

METOD I REHABILITERANDE ARBETSSÄTT - INDIVIDSTÖD

SOCIALT OCH FRITID

Vad/moment?

Samtal

- Motiverande samtal
- Stödande samtal
- Konflikthantering/problemlösning
- Bollplank

Bryta social isolering

- Möjliggöra delaktighet i samhälle/aktiviteter
- Tillgång till info om aktivitet
- Besöka/ta del av aktivitet
- Utöka socialt nätverk
- Hitta meningsfull fritid
- Hitta roll i samhället

Sociala färdigheter

- Motverka social fobi
- Befinna sig i sociala sammanhang
- Veta hur man agerar i sociala sammanhang

Kamrat/kompis

ARBETE OCH STUDIER

Vad/moment?

Beredskap

- Söka och ta emot information
- Prioritera/välja
- Våga/"jobbready"

Studiebesök

Arbetsträning

- Introduktion

Arbetsmiljö

- Se över behovet av anpassning i arbetsmiljö

Bibehålla

- Hitta roll i arbetsliv och bibehålla.

HUR ?

Motivation - stöd genom :

- positiv feedback
- bekräfta
- stärka självkänsla
- ställa frågor
- visa intresse
- putta på/vara igångsättare/påminna
- ge "morötter"/belöning

Information - stöd genom :

- anpassa information individuellt (muntlig/skriftlig/visuell)
- visa på alternativ/ge valmöjligheter
- visa på konsekvenser
- kännedom om myndighetsrutiner och ersättningssystem

Träning - stöd genom :

- handledning/visa hur
- göra tillsammans/dela sysslor och aktiviteter
- överlämna eget ansvar stegvis
- användning av hjälpmedel

Struktur/planering - stöd genom :

- inge trygghet genom förutsägbarhet/tydlighet/göra lika
- schema/kalender
- checklista/lathund
- se behov av kognitiva hjälpmedel för påminnelse/struktur och tid
- påminnelserlappar
- bildstöd
- stöd i prioritering
- stöd i tidsplanering
- väckning

Socialt - stöd genom :

- lyssna
- bekräfta
- ge råd
- vara container
- möjliggöra

Övrigt :

- handledning av andra yrkesgrupper
- uppsökande verksamhet
- **uppföljning**
- **dokumentation**
 - daganteckningar
 - sammanfattning månadsvis VO
 - halvårsrapport VO
 - handlingsplan/personlig plan

BOENDE OCH VARDAG

Vad/moment?

Städ:

- Plocka ihop/sortera
- Bestämma ordning/struktur
- Damma/torka ytor
- Dammsuga
- Torka golv

Tvätt:

- Samla ihop
- Sortera
- Starta tvättmaskin
- Hänga tvätt
- Vika och plocka undan

Disk:

- Samla ihop disk
- Diska
- Återställa

Inköp:

- Planera inköp/inventera kyl/skaffereri
- Besök affären
- Hitta till/hitta i affären
- Hantera /uppskatta pengar
- Prioritering/val av varor

Mat:

- Planera matsedel
- Enklare matlagning "bas"
- Hantering av rester
- Näringslära
- Återställa

Hygien:

- Hygienkunskap "bas"
- *Klädinköp
- Frisör

Hälsa:

- Besök vårdcentral/öppenvård
- Hälsokunskap "bas"
- Fysisk aktivitet
- Medicin (hämta/dela/dela ut/påminna)
- Apotek

Ekonomi:

- Ekonomikunskap
- *Hantering av pengar
- Enklare budget

Övrigt:

- *Stöd i kontakter med myndigheter/HSL anhöriga/godman-förvaltare/arbetsplats/vaktmästare
- *Stöd läsa/ta del av viktiga papper

*Om det finns en godman/förvaltare eller nära anhörig gör detta i första hand av denne.

INDIVIDSTÖD

METOD I REHABILITERANDE ARBETSSÄTT

Individstöd arbetar

tillsammans med och
genom den enskilde
individen.

En förutsättning för detta
arbetssätt är individens egen
vilja och delaktighet.

Målet med stödet är att det på
sikt skall leda till ökad
självständighet och oberoende.

Individstödet personal har ett
rehabiliterande arbetssätt där de
försöker stärka individens egna
resurser