

# Hva er viktig for deg?

## Intervju guide for pasientspesifikk funksjonsskala (PSFS)

Hensikten med denne guiden er å bidra til at man beskriver de aktivitetene som er viktigst for brukeren, og at brukeren deretter vurderer hvordan hun/han er i stand til å utføre disse på en skala fra 0 (Kan ikke utføre aktiviteten) til 10 (kan utføre aktiviteten uten vanskeligheter eller som før sykdommen).

Verktøyet er tenkt brukt overfor pasienter i de nasjonale læringsnettverkene for helhetlige koordinerte og trygge pasientforløp i hjemmet. Det er tenkt som et alternativ til the Canadian Occupational Performance Measure (COPM), eller brukt for pasienter der COPM vurderes som for omfattende eller vanskelig å benytte.

Vurderingen starter med et intervju hvor brukeren forteller om sin hverdag, og hvilke aktiviteter som er viktige, men utfordrende å mestre. En måte å innlede intervjuet på er å be brukeren beskrive en vanlig dag. Intervjuet kan for eksempel starte med spørsmålet "Kan du fortelle meg hva du gjør når du våkner om morgenen?" Still etter hvert gjerne spørsmålet "Hva er viktige aktiviteter i livet ditt nå?" for å få frem aktiviteter som personen selv tillegger betydning.

Samtalen kan få fram hva den enkelte har av vaner, hvordan aktivitetene utføres, og hvor viljen og motivasjonen ligger. Dette forutsetter at man stiller åpne spørsmål, lytter og tar seg tid. Da kan man også få informasjon om hvilke knep og strategier den enkelte har utviklet og bruker.

Det er viktig at brukeren får fortelle sin historie. Da kan brukeren lettere vurdere seg selv og velge sine mål. Å få bestemme fokus i samtalen styrker egenkontroll, noe som er helsefremmende og viktig for engasjement og trivsel. Det gjør det lettere å finne motivasjon og lyst til å nå målene. I denne prosessen er det brukeren som styrer, mens helsepersonell er hjelpere på veien.

For å sikre at man har snakket om alle områder som er viktige for brukeren, kan man ta utgangspunkt i aktivitetshjulet, og passe på å stille minst ett spørsmål knyttet til hvert av områdene.



Aktivitetshjulet: Modellen er inspirert av Hverdagshjulet som er i bruk i Kristiansand kommune

Når man har kartlagt de 3-5 viktigste aktivitetene som er utfordrende for brukeren å mestre, skrives disse ned i PSFS skjema og skåres. Dette gjøres første gang i uke 1 etter utskrivelse fra sykehus, og gjentas i uke 5-6. I beskrivelsen av aktivitetene anbefales det å holde seg så tett som mulig til brukerens egne formuleringer og ordvalg.

Intervjuguiden er utviklet i samarbeid med Ingvild Kjekken ved Nasjonal kompetansetjeneste for revmatologisk rehabilitering ([www.nkrr.no](http://www.nkrr.no)) som har oversatt og validert COPM i Norge. Vi takker Kristiansand kommune ved Ingeborg van Frankenhuyzen som har tillatt oss å bygge videre på deres modell: Hverdagshjulet, når vi utviklet Aktivitetshjulet

## Funksjon i daglige gjøremål

Vi vil be deg beskrive fem viktige aktiviteter eller daglige gjøremål som du har problemer med å utføre eller ikke kan utføre i det hele tatt på grunn av ..(sykdom, skade eller problem). Skriv inntil fem aktiviteter inn i tabellen nedenfor (i kolonnen Aktivitet). Deretter ber vi deg angi på skalaen fra 0 til 10 hvordan du synes du klarer å utføre hver av de aktivitetene du har beskrevet. Tenk på hvordan det gikk sist gang du utførte aktiviteten, og sett en ring rundt det tallet som best passer for din vurdering i kolonnen "Grad av vanskelighet". Dersom du setter ring rundt 0 betyr det at du ikke kunne utføre aktiviteten, jo høyere opp på skalaen du går, jo bedre synes du klarte å gjøre aktiviteten, og om du vurderer utførelsen til 10 betyr det at du gjorde det helt uten problemer.

<b>PASIENTSPESIFIKK FUNKSJONSSKALA</b>	
Beskriv på skalaen fra 0 til 10 grad av vanskelighet med å utføre hver aktivitet. Endepunktene 0 er max vansker og 10 er ingen vansker. <i>Angi det sifferet på skalaen som svarer til hvor vanskelig du synes det er å utføre aktiviteten!</i>	
Aktivitet:	Grad
1	
2	
3	
4	
5	
<b>Grad av vanskelighet</b>	
0    1    2    3    4    5    6    7    8    9    10	
<b>Kan <u>ikke</u> utføre aktiviteten</b>	<b>Kan utføre aktiviteten uten vanskelighet eller som før sykdommen</b>