

Anbefalinger ifht at arbejde med recovery-orienteret rehabilitering

Titel:	Recovery-orienteret rehabilitering	Dokumentdata:
Formål:	Formålet med denne retningslinje er sætte fokus på, hvordan man som professionel kan arbejde på en recovery-orienteret og rehabiliterende måde.	Revideres senest: 2021
Fremgangs- måde:	Recovery vedrører borgerens unikke proces mod at ”komme sig” helt eller delvist efter et alkohol- eller stofmisbrug, psykisk sygdom etc., og rehabilitering er den indsats, de professionelle kan tilbyde for at understøtte den enkeltes recoveryproces. Recovery-orienteret rehabilitering baserer sig på borgerens hele livssituation og henviser til en målrettet, tidsbestemt og koordineret indsats. I tilgangen tages der udgangspunkt i 6 dimensioner: • Personen i centrum • Inddragelse og involvering • Viden og valg • Håb og udvikling • Medborgerskab • Rehabilitering I det følgende beskrives hver dimension og fremgangsmåde, som inspiration til at arbejde recovery-orienteret. Personen i centrum handler om at møde borgeren med anerkendelse og respekt samt understøtte individuelle processer og muligheder i livet. Fremgangsmåde: Start med en lyttende tilgang. Forhold borgeren til egne, nuværende og tidligere udsagn samt dine egne faglige og objektive udsagn. Forhold borgeren til deres eget ansvar i situationen (ikke fratage dem ansvar, ved at tage over el. komme med færdige løsninger).	



	Inddragelse og involvering handler om at tilrettelægge indsatsen, så borgeren bliver involveret og inddraget samt spiller en aktiv rolle i eget liv. Fremgangsmåde: Fokuser på at inddrage borgeren i opgaver relateret til at holde eget hjem og mestre hverdagen. Følg op på aftaler, og hold hvad vi lover som personale. Ingen ”efterlades i stikken”. Har borgerne fremsagt et ønske eller stillet krav, skal de guides til udførelsen og holdes op på ønsket. Der skal være afklaring og forståelse hos borgeren under eller efter en given indsats (og ikke kun hos personalet). Fokuser på at borgeren opnår ansvar og indsigt i eget liv, sygdom og behandling. Viden og valg handler om, hvorvidt den enkelte borger oplever at blive støttet i at mestre livet på egne præmisser, men også at sikre at relevant viden er let og tilgængeligt for borgeren. Fremgangsmåde: Spørge ind til, hvordan vi kan støtte borgeren til at opnå sine mål. Hjælpe med at graduere mål til mindre (og nemmere opnåelige mål). Det er vigtigt at man understøtter borgeren i at opstille realistisk og opnåelige mål. Nogle borgere kan ønske sig noget, der ikke stemmer overens med samfundets mål. Hvis målet er så urealistisk og kan ønsket om målopnåelse forringe borgerens tro på sig selv og egne evner/ kompetencer. De kan få en oplevelse af at samfundet modarbejder, og stempler dem. mv). Turde gøre noget nyt – tro på, at borgeren (ofte) selv ved, hvad der er godt/bedst for borgeren. Hvis borgeren mangler viden, hvad skal der så til, for at de får den viden? Hvad er borgerens egen rolle, og hvad er personalets? Hvem kan ellers hjælpe? Henvise til borgerens tidligere erfaringer og ressourcer. Håb/udvikling handler om at formidle, at ethvert menneske har mulighed for at komme sig og udvikle sig. Fremgangsmåde: Gøre opmærksom på succeshistorier i lignende situationer (fx at komme sig psykisk/leve med stemmer). Gøre opmærksom på de tilbud, der er i kommunen/CBR/frivillige instanser osv. ”Prikke til” borgeren de dage, der er mulighed for at samarbejde ift. borgerens tidligere udsagn om ønsker og håb. Understøtte håb og udvikling, når de nævner ønsker herom. Minde om succeshistorier – fx sidst de var stoffrie, og hvordan de havde dengang. Medborgerskab handler om, at borgeren får mulighed for at leve et liv, der er personligt og socialt tilfredsstillende, og at vi som tilbud skal understøtte, at borgeren bliver i stand til at deltage i det sociale liv ift. fx frivilligt arbejde/beskyttet arbejde, socialt netværk og sociale aktiviteter.
--	--



	Fremgangsmåde: Hjælpe med det praktiske, som fx at få aftaler i kalenderen og minde borgeren om at stemme, når der er valg. Gøre borgeren opmærksom på arbejdsmuligheder, dagtilbudsmuligheder, aktiviteter, frivilligt arbejde etc., der kunne have interesse for borgeren. Rehabilitering handler om, at borgeren oplever et individuelt tilrettelagt, målrettet og sammenhængende forløb, hvor borgeren er i centrum. Rehabilitering handler fx om, hvorvidt borgeren føler sig medinddraget i sin handleplan eller ugeskema. Fremgangsmåde: Være opmærksom på at bruge de redskaber, vi har tilgængeligt – fx SENSUM/delmål osv. Hvor meget er de inddraget ift. sagsbehandleren? Opfordre til møderne. Opfordre sagsbehandleren til at ringe eller gå ind til borgeren. Afholde koordinerende møder – sagsbehandler, Psykiatrien, læge, Rusmiddelcentret, hjemmepleje, Politi, familie, pårørende osv. Eksempler på hjælpespørgsmål ift. personen i centrum (husk fokus på tilladelse fra borgeren samt understøtte autonomi): • Du siger, at du gerne vil/ønsker (...) er det i orden, at jeg kommer med mit bud på det... Få tilladelse, informer og spørg herefter, hvad tænker du om det? • I forhold til, hvad du tidligere har fortalt mig, siger du nu (...) hvad tænker du så om...? • Du kunne godt tænke dig (...), måske skulle du overveje nogle delmål inden, som fx (...) • Praksis eksempel om økonomi: Ting koster: Du vil gerne sådan og sådan, men har ikke pengene. Du siger, at du gerne vil (...) Hvordan kan vi mødes i det her? Eksempler på hjælpespørgsmål ift. inddragelse og involvering: • Har vi som personale spurgt borgeren eller blot hinanden? • Er borgerne blevet inddraget inden ledelsen har besluttet sådan og sådan? Hvis nej, henvender man sig til ledelsen, og fortæller omkring den manglende brugerinddragelse. Eksempler på hjælpespørgsmål ift. viden og valg: • Ved du, hvor du kan finde mere information/adgang til viden? Ellers findes google... ☺ Hjælpe med at slå op på nettet – fx ved indkøb af sko el. lign. • Du fortæller, at du ved det og det, samtidig med at du vælger at gøre sådan og sådan – hvordan hænger det sammen? Eksempler på hjælpespørgsmål ift. håb og udvikling:
--	--



	• Har du været til foredrag med en, som tidligere har været stemmeplaget? • Har du været med i et forløb omkring stemmegrupper? Hvordan var det? • Hvad vil være det allerbedste for dig om et år? • Kan du huske sidst, du var stoffri? • Kan du huske sidste gang du havde besøg af din familie? Eksempler på hjælpespørgsmål ift. medborgerskab: • Hjælpe med det praktiske, som fx kalendere ift. aftaler/valgkort • Hjælpe borgeren med at gøre brug/informere omkring det omgivende samfund og aktivitetsmuligheder. • Oplyse om underholdning, aktiviteter og andet, der kunne have interesse for borgeren ift. tidligere levet liv. • Gøre opmærksom på arbejdsmuligheder, frivilligt arbejde dagtilbudsmuligheder osv. Eksempler på hjælpespørgsmål ift. rehabilitering: • Kan du huske dit delmål (fx hvis de brokker sig over at medarbejdere spørger ind til økonomi el. lign.) • Spørge ind til deres delmål – føler du dig inddraget i dit delmål? • Hvordan oplevede du episoden i går? • Hvem tænker du, kan hjælpe dig med dit ønske? • Har du lyst til at mødes med din sagsbehandler/læge (el. lign)? • Har du kontaktet...?
--	---