

Fælles fagligt ståsted for rehabilitering



VIBORG
KOMMUNE

Hvad er rehabilitering?

Rehabilitering handler om at:

- Støtte borgere i at leve selvstændige og meningsfulde liv.
- Vedligeholde og udvikle borgeres fysiske, psykiske og sociale funktionsevne.
- Skabe et ligeværdigt samarbejde imellem borgere, pårørende og fagpersoner på tværs af fagligheder.
- Sætte sig ind i borgerens behov, håb og ressourcer.



Derfor arbejder vi med rehabilitering

Det gør det muligt at leve meningsfulde liv

Alle borgere har behov for en tilværelse, som er sammenhængende, meningsfuld og har et formål.

Det øger mestring

Motivér borgeren til at mestre sin tilværelse.
Støt borgeren i at søge om hjælp og støtte hos pårørende og fagpersonalet.

Vi samarbejder
ligeværdigt med
borgeren

Det fremmer aktivitet og deltagelse

Støt borgeren i at leve et aktivt og socialt liv.
Guid borgeren i dagligdagen med at tage et bad,
spise et måltid m.v.
Opfordre borgeren til at pleje personlige relationer f.eks. deltage i
familiesammenkomster, aktiviteter m.v.

Det styrker livskvalitet

Fokusér på borgerens egen oplevelse af at leve et godt liv.
Skab stjernestunder og fejre succeser sammen med borgeren.



Hvad drømmer borger om at kunne selv?

Brug tragten til komme der til

Mere:

"Jeg gør det med dig" og

"Har du mod på at prøve selv?"

Mindre:

"Jeg gør det for dig"

Tænk i tragten:

Start med alt det, der kan hjælpe borger på vej til at øge mestring af eget liv.

AKTIVITET OG DELTAGELSE

Drøft borgers evne til at udføre daglige aktiviteter. Del aktiviteten op i mindre opgaver og drøft hvilke opgaver, borger selv kan udføre og hvilke opgaver, borger skal have hjælp til?

TRÆNING, HJÆLPEMIDLER OG OMGIVELSERNE

Drøft om træning eller brug af hjælpemidler kan fremme borgers evne til at udføre de daglige aktiviteter? Se på tilpasning af omgivelserne fx. ved at flytte rundt på møbler, brugsrum, fjerne dørtrin m.m.

ANDRE TILBUD OG CIVILSAMFUNDET

Drøft om der andre tilbud i kommunen, som med fordel kan udføre de opgaver, der er behov for støtte til fx. Sygeplejeklinikken, Kvik Service. Indtænk civilsamfundet fx foreninger og frivillige tilbud.

NETVÆRK

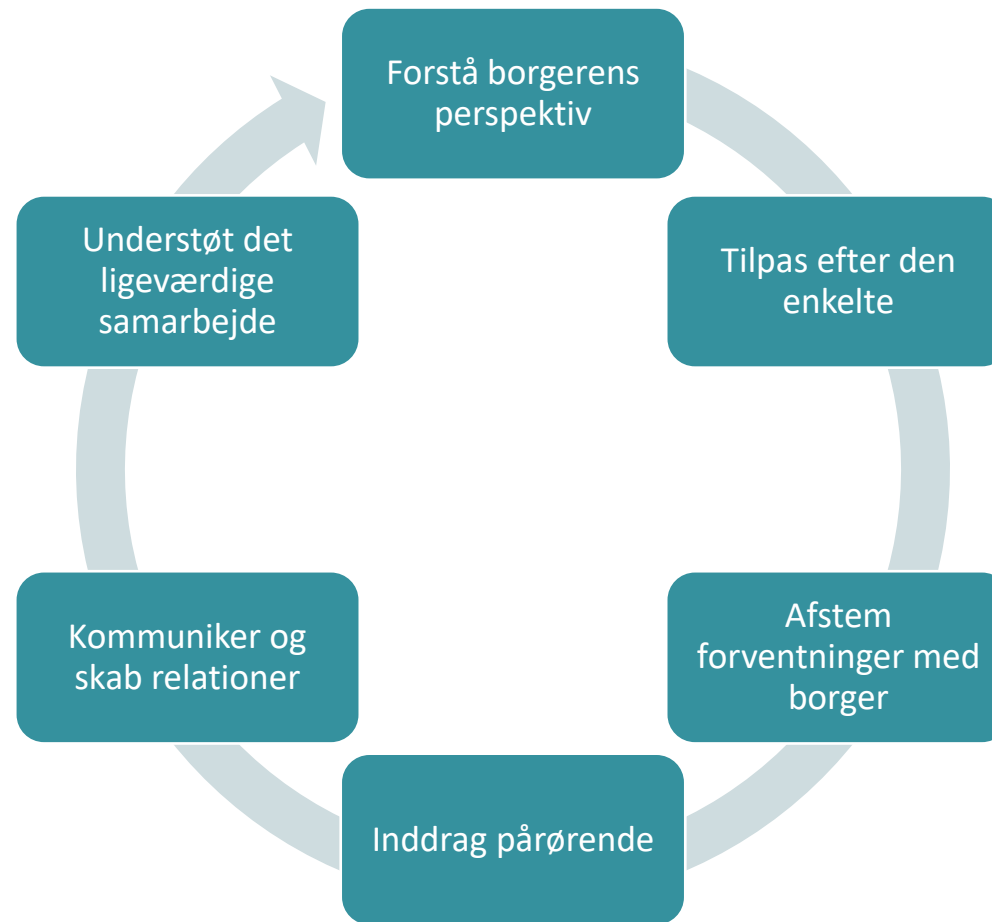
Drøft ressourcerne i borgers netværk. Inddrag de pårørende og deres viden. Vær undersøgende på, om de pårørende kan bidrage med støtte og omsorg.

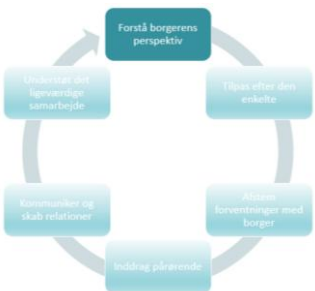
HELHEDSPLEJE

Sæt ind med rehabiliterende støtte og omsorg.

Hvordan gør vi det?

Personcentreret tilgang





Personcentreret tilgang

Forstå borgerens perspektiv

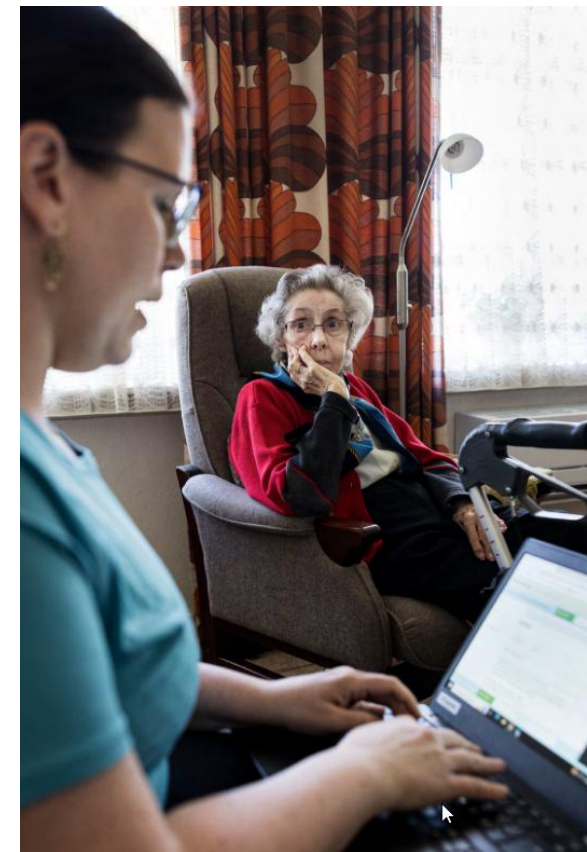
Stræb efter at få indblik i borgerens perspektiv.
Vær åben, nysgerrig og respektfuld overfor
forskelligheder.

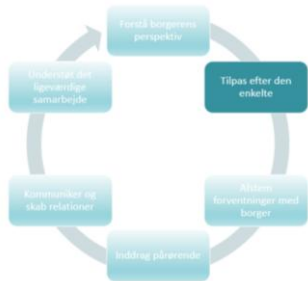
Undgå egne normer, værdier og antagelser om,
hvad der er bedst for borger.

Stil åbne spørgsmål for at blive klogere på
borgerens ønsker for fremtiden.

Eksempler på hvordan vi kan stille åbne spørgsmål:

- Hvad er vigtigt for dig?
- Hvordan ser en meningsfuld hverdag ud for dig?
- Hvad er dine ønsker og håb på kortere og længere sigt?
- Hvad kan du nu, som du fortsat gerne vil kunne?





Personcentreret tilgang

Tilpas efter den enkelte

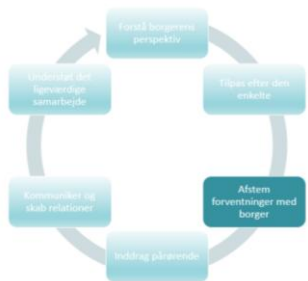
Tilpas rehabilitering til den enkelte, da hver person har unikke erfaringer og værdier.

Respekter og accepter borgerens forudsætninger og evne til at samarbejde.

Eksempler på, hvordan vi kan tilpasse:

- Hver borger har sine egne behov, som er anderledes fra andre og fra os selv. Tilrettelæg derfor ud fra borgerens unikke grundbehov.
- Hver borger har forskellige ressourcer og forskellige muligheder for at indgå i rehabiliterende aktiviteter.
- Hvis det er udfordrende for borger at komme med ønsker, så kan vi komme med forslag f.eks. hjælpe på vej til at gå ud til postkassen, besøge børnebørn, drikke kaffe med naboen m.v.
- Konkret kan du bruge Blomsten til at afdække borgers behov.





Personcentreret tilgang

Afstem forventninger med borger

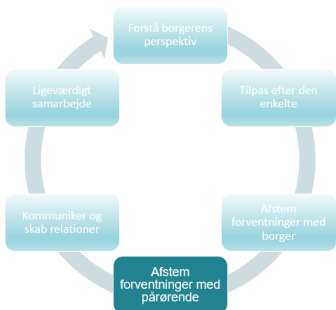
Tag udgangspunkt i borgerens ønsker og drømme.

Oversæt borgerens ønsker og drømme
til konkrete og realistiske mål.

Eksempler på, hvordan vi kan afstemme forventninger:

- Lyt til borgeren og anerkend deres livssituation.
- Undgå at overføre dine egne holdninger og synspunkter.
- Afstem forventninger til, hvad borgeren selv kan gøre, og hvordan du kan støtte dem i at opnå deres ønsker og drømme.





Personcentreret tilgang

Inddrag pårørende

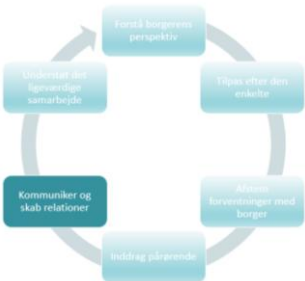
Inddrag pårørende i samarbejdet.

De pårørende kan bidrage med viden, støtte og omsorg i rehabiliteringsprocessen.

Eksempler på, hvad vi skal være opmærksomme på i samarbejdet med pårørende:

- De pårørende har ofte et godt kendskab til borgerens hverdagsliv og kan bidrage med denne viden i samarbejdet. De pårørende kan være vigtige medspillere i rehabiliteringsprocessen.
- De pårørende har forskellige ressourcer og kan bidrage i forskellig grad. Som personale skal vi også være opmærksom på, at det kan være krævende at være pårørende.
- Når du inddrager de pårørende, kan vi arbejde sammen på samme hold og skabe fælles forståelse for rehabiliteringsprocessen og for borgerens egne ønsker og selvbestemmelse.
- Pårørende kan være ægtefælle, børn eller andet familiemedlem, men det kan også være naboer, venner eller andet netværk.





Personcentreret tilgang

Kommunikér og skab relationer

Skab relationer.

Skab tryghed og tillid, så borgeren frit kan udtrykke sine ønsker, behov og følelser.

Eksempler på, hvordan vi kan skabe relationer og veksle imellem:

- Understøtte
- Lytte
- Guide
- Motivere
- Informere
- Afdække behov sammen med borgeren
- Udvikle, konkretisere og afprøve løsninger sammen med borgeren





Personcentreret tilgang

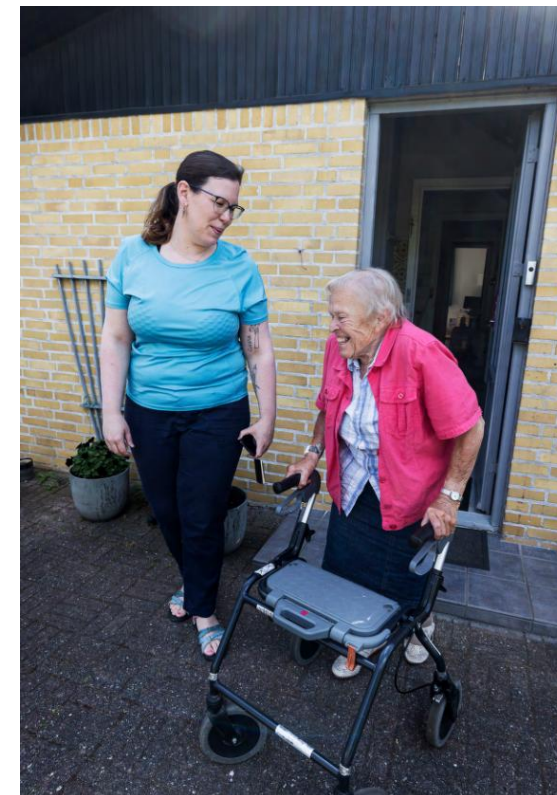
Understøt det ligeværdige samarbejde

Søg at opnå lighed i samarbejdet mellem borger og personale.

Alle bidrag er vigtige.

Roller og ansvar i samarbejdet:

- Borgeren er ekspert i sit eget liv og deltager aktivt i rehabiliteringsprocessen.
- Fagpersonerne er ansvarlige for at facilitere processen ved at skabe rammerne og koordinere indsatsen på tværs af faggrupper.



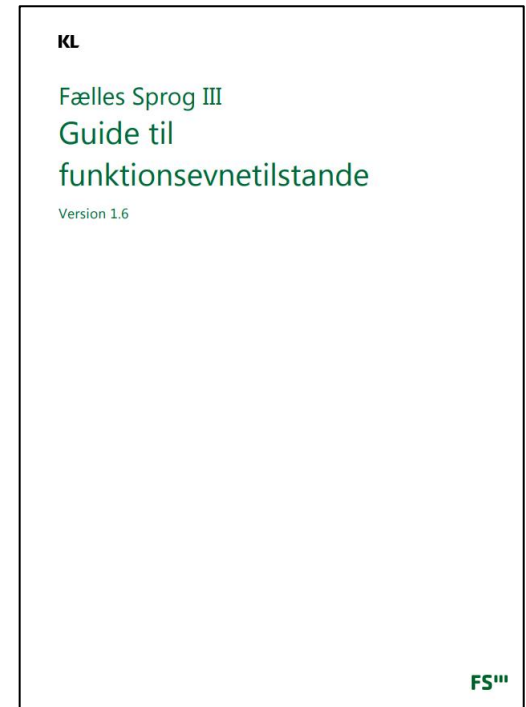
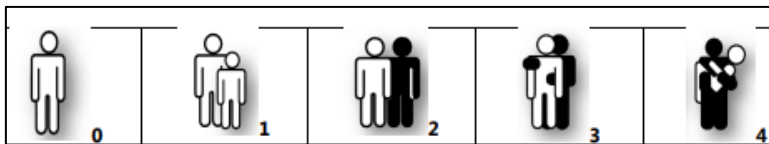
Værktøjskasse

Værktøj til at afdække borgers funktionsevne

Guide til funktionsevnetilstande

Guiden skal ses som en hjælp i arbejdet med at:

- forstå funktionsevnetilstandene.
- vurdere hvilke tilstande, der er relevante.
- fastsætte funktionsniveauet for den valgte funktionsevnetilstand.



Værktøjskasse

Værktøj til at sætte sig i borgers sted

Perspektivskifte

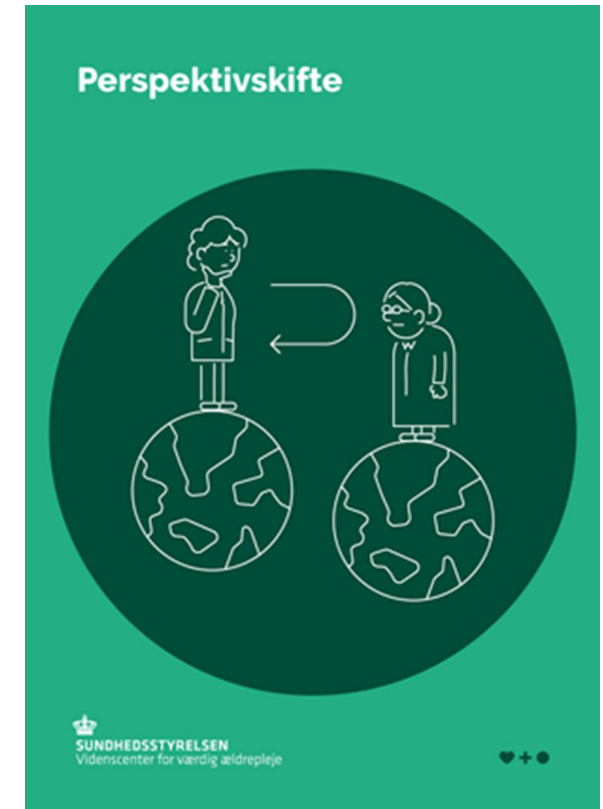
Når en borger ikke kan udtrykke sine behov og følelser, kan metoden Perspektivskifte hjælpe.

Metoden gør det muligt at forstå borgerens situation ved at sætte sig i deres sted og fokusere på, hvad de føler og oplever.

Perspektivskifte er en refleksionsøvelse, som stiller spørgsmål som:

- Hvad prøver borgeren at fortælle os med sin adfærd?
- Hvad ville borgeren selv sige om situationen?

Metoden kan også bruges i forhold til pårørende.



Værktøjskasse

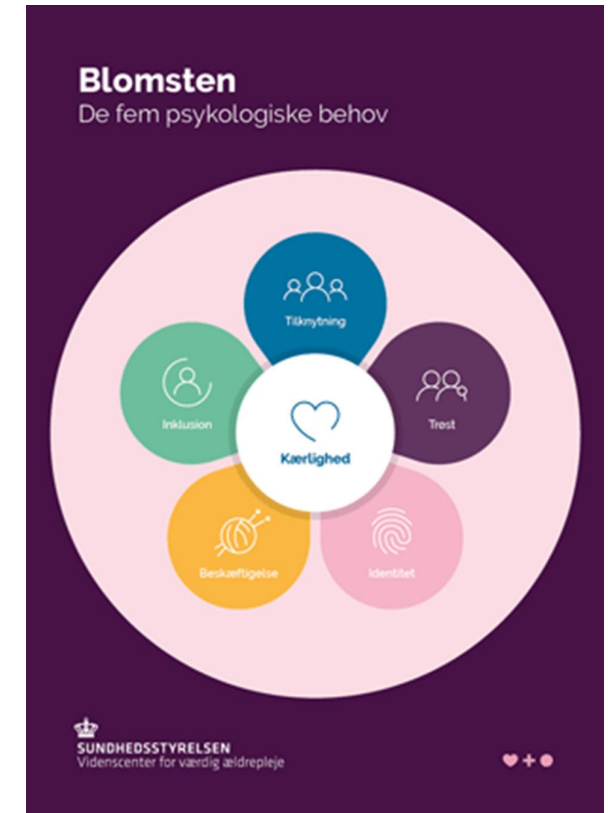
Værktøj til at afdække borgers grundbehov

Blomsten

Du kan bruge Blomsten, når du vil arbejde systematisk og dybdegående med borgernes trivsel.

Blomsten symboliserer de fem grundlæggende psykologiske behov, som alle mennesker har. Det kan være svært at få opfyldt sine psykologiske behov, når man har funktionsnedsættelser.

Blomsten er en central model i teorien om personcentreret tilgang.



Værktøjskasse

Værktøj til at kommunikere motiverende med borger

Den motiverende samtale

Du kan bruge den motiverende samtale til at fremme borgerens egen motivation til at foretage forandringer.

Du kan bruge metoden til at afdække og fastholde motivation i rehabiliteringsprocesser.

Metoden hjælper dig til at:

- Tage udgangspunkt i borgerens ønsker og drømme.
- Finde ressourcer til forandring hos borgeren selv.
- Undgå konfrontation og modstand i samarbejdet om målsætning.
- Vække tanker om, at forandring er mulig.



Værktøjskasse

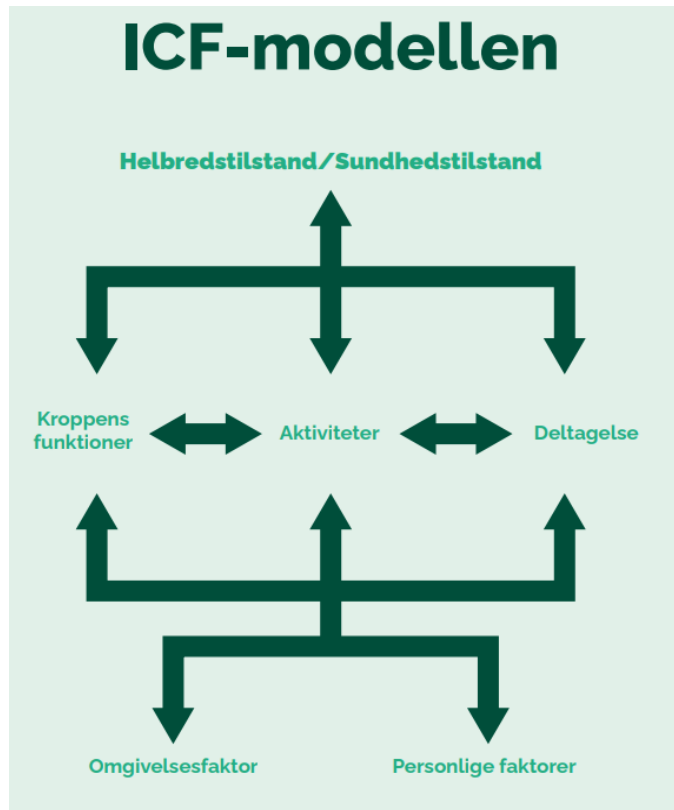
Specialistværktøj til at afdække borgers funktionsevne

ICF-modellen kan bruges som:

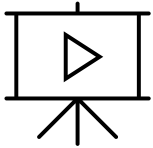
- Metode til afdækning af borgeres funktionsevne ud fra et helhedssyn
- Metode til at analysere egen praksis og faglig refleksion
- Fælles forståelsesramme og sprog på tværs af faggrænser og sektorer

Modellen viser, at en persons funktionsevne er bestemt af et dynamisk samspil mellem kroppens funktioner og anatomi, aktiviteter og deltagelse, omgivelsesfaktorer og personlige faktorer.

Borgerens eget perspektiv er centralt i enhver vurdering af funktionsevne.



International Classification of Functioning, Disability and Health (ICF) er WHO's internationale klassifikation af funktionsevne, funktionsevne-nedsættelse og helbredstilstand



Inspirationsvideoer

Du kan bruge videoerne til at få inspiration til, hvordan du arbejder med rehabilitering

Den gode udskrivelse

- [Sundhedsanimation - Den gode udskrivelse \(dreambroker.com\)](https://dreambroker.com)

Film om rehabiliteringsforløb – til borgere i Viborg Kommune

- [Sundhedsanimation - Rehabilitering - støtte til en meningsfuld hverdag](#)

Sammen om rehabilitering – inspiration fra Køge Kommune

- [Sammen om rehabilitering - sådan arbejder vi tværfagligt](#)

Sundhedsstyrelsens video – Rehabilitering – Vejen til en hverdag du trives i

- [Redskaber i arbejdet med rehabilitering på ældreområdet | Fagperson | Sundhedsstyrelsen](#)

