



Modul 1 Grunnlagstenkning «Hva er viktig for deg?»

Visjon

Helsefremming og hverdagsmestring ligger til grunn for alle møter mellom ansatte og brukere/beboere. Brukere/beboere involveres aktivt i tjenestene ved at ansatte stiller spørsmålet «Hva er viktig for deg?»

Læringsmål

Ansatte i kommunens helse- og omsorgstjenester

- Har kjennskap til bakgrunnen for satsningen på hverdagsmestring og helsefremming nasjonalt og kommunalt
- Har forståelse for hvorfor det er viktig å møte brukere/beboere med helsefremming og hverdagsmestring som tanke sett og metode.
- Har forståelse for hvordan brukere/beboere kan involveres i hverdagens møter
- Kjenner til hvordan man kan fokusere på mestring og ressurser i møte med brukere/beboere
- Kjenner til metoder som kan bidra til åpen kommunikasjon
- Er trygge på å stille spørsmålet «Hva er viktig for deg?» og lytte aktivt til svarene

Praksismål

- Benytte læringsmål i daglig praksis

Målgruppe:

Ansatte i kommunens helse- og sosialtjenester

Innhold:

Undervisning mestring, hverdagsmestring, helsefremming, brukermedvirkning, brukerinvolvering og kommunikasjon.

Hva jeg går gjennom i de forskjellige underpunkter:

Observasjon

- Observere mestring
- Observere ressurser
- Observasjon versus tolkning

Vurdering

- Vurdering av observasjoner i lys av min tolkning
- Tiden og ressursene
- Bruk av mål
- Dialog med kollegaer om felles satsning

Kommunikasjon

- Bevissthet om kroppsspråk
- Åpne spørsmål
- Forventningsavklaring
- Bruk av mestringshjulet
- Aktiv lytting – elementer fra motiverende intervju



- **Vurdering av det som blir sagt**

Handling

- **Praktisk øvelse**

Dokumentasjon

- **Bevissthet om dokumentasjon som underbygger involvering, deltakelse, mestring, ressurser og hva som er viktig for bruker/beboer**

Samhandling

- **Fokus på samhandling for helhetlig oppfølging av beboer/bruker**

Etikk

- **Etiske refleksjoner og bevissthet omkring de valg vi gjør i møte med bruker/beboer**

Arbeidsformer og arbeidsomfang:

Tavleundervisning kombinert med filmer, case/praktisk øvelse og gruppediskusjoner (IGP).

Videre kurs:

Påbyggingsmoduler:

1.2 Identifisere behov for rehabilitering

1.3 Rehabilitering og tverrfaglig samarbeid

Referanseliste til kurset:

Siden undervisningen holdes i mange forskjellige tjenester vil det brukes forskjellige referanser knyttet til sentrale føringer. Det vil også være forskjellig hvilke av filmene som brukes. Under er alle referanser oppgitt.

- Helsefremmingsplanen (Kristiansand kommune, 2013). Hentet fra: <https://www.kristiansand.kommune.no/globalassets/politikk-og-administrasjon/samfunnsutvikling/planer/helsefremmingsplan-2013.pdf>
- Plan for helse- og omsorgstjenester 2017-2020 (Kristiansand kommune, 2013). Hentet fra: <https://www.kristiansand.kommune.no/globalassets/politikk-og-administrasjon/samfunnsutvikling/planer/plan-for-helse--og-omsorgstjenester-2017--2020.pdf>
- Forskrift om habilitering, rehabilitering, individuell plan og koordinator (2018) Hentet fra: <https://lovdata.no/dokument/SF/forskrift/2011-12-16-1256>
- Veileder om rehabilitering, habilitering, individuell plan og koordinator (Helsedirektoratet, 2015). Hentet fra: <https://helsedirektoratet.no/Retningslinjer/Rehabilitering,%20habilitering,%20indivuell%20plan%20og%20koordinator.pdf>
- Opptrappingsplan for habilitering og rehabilitering 2017-2019, (Helse- og omsorgsdepartementet, 2017). Hentet fra: <https://www.regjeringen.no/contentassets/d64fc8298e1e400fb7d33511b34cb382/no/sved/opptrappingsplanrehabilitering.pdf>
- Rundskriv I-5-2017 Om å utrede potensialet for rehabilitering (Helse- og omsorgsdepartementet, 2017). Hentet fra: <https://www.regjeringen.no/contentassets/ec9a251bc3ca4fa9bcf2bef53fb65854/run-dskriv-i-5-2017-om-a-utrede-potensialet-for-rehabilitering.pdf>



- Meld. St. 47 (2008-2009). Samhandlingsreformen – Rett behandling – på rett sted – til rett tid. Hentet fra: <https://www.regjeringen.no/contentassets/d4f0e16ad32e4bbd8d8ab5c21445a5dc/no/pdfs/stm200820090047000dddpdfs.pdf>
- Veileder om oppfølging av personer med store og sammensatte behov (Helsedirektoratet, 2018). Hentet fra: <https://helsedirektoratet.no/Retningslinjer/Oppf%C3%B8lging%20av%20personer%20med%20store%20og%20sammensatte%20behov.pdf>
- Meld. St. 29 (2012-2013) Morgendagens omsorg. Hentet fra: <https://www.regjeringen.no/contentassets/34c8183cc5cd43e2bd341e34e326dbd8/no/pdfs/stm201220130029000dddpdfs.pdf>
- Veileder om pårørende i helse- og omsorgstjenesten (Helsedirektoratet, 2017). Hentet fra:
 - <https://helsedirektoratet.no/Retningslinjer/P%C3%A5r%C3%B8rendeveileder.pdf>
- Meld. St. 15 (2017-2018) Leve hele livet – En kvalitetsreform for eldre. Hentet fra: <https://www.regjeringen.no/contentassets/196f99e63aa14f849c4e4b9b9906a3f8/no/pdfs/stm201720180015000dddpdfs.pdf>
- Meld. St. 26 (2014-2015) Fremtidens primærhelsetjeneste – nærhet og helhet. Hentet fra: <https://www.regjeringen.no/contentassets/d30685b2829b41bf99edf3e3a7e95d97/no/pdfs/stm201420150026000dddpdfs.pdf>
- Kommunereform. Hentet fra: <https://www.regjeringen.no/no/tema/kommuner-og-regioner/kommunereform/id751048/>
- Prosjekt Samhandling innen rehabiliteringsfeltet (2015), Knutepunkt Sørlandet og Sørlandet sykehus HF. Hentet fra: <https://www.kristiansand.kommune.no/globalassets/helse-og-omsorg/innovasjon-planer-og-prosjekter/samhandling-i-rehabilitering/rapport.bladbar.med.urls.liten.pdf>
- Prosjekt Fremtidsrettet rehabilitering (2017-), Kristiansand kommune. Hentet fra: <https://www.kristiansand.kommune.no/helse-og-omsorg/behandling-og-rehabilitering/prosjekt-fremtidsrettet-rehabilitering/>
- Melding om Kristiansand kommunes kunnskapsgrunnlag for strategisk utvikling av fremtidsrettede tjenester for helse- og omsorgsfeltet, speilmelding 2020. Hentet fra: <https://www.kristiansand.kommune.no/globalassets/aktuelt/2015/komplett-4-21052015.pdf>
- Lov om kommunale helse- og omsorgstjenester m.m. (helse- og omsorgstjenesteloven). Hentet fra: <https://lovdata.no/dokument/NL/lov/2011-06-24-30>
- Lov om folkehelsearbeid (folkehelseloven). Hentet fra: <https://lovdata.no/dokument/NL/lov/2011-06-24-29>
- <http://www.parorendesenteret.no/hjem>
- <https://parorendealliansen.no/>
- Omsorg 2020, regjeringens plan for omsorgsfeltet 2015-2020. Hentet fra: https://www.regjeringen.no/contentassets/af2a24858c8340edaf78a77e2f9cb7/omsorg_2020.pdf
- Nasjonal faglig retningslinje for utredning behandling og oppfølging av psykiske lidelser (2012). Hentet



fra: <https://helsedirektoratet.no/Lists/Publikasjoner/Attachments/188/Nasjonalfaglig-retningslinje-personer-med-rop-lidelser-IS-1948.pdf>

- Sammen om mestring, Veileder i lokalt psykisk helsearbeid og rusarbeid for voksne Et verktøy for kommuner og spesialisthelsetjenesten. Hentet

fra: <https://helsedirektoratet.no/Lists/Publikasjoner/Attachments/410/Sammen-om-mestring-Veileder-i-lokalt-psykisk-helsearbeid-og-rusarbeid-for-voksne-IS-2076.pdf.pdf>

- Sykehustalen 2014. Hentet

fra: <https://www.regjeringen.no/no/aktuelt/sykehustalen/id748853/>

- Sykehustalen 2019. Hentet

fra: <https://www.regjeringen.no/no/aktuelt/sykehustalen-2019/id2625399/>

- <https://www.fhi.no/kk/forbedringsarbeid/pasientforlop/eldre-og-kronisk-syke/>

- <https://helsedirektoratet.no/motiverende-intervju>

- Film: <https://www.youtube.com/watch?v=nl7hw4HqaL0>

- Film: <https://www.youtube.com/watch?v=mir1AwA9uPQ>

- Film: <https://www.youtube.com/watch?v=gnG3h8FnMfw>

- Film: <https://www.youtube.com/watch?v=P3iO2a3qCFs>

- Film: https://www.youtube.com/watch?v=Rf_CkoplA_Y

- Film: <https://www.youtube.com/watch?v=ZHBBnDdo1D8>

- Film: <https://www.youtube.com/watch?v=uKLFSD0LqZM>

USHT Agder (Vest) 2019