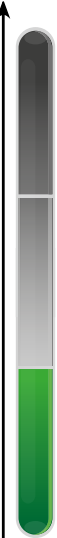


Trivselsplan for fagprofessionelle

Undersøgelsesark
 Udefra-perspektiv

Navn: _____

Dato: _____

<p>Borgernes tegn</p> <p>Vi ser, borgeren gør:</p> <p>Vi antager, borgeren mærker:</p>	<p>Mistrivsel</p>		<p>Linje for mistrivsel</p>	<p>Borgernes strategier</p> <p>Borgeren mestrer ved at:</p>	
<p>Vi ser, borgeren gør:</p> <p>Vi antager, borgeren mærker:</p>	<p>Sårbar trivsel</p>		<p>Linje for sårbar trivsel</p>	<p>Borgeren mestrer ved at:</p> <p>Vi kan støtte borgeren ved:</p>	
<p>Vi ser, borgeren gør:</p> <p>Vi antager, borgeren mærker:</p>	<p>Trivsel</p>			<p>Borgeren opretholder sin trivsel ved at:</p> <p>Vi kan støtte borgeren ved at:</p>	

LA2u materialerne kan downloades gratis på [www.la2u.dk](#)

FOREBYGGELSE
Trivselsplan

HÅNDTERING
Tryghedsplan

LÆRING
Læringsplan

Undersøgelsesarkene til Trivselsplanen har til formål at styrke samtaler og refleksioner over *Trivselsplan for fagprofessionelle*.

Trivselsplan for fagprofessionelle
Udefra-perspektiv

Borgerens navn: _____ Dato: _____
Udfyldt af: _____

Borgerens tegn Vi ser, borgeren gør: 7 Vi antager, borgeren mærker:	<p>Mistrivsel</p> <p>Sårbar trivsel</p> <p>Trivsel</p>	Borgerens strategier Borgeren mestrer ved at: 8	Fælles faglige tilgange Vi kan støtte borgeren ved at: 9
Vi ser, borgeren gør: 4 Vi antager, borgeren mærker:		Borgeren mestrer ved at: 5	Vi kan støtte borgeren ved at: 6
Vi ser, borgeren gør: 1 Vi antager, borgeren mærker:		Borgeren opretholder sin trivsel ved at: 2	Vi kan støtte borgeren ved at: 3

LA2 – Sammen om trivsel LA2u

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

De 9 undersøgelsesark repræsenterer hver især de 9 felter i Trivselsplanen.

Borgerens tegn er forhold, udtryk og handlinger, som I som fagprofessionelle kan se hos borgeren i hverdagen. Men tegn er også de indre tilstande, som I antager at borgeren kan opleve og mærke.

Borgerens trivsels- og mestringsstrategier er måder, som borgeren anvender for at håndtere og klare situationer i hverdagen. Det handler både om borgerens kommunikation, handlinger, tanker og følelsesmæssig kontrol.

De fælles faglige tilgange er de aftaler, I som fagprofessionelle vil benytte jer af. Her bringer I jeres samlede fagprofessionelle viden, værdier og faglighed i spil gennem koordinerede tilgange til, hvordan I støtter og hjælper borgeren.

Sæt kryds i de tegn på trivsel, som I kan genkende hos borgeren.

Der kan være andre trivselstegn end dem, der står her i undersøgelsesarket.

Der er plads til, at I kan skrive jeres egne iagttagelser nederst på siden på de tomme linjer.

Til sidst skal I skrive alle de udvalgte trivselstegn ind i *Trivselsplan for fagprofessionelle*.

Borgeren:

1. tager initiativer i hverdagen
2. deltager i fællesaktiviteter
3. passer sit arbejde
4. håndterer dagligdagens sansestimuli
5. tager initiativ til kommunikation
6. har kontakt til sin familie og sit selvvalgte net
7. har mimik, der passer til situationerne i hverdagen
8. har en god hygiejne
9. har positive lyde
10. kan overskue sin hverdag
11. kan foretage valg
12. spiser og drikker godt
13. hører musik
14. har følelser, der passer til situationer i hverdagen
15. samarbejder med mange personer
16. har tillid til at aftaler bliver overholdt
17. laver positive bevægelser
18. lukker op, når nogen banker på
19. hygger sammen med andre
20. sover godt
21. har overvejende positive tanker
22. går op i sine interesser
23. ordner sin bolig
24. har en god døgnrytme
25. har et humør, der passer til situationerne i hverdagen

Andre trivselstegn, som I ser borgeren gør eller som I antager, at borgeren mærker:

Sæt kryds ved de trivselsstrategier, som I har erfaring med, at borgeren kan anvende uden hjælp i kolonne 1.

Sæt kryds ved de trivselsstrategier, som I har erfaring med, at borgeren kan anvende med jeres hjælp i kolonne 2.

Sæt kryds ved de trivselsstrategier, som I har erfaring med, måske fra andre borgere, måske kan komme til at virke for borgeren i kolonne 3.

Der er plads til, at I kan skrive andre trivselsstrategier nederst på siden på de tomme linjer. Til sidst skal I skrive alle de udvalgte strategier ind i *Trivselsplan for fagprofessionelle*.

Kan selv uden hjælp Kan med hjælp Kan ikke endnu

Borgeren:

1. hører den musik, han/hun er glad for
2. har en god snak med nogen
3. passer sit arbejde
4. laver sjov med andre
5. laver ting med sine familie eller venner
6. er en del af fællesskabet
7. spiser og drikker
8. bruger tid på det, han/hun er glad for
9. holder sin lejlighed
10. sørger for at løse de problemer, som er
11. passer sin hygiejne
12. har overblik over sin hverdag
13. knuser og krammer andre
14. ser på billeder af sit selvvalgte netværk
15. tager i byen
16. shopper
17. kommer på ture
18. ser ipad
19. har indflydelse
20. drikker sin morgenkaffe
21. passer sit forbrug, fx smøger, hash, alkohol
22. kommer i klub
23. deltager i møder
24. bruger naturen
25. tager del i fælles gøremål

Andre trivselsstrategier, som I har erfaringer med, at borgeren kan anvende:

Sæt kryds i de fælles faglige tilgange, som I som fagprofessionelle kan støtte borgeren med, når borgeren er i trivsel.

Der kan være andre tilgange end dem, der står her i undersøgelsesarket. Der er plads til, at I kan skrive andre fælles faglige tilgange nederst på siden på de tomme linjer. Til sidst skal I skrive alle de udvalgte tilgange ind i *Trivselsplan for fagprofessionelle*.

Vi kan:

1. bidrage til, at borgeren har det godt, når han/hun spiser med andre
2. hjælpe borgeren med at holde sine aftaler
3. hjælpe borgeren med at få besøgt steder, der betyder meget for ham/hende
4. give borgeren indflydelse på sin hverdag
5. skabe mulighed for at borgeren kan være sammen med sit selvvalgte netværk
6. tilbyde rammer for, at borgeren har mulighed for at holde pause
7. tilbyde støtte til borgeren til at prøve nye aktiviteter
8. tale med borgeren om, hvordan han/hun har det
9. hjælpe borgeren med at have overblik i dagen og ugen
10. understøtte borgeren at fastholde fritidsaktiviteter
11. tilbyde borgeren et knus
12. hjælpe borgeren med at være opmærksom på sit behov for mængden af sansestimuli
13. skabe nærhed og trykthed for borgeren
14. sørge for, at borgeren bestemmer, hvad han/hun spiser
15. tale med borgeren om, hvordan vi kan hjælpe
16. tilbyde borgeren massage
17. give borgeren mulighed for at bruge naturen eller bevæge sig
18. tilbyde at lave aktiviteter sammen med borgeren
19. støtte borgeren i at ordne det huslige
20. have det sjovt sammen med borgeren
21. understøtte borgeren i at handle ind, lave mad og vaske op
22. være i dialog med borgeren om, hvordan samarbejdet fungerer for borgeren
23. planlægge indsatsen sammen med borgeren
24. tilbyde jævnlige trivselsamtaler med borgeren
25. tilbyde trykthedsamtaler med borgeren efter behov

Andre fælles faglige tilgange, som I erfaringer med, at I kan støtte borgeren med:

Sæt kryds i de tegn på sårbar trivsel, som I kan genkende hos borgeren, når borgerens trivsel er over over linjen for sårbar trivsel.

Der kan være andre tegn end dem, der står her i undersøgelsesarket.

Der er plads til, at I kan skrive jeres egne iagttagelser nederst på siden på de tomme linjer.

Til sidst skal I skrive alle de udvalgte tegn på sårbar trivsel ind i *Trivselsplan for fagprofessionelle*.

Borgeren:

1. har sværere ved at sove
2. har et mere svingende humør
3. laver færre positive bevægelser
4. hører sjældnere musik
5. bekymrer sig mere
6. har sværere ved at gå op i sine interesser
7. har sværere ved at passe sin hygiejne
8. har sværere ved at fastholde sin døgnrytme
9. tager sjældnere initiativer i hverdagen
10. har sværere ved at deltage i fællesaktiviteter
11. har sværere ved at passe sit arbejde
12. er mere sansefølsom
13. tager sjældnere initiativ til kommunikation
14. har mindre kontakt til sin familie og sit selvvalgte netværk
15. har mindre mimik i hverdagen
16. har sværere ved at spise eller drikke
17. har færre positive lyde
18. har sværere ved at være sammen med andre
19. har sværere ved at foretage valg
20. har sværere ved at ordne sin bolig
21. græder mere, end borgeren plejer
22. kan samarbejde med færre personaler
23. spørger oftere personalet til aftaler
24. har sværere at overskue sin hverdag
25. lukker sjældnere op, når nogen banker på

Andre tegn på sårbar trivsel, som I ser borgeren gør eller som I antager, at borgeren mærker:

Sæt kryds ved de mestringsstrategier, som I har erfaring med, at borgeren kan anvende uden hjælp i kolonne 1.

Sæt kryds ved de mestringsstrategier, som I har erfaring med, at borgeren kan anvende med jeres hjælp i kolonne 2.

Sæt kryds ved de mestringsstrategier, som I har erfaring med, måske fra andre borgere, måske kan komme til at virke for borgeren i kolonne 3.

Der er plads til, at I kan skrive andre mestringsstrategier nederst på siden på de tomme linjer. Til sidst skal I skrive alle de udvalgte strategier ind i *Trivselsplan for fagprofessionelle*.

Kan selv uden hjælp

Kan med hjælp

Kan ikke endnu

Borgeren:

1. hører den musik, han/hun er glad for
2. har en god snak med nogen, der lytter
3. holder pauser i løbet af sin dag
4. ser på billeder af sit selvvalgte netværk
5. er sammen med nogen, han/hun er glad for
6. sidder på en bænk og slapper af
7. spiser og drikker
8. bruger tid på det, han/hun er glad for
9. holder sin lejlighed
10. beder om hjælp til det, der er svært
11. bruger sin kugledyne
12. beder om hjælp til at overskue over sin hverdag
13. knuser og krammer andre
14. beder om PN
15. bliver hjemme
16. ringer til nogen
17. bruger tid på sin hobby
18. ser ipad
19. er stille sammen med andre
20. drikker sin morgenkaffe
21. passer sit forbrug, fx smøger, hash, alkohol
22. går i seng
23. har en bisidder med til møder
24. er med i fællesskabet
25. beder om at få nada

Andre mestringsstrategier, som I har erfaringer med, at borgeren kan anvende:

Sæt kryds i de fælles faglige tilgange, som I som fagprofessionelle kan støtte borgeren med, når borgeren viser sine tegn på at være i sårbar trivsel.

Der kan være andre tilgange end dem, der står her i undersøgelsesarket. Der er plads til, at I kan skrive andre fælles faglige tilgange nederst på siden på de tomme linjer. Til sidst skal I skrive alle de udvalgte tilgange ind i *Trivselsplan for fagprofessionelle*.

Vi kan:

1. støtte borgeren, så han/hun kan spise med andre
2. hjælpe borgeren med at vælge hvilke aktiviteter som er vigtige
3. tilbyde borgeren et knus
4. støtte borgeren i at have indflydelse på hverdagen
5. skabe mulighed for at borgeren har kontakt til sit selvvalgte netværk
6. skabe mulighed for, at borgeren kan holde en pause med noget, borgeren er glad for
7. justere indsatsen sammen med borgeren
8. tale med borgeren om, hvordan han/hun har det
9. tilbyde at køre en tur sammen med borgeren
10. tilbyde at deltage i fritidsaktiviteter sammen med borgeren
11. støtte borgeren i at skabe overblik i dagen/ugen
12. reducere sansestimuli
13. skabe nærhed og tryghed for borgeren
14. sørge for, at borgeren bestemmer, hvad han/hun spiser
15. tale med borgeren om, hvordan vi kan hjælpe
16. tilbyde borgeren massage
17. gå en tur sammen med borgeren
18. tilbyde at lave aktiviteter sammen med borgeren
19. ordne det huslige sammen med borgeren
20. være nærværende sammen med borgeren
21. hjælpe borgeren med at handle ind, lave mad og vaske op
22. tilpasse samarbejdet i forhold til borgerens ønsker og behov
23. støtte borgeren i at holde fast i aktiviteter, som borgeren er vant til
24. tilbyde jævnlige trivselsamtaler med borgeren
25. tilbyde tryghedsamtaler med borgeren efter behov

Andre fælles faglige tilgange, som I erfaringer med, at I kan støtte borgeren med:

Sæt kryds i de tegn på mistrivsel, som I kan genkende hos borgeren, når borgeren er over over linjen for mistrivsel. Der kan være andre tegn end dem, der står her i undersøgelsesarket.

Der er plads til, at I kan skrive jeres egne iagttagelser nederst på siden på de tomme linjer.

Til sidst skal I skrive alle de udvalgte tegn ind i *Trivselsplan for fagprofessionelle*.

Borgeren:

1. er overvejende nedtryk
2. spiser eller drikker næsten ikke
3. laver ikke positive bevægelser
4. hører ikke musik
5. sover dårligt
6. bruger ikke længere tid på sine interesser
7. klarer ikke egen hygiejne
8. har bekymret mimik eller er mimikfattig
9. får ikke ordnet sin bolig
10. deltager ikke i fællesaktiviteter
11. kommer ikke på arbejde
12. er sanseoverfølsom
13. tager ikke initiativ til kommunikation
14. har ikke kontakt til sin familie og sit selvvalgte netværk
15. fastholder ikke sin døgnrytme
16. har ikke tillid til personalet
17. har negative eller ingen lyde
18. isolerer sig
19. kan ikke foretage valg
20. tager ikke initiativer i hverdagen
21. græder ofte eller længe
22. kan ikke samarbejde med personalet
23. har store humørsvingninger
24. kan ikke overskue sin hverdag
25. lukker ikke op, når nogen banker på

Andre tegn på mistrivsel, som I ser borgeren gør eller som I antager, at borgeren mærker:

Sæt kryds ved de mestringsstrategier, som I har erfaring med, at borgeren kan anvende uden hjælp i kolonne 1.

Sæt kryds ved de mestringsstrategier, som I har erfaring med, at borgeren kan anvende med jeres hjælp i kolonne 2.

Sæt kryds ved de mestringsstrategier, som I har erfaring med, måske fra andre borgere, måske kan komme til at virke for borgeren i kolonne 3.

Der er plads til, at I kan skrive andre mestringsstrategier nederst på siden på de tomme linjer. Til sidst skal I skrive alle de udvalgte strategier ind i *Trivselsplan for fagprofessionelle*.

Kan selv uden hjælp Kan med hjælp Kan ikke endnu

Borgeren:

1. hører den musik, han/hun er glad for
2. fortæller om det, han/hun tænker på
3. tager en fridag
4. isolerer sig
5. er sammen med nogen, han/hun er tryk ved
6. finder et sted, hvor han/hun slapper af
7. spiser og drikker
8. bruger tid på det, han/hun er glad for
9. holder sin lejlighed
10. tager imod hjælp fra nogen omkring sig
11. bruger sin kugledyne
12. beder om hjælp til at overskue over sin hverdag
13. knuser og krammer andre
14. beder om PN
15. bliver hjemme
16. ringer til nogen
17. bruger tid på sin hobby
18. ser ipad
19. ser på billeder af sit selvvalgte netværk
20. drikker sin morgenkaffe
21. passer sit forbrug, fx smøger, hash, alkohol
22. går i seng
23. overlader møder til de fagprofessionelle/sit selvvalgte netværk
24. er ved siden af fællesskabet
25. bruger naturen/bevæger sig

Andre mestringsstrategier, som I har erfaringer med, at borgeren kan anvende:

Sæt kryds i de fælles faglige tilgange, som I som fagprofessionelle kan støtte borgeren med, når borgeren viser sine tegn på at være i mistrivsel.

Der kan være andre tilgange end dem, der står her i undersøgelsesarket. Der er plads til, at I kan skrive andre fælles faglige tilgange nederst på siden på de tomme linjer. Til sidst skal I skrive alle de udvalgte tilgange ind i *Trivselsplan for fagprofessionelle*.

Vi kan:

1. hente mad til borgeren
2. justere indsatsen sammen med borgeren
3. skabe mulighed for overblik i dagen/ugen
4. give mulighed for at høre borgerens stemme
5. skabe kontakt til borgerens nære relationer
6. hjælpe med at borgeren holder en pause med noget, borgeren er glad for
7. støtte borgeren i at holde fast i aktiviteter, som borgeren er glad for
8. tale med borgeren om, hvordan han/hun har det
9. køre en tur sammen med borgeren
10. tilbyde at tage borgeren med ud på café eller shopping
11. tilbyde borgeren et knus
12. reducere sansestimuli
13. skabe nærhed og tryghed for borgeren
14. sørge for, at borgeren bestemmer, hvad han/hun spiser
15. tale med borgeren om, hvordan vi kan hjælpe
16. tilbyde borgeren massage
17. gå en tur sammen med borgeren
18. være stille sammen med borgeren
19. ordne det huslige for borgeren
20. være nærværende sammen med borgeren
21. sikre, at borgeren får mulighed for at spise
22. tilpasse samarbejdet i forhold til borgerens behov
23. hjælpe borgeren med at aflyse sine aftaler
24. tilbyde jævnlige trivselsamtaler med borgeren
25. tilbyde tryghedsamtaler med borgeren efter behov

Andre fælles faglige tilgange, som I erfaringer med, at I kan støtte borgeren med:



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

Design og layout af 4PLUS4

Downloades gratis på www.sopra.dk
©Sopra