, der umiddelbart fungerer fint.

Der er ingen rigtige eller forkerte svar.

Farverne hjælper mig med at se, hvor jeg skal spørge lidt nærmere ind.



Læringspointe

Relation er vigtigere end redskabet

PRO skal støtte dialogen og ikke styre den

Undgå i kontaktfasen:

At ignorere PRO-besvarelsen

og gennemføre samtalen som rutine.

Risiko: borgeren oplever ikke at blive taget alvorligt.

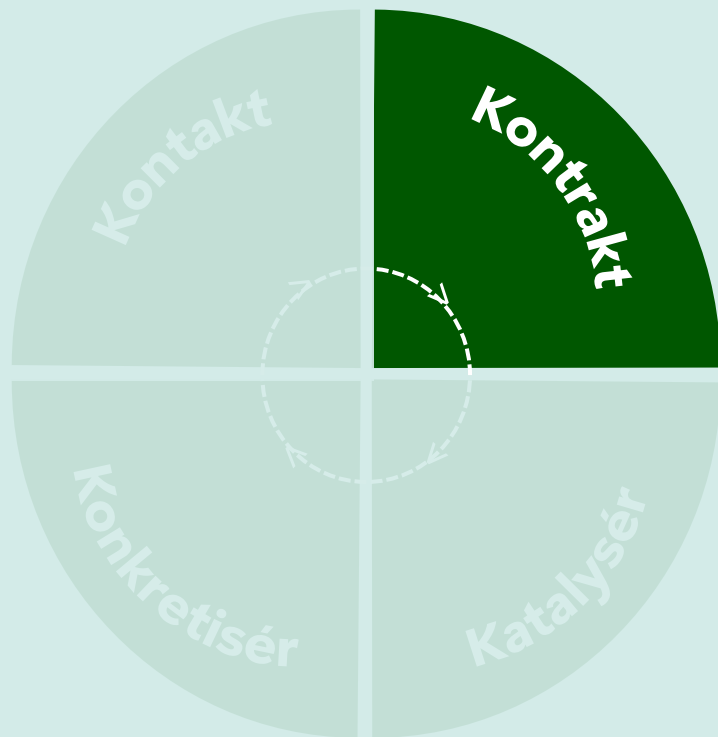
At lade skemaet styre samtalen

Hvis PRO ikke understøtter dialogen, så læg det til side.

Relation går forud for redskabet

At forstærke belastning unødigt

Hvis alle svar er røde, så overvej hvordan og hvornår resultaterne deles.



Kernen i kontraktfasen

Skabe fælles retning ved at forene borgerens prioritering med det faglige ansvar

Aftale om samtalens retning og mål

Forventningsafstemme

Aftale fælles dagsorden

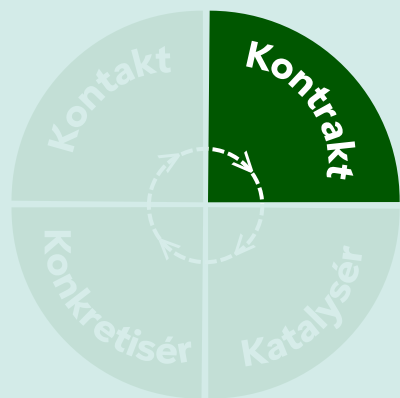
Afgrænsning og prioritering

Overordnet afklaring

Afklarede overordnede behov

Identifikation af centrale problemstillinger

Skab fælles retning for samtalen ved at prioritere det vigtigste – set fra både borgerens og det faglige perspektiv.



Læringspointe

Fælles dagsorden
skaber ejerskab og
retning

Borgerperspektiver

- Hvad ønsker du fokus på i dag?
- Hvad håber du at få ud af samtalen?

Sundhedsfagligt perspektiv:

- Er der noget i PRO, der kræver særlig opmærksomhed?
- Er der risici eller belastninger, der skal adresseres først?

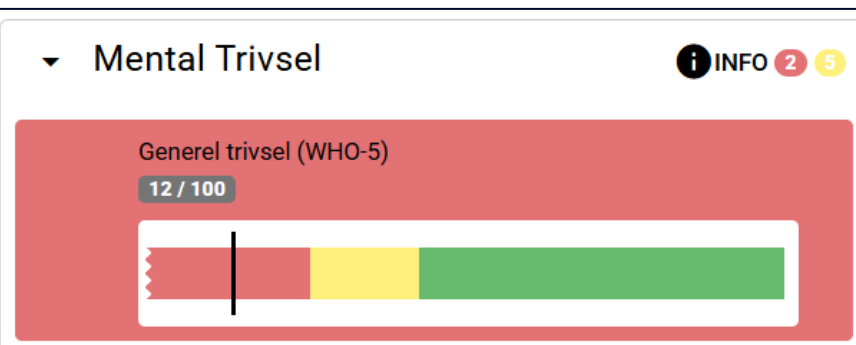
Dit forløb

Har du gjort dig tanker om, hvad du vil have ud af dit forløb hos os?

Ja

Her kan du skrive, hvad du gerne vil have ud af dit forløb:

Hjælp til kostomlægning



Identificér problemstillinger



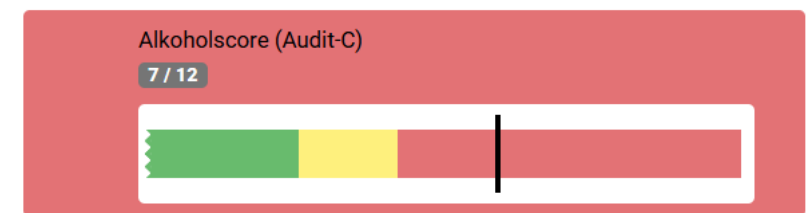
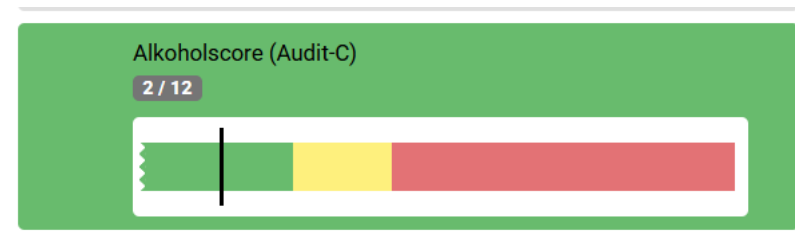
Læringspointe

Farver og scores
synliggør
problemstillinger

Brug farver og scores aktivt

Farver og scores hjælper med at:

- Synliggøre mulige problemstillinger
- Pege på områder med behov for opmærksomhed
- Understøtte prioritering i fælles dagsorden



Anerkende ressourcer og skabe balance i samtalen



Læringspointe

Styrker er lige så vigtige som problemstillinger.

De skaber grundlag for realistiske mål og kan være en ressource at bygge videre på.

Brug grønne svar aktivt

Grønne svar kan anvendes til at:

- Bekræfte det, der fungerer
- Synliggøre ressourcer
- Skabe motivation og håb
- Understøtte realistisk planlægning

▼ Nikotin og rygevaner

i INFO **1**

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

Slet ikke, men jeg har tidligere brugt det

Struktur og prioritering i samtalen



Læringspointe

PRO kan understøtte struktur på samtalen og skabe overblik over emner

Sådan kan det anvendes

- Som tjekliste over temaer
- Som prioriteringsværktøj
- Som støtte, hvis borger har svært ved at sætte ord på
- Som ramme, hvis samtalen bliver for bred

▲ 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

▼ 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



Kernen i katalysérfasen

Skab grundlag for meningsfulde og realistiske mål.

Hvad er katalyser?

Katalysérfasen er den refleksive del af samtalen, hvor vi undersøger sammenhængen mellem:

- Borgerens mål og ønsker
- Motivation og ambivalens
- Livssituation, belastninger og overskud

Før der træffes beslutninger.

Skab indsigt i, hvordan forskellige områder påvirker hinanden

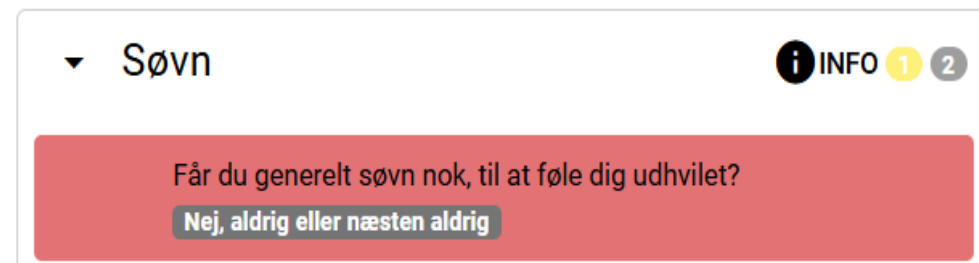
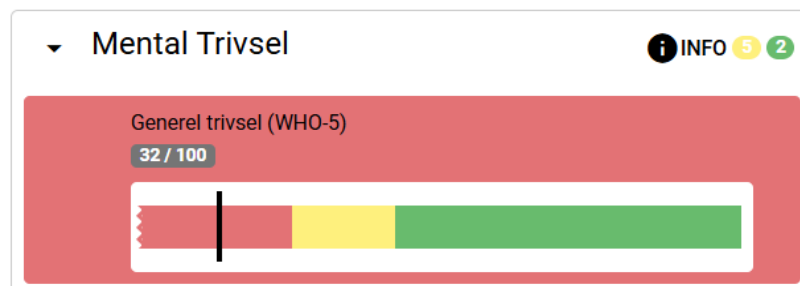


Læringspointe

PRO hjælper med at se sammenhænge og skabe en realistisk retning

Brug PRO til at undersøge:

- Hænger stress og søvn sammen?
- Hvordan påvirker søvn din energi? Hvad fylder mest i hverdagen lige nu?



Aktivér tidligere mestring og identificér ressourcer og handlekraft fra tidligere erfaringer



Læringspointe

Tidligere erfaringer
er en ressource i
forandringsarbejdet

Undersøg

- Har du tidligere haft perioder med mere overskud?
- Hvad gjorde du dengang?
- Er der noget fra dine svar, der viser styrker, du kan bruge igen?

▼ Nikotin og rygevaner

i INFO 1

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

Slet ikke, men jeg har tidligere brugt det

Afklar overskud og hvad der er realistisk lige nu



Læringspointe

Lavt overskud
kræver justeret
retning

PRO viser fx

Ønske om træning, men samtidigt:

- Rød på stress, søvn, ensomhed, belastninger i hverdagen

Undersøg

- Hvordan passer ønsker om ændring af en vaner (fx mere træning) med borgerens aktuelle livssituation?
- Hvad har borger realistisk energi til?
- Hvad vil være muligt lige nu?
- Hvad vil være et skridt, der føles muligt?

Drøft hvilke indsatser der giver mening – på baggrund af det, I har talt om

Med afsæt i

- Borgerens mål
- Identificerede barrierer og ressourcer
- PRO-svar om belastning og overskud

Faglig opmærksomhed

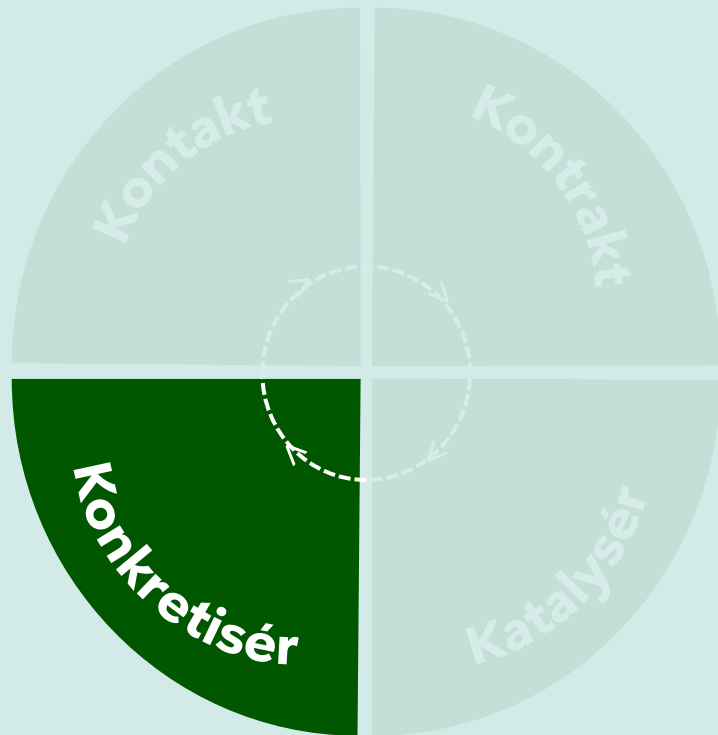
Overvej behov for:

- Tættere opfølgning
- Ekstra støtte
- Tværfaglig sparring



Læringspointe

Indsatser skal hænge sammen med mål og livssituation – ikke kun med behov.



Kernen i konkretiserfasen

Gør mål og indsatser konkrete, realistiske og aftalte.

Formål

At sikre at borger og fagperson ved:

- Hvad der skal ske
- Hvem der gør hvad
- Hvornår der følges op

I denne fase:

- Formulerer målet klart
- Aftaler første konkrete skridt
- Afklarer ansvar(hvem gør hvad)
- Aftaler tidspunkt for opfølgning

Omsæt refleksion og mål til en fælles og konkret plan



Læringspointe

En god plan er:

Konkret

Realistisk

Tidsafgrænset

Forankret hos
borgeren

1. Formulér målet klart

Hvad er målet? Hvordan ved vi, at det er nået? Hvad er realistisk?

2. Vælg relevant indsats

Hvilket tilbud eller støtte matcher behov og motivation?

3. Aftal første skridt

Hvad er første konkrete handling? Hvem gør hvad? Hvornår starter vi?

4. Fastlæg opfølgning

Hvornår følger vi op? Hvordan kan PRO bruges til at se udvikling?

Skab ro og overblik

- Det er ikke nødvendigt at nå hele PRO-besvarelsen i én samtale
- Vi prioriterer – ét skridt ad gangen
- Der kan aftales ny samtale om øvrige emner

Drøftelsesspørgsmål

Drøftelsesspørgsmål til kontaktfasen drøftes:

Hvad skaber tryghed i starten af en samtale?

1. Hvad gør du helt konkret?
2. Hvad oplever du virker bedst?
3. Hvornår kan relationen gå skævt?

Overførsel til PRO:

Hvilke eventuelle bekymringer eller usikkerheder kan du have ved at anvende PRO til denne kontakt fase?

Drøftelsesspørgsmål til kontraktfasen:

Med udgangspunkt i konkret case, drøftes:

1. Hvordan får du sammen med borger (ved hjælp af PRO) prioriteret og udpeget væsentligste fokusområder?
Hvilke eventuelle bekymringer eller usikkerheder kan du have ved at anvende PRO til denne kontrakt fase?

Drøftelsesspørgsmål til katalysérfasen:

Men udgangspunkt i konkret case, drøftes:

1. Hvilke informationer i PRO-besvarelsen er vigtige, når du skal vurdere, om borger har motivation og overskud til en indsats (fx træning) lige nu?
2. Er der noget i besvarelsen, der peger på, at noget andet bør have fokus først?