Social- og Boligstyrelsen

SOPRA

LA2 – Sammen om trivsel | LA2u

Læringsplaner

Metodehåndbog til LA2 og LA2u

Hæfte 4

Trine Uhrskov, Marie Louise Meyland Stochholm og Martin Lehmann-Poulsen

FOREBYGGELSE
Trivselsplan

HÅNDTERING
Tryghedsplan

LÆRING
Læringsplan

Publikationen er udarbejdet af
Sopra
Quintus – Refshalevej 110 A
1432 København K
Telefon: 3070 9411
www.sopra.dk

Publikationen er udgivet af
Social- og Boligstyrelsen
Edisonsvej 1
5000 Odense C
Tlf: 72 42 37 00
www.sbst.dk

Forfattere: Trine Uhrskov, Marie Louise Meyland Stochholm og Martin Lehmann-Poulsen
Design: 4PLUS4

1. udgave december 2024
Elektronisk udgivelse: ISBN 978-87-85236-11-1
Trykt udgivelse: ISBN 978-87-85236-12-8

Der kan frit citeres fra manualen med angivelse af kilde.

Indhold

5
Læring

5 Hvad er Læringsplaner?
6 Hvorfor er det vigtigt at samarbejde om Læringsplaner?
7 Oversigt over Læringsplanerne og det understøttende materiale

10
Min Læringsplan

10 Hvad er Min Læringsplan?
10 Hvad indeholder Min Læringsplan?
13 Hvordan samarbejder I om Min Læringsplan?
14 Hvordan bruges Min Læringsplan efterfølgende?

16
Din Læringsplan

16 Hvad er Din Læringsplan?
18 Hvad indeholder Din Læringsplan?
19 Hvad er Undersøgelsesark til Din Læringsplan
20 Hvordan samarbejder I om Din Læringsplan?
20 Hvordan bruges Din Læringsplan efterfølgende?

22
Læringsplan for fagprofessionelle

22 Hvad er Læringsplan for fagprofessionelle?
22 Hvad indeholder Læringsplan for fagprofessionelle?
25 Undersøgelsesark til Læringsplan for fagprofessionelle
25 Hvordan samarbejder I om Læringsplan for fagprofessionelle?
26 Hvordan bruges Læringsplan for fagprofessionelle efterfølgende?

28
Principper for Læringsplaner

34
Læs Mere

34 Download af materialer og programmer

35
Bilag

36 Bilag 1: Min Læringsplan (Jens)
37 Bilag 2: Din Læringsplan (Abdi)
38 Bilag 3: Læringsplan for fagprofessionelle (Karla)

Om metodehåndbogen

Denne metodehåndbog handler om LA2 og LA2u og er udgivet af Sopra Konsulenterne og Social- og Boligstyrelsen.

Udgivelsen af Metodehåndbogen er et led i projektet "Forebyggelse af magtanvendelser på botilbud for mennesker med udviklingshæmning" (2022-2024). I forbindelse med projektet udviklede vi en ny version af den oprindelige LA2 metode. Den nye version kaldte vi for LA2u.

Metodehåndbogen sætter særligt fokus på LA2u og dermed på anvendelse af denne version af metoden. Metodehåndbogen kan samtidig læses som et supplement til den allerede eksisterende LA2 manual (Uhrskov & Naver, 2017).

Metodehåndbogen består af i alt 6 hæfter:

- Hæfte 1: Introduktion
- Hæfte 2: Trivselsplaner
- Hæfte 3: Tryghedsplaner
- Hæfte 4: Læringsplaner
- Hæfte 5: Gode råd
- Hæfte 6: Centrale begreber

Hæfte 1 og hæfte 6 beskriver det faglige grundlag for LA2 og LA2u. Disse to hæfter indeholder kildehenvisninger. Der fremgår ikke kildehenvisninger i de øvrige hæfter af hensyn til læsevenligheden.

Om dette hæfte

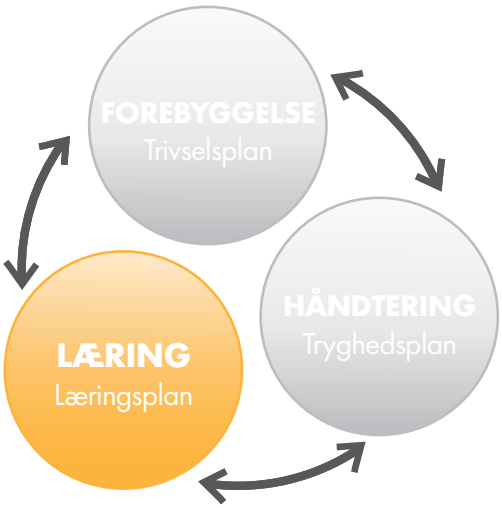
Formålet med dette hæfte er at give læseren en grundig indføring i Læringsplanerne i LA2 og LA2u. Hæftet henvender sig til jer som medarbejdergruppe, som vil anvende Læringsplanerne i samarbejdet med borgeren og i det kollegiale samarbejde. Hæftet er tiltænkt at blive brugt som opslagsværk i hverdagen. Tanken er, at I som fagprofessionelle kan fordybe jer i de dele i hæftet, der har relevans for det samarbejde, I ønsker at igangsætte.

Hæftet giver svar på:

- Hvorfor arbejde med Læringsplaner?
- Hvad indeholder Læringsplaner?
- Hvordan samarbejder I med borgeren og hinanden om Læringsplaner?

Læring

I LA2 og LA2u arbejder vi ud fra en fasemodel, der består af tre vigtige faser: Forebyggelse, håndtering og læring. Til hver af de tre faser er der udviklet konkrete redskaber, der hjælper med at fremme trivsel, mestre og håndtere voldsomme episoder samt at lære af dem.



I læringsfasen er det centrale fokus, hvordan borgere og fagprofessionelle sammen kan lære og reflektere over de voldsomme episoder, der er opstået. Gennem denne fælles refleksion får begge parter mulighed for at opnå en dybere forståelse af episoderne og deres bagvedliggende årsager.

Formålet med denne proces er at bruge de nye indsigter til både at forebygge lignende episoder i fremtiden og forbedre de strategier, som både borgere og fagprofessionelle anvender til at mestre og håndtere de svære situationer. Dette skaber en mere forudsigelig og tryg hverdag for både borgeren og de fagprofessionelle, hvor udfordrende situationer bedre kan forudses og imødegås.

Dette hæfte fokuserer specifikt på læringsfasen og beskriver, hvordan der kan drages læring af voldsomme episoder. Ved at arbejde aktivt med læringsplaner kan I fremme både borgerens trivsel og hverdagsliv samt skabe et bedre og mere trygt arbejdsmiljø for fagprofessionelle.

Hvad er Læringsplaner?

Læringsplaner er redskaber, der bruges til at lære af voldsomme episoder. De udarbejdes i tæt samarbejde med borgere, der har været igennem en voldsom episode med fx udadrettet adfærd eller selvskade. Derudover udarbejdes læringsplanerne også i samarbejde mellem de fagprofessionelle, som har været involveret i eller tæt på en voldsom episode med en borger.

Læringsplanerne består af Min Læringsplan, Din Læringsplan og Læringsplan for fagprofessionelle:

- Min Læringsplan er rettet til borgere med verbalt sprog (indefra-perspektiv).
- Din Læringsplan er rettet til borgere med begrænset verbalt sprog og/eller med begrænset sprogforståelse (tilstræbt indefra-perspektiv).
- Læringsplan for fagprofessionelle er rettet til jer som fagprofessionelle (udefra-perspektiv).

Hvorfor er det vigtigt at samarbejde om Læringsplaner?

Voldsomme episoder opstår ofte som et resultat af misforståelser eller modsatrettede opfattelser mellem borgeren og de fagprofessionelle. En voldsom episode er sjældent en enkeltstående begivenhed, men snarere et komplekst samspil mellem forskellige faktorer, herunder borgerens indre tilstande, de fagprofessionelles handlinger og eksterne påvirkninger. Derfor kan der både være behov for en undersøgelse af, hvad der gik forud for episoden, samt hvad der konkret skete i selve episoden.

Samarbejdet om læringsplaner har to primære formål:

1. Læring fra den konkrete episode: Ved at undersøge den voldsomme episode ud fra borgerens indefra-perspektiv og de fagprofessionelle udefra-perspektiver skabes nuancerede forståelser for, hvad der konkret skete, og hvordan episoden udviklede sig.

2. Forebyggelse og håndtering af fremtidige episoder: Ved at forstå årsagerne til episoden kan både borgeren og de fagprofessionelle blive bedre rustet til at forebygge, mestre og håndtere lignende episoder fremover. Arbejdet med Læringsplaner er derfor væsentligt for at kunne opdatere Trivselsplaner og Tryghedsplaner, så de er anvendelige i praksis.

Gennem undersøgende samtaler får både borgeren og de fagprofessionelle mulighed for at afklare intentioner og handlinger i situationen. En bedre forståelse af intentionerne bag handlinger kan skabe en fælles forståelse og give mulighed for at forebygge, mestre og håndtere episoder på en mere hensigtsmæssig måde fremover. Dette bidrager til at styrke det faglige samarbejde og forbedre det relationelle arbejde med borgeren.

Oversigt over Læringsplanerne og det understøttende materiale

Borgerens indefra-perspektiv	De tilstræbte indefra-perspektiver	Fagprofessionelles udefra-perspektiver
Min Læringsplan	**Din Læringsplan**	**Læringsplan for fagprofessionelle**
Understøttende materiale: ■ Du kan anvende samtaleark til Min Tryghedsplan (se hæfte 3)	**Understøttende materiale:** ■ Undersøgelsesark i det tilstræbte indefra-perspektiv (bruges også til Din Trivselsplan og Din Tryghedsplan)	**Understøttende materiale:** ■ Du kan anvende undersøgelsesark til Tryghedsplan for fagprofessionelle (se hæfte 3)

Formål for borgere med verbalt sprog

For borgere med verbalt sprog giver samarbejdet om læringsplaner en mulighed for at reflektere over deres egne reaktioner, følelser og handlinger før og under en voldsom episode. Gennem samtaler med fagprofessionelle får borgeren hjælp til at skabe nye forståelser for, hvad der udløste episoden, og hvilke mestringsstrategier der kunne have hjulpet borgeren med at mestre situationen anderledes.

Desuden kan borgeren få indsigt i de fagprofessionelles reaktioner, beslutninger og handlinger under episoden, hvilket kan styrke samarbejdet fremover.

Formål for borgere med begrænset verbalt sprog

For borgere med begrænset verbalt sprog og/eller begrænset sprogforståelse er det afgørende, at fagprofessionelle arbejder ud fra de tilstræbte indefra-perspektiver. Dette betyder, at de fagprofessionelle forsøger at forstå borgerens oplevelser af og intentioner under den voldsomme episode ud fra iagttagelser af nonverbal kommunikation, adfærd og tidligere erfaringer. Ved at forsøge at sætte sig i borgerens sted skabes en større accept og forståelse for borgerens intentioner og reaktioner. Dette gøres med afsæt i Din Læringsplan.

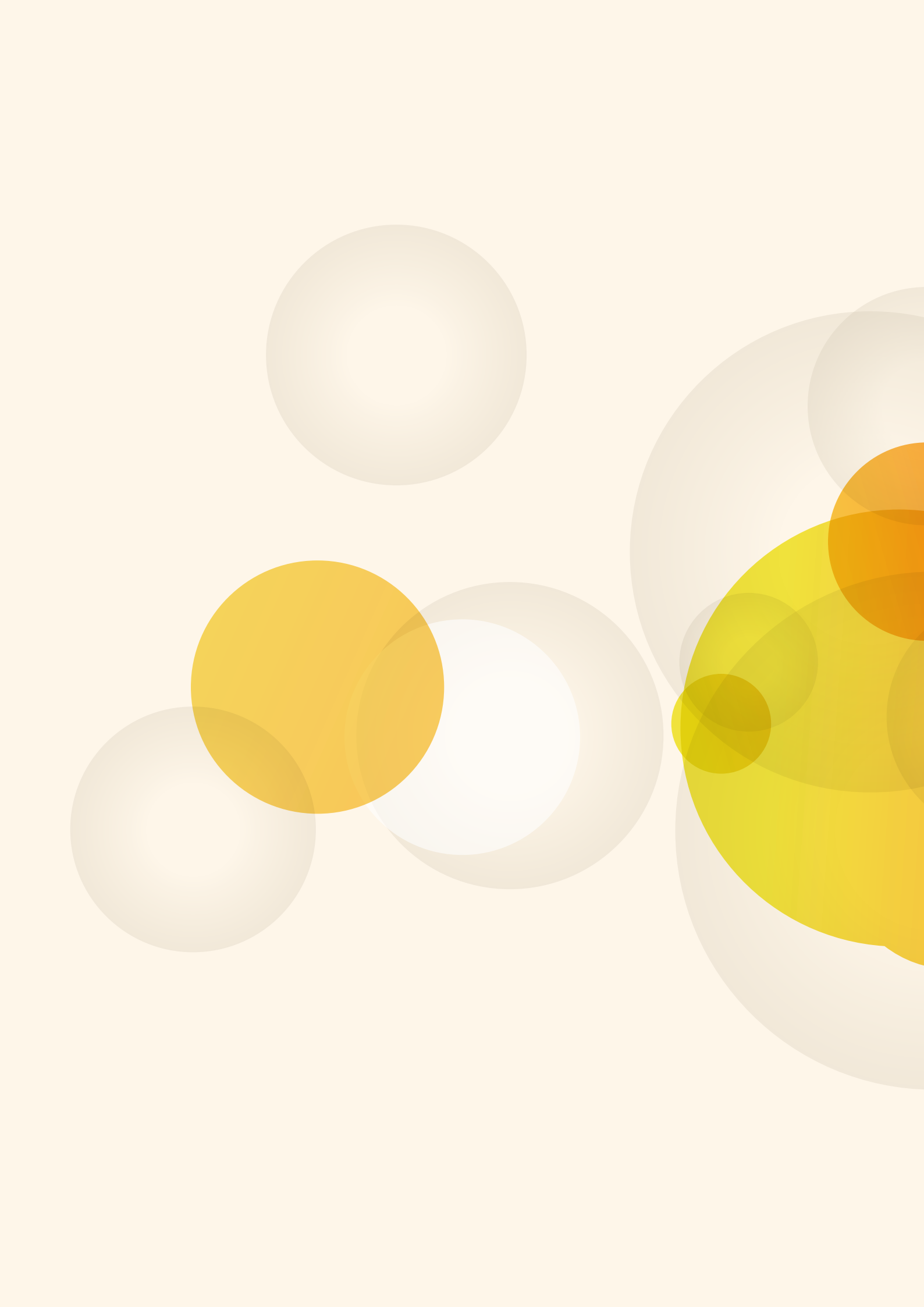
Denne undersøgende tilgang kan modvirke, at borgeren isoleres efter en voldsom episode, så borgeren fortsat kan indgå i relationer med andre og blive inviteret ind i sammenhænge, hvor borgeren kan udfolde og udvikle sig. Samtidig kan en bedre forståelse af borgerens oplevelser og intentioner under episoden bidrage til at tilpasse fagpersonernes støtte, så den opleves som mere hjælpsom for borgeren i fremtiden.

Formål for fagprofessionelle

For fagprofessionelle er læringsplanerne et værdifuldt redskab til at skabe en fælles faglig forståelse af, hvad der skete før og under en voldsom episode. Denne indsigt giver fagprofessionelle mulighed for at reflektere over deres egen rolle i episoden, herunder hvilke handlinger, der potentielt optrappede situationen, og hvilke tilgange, der kunne have afhjulpet eller nedtrappet den voldsomme episode.

Ved at arbejde systematisk med læringsplaner kan de fagprofessionelle opnå en større forståelse for borgerens mestringsstrategier og adfærd. Dette kan hjælpe dem med at justere deres fælles faglige tilgang, så den i højere grad understøtter borgerens trivsel og evne til at mestre udfordrende situationer. Samtidig kan læringsplanerne bidrage til en mere sammenhængende og koordineret indsats mellem fagprofessionelle, hvilket skaber en større tryghed i det daglige samarbejde med borgerne.

Ud over den individuelle læring bidrager arbejdet med læringsplaner også til organisatorisk læring. Ved at analysere og drage læring af voldsomme episoder kan der udvikles bedre håndteringsstrategier, der styrker både arbejdsmiljøet og sikkerheden for alle involverede. Dette kan bidrage til at skabe et lærende og trygt fællesskab, hvor både borgere og fagprofessionelle trives.



Min Læringsplan

I kan her læse om:

- Hvad er Min Læringsplan?
- Hvad indeholder Min Læringsplan?
- Hvordan samarbejder I om Min Læringsplan?
- Hvordan bruges Min Læringsplan efterfølgende?

Forsiden på Min Læringsplan

Hvad er Min Læringsplan?

Min Læringsplan er et redskab, som inviterer til, at borgeren undersøger og udforsker en hændt voldsom episode og perioden op til episoden. Dette gøres gennem en indefra-perspektiv samtale med en fagprofessionel.

Hvad indeholder Min Læringsplan?

Voldsomme episoder må altid forstås og undersøges relationelt, kontekstuelt og i en sammenhæng med det, der gik forud for episoden. Min Læringsplan tager derfor udgangspunkt i både den voldsomme episode og i perioden op til episoden.

I Min Læringsplan undersøges:

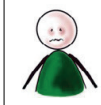
- Borgerens oplevelser af det der skete op til episoden og under selve episoden.
- Borgerens oplevelser af den støtte, som borgeren fik i perioden op til episoden og under selve episoden.
- Borgerens oplevelser med at anvende sine mestringsstrategier i perioden op til episoden og under selve episoden.
- Borgerens ønsker til, hvad der kan gøres næste gang en lignende episode måtte opstå.

Min Læringsplan

Indefra-perspektiv

Navn: _____ Dato: _____

Udfyldt sammen med: _____

	Mine oplevelser af **perioden op til episoden**	Mine oplevelser af **episoden**
Forløb 	Hvad oplevede du, der skete? Hvordan havde du det? Og hvorfor?	Hvad oplevede du, der skete? Hvordan havde du det? Og hvorfor? **3**
Fagprofessionel støtte/netværksstøtte	Hvad gjorde vi, som hjalp dig? Hvad gjorde vi, som ikke hjalp dig?	Hvad gjorde vi, som hjalp dig? Hvad gjorde vi, som ikke hjalp dig? **4**
Mine mestringsstrategier	Hvad gjorde du for at undgå at komme ud i det svære? Hvad har du andre gange gjort?	Hvad gjorde du for at undgå at komme ud i det svære? Hvad har du andre gange gjort? **5**
Fremadrettet	Hvad ønsker du, vi gør sammen næste gang?	Hvad ønsker du, vi gør sammen næste gang? **6**

LA2u materialerne kan downloades gratis på www.sopra.dk
© Sopra

1 **Mine oplevelser af perioden op til episoden:** I den venstre kolonne undersøger borgeren sine oplevelser i perioden op til selve episoden. Det vil typisk være dagene op til episoden, men kan variere fra forløb til forløb.

2 **Mine oplevelser af episoden:** I den højre kolonne undersøger borgeren sine oplevelser under selve episoden.

3 **Forløb:** I den første række undersøger borgeren sine oplevelser af hændelsesforløbet samt egne følelser og indre tilstande undervejs:

- Borgeren undersøger sine oplevelser af, hvad der skete i henholdsvis perioden op til episoden og under selve episoden.
- Borgeren undersøger, hvordan han eller hun havde det undervejs i henholdsvis perioden op til episoden og under selve episoden.

4 **Fagprofessionel støtte/netværksstøtte:** I den anden række undersøger borgeren sine oplevelser af den støtte, borgeren fik fra jer som fagprofessionelle eller andre i borgerens selvvalgte netværk:

- Borgeren undersøger, hvad han eller hun fandt hjælpsomt i henholdsvis perioden op til episoden og under selve episoden.
- Borgeren undersøger, hvad hun eller han ikke fandt hjælpsomt i henholdsvis perioden op til episoden og under selve episoden.

5 **Borgerens mestringsstrategier:** I den tredje række undersøger borgeren sine oplevelser af og tidligere erfaringer med egne mestringsstrategier:

- Borgeren undersøger, hvilke strategier han eller hun anvendte for at mestre henholdsvis perioden op til episoden og selve episoden.
- Borgeren undersøger, hvilke mestringsstrategier hun eller han andre gange har benyttet sig af, som var hjælpsomme for borgeren.

6 **Fremadrettet:** I den fjerde række undersøger borgeren sine ønsker til, hvordan I næste gang kan samarbejde med borgeren, hvis borgeren havner i en voldsom episode eller i situationer, der kan udvikle sig voldsomt. Det kan både handle om:

- Hvilke tegn hos borgeren selv, der er vigtige for borgeren at holde øje med?
- Hvilken støtte borgeren ønsker at få?
- Hvordan borgeren selv kan mestre episoden, og hvordan I som fagprofessionelle kan støtte hende/ham i sin mestring?

Hvordan samarbejder I om Min Læringsplan?

Som fagprofessionelle har I ansvaret for at invitere borgeren til samtaler om Min Læringsplan. Borgeren har indflydelse på, hvem samtalerne skal foregå med, og hvordan de skal tilrettelægges. Gode samtaler kræver nye roller og opgaver, som både borgeren og I skal øve jer på.

Borgerens opgave er blandt andet at:

- Indgå i samtalen roligt og forlade den, hvis roen mistes.
- Være nysgerrig på egne handlinger og intentioner.
- Reflektere med den fagprofessionelle om mestringsstrategier.
- Hjælpe med at identificere hjælpsomme støttestrategier.
- Give feedback på, om de fagprofessionelles strategier styrker og udvikler borgerens mestring.

De fagprofessionelles opgave er blandet andet at:

- Indgå i samtalen nysgerrigt og roligt for at støtte borgerens læring.
- Forblive rolige, selvom borgeren bliver urolig.
- Skabe et trygt rum uden at reaktivere borgerens affekt.
- Aflæse borgerens affekt og bruge Tryghedsplanen for at undgå nye episoder.
- Aftale med borgeren om deltagelse og tilbagetrækning ved høj affekt.
- Støtte borgeren i at forstå episoden og udvikle mestringsstrategier baseret på egne erfaringer.
- Tilbyde et udefra-perspektiv for at udvide borgerens forståelse med faglig viden.

Inden I starter indefra-perspektivsamtaler om Min Læringsplan, bør I overveje, hvordan samtalerne bedst gennemføres. Det er vigtigt at have en "no size fits all" tilgang – altså en forståelse af, at én tilgang ikke passer til alle. Der er mange forskellige måder at gå til samtalerne på, og det er afgørende, at de tilpasses den enkelte borgers præferencer og behov. Borgeren kan have svært ved at tale om en hændt voldsom episode. Det er derfor vigtigt at sikre, at borgeren har indflydelse på, hvordan samtalerne skal foregå.

Hvornår skal samtalen finde sted?

Det er vigtigt, at borgeren har indflydelse på, hvornår samtalen finder sted. De fagprofessionelle har ansvar for at invitere borgeren og planlægge samtalen om læring på et tidspunkt, hvor begge parter kan være nysgerrige og rolige i samtalen.

Det er vigtigt at være opmærksom på, at det kan være nødvendigt for jer som fagprofessionelle at gennemføre en debriefingproces forud for samtalen med borgeren.

Det er ideelt at have samtalen med borgeren om Min Læringsplan først, og lade denne danne grundlag for udarbejdelsen af Læringsplan for fagprofessionelle, fordi I derved er blevet klogere på, hvad der var på spil for borgeren op til og under episoden. Andre gange er det nødvendigt at udarbejde Læringsplan for fagprofessionelle først, fordi I som fagprofessionelle har brug for at blive klogere på egne reaktioner og handlinger, inden I er i stand til at lytte nysgerrigt på borgerens perspektiv. Uanset om I starter med Min læringsplan eller Læringsplan for fagprofessionelle, er det væsentligt at komme omkring begge planer, hvis borgeren har verbalt sprog.

Hvem deltager i samtalen med borgeren?

I bør overveje, hvilke fagprofessionelle der er i stand til at gennemføre indefra-perspektivsamtalen med borgeren på en rolig og nysgerrig måde.

Ofte vil det give en tryghed at det er en fagprofessionel, som ikke har været involveret i episoden, da der ellers kan være øget risiko for, at affekten bliver reaktiveret. Andre gange kan det være en fordel, at det er den eller de samme fagprofessionelle, der har været i episoden, der gennemfører samtalen, da der derved gives mulighed for, at de kan fortælle om intentionerne bag deres handlinger, hvilket kan være hjælpsomt for borgeren at høre.

Læs mere om, hvordan I kan planlægge indefra-perspektivsamtaler i hæfte 5: Gode råd.

Hvordan bruges Min Læringsplan efterfølgende?

Min Læringsplan er først og fremmest borgerens plan. Det er således op til borgeren, hvordan borgeren ønsker at opbevare den eller bruge den.

Den læring, I får gennem udarbejdelsen af Min Læringsplan, kan borgeren sammen med jer bruge som et afsæt til at undersøge og evt. revidere Min Trivselsplan og Min Tryghedsplan.

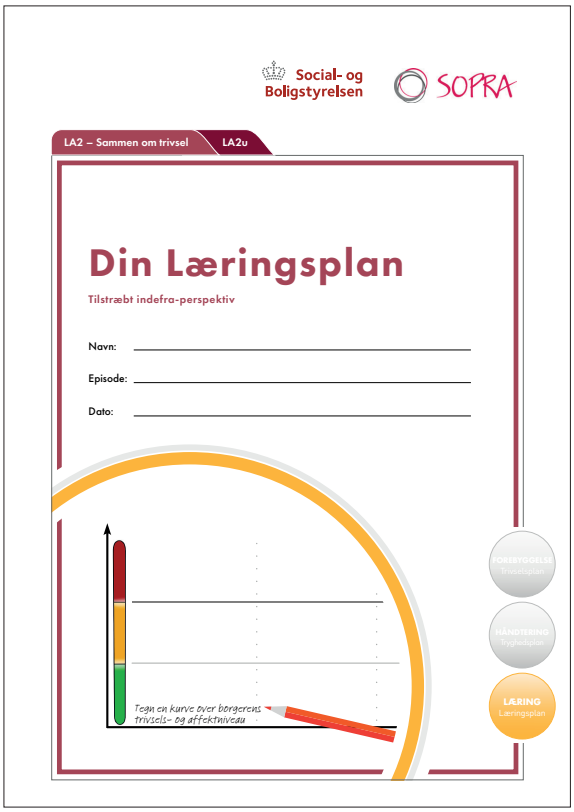
Den læring, I får gennem udarbejdelsen af den venstre kolonne i Min Læringsplan (perioden op til episoden), har betydning for, hvordan I sammen kan forebygge voldsomme episoder ved at fremme borgerens trivsel i hverdagen. Det kan derfor give anledning til at genbesøge Min Trivselsplan sammen. Det kan være, at borgeren er blevet klogere på det, han eller hun gør og mærker i hverdagen, egne trivsels- og mestringsstrategier eller den støtte, som borgeren ønsker i hverdagen.

Den læring, I får gennem udarbejdelsen af den højre kolonne i Min Læringsplan (selve episoden), har betydning for, hvordan I kan samarbejde i situationer, der er ved at udvikle sig voldsomt eller allerede har gjort det. Det kan derfor give anledning til at genbesøge Min Tryghedsplan. Det kan være, at borgeren er blevet klogere på det, han eller hun gør og mærker under affektudbrud, egne mestringsstrategier eller den støtte, som borgeren ønsker under affektudbrud.

Din Læringsplan

I kan her læse om:

- Hvad er Din Læringsplan?
- Hvad indeholder Din Læringsplan?
- Hvad er Undersøgelsesark til Din Læringsplan?
- Hvordan samarbejder I om Din Læringsplan?
- Hvordan bruges Din Læringsplan efterfølgende?



Forsiden på Din Læringsplan

Hvad er Din Læringsplan?

Din Læringsplan er et redskab, som inviterer de fagprofessionelle til at undersøge og udforske borgerens oplevelser under en hændt voldsom episode og i perioden op til episoden. Denne undersøgelse anvender det, vi i LA2u kalder for et tilstræbt indefra-perspektiv.

Din Læringsplan anvendes i forhold til borgere, der har begrænset verbalt sprog eller begrænset sprogforståelse, som gør, at de ikke kan deltage i samtaler om deres oplevelser i forbindelse med en voldsom episode.

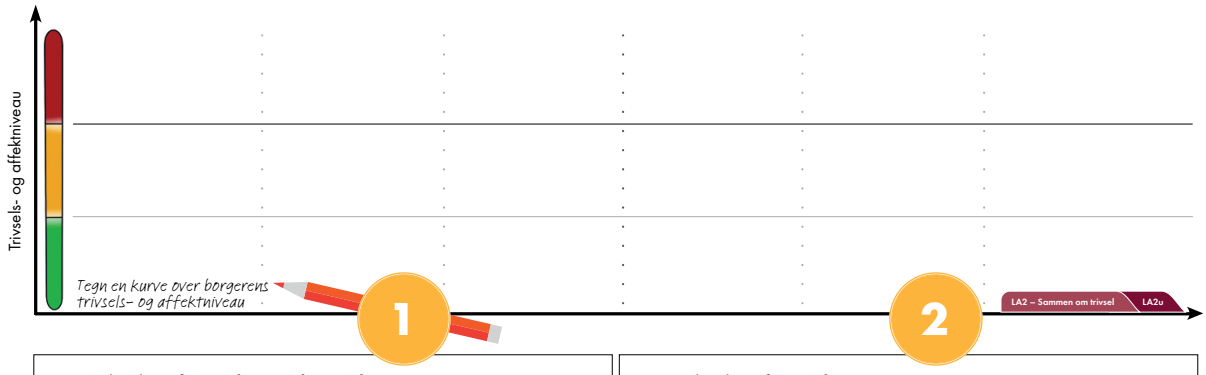
Lejlighedsvis kan Din Læringsplan også supplere borgerens indefra-perspektiv hos borgere med verbalt sprog, hvis samtalemulighederne endnu ikke er til stede. Det er dog vigtigt at bemærke, at Din Læringsplan aldrig bør erstatte samtaler om Min Læringsplan, når borgeren har verbalt sprog, men kan fungere som en overgang til indefra-perspektiv samtaler.

Din Læringsplan

Tilstrøbt indefra-perspektiv

Borgerens navn: _____ Dato: _____

Udfyldt af: _____



	Dine oplevelser af **perioden op til episoden**	Dine oplevelser af **episoden**
Forløb	Hvad mon du oplevede, at der skete? Hvordan mon du havde det? Og hvorfor?	Hvad mon du oplevede, at der skete? Hvordan mon du havde det? Og hvorfor? 3
Fagprofessionel støtte/netværksstøtte	Hvad mon vi gjorde, som hjalp dig? Hvad mon vi gjorde, som ikke hjalp dig?	Hvad mon vi gjorde, som hjalp dig? Hvad mon vi gjorde, som ikke hjalp dig? 4
Dine mestringsstrategier	Hvad gjorde du mon for for at mestre perioden op til episoden? Hvordan mon du oplevede, at det virkede?	Hvad gjorde du mon for for at mestre perioden op til episoden? Hvordan mon du oplevede, at det virkede? 5
Fremadrettet	Hvad vil du mon ønske, at vi gør næste gang?	Hvad vil du mon ønske, at vi gør næste gang? 6

LA2u materialerne kan downloades gratis på www.sopra.dk
© Sopra

Hvad indeholder Din Læringsplan?

Voldsomme episoder må altid forstås og undersøges relationelt og kontekstuelt i en sammenhæng med det, der gik forud for episoden. Din Læringsplan tager derfor udgangspunkt i både den voldsomme episode og i perioden op til episoden.

I Din Læringsplan undersøges:

- Jeres antagelser om borgerens oplevelser op til episoden og under selve episoden.
- Jeres antagelser om borgerens oplevelser af den støtte, borgeren fik i perioden op til episoden og under selve episoden.
- Jeres antagelser om borgerens oplevelser med at anvende egne mestringsstrategier i perioden op til episoden og under selve episoden.
- Jeres antagelser om borgerens ønsker til, hvad der kan gøres næste gang en lignende episode måtte opstå.

1 **Dine oplevelser af perioden op til episoden:** I den venstre kolonne undersøger I jeres antagelser om borgerens oplevelser og tilstande i perioden op til selve episoden. Perioden op til selve episoden vil typisk være dagene op til episoden, men det kan variere fra forløb til forløb.

2 **Dine oplevelser af episoden:** I den højre kolonne undersøger I jeres antagelser om borgerens oplevelser og tilstande under selve episoden.

3 **Forløb:** I den første række undersøger I jeres antagelser om borgerens oplevelser af forløbet:

- I undersøger, hvad borgeren mon oplevede, der skete i henholdsvis perioden op til episoden og under selve episoden. Her sætter I altså særligt fokus på, hvordan hændelsesforløbet så ud fra borgerens perspektiv.
- I undersøger, hvordan borgeren mon havde det i henholdsvis perioden op til episoden og under selve episoden. Her sætter I særligt fokus på borgerens følelser og indre tilstande set i lyset af borgerens oplevelser under hændelsesforløbet.

4 **Fagprofessionel støtte/netværksstøtte:** I den anden række undersøger I jeres antagelser om borgerens oplevelse af den støtte, borgeren fik:

- I undersøger, hvilken støtte borgeren mon oplevede som hjælpsom i henholdsvis perioden op til episoden og under selve episoden.
- I undersøger, hvilken støtte borgeren mon oplevede som ikke hjælpsom i henholdsvis perioden op til episoden og under selve episoden.

5 **Borgerens mestringsstrategier:** I den tredje række undersøger I jeres antagelser om borgerens oplevelser af de mestringsstrategier, som borgeren anvendte i perioden op til episoden og under selve episoden:

- I undersøger, hvilke mestringsstrategier borgeren mon anvendte i henholdsvis perioden op til episoden og under selve episoden.
- I undersøger, hvordan borgeren mon selv oplevede at bruge disse mestringsstrategier. Her sættes fokus på, hvorvidt og hvordan borgeren oplevede strategierne som hjælpsomme.

6 **Fremadrettet:** I den fjerde række uddrages læring på baggrund af den tilvejebragte refleksion. Her undersøger I jeres antagelser om borgerens ønsker til, hvordan I kan støtte borgeren under lignende episoder fremadrettet, i henholdsvis perioden op til episoden og under selve episoden.

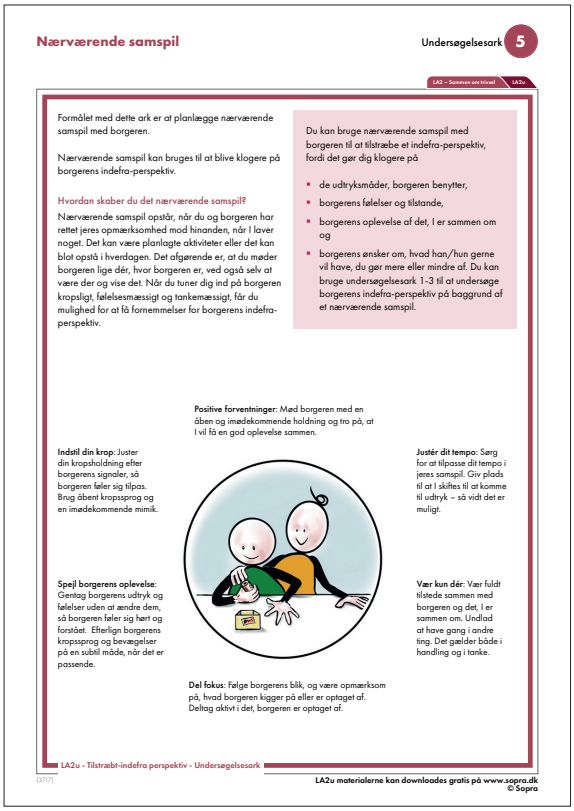
Hvad er Undersøgelsesark til Din Læringsplan

Det anbefales at anvende undersøgelsesarkene til det tilstræbte indefra-perspektiv, inden I samarbejder om Din Læringsplan. Undersøgelsesarkene retter sig både til Trivselsplaner, Trygheds-planer og Læringsplaner. Der er 5 undersøgelsesark:

- Med undersøgelsesark 1 undersøger I jeres iagttagelser af borgeren i konkrete situationer og samspil.
- Med undersøgelsesark 2 undersøger I jeres fornemmelser for borgerens indre tilstande i konkrete i situationer og samspil.
- Med undersøgelsesark 3 deler I jeres erfaringer med borgeren i konkrete situationer og sammenhænge.
- Med undersøgelsesark 4 undersøger I borgerens alternative udtryksformer
- Med undersøgelsesark 5 planlægger I nærværende samspil med borgeren.

I forhold til Din Læringsplan anbefales det at benytte undersøgelsesark 1-4.

Undersøgelsesarkene er alene tænkt som et supplement til Din Læringsplan. I kan også vælge at udarbejde Din Læringsplan uden at anvende undersøgelsesarkene – men vi vil anbefale, at I samarbejder om undersøgelsesarkene, da de hjælper jer med det perspektivskifte, der til tider kan være svært.


Nærværende samspil

Undersøgelsesark 5

LA2 – Sammen om trivsel LA2u

Formålet med dette ark er at planlægge nærværende samspil med borgeren.

Nærværende samspil kan bruges til at blive klogere på borgerens indefra-perspektiv.

Hvordan skaber du det nærværende samspil?

Nærværende samspil opstår, når du og borgeren har rettet jeres opmærksomhed mod hinanden, når I laver noget. Det kan være planlagte aktiviteter eller det kan blot opstå i hverdagen. Det afgørende er, at du møder borgeren lige dér, hvor borgeren er, ved også selv at være der og vise det. Når du tuner dig ind på borgeren kropsligt, følelsesmæssigt og tankemæssigt, får du mulighed for at få fornemmelser for borgerens indefra-perspektiv.

Du kan bruge nærværende samspil med borgeren til at tilstræbe et indefra-perspektiv, fordi det gør dig klogere på

- de udtryksmåder, borgeren benytter,
- borgerens følelser og tilstande,
- borgerens oplevelse af det, I er sammen om og
- borgerens ønsker om, hvad han/hun gerne vil have, du gør mere eller mindre af. Du kan bruge undersøgelsesark 1-3 til at undersøge borgerens indefra-perspektiv på baggrund af et nærværende samspil.

Positive forventninger: Mød borgeren med en åben og imødekommende holdning og tro på, at I vil få en god oplevelse sammen.

Indstil din krop: Juster din kropsholdning efter borgerens signaler, så borgeren føler sig tilpas. Brug åbent kropssprog og en imødekommende mimik.

Justér dit tempo: Sørg for at tilpasse dit tempo i jeres samspil. Giv plads til at I skiftes til at komme til udtryk – så vidt det er muligt.

Spejl borgerens oplevelse: Gentag borgerens udtryk og følelser uden at ændre dem, så borgeren føler sig hørt og forstået. Efterlign borgerens kropssprog og bevægelser på en subtil måde, når det er passende.

Vær kun dér: Vær fuldt tilstede sammen med borgeren og det, I er sammen om. Undlad at have gang i andre ting. Det gælder både i handling og i tanke.

Del fokus: Følge borgerens blik, og være opmærksom på, hvad borgeren kigger på eller er optaget af. Deltag aktivt i det, borgeren er optaget af.

LA2u - Tilstræbt-indefra perspektiv - Undersøgelsesark

(2017)

LA2u materialerne kan downloades gratis på www.sopra.dk

© Sopra

Side fra Undersøgelsesark til Din Trivselsplan

Hvordan samarbejder I om Din Læringsplan?

Læringsplanen udarbejdes i en drøftelse mellem de fagprofessionelle, som har været involveret i den voldsomme episode eller som har kendskab til borgerens trivsel i perioden op til episoden. Det bør derfor overvejes, hvem de involverede fagpersoner er i det konkrete tilfælde:

- Hvem har været direkte involveret i episoden?
- Hvem kan bidrage med viden om, hvad der er gået forud for episoden?
- Hvem har anden viden af relevans for drøftelsen af episoden?

Det er vigtigt, at Din Læringsplan er beskrivende og åben for forskellige tolkninger og forståelser af borgerens indefra-perspektiv. Hvis Din Læringsplan reduceres til enkle konklusioner og simple forståelser, er der forøget risiko for, at I overser noget afgørende. Det kan derfor være relevant at andre fagprofessionelle fra teamet, der har et godt kendskab til borgerens tegn, tilstande og oplevelser fra andre situationer, deltager i udarbejdelsen af Din Læringsplan.

I samarbejder om Din Læringsplan gennem systematisk refleksiv praksis (læs mere om dette i hæfte 1). Denne praksis indebærer, at I løbende deler jeres iagttagelser og hypoteser omkring episoden, og at I samarbejder om at udvikle fælles forståelse for det, der skete.

Det gør I ved, at I som fagprofessionelle:

- Lytter til de forskellige faglige stemmer og perspektiver i rummet.
- Deler tvivl og fejl og modtager det konstruktivt.
- Nysgerrigt undersøger og udfolder forskelligheder i jeres antagelser og perspektiver.

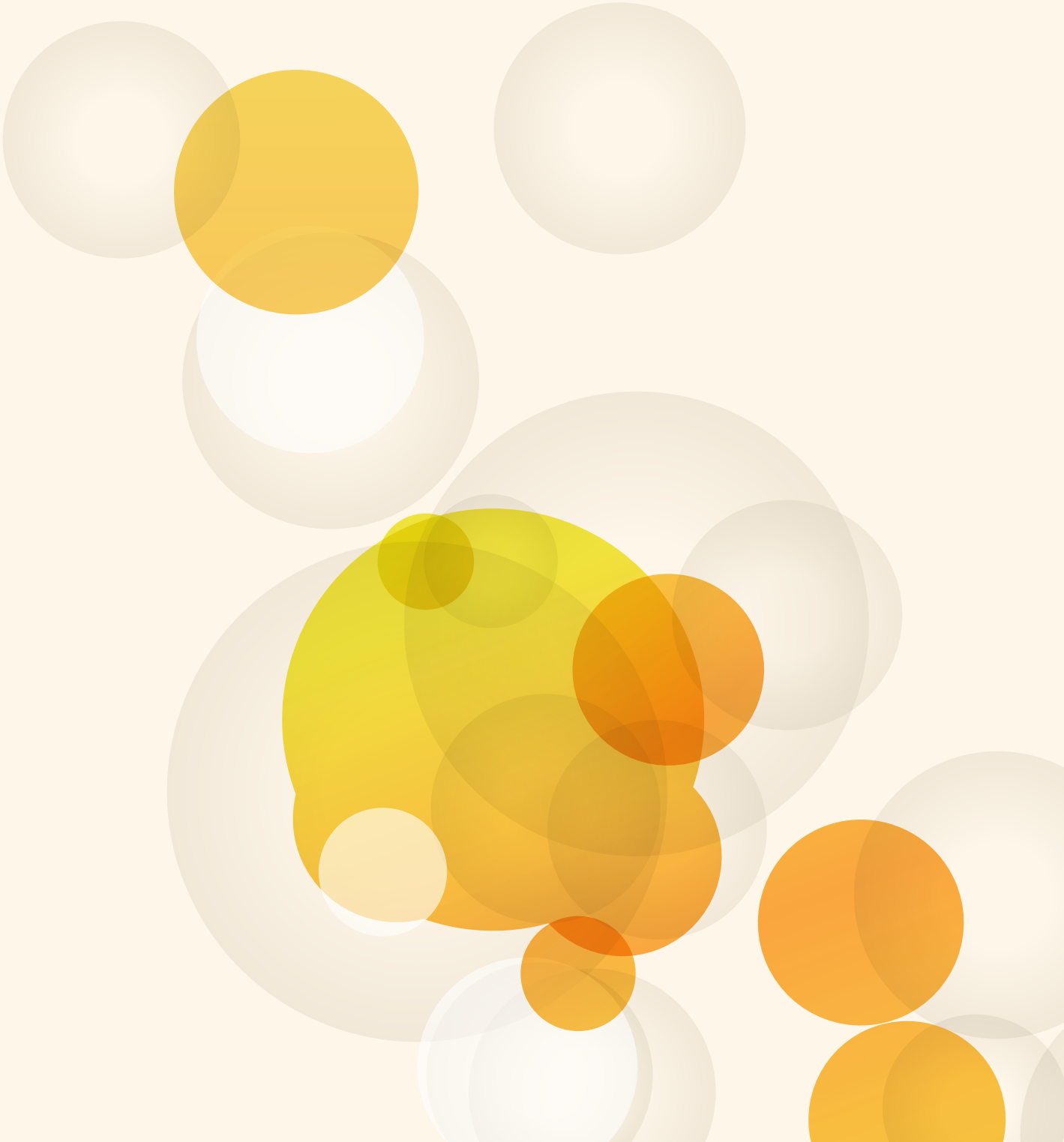
Det anbefales, at I læser om konkrete anbefalinger til, hvordan I tilstræber borgerens indefra-perspektiv kollegialt i hæfte 5: Gode råd.

Hvordan bruges Din Læringsplan efterfølgende?

Din Læringsplan er først og fremmest et refleksionsredskab til at skabe drøftelser om jeres antagelser om borgerens indefra-perspektiv.

Din Læringsplan har stor betydning for at skabe fælles forståelser for, hvordan borgere med begrænset sprog og/eller begrænset sprogforståelse mon oplevede en hændt voldsom episode. Din Læringsplan kan bidrage med nye forståelser for, hvad borgeren oplever giver tryghed, samt udvikling og afprøvning af, hvordan de fagprofessionelle kan understøtte borgerens ønsker til at mestre situationer selv.

I bruger derfor Din Læringsplan som et refleksionsredskab. Planen bruges også som et afsæt til at udarbejde Læringsplan for fagprofessionelle i forhold til borgere med begrænset verbalt sprog og/eller begrænset sprogforståelse.



Læringsplan for fagprofessionelle

I kan her læse om:

- Hvad er Læringsplan for fagprofessionelle?
- Hvad indeholder Læringsplan for fagprofessionelle?
- Hvordan samarbejder I om Læringsplan for fagprofessionelle?
- Hvordan bruges Læringsplan for fagprofessionelle efterfølgende?

Forsiden på Læringsplan for fagprofessionelle

Hvad er Læringsplan for fagprofessionelle?

Læringsplan for fagprofessionelle er et redskab, som inviterer jer som fagprofessionelle til at undersøge en hændt voldsom episode, så der kan uddrages læring af, hvordan voldsomme episoder kan forebygges eller håndteres i fremtiden.

Hvad indeholder Læringsplan for fagprofessionelle?

Voldsomme episoder må altid forstås og undersøges relationelt, kontekstuelt og i sammenhæng med det, der gik forud for episoden. Jeres drøftelser om Læringsplan for fagprofessionelle tager derfor udgangspunkt i både den voldsomme episode og i perioden op til episoden.

I Læringsplan for fagprofessionelle undersøges:

- Jeres oplevelser af, hvad der skete i perioden op til episoden og under selve episoden.
- Jeres oplevelser af den støtte, borgeren fik i perioden op til episoden og under selve episoden.
- Jeres oplevelser af de mestringsstrategier, borgeren anvendte i perioden op til episoden og under selve episoden.
- Et fremadrettet blik på, hvad der kan gøres næste gang.

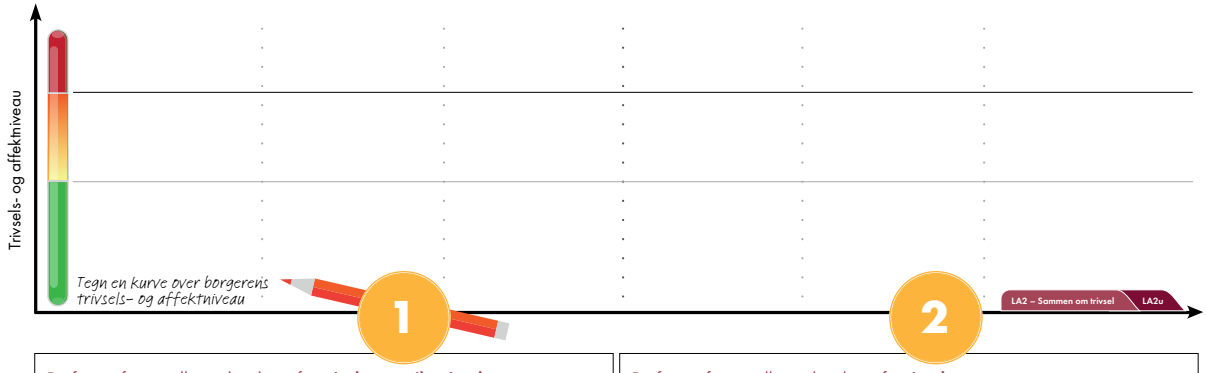
Der er også spørgsmål i Læringsplan for fagprofessionelle, der inddrager borgerens indefra-perspektiv på den voldsomme episode. Hvis der forinden er udarbejdet en Min Læringsplan eller Din Læringsplan, understøtter disse jeres besvarelse af spørgsmålene om borgerens oplevelse i Læringsplan for fagprofessionelle.

Læringsplan for fagprofessionelle

Udefra-perspektiv

Borgerens navn: _____ Dato: _____

Udfyldt af: _____



	De fagprofessionelles oplevelser af **perioden op til episoden**	De fagprofessionelles oplevelser af **episoden**
Forløb	Hvad oplevede vi, der skete? Hvilke antagelser har vi om, hvordan borgeren havde det? Og hvorfor?	Hvad oplevede vi, der skete? Hvilke antagelser har vi om, hvordan borgeren havde det? Og hvorfor? 3
Fagprofessionel støtte/netværksstøtte	Hvad gjorde vi, som vi oplevede, var hjælpsomt for borgeren? Hvad gjorde vi, som vi oplevede, ikke var hjælpsomt for borgeren?	Hvad gjorde vi, som vi oplevede, var hjælpsomt for borgeren? Hvad gjorde vi, som vi oplevede, ikke var hjælpsomt for borgeren? 4
Borgerens mestringsstrategier	Hvad gjorde borgeren for at mestre i perioden op til episoden? Hvordan har vi tidligere støttet borgeren i at anvende sine mestringsstrategier?	Hvad gjorde borgeren for at mestre i episoden? Hvordan har vi tidligere støttet borgeren i at anvende sine mestringsstrategier? 5
Fremadrettet	Hvad vil borgeren mon ønske, vi gør næste gang? Hvad vil vi gøre næste gang?	Hvad vil borgeren mon ønske, vi gør næste gang? Hvad vil vi gøre næste gang? 6

LA2u materialerne kan downloades gratis på www.sopra.dk
© Sopra

1 **De fagprofessionelles oplevelser af perioden op til episoden:** I den venstre kolonne undersøges hændelsesforløbet op til selve episoden. Det vil typisk være dagene op til episoden, men kan variere fra forløb til forløb.

2 **De fagprofessionelles oplevelser af episoden:** I den højre kolonne undersøges selve episoden.

3 **Forløb:** I den første række undersøger I forløbet op til episoden og selve episoden:

- I undersøger først jeres oplevelser af, hvad der skete i henholdsvis perioden op til episoden og under selve episoden. Her beskriver I jeres egne udefra-perspektiver på hændelsesforløbet.
- I undersøger efterfølgende, hvordan borgeren havde det i perioden op til episoden og under selve episoden og hvorfor. Her kan I hente viden fra Min Læringsplan eller fra Din Læringsplan, hvis en af disse er udarbejdet. Hvis de ikke er udarbejdet, undersøger I jeres antagelser om, hvordan borgeren havde det.

4 **Fagprofessionel støtte/netværksstøtte:** I den anden række undersøger I den støtte, borgeren fik i perioden op til episoden og under selve episoden. Det kan både være støtte fra jer som fagprofessionelle og evt. støtte fra andre i borgerens netværk:

- I undersøger den støtte, som I oplevede som hjælpsom for borgeren.
- I undersøger den støtte, som I ikke oplevede som hjælpsom for borgeren.

5 **Borgerens mestringsstrategier:** I den tredje række undersøger I borgerens mestringsstrategier i perioden op til episoden og under selve episoden:

- I undersøger, hvilke mestringsstrategier borgeren anvendte i henholdsvis perioden op til episoden og under selve episoden.
- I undersøger, hvordan I andre gange er lykkes med at støtte borgeren i at anvende sine mestringsstrategier

6 **Fremadrettet:** I den fjerde række uddrager I læring på baggrund af den tilvejebragte refleksion med henblik på at undersøge, hvordan I kan støtte borgeren under lignende episoder fremadrettet:

- I undersøger, hvad borgeren mon ønsker, at I gør næste gang i henholdsvis perioden op til episoden og under selve episoden. Her kan I hente viden fra Min Læringsplan eller fra Din Læringsplan, hvis en af disse er udarbejdet. Hvis de ikke er udarbejdet, undersøger I jeres antagelser om borgerens ønsker.
- På baggrund af borgerens ønsker og den tilvejebragte viden, undersøger I jeres egne udefra-perspektiver på, hvad I ønsker at gøre næste gang i henholdsvis perioden op til episoden og under selve episoden.

Undersøgelsesark til Læringsplan for fagprofessionelle

Der er ikke udarbejdet selvstændige Undersøgelsesark til Læringsplan for fagprofessionelle.

Hvis I finder anledning til at undersøge den hændte episode yderligere, anbefales det at benytte Undersøgelsesarkene til Tryghedsplan for fagprofessionelle.

Hvordan samarbejder I om Læringsplan for fagprofessionelle?

Læringsplanen udarbejdes i en drøftelse mellem de fagprofessionelle, som har været involveret i den voldsomme episode eller har kendskab til borgerens trivsel i perioden op til episoden. Det bør derfor overvejes, hvem de involverede fagpersoner er i det konkrete tilfælde:

- Hvem har været direkte involveret i episoden?
- Hvem kan bidrage med viden om, hvad der er gået forud for episoden?
- Hvem har anden viden af relevans for drøftelsen af episoden?

Det er vigtigt, at det ikke er den enkelte fagprofessionelles individuelle læring, som definerer de fagprofessionelles læringsplan. Læringsplanen handler om at skabe læring for hele teamet.

Der er derfor behov for et rum med psykologisk tryghed, så den enkelte fagperson kan stille sine tvivl, efterrefleksioner og erkendelser til rådighed for det faglige fællesskab til brug for fælles læring.

Når I samarbejder om Læringsplan for fagprofessionelle, sker det gennem systematisk refleksiv praksis (læs mere om dette i hæfte 1). Denne praksis indebærer, at I løbende deler jeres iagttagelser og hypoteser omkring episoden, og at I samarbejder om at udvikle fælles forståelse af det, der skete.

Det gør I ved, at I som fagprofessionelle:

- Lytter til de forskellige faglige stemmer og perspektiver i rummet.
- Deler tvivl og fejl og modtager det konstruktivt.
- Nysgerrigt undersøger og udfolder forskelligheder i jeres antagelser og perspektiver.

Når I samarbejder om at udarbejde Læringsplan for fagprofessionelle, er det en god idé at starte med at vende tilbage til borgerens aktuelle Min Læringsplan eller Din Læringsplan. Dette sikrer, at borgerens egne oplevelser, ønsker og strategier bliver det centrale udgangspunkt for jeres undersøgelse.

Læs mere om konkrete anbefalinger til, hvordan I samarbejder kollegialt i hæfte 5: Gode råd.

Hvordan bruges Læringsplan for fagprofessionelle efterfølgende?

Læringsplan for fagprofessionelle er et redskab, der bruges til at reflektere over og forbedre jeres praksis efter en voldsom episode. Planen understøtter både forebyggelse af fremtidige episoder og håndtering af de episoder, der alligevel måtte opstå. Læringsplanen har flere konkrete anvendelsesmuligheder:

Forebyggelse af voldsomme episoder

Gennem analysen af forløbet op til episoden i Læringsplanen kan I identificere tegn, der kan indikere risiko for fremtidige episoder. Dette gør det muligt at implementere forebyggende tiltag, der kan reducere risikoen for gentagelse af lignende situationer og dermed skabe et mere stabilt og trygt levemiljø for borgeren. Læringsplan for fagprofessionelle kan således bruges til at opdatere Trivselsplan for fagprofessionelle.

Håndtering af voldsomme episoder

Indsigterne fra selve episoden giver jer mulighed for at forbedre jeres håndtering af lignende situationer fremover. Ved at justere jeres metoder og tilgange baseret på læringen fra Læringsplanen, kan I håndtere episoder mere hjælpsomt og minimere den negative indvirkning på både borgeren og de fagprofessionelle. Læringsplan for fagprofessionelle kan således bruges til at opdatere Tryghedsplan for fagprofessionelle.

Inddragelse af borgerens indefra-perspektiv

Læringsplanen inddrager borgerens indefra-perspektiv eller tilstræbte indefra-perspektiver, hvilket sikrer, at jeres tiltag er i overensstemmelse med borgerens erfaringer og ønsker. Dette fremmer en recovery-orienteret tilgang, hvor borgerens stemme er central i udviklingen af nye strategier og tiltag, der understøtter hendes eller hans trivsel og tryghed.

Styrkelse af samarbejdet med netværk

Læringsplanen kan anvendes til at forbedre samarbejdet med borgerens pårørende og netværk. Ved at dele læringen fra planen kan alle involverede parter arbejde mere hjælpsomt sammen om at støtte borgerens trivsel og tryghed. Dette skaber en sammenhængende og helhedsorienteret indsats, hvor pårørende og andre i borgerens liv bliver en aktiv del af processen.

Yderligere perspektiver og udvikling

Læringsplanen kan rejse nye spørgsmål og perspektiver, som kan føre til yderligere undersøgelser og samtaler med borgeren. Dette kan inkludere en ny samtale om Min Læringsplan eller brug af Din Læringsplan, hvis borgeren har begrænset verbalt sprog eller sprogforståelse. Dette sikrer, at borgerens indefra-perspektiv altid er i fokus og integreret i jeres faglige arbejde.

Dokumentation og opfølgning

Det er vigtigt at dokumentere den læring og de ændringer, der opstår gennem Læringsplanen. Denne dokumentation kan bruges til at følge op på nye tiltag og sikre, at de har den ønskede effekt. Regelmæssig opfølgning hjælper med at holde fokus på borgerens trivsel og tryghed samt at sikre, at de nye strategier bliver vedligeholdt og tilpasset efter behov.

Samarbejde og vidensdeling internt

Læringsplanen fremmer også internt samarbejde og vidensdeling blandt de fagprofessionelle. Ved at dele erfaringer og indsigter fra planen kan hele teamet lære af hinandens oplevelser og styrke deres fælles kompetencer. Dette skaber et stærkere fagligt fællesskab, hvor alle arbejder sammen om at forbedre borgerens trivsel og tryghed.

Implementering af nye tiltag

Efter at have identificeret områder til forbedring gennem Læringsplanen, kan I implementere nye tiltag og strategier i jeres daglige arbejde. Dette kan inkludere ændringer i arbejdsrutiner eller justeringer i den måde, I kommunikerer og samarbejder med borgeren på. Implementeringen af disse tiltag og organisatoriske forandringer skal ske systematisk og med løbende evaluering for at sikre at de er hjælpsomme for borgeren.

Principper for Læringsplaner

I arbejdet med LA2 og LA2u er der otte centrale principper, der vejleder samarbejdet om at fremme trivsel og forebygge voldsomme episoder. Disse principper udpeger det virksomme i metoden og beskriver, hvordan I bedst kan arbejde med de tre faser: Forebyggelse, Håndtering og Læring.

De første tre principper er tæt forbundet med hver af de tre faser i LA2 og LA2u:

1 Forebyggelse: Arbejd forebyggende ved at bruge Trivselsplaner i hverdagen for at styrke borgerens trivsel og mindske risikoen for voldsomme episoder.

2 Håndtering: Håndtér og mestr voldsomme episoder ved hjælp af Tryghedsplaner, som anvendes i situationer med voldsomme affektudbrud for at skabe tryghed og stabilitet.

3 Læring: Anvend Læringsplaner til at reflektere over tidligere episoder og brug erfaringerne til at udvikle nye tilgange, der kan forbedre fremtidig praksis.

Ud over disse tre principper er der yderligere fem principper, som understøtter arbejdet på tværs af alle faserne. I det følgende beskriver vi de fem sidste principper i forhold til læringsfasen og giver konkrete eksempler på deres anvendelse i praksis.

4 Borgerens indefra-perspektiv: Undersøg borgerens egne oplevelser og brug dette som grundlag for fælles læring og udvikling af fælles faglige tilgange.

I undersøger borgerens oplevelser og intentioner under den voldsomme episode. Dette gøres ved at benytte Min Læringsplan eller Din Læringsplan. Denne undersøgelse bruges efterfølgende som afsæt for refleksion og læring mellem jer fagprofessionelle. Derved sikrer I, at borgerens stemme er central i udviklingen af nye strategier og tiltag, der understøtter hendes eller hans trivsel og tryghed.

Eksempel: Karla bor på bostedet Lille Magle og ender i perioder i voldsomme episoder med de fagprofessionelle.

Torsdag morgen opstår der en voldsom episode med Karla, hvor hun bliver meget vred på to mandlige medbeboere. De fagprofessionelle Torben og Vicki er nødt til at gå imellem dem, da det er ved at udvikle sig fysisk. Karla reagerer ved at slå ud efter Torben. Hun forlader fællesrummet grædende og meget oprevet.

Vicki og Torben gennemfører en debriefing sammen med deres teamleder Hanne. Vicki og Torben er begge overraskede over, hvordan situationen kunne udvikle sig så voldsomt.

De aftaler, at Hanne og Vicki inviterer Karla til en indefra-perspektiv samtale for at undersøge hendes oplevelser op til episoden og under selve episoden. Sidst på eftermiddagen er Karla klar til at tale med dem. Under samtalen fortæller Karla blandt andet, at hun bliver ked af, at de driller hende, og hun oplever "(...) at medarbejderne gør ingenting". Imens Hanne og Vicki taler med Karla, udfylder de Karlas Min Læringsplan. Karla får Min Læringsplan med sig, efter Hanne har taget en kopi af den.

Dagen efter reflekterer Vicki, Torben og Hanne over Karlas Min Læringsplan. De undersøger også deres eget perspektiv på, hvorvidt og hvordan den støtte, de har givet, har været hjælpsom for Karla. De taler blandt andet om, hvordan de kan støtte Karla anderledes. De skriver deres refleksioner ind i Læringsplan for fagprofessionelle.

Du kan se den udarbejdede Læringsplan for fagprofessionelle for Karla i bilag 3

5 Dialogisk: Lyt og vær nysgerrig på borgerens erfaringer, og udforsk sammen nye muligheder og forståelser.

En dialogisk tilgang muliggør, at borgeren får mulighed for at udforske den voldsomme episode sammen med jer, og I derved opnår fælles forståelse for episoden. Ved at lytte nysgerrigt til borgerens oplevelser og erfaringer fra en voldsom episode opnås en dybere indsigt i borgerens oplevelser, intentioner og ønsker.

Det handler således ikke om at bedømme borgerens handlinger eller vurdere en borgers evne til at kontrollere sig selv. Det handler i stedet om at undersøge borgerens indefra-perspektiv på, hvilke strategier og hvilken støtte der var en hjælp for borgeren, og om borgeren har blik for alternative handlemuligheder. Til det bruges Min Læringsplan.

Eksempel: **Jens bor på bostedet Granlunden.**

Fredag går det hele i koks, da Gitte fortæller Jens, at han alligevel ikke kan komme hjem til sine forældre i weekenden pga. sygdom derhjemme. Jens bliver vred. Det udvikler sig voldsomt, og han skærer sig blandt andet med noget glas. Gitte bliver overrasket over Jens' reaktion og er en smule chokeret over episoden. Efterfølgende får hun den tanke, at hun måske skulle have håndteret situationen anderledes. Det gik for stærkt.

Jens isolerer sig det meste af lørdagen, og selvom han er med til aftenhygge lørdag aften, siger han kun få ord. Søndag er Jens dog igen mere åben, og Gitte benytter lejligheden til at invitere Jens til en indefra-perspektivsamtale.

I samtalen med Jens er hun meget opmærksom på ikke at lade hendes egne følelser styre samtalens indhold, og hun arbejder bevidst på at undlade at bedømme eller vurdere Jens' handlinger. Gitte øver sig på at spørge nysgerrigt ind til Jens' oplevelser. Gitte ved, at det er særlig vigtigt at gøre i samtaler med Jens, da han let føler skyld og skam, som gør, at det er svært for ham at tale om.

Under samtalen fylder selve episoden med Gitte faktisk ikke så meget for Jens. Jens får fortalt, at han har haft en svær uge. Han sover dårligt, og Sofia, Jens' kontaktperson, har ferie hele ugen. Han savner hende, særligt når de andre gør tingene helt anderledes. Det, der særligt fylder hos Jens, er, når han i løbet af ugen ikke ved, hvad der skal ske, når alt laves om, og han kan ikke følge med. Samtalen går langsomt. De kommer frem til at Jens faktisk – på sin egen måde – havde spurgt om hjælp allerede om onsdagen, men desværre ikke fik den.

Der bliver holdt mange pauser i samtalen. Pludselig kigger Jens op på Gitte og fortæller, at personalet faktisk gjorde noget, der var rigtig godt. Når han blev frustreret, var personalet sammen med ham på en stille måde. Det hjalp, synes Jens.

Meget af dette var nyt for Gitte. Gitte skriver Jens' oplevelser og fremadrettede ønsker ind i Jens' Min Læringsplan. De bliver enige om, at det her er en god måde at tale sammen på, hvis der en anden gang skulle være noget.

Du kan se den udarbejdede Min Læringsplan for Jens i bilag 1

6 Nonverbalt undersøgende: Forhold jer åbent og nysgerrigt til borgerens nonverbale kommunikation.

Når borgerens evne til at udtrykke sig verbalt er begrænset, bliver den nonverbale kommunikation en afgørende kilde til forståelse af den hændte voldsomme episode. En åben og nysgerrig tilgang til borgerens nonverbale kommunikation under den voldsomme episode, og perioden der gik forud, styrker jeres antagelser om borgerens oplevelser, intentioner og ønsker. Til denne proces anvender I Din Læringsplan.

Eksempel: Abdi bor på bostedet Kløverengen. Abdi har begrænset verbalt sprog, men bruger mange lyde og har et aktivt kropssprog.

Abdi var i en voldsom episode om torsdagen. Han råbte meget højt i sin lejlighed, og da de fagprofessionelle fik lukket sig ind, havde Abdi allerede revet sig selv voldsomt. De fagprofessionelle havde svært ved at få ro på Abdi. Han gik længe forvirret rundt i lejligheden. Det var svært for dem at tolke hans lyde, men de fornemmede, at noget tydeligvis ikke var løst for Abdi.

Det er nu fredag, og de fagprofessionelle beslutter sig for at udarbejde en læringsplan i forhold til episoden. Næsten hele teamet omkring Abdi er til stede. Der er både de medarbejdere, der var på arbejde om torsdagen, og medarbejdere, der var sammen med Abdi tidligere på ugen.

De fagprofessionelle tager udgangspunkt i Din Læringsplan. De starter med at undersøge perioden op til episoden ved at gennemgå ugens hændelser systematisk. De medarbejdere, der var på arbejde om mandagen, begynder. Sammen undersøger teamet de samspil, som de enkelte medarbejdere havde med Abdi i løbet af dagen. Undervejs deler medarbejderne både deres iagttagelser og de fornemmelser, de havde, da de var sammen med Abdi. På den baggrund undersøger gruppen deres antagelser om, hvordan Abdi mon havde det i perioden op til episoden.

Gruppen antager umiddelbart, at Abdi var i trivsel, og at han reagerede overvejende positivt på den støtte, han fik. De antager, at han var glad og fandt ro, selv i situationer som ellers kan udfordre ham.

Karen er en relativ ny medarbejder i gruppen. Da gruppen gennemgår onsdagen, fortæller hun, at Abdi havde det rigtig godt. Karen og Abdi ryddede hele hans lejlighed op. Han blev dog træt undervejs. Karen skiftede også hans gamle prinsessekrone ud, da hun havde købt en ny fin én til ham. Kronen er særlig betydningsfuld for Abdi.

Teamet drøfter nu, hvorvidt det kunne være en udløsende årsag, at Abdi ikke har kunnet finde sin prinsessekrone om fredagen, som han ellers holder af at gå med. Det er ikke entydigt, men det passer sammen med de udtryksmåder, Abdi havde om fredagen. Det er gruppens for nuværende bedste bud. Gruppen taler om, at de måske skal undlade at udskifte og købe ting til Abdi, uden at han er til stede og er en del af processen. De skriver deres overvejelser ind i Din Læringsplan.

Du kan se den udarbejdede Din Læringsplan for Abdi i bilag 2

7 Fælles faglige tilgange: Skab fælles faglige tilgange ved at inddrage hinandens perspektiver og erfaringer.

Ved at inddrage hinandens perspektiver og erfaringer, styrker I jeres fælles forståelser af den hændte voldsomme episode. I deler jeres oplevelser og iagttagelser af perioden op til episoden og selve episoden. I lytter til hinanden for at forstå hinanden og for at lade jer flytte af hinandens erfaringer og perspektiver. Til dette bruger I Læringsplan for fagprofessionelle.

Fælles forståelse af den voldsomme episode danner grundlag for udvikling af fælles faglige tilgange til forebyggelse og håndtering af lignende episoder fremadrettet.

Eksempel: **Sofie har boet på Skovly i kort tid.**

Sofie havde et affektudbrud tirsdag eftermiddag, efter hun var kommet hjem fra beskæftigelse. Hun blev vred på personalet og kastede med en kaffekop, hvorefter hun forlod fællesrummet og gik grædende ned i egen lejlighed.

Michael og Tina, som er del af teamet omkring Sofie, havde senere samme dag en indefra-perspektivsamtale om episoden med Sofie. Her fortalte Sofie, at det havde været en svær dag i beskæftigelse, og at hun oplevede at blive talt vredt til af de fagprofessionelle, da hun kom ind i fællesrummet efter arbejde. Hun fortalte også, at hun er træt for tiden.

Det er nu mandag og teamet afholder et fagligt samarbejdsmøde. Teamet starter med at undersøge Sofies Min Læringsplan. Efterfølgende deler de fagprofessionelle i teamet deres egne oplevelser af den voldsomme episode ved at tage runder og lytte til hinanden.

De fagprofessionelle, som var til stede under selve episoden, fortæller om deres oplevelser, mens de andre lytter. I samarbejdet bliver de særlig opmærksomme på Sofies oplevelse af at blive talt hårdt til. De taler derfor om deres egne oplevelser af kommunikationen med Sofie. Der er meget forskellige perspektiver på det i teamet, og de fagprofessionelle er derfor optaget af at blive klogere ved at lytte til hinandens oplevelser og erfaringer. Dagens facilitator sørger for, at der bliver kastet lys på alle perspektiver.

De fagprofessionelle kan dog ikke genkende sig selv i at tale hårdt til Sofie, men tænker, at hun har oplevet det sådan, fordi de fagprofessionelle gav hende beskeder, lige efter hun var trådt ind ad døren. I teamet kommer de blandt andet frem til, at det vil være bedre fremadrettet at undlade at bede Sofie om at hænge sin jakke op mv, når hun lige er kommet hjem efter en lang dag i beskæftigelse. I stedet vil de hjælpe hende med at finde lidt ro først over en kop te eller en cola. De skriver deres refleksioner ind i Læringsplan for fagprofessionelle.

8 Systematisk: Samarbejd løbende og systematisk både med borgeren og hinanden om Læringsplanerne

Ved at samarbejde løbende og systematisk med borgeren og hinanden, sikrer I, at Læringsplanerne bidrager til ny viden, der afspejler de situationer, borgeren og I som fagprofessionelle havner i.

Hvad, der gør, at borgere og I som fagprofessionelle ender i en voldsom episode, forandrer sig løbende over tid, ligesom jeres forståelser og tilgange til borgeren kan forandre sig over tid. Drøftelserne om Læringsplaner gør det muligt at følge udviklingen og vedligeholde den fælles forståelse af borgerens trivsel og tryghed både med borgeren og med hinanden.

Eksempel: Henrik bor på bostedet Møllehaven. Han har begrænset verbalt sprog og begrænset sprogforståelse.

Det er egentlig længe siden, at Henrik har haft et affektudbrud, men i den senere tid har der været flere, ligesom de har en højere intensitet end tidligere. Derfor kommer det også bag på Camilla, da en normalvis banal misforståelse på badeværelset udvikler sig voldsomt denne eftermiddag.

Camilla og hendes kolleger udarbejder derfor først en Din Læringsplan, hvor de er nysgerrige på, hvordan Henrik mon selv oplevede episoden på badeværelset. Her bliver det blandt andet tydeligt, at Henrik har flere rygsmerter end normalt.

Bagefter udarbejder Camilla sammen med hele teamet en Læringsplan for fagprofessionelle, hvor de undersøger deres eget perspektiv på episoden. Henriks hverdag har ændret sig. Henrik er kommet på nedsat tid i beskæftigelsestilbuddet, og på bostedet er der kommet en del ny personale. Det er tydeligt for gruppen, at alt dette påvirkede Henriks trivsel op til episoden.

Da teamet er færdige med at udarbejde Læringsplan for fagprofessionelle, drøfter de, hvordan de fremadrettet vil støtte Henrik i sin ændrede hverdag. Det gør de ved at genbesøge og opdatere de Trivselsplaner og Tryghedsplaner, som de tidligere har udarbejdet. De udarbejdede Læringsplaner hjælper således teamet med at styrke indsatsen til Henrik fremadrettet.

Læs Mere

Du kan læse mere om LA2 og LA2u i de øvrige hæfter i Metodehåndbogen:

- **Hæfte 1:** Her kan du læse en introduktion til metoden LA2 og LA2u. Hæftet giver en indføring i den historiske og teoretiske baggrund bag LA2 og LA2u samt de resultater metoden har vist. I hæftet kan du også få et overblik over redskaberne i LA2 og LA2u, og hvordan der arbejdes med dem.

- **Hæfte 2:** Her kan du læse om Trivselsplaner og forebyggelsesfasen i metoden LA2 og LA2u. Hæftet giver en grundig indføring i, hvordan de fagprofessionelle kan anvende Trivselsplaner med henblik på at fremme trivsel og forebygge voldsomme episoder.

- **Hæfte 3:** Her kan du læse om Tryghedsplaner og håndteringsfasen i metoden LA2 og LA2u. Hæftet giver en grundig indføring i, hvordan de fagprofessionelle kan anvende Tryghedsplaner med henblik på at håndtere voldsomme episoder.

- **Hæfte 5:** Her kan du læse om en række gode råd til samtaler, samspil og samarbejde i LA2 og LA2u. Hæftet giver en række en konkrete råd til, hvordan de fagprofessionelle har samtaler og samspil med borgeren og kollegialt samarbejde med hinanden.

- **Hæfte 6:** Her kan du læse om en række centrale begreber i LA2 og LA2u. Hæftet giver et indblik i det teoretiske fundament, som metoden hviler på.

Download af materialer og programmer

Alle LA2 og LA2u materialer kan downloades på www.sopra.dk. De kan enten udskrives på papir, eller de kan bruges som skrivbare PDF-dokumenter.

For at Trivsels-, Trygheds- og Læringsplaner samt understøttende materialer skal fungere korrekt, når du arbejder med dem elektronisk, skal du bruge Acrobat Reader.

Bilag

Bilag 1: Min Læringsplan (Jens)

Se case side 30

Min Læringsplan

Indefra-perspektiv

Navn: Jens

Udfyldt sammen med: Gitte

Dato: 21. oktober 2024

	Mine oplevelser af **perioden op til episoden**	Mine oplevelser af **episoden**
Forløb	**Hvad oplevede du, der skete?** Sofia holder ferie hele ugen. Jeg sover dårligt i lang tid. Jeg har svært ved at følge med, når de andre gør tingene på andre måder. Der bliver lavet om på alt hele ugen. Jeg brugte lang tid på selv at pakke min weekendtaske. **Hvordan havde du det? Og hvorfor?** Jeg tror ikke jeg kan klare det - altså komme igennem ugen. jeg er forvirret, irriteret og træt. Jeg glæder mig til at komme hjem til mine forældre i weekenden og slappe af.	**Hvad oplevede du, der skete?** Gitte fortæller mig, at jeg ikke kan komme hjem til mine forældre og Tudse i weekenden, fordi de er syge. Det hele kokser for mig, jeg råber grimme ting og jeg kaster et glas i gulvet. Jeg tager fat om et af glasskårene og skærer mig med det. **Hvordan havde du det? Og hvorfor?** Jeg blev ked af, at jeg ikke skal hjem til mor, far og Tudse. Jeg havde glædet mig hele ugen, og jeg har brug for at komme hjem til dem og slappe af.
Fagprofessionel støtte/netværksstøtte	**Hvad gjorde vi, som hjalp dig?** **Hvad gjorde vi, som ikke hjalp dig?** I lavede om i min ugeplan, I gør det hele på en anden måde, I giver mig for lidt tid, I vækker mig for tidligt. Jeg fik ikke hjælp til at ringe til min mor i onsdags- I skal være der imens.	**Hvad gjorde vi, som hjalp dig?** I var stille og rolige. I lyttede til mig, selvom jeg ikke talte pænt. **Hvad gjorde vi, som ikke hjalp dig?** I tilbød mig ikke en smøg - jeg var selv løbet tør for smøger, og det er bare virkelig skidt, når jeg ikke har en smøg, og det hele kokser.
Mine mestringsstrategier	**Hvad gjorde du for at undgå at komme ud i det svære?** Jeg spurgte Mette, om vi kunne ringe til min mor i onsdags, men Mette havde ikke tid til at hjælpe mig. **Hvad har du andre gange gjort?** Jeg har ringet til min mor. Jeg har kigget på de billeder, Sofia har lavet til mig. Jeg har bedt om hjælp. Jeg har lyttet til Metallica. Jeg har røget en smøg og gået en tur.	**Hvad gjorde du for at undgå at komme ud i det svære?** Jeg havde lyttet til Metallica om morgenen. **Hvad har du andre gange gjort?** Jeg har ringet til min mor. Jeg har kigget på de billeder, Sofia har lavet til mig. Jeg har bedt om hjælp. Jeg har røget en smøg og gået en tur.
Fremadrettet	**Hvad ønsker du, vi gør sammen næste gang?** Hjælper mig med at ringe til min mor. Giver mig lov til at sove lidt længere om morgenen, når jeg er træt. Hjælper mig på samme måde, som Sofia gør om morgenen. Hjælper mig med at pakke min weekendtaske, så jeg husker det hele.	**Hvad ønsker du, vi gør sammen næste gang?** I skal sige til mig på en stille og rolig måde, når der er ændringer. I skal hjælpe mig med at ringe til min mor. I skal spørge, om jeg har smøger nok.

LA2u materialerne kan downloades gratis på www.sopra.dk
© Sopra

Bilag 2: Din Læringsplan (Abdi)

Se case side 31

Din Læringsplan

Tilstrøbt indefra-perspektiv

Borgerens navn: Abdi

Udfyldt af: Team Nord

Dato: 22.8.2024

	Dine oplevelser af **perioden op til episoden**	Dine oplevelser af **episoden**
Forløb	**Hvad mon du oplevede, at der skete?** Ugen op til episoden fornemmer vi, at du har overskud til at være i forskellige situationer og samspil. Du finder selv ro, hvor du ellers kan have svært ved at finde ro. Onsdag deltager du i oprydning/rengøring af lejlighed med en ny medarbejder, og du bliver hurtig træt. Du oplevede derfor ikke, at prinsessekronen blev skiftet ud. **Hvordan mon du havde det? Og hvorfor?** Du blev formentlig meget træt, da du gjorde rent med den nye medarbejder. Måske oplevede du, at noget var anderledes, end det plejer at være. Vi antager, at det kan have forvirret dig lidt.	**Hvad mon du oplevede, at der skete?** Du vil gerne have din prinsessekrone på, og så kan du ikke finde den. Du begynder at lede hele din lejlighed igennem. Du opdager, at der er kommet en ny prinsessekrone. Vi antager, at du synes, den er helt forkert. Det bliver alt for meget for dig, og du råber og kradser dig selv. **Hvordan mon du havde det? Og hvorfor?** Vi antager, at du ikke kan finde din rigtige krone. Vi antager at det bliver meget overvældende for dig. Kronen betyder rigtig meget for dig. Det kan være, at du tænker, at Mathias (nabo) har taget den igen. Du bliver meget utryg, og det sortner for dig.
Fagprofessionel støtte/netværksstøtte	**Hvad mon vi gjorde, som hjalp dig?** Du oplever formentlig nogle gode dage. Vi antager, at du oplever, at dagsplanerne støtter dig. Vi tænker, at du oplevede, at det var rart, at du var med i rengøring og oprydning. **Hvad mon vi gjorde, som ikke hjalp dig?** Vi antager, at du ikke synes, at det var hjælpsomt at rydde op og gøre rent med en ny medarbejder, der gør ting på en ny måde.	**Hvad mon vi gjorde, som hjalp dig?** Vi blev hos dig og talte stille og roligt. Vi fandt dine yndlingskiks og tilbød dig dem. **Hvad mon vi gjorde, som ikke hjalp dig?** Vi tog lang tid om at finde et bud på, hvorfor du var så oprevet. Vi forstod derfor ikke, hvad der var vigtigt for dig.
Dine mestringsstrategier	**Hvad gjorde du mon for for at mestre perioden op til episoden?** Du lagde dig ned, da du blev træt. **Hvordan mon du oplevede, at det virkede?** Det fungerede rigtig fint for dig. Muligvis ville du gerne have haft, at vi stoppede med rengøringen, da du blev træt.	**Hvad gjorde du mon for for at mestre perioden op til episoden?** Du kradsede dig i ansigtet. Du ledte efter din prinsessekrone. **Hvordan mon du oplevede, at det virkede?** Du fandt desværre ikke det, du ledte efter. Derfor virkede det ikke godt for dig.
Fremadrettet	**Hvad vil du mon ønske, at vi gør næste gang?** At vi gør rent på samme måde, som vi plejer, så du kan være med i det. Du oplever ikke, at prinsessekronen bliver skiftet ud. Vi antager, at du altid gerne vil være med til at bestemme, hvornår dine ting skal skiftes ud.	**Hvad vil du mon ønske, at vi gør næste gang?** Fremover så vil du gerne bestemme, hvornår prinsessekronen skal skiftes ud.

LA2u materialerne kan downloades gratis på www.sopra.dk
© Sopra

Bilag 3: Læringsplan for fagprofessionelle (Karla)

Se case side 29

Læringsplan for fagprofessionelle

Udefra-perspektiv

Borgerens navn: Karla

Udfyldt af: Vicky, Torben og Hanne

Dato: 24.10.2024

	De fagprofessionelles oplevelser af **perioden op til episoden**	De fagprofessionelles oplevelser af **episoden**
Forløb	**Hvad oplevede vi, der skete?** Dagen før havde der været en lignende situation mellem Karla og de to mandlige medbeboere, men hvor der var personale til stede i rummet, og det udviklede sig derfor ikke yderligere. Karla havde trivselssamtale med sin kontaktperson tirsdag og sammen vurderede de, at hun var i trivsel. **Hvilke antagelser har vi om, hvordan borgeren havde det? Og hvorfor?** Karla har muligvis været fyldt op af drillerierne længere tid, end vi var klar over.	**Hvad oplevede vi, der skete?** Karla diskuterer med to mandlige medbeboere i køkkenet torsdag morgen. Vi løber ud i køkkenet, da vi kan høre Karla råbe højt og er meget oprevet. Torben og Vicki stiller sig ind foran Karla og beder hende falde lidt ned. Karla slår ud efter Torben og løber grædende ud af køkkenet. **Hvilke antagelser har vi om, hvordan borgeren havde det? Og hvorfor?** Vi antager, at Karla er meget vred og ked af det, fordi hun oplever, at de to mandlige medbeboere driller hende. Vi antager, at hun følte, hun fik skylden, selvom det var de andre, der startede med at drille.
Fagprofessionel støtte/netværksstøtte	**Hvad gjorde vi, som vi oplevede, var hjælpsomt for borgeren?** Vi afholdte den planlagte trivselssamtale i tirsdags. Vi støttede Karla i situationen med de to medbeboere om onsdagen. Vi tilbød hende en gåtur i skoven tirsdag efter trivselssamtalen. **Hvad gjorde vi, som vi oplevede, ikke var hjælpsomt for borgeren?** Vi oversåg, at Karla måske i en længere periode har følt sig drillet, og vi har ikke fået talt og spurgt hende ind til relationen med de to medbeboere. Informationen fra om onsdagen blev ikke videregivet ved overlap eller i dokumentationen - Torben og Vicki var ikke opmærksomme på dette torsdag.	**Hvad gjorde vi, som vi oplevede, var hjælpsomt for borgeren?** Vi afledte Karla fra de to medbeboere, så hun ikke slog dem. Karla fik mulighed for at blive hjemme resten af dagen. Hanne og Vicki tog en indefra-perspektiv samtale med Karla sidst på eftermiddagen, da Karla var klar til det. **Hvad gjorde vi, som vi oplevede, ikke var hjælpsomt for borgeren?** Vi kom løbende og var selv i høj arousal, da vi stillede os ind foran Karla, og det forstærkede muligvis Karlas høje arousal. Karla fik indtrykket af, at det var hende, der var problemet.
Borgerens mestringsstrategier	**Hvad gjorde borgeren for at mestre i perioden op til episoden?** Karla foreslog selv, at hun gerne ville gå flere ture i skoven. Karla hentede selv en medarbejder ud i fællesrummet om onsdagen, så hun ikke var alene med de to mandlige medbeboere. **Hvordan har vi tidligere støttet borgeren i at anvende sine mestringsstrategier?** Vi har tidligere tilbudt Karla flere gåture. Vi har tidligere tilbudt Karla flere trivselssamtaler.	**Hvad gjorde borgeren for at mestre i episoden?** Karla råbte til dem, at de skulle lade hende være. Karla slog ud med armene. Karla trak sig fra situationen ved at løbe derfra. **Hvordan har vi tidligere støttet borgeren i at anvende sine mestringsstrategier?** Vi har tidligere nået ud til Karla, inden hun blev så oprevet, hvor vi har kunne tale hende ned med stille og rolige bevægelser og stemmeleje.
Fremadrettet	**Hvad vil borgeren mon ønske, vi gør næste gang?** At vi opdager noget før, hvis andre medbeboere driller Karla og støtter hende i at håndtere det, inden det gør hende oprevet. At vi spørger hende lidt oftere, hvordan det går. At vi tilbyder hende flere gåture. **Hvad vil vi gøre næste gang?** Vi vil sikre, at informationer bliver videregivet i vores dokumentation. Vi vil være opmærksomme på, om Karla er alene med de to mandlige medbeboere. Vi vil tilbyde hende støtte i relationen med dem.	**Hvad vil borgeren mon ønske, vi gør næste gang?** At vi taler med de to medbeboere om ikke at drille Karla. At vi ankommer til situationen mere roligt og ikke stiller os ind foran hende - to mand virkede for voldsomt og faretruende for Karla i situationen. **Hvad vil vi gøre næste gang?** Vi kan være sammen med hende i fællesrummet, når de to beboere er til stede, og vi kan støtte hende undervejs i deres samtaler og være opmærksomme på deres relation, så Karla ikke føler sig drillet. Vi vil være opmærksomme på vores kropssprog, når Karla er oprevet.

LA2u materialerne kan downloades gratis på www.sopra.dk
© Sopra

Social- og Boligstyrelsen

Social- og Boligstyrelsen
Edisonsvej 1
5000 Odense C
Telefon: 7242 3700
www.sbst.dk

Sopra
Quintus – Refshalevej 110 A
1432 København K
Telefon: 3070 9411
www.sopra.dk

(3692)

Downloades gratis på www.sopra.dk
©Sopra