

Arbeidsrettet rehabilitering

Chris Jensen

arbeid^{og}helse.no

Nasjonal kompetansetjeneste for
arbeidsrettet rehabilitering

CARF

"Occupational Rehabilitation
Program - Comprehensive
Services " In *Medical
Rehabilitation. Standards
Manual. 2017*

Arbeidsrettet rehabilitering

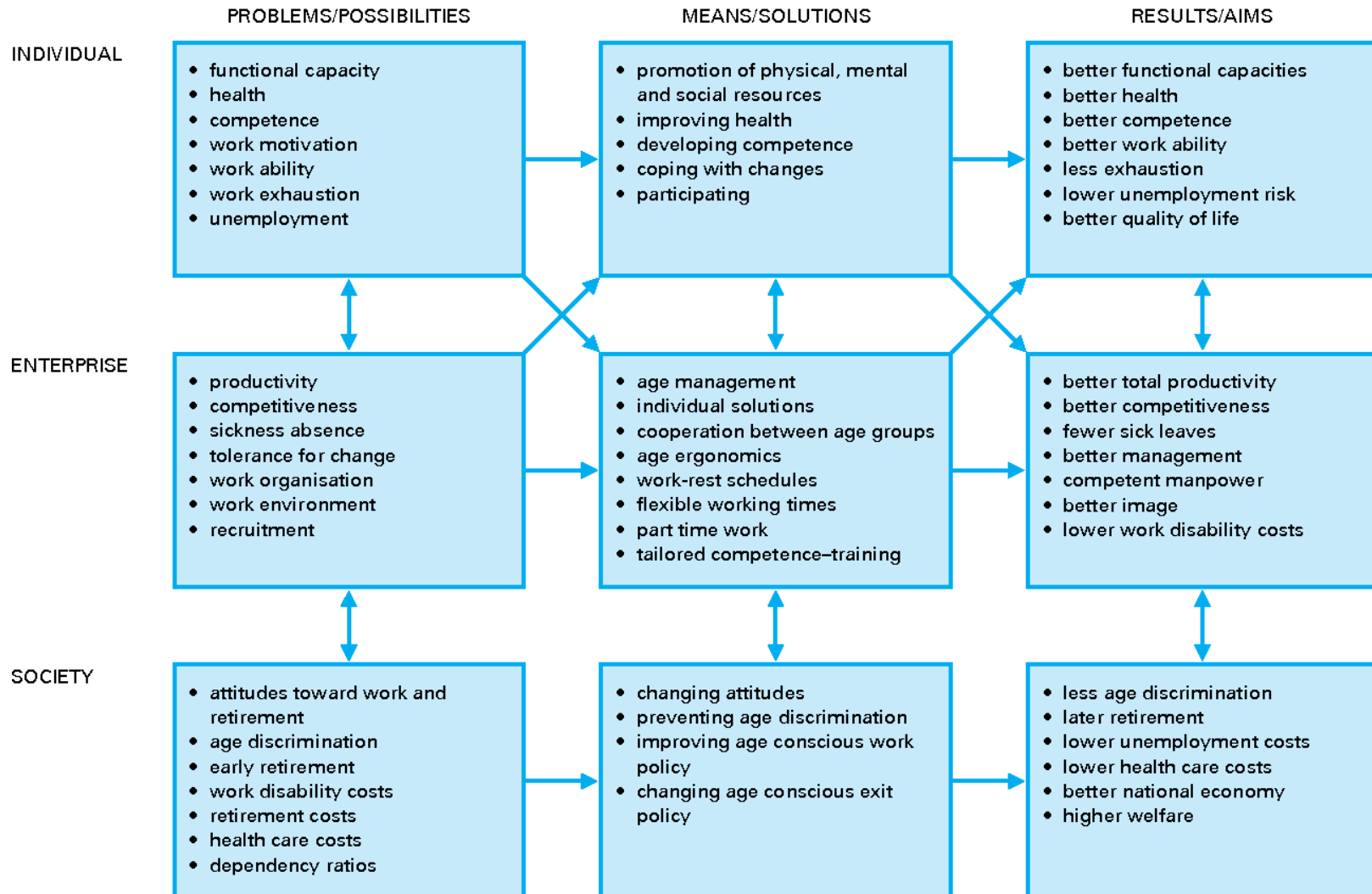
skal gi omfattende og koordinerte
tjenester for å løfte frem
atferdsmessige, funksjons-
messige, medisinske, fysiske,
psykologiske og yrkesmessige
komponenter av betydning for
arbeidsdeltakelse

ARR veileder

- Kartlegging og evaluering
- Arbeidsplass
- Fysisk aktivitet
- Kognitiv tilnærming

Kartlegging arbeidsrettet rehabilitering

Slik klinikere i Norge vektlegger, er ikke diagnose eller varighet av sykefravær tilstrekkelig til å bestemme hvordan de skal kunne hjelpe deltakerne av et ARR program tilbake i arbeid (Eftedal m.fl. 2017).



‘The orientation matrix’ (Ilmarinen, 2001)

Formål med kartlegging

- Tilrettelegge rehabiliteringen til deltakerens behov i forhold til arbeidsdeltakelse.
- Måle endring i deltakerens funksjon og arbeidsdeltakelse.
- Kvalitetssikring av rehabiliteringsoppholdet.

Kartlegging

- Lokalt fastlagt standard for alle deltakere i ARR-programmet.
- En slik standard bidrar til å understøtte likebehandling og forutsigbarhet, samt en mest mulig rasjonell ressursbruk.

Helhetlig kartlegging

- Fysiske, psykiske og sosiale ressurser og begrensninger
- Helsemessige utfordringer på ulike livsområder
- Forventninger, motivasjon og kompetanse
- Deltakernes opplevelse av krav og forventninger i jobb og krav og forventninger fra arbeidsgiver, kollegaer, arbeidsmarked, nærmiljø og familie m.fl.
- Demografiske, psykologiske, medisinske, rehabiliteringsrelaterte, arbeidsrelaterte og stønadsrelaterte faktorer
- Deltakerens mål

Oppfølging

- Under og etter rehabilitering
- Justere og evaluere
- Kortsiktede mål
- Langsiktede mål
- Kvalitetsregister

Metoder

- Samtaler
- Egenrapporterte spørreskjema
- Visuelle verktøy
- Fysiske prøver og tester
- Kliniske undersøkelser
- Observasjoner.
- Opplysninger fra fastlege, arbeidsgiver og NAV.

HELHETLIG KARTLEGGING VED OPPSTART

Hvordan er det for deg å komme hit ? (komme i gang med samtalen og sjekke ut hvordan vedk har det akkurat nå.)

Hvordan vil du beskrive din nåværende helsetilstand (fysisk og psykisk) ?

Hva tenker du er årsak til de plagene /utfordringene du har?

Ved subjektive helseplager: Hva tenker du symptomene kan være et uttrykk for i ditt liv?
Hva tror du kroppen din prøver å fortelle?

Hvordan håndterer du de utfordringene du står i ?

Hvilke grep tar du for å ivareta deg selv i denne situasjonen?

Hvordan fyller du dagene nå når du ikke er i jobb? Har du fritidsinteresser/hobbier?

Hva gjør du eventuelt av gode grep for å ivareta egen helse, hva kan du eventuelt gjøre?

Er det noe du er utrygg på med hensyn til plagene som du eventuelt ønsker å drøfte med lege?

HELHETLIG KARTLEGGING FORTSETTELSE

Hvilken oppfølging har du hjemme per i dag ? Er det planlagt forstående utredning/behandling?
(Spesialist, fastlege, BHT, fysio, psykolog osv)

Hvordan ser du på å delta i det arbeidsrettede rehabiliteringstilbudet her?

Bruker du medisiner i så fall hvilke? Har du allergier? (matvarer, dyr, medisiner m.m)

Hvordan er søvnmønsteret ditt?

Står du i krevende situasjoner privat (omsorgsoppgaver, barn, syke foreldre dødsfall, skilsmisse osv).
Hvordan påvirker dette deg og din arb.situasjon?

Når livet er vanskelig prøver vi å håndtere dette så godt vi kan på ulikt vis. For noen kan alkohol, medikamenter, narkotiske stoffer være en måte å slippe unna det vanskelige på. Hvordan er dette for deg?

Har du barn? (alder) Bekymringer vedr barna?

Sivil status. Om de har partner, ektefelle kan det spørres om han/hun opplever god støtte på hjemmebane eller i nær familie. Hvordan er nettverket ditt forøvrig? Har du gode støttespillere rundt deg?

KARTLEGGING FORTSETTELSE

Hvordan er bo situasjonen din leier/eier du?

Hvordan vil du beskrive din økonomiske situasjon?

(Har du gjeld/inkasso som tynger ?)

Lese-skrivevansker?

Står du i noen form for forsikringssak? Søkt om yrkesskadeerstatning?

Hvor står i så fall saken i dag?

Har du søkt uførestønad ?

KARTLEGGING AV ARBEIDSSITUASJONEN TRIVSEL OG HINDRINGER

Hva betyr arbeid for deg ? Hvor viktig er det for deg å komme tilbake i jobb?

Kartlegge yrkeshistorikken: Utdanning, arbeidserfaring, verv, hva har du likt/mestret, hva har vært utfordrende?

Utforske hull i CV. Sykefraværshistorikk. Hvor stor stilling har du/ har du hatt? Jobber du turnus/skift?

Hvor mange år i arbeidslivet har du totalt ? Hvordan vil du beskrive din egen stabilitet i jobbsituasjonen?

I hvilken jobbsituasjon kjenner du på arbeidsglede?

Beskrivelse av arbeidsoppgaver, utdyp trivsel/hindringer. Utforske forholdet til leder, kollegaer, arbeidsmiljø.

Hva er gjort av eventuell tilrettelegging? Hvordan har det fungert? Kan det være behov for annen form for tilrettelegging?
(eks endrede ansvars –og arbeidsoppgaver)

Er det avholdt dialogmøte. Hva kom ut av det?

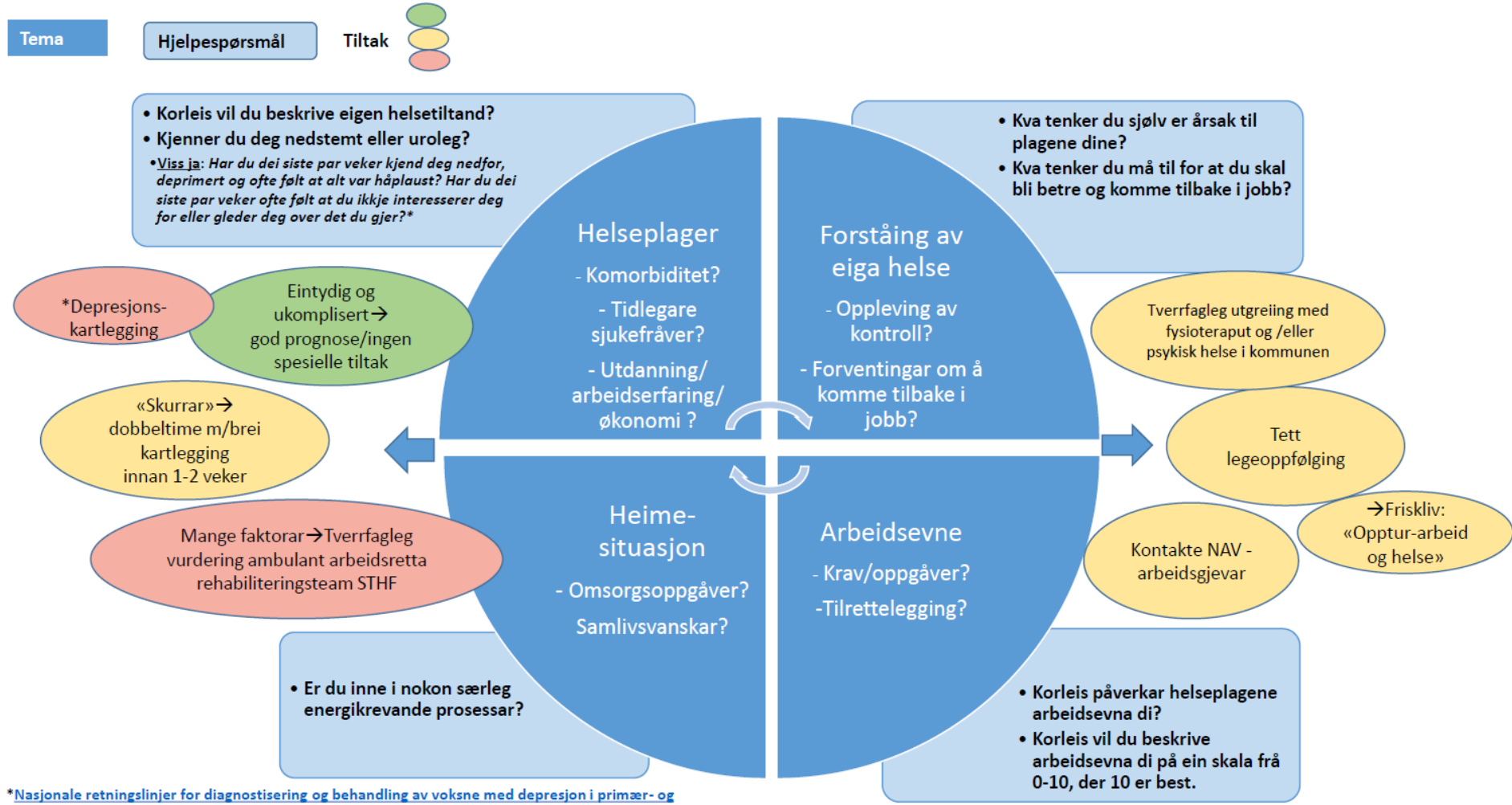
Har du hatt oppfølgingstiltak via Nav. Dine erfaringer med det? Om de mottar AAP foreligger det en aktivitetsplan, utforsk innholdet i den.

Orienterer om at det tas kontakt med Nav og/eller arbeidsgiver underveis for å få deres perspektiv, og da trenger vi samtykke fra deg til det. Etterspør navn på saksbehandler og nærmeste leder. Etterspør stønadstype.

Tverrfaglige team

- Resultatet legges til grunn for det videre tverrfaglige arbeidet med og rundt deltakeren.
- Alle i det tverrfaglige teamet får under kartleggingen innsyn i deltakers mål for rehabiliteringsprogrammet og for arbeidsdeltagelse
- Alle teamets fagpersoner deltar i den tverrfaglige kartleggingen av deltakerne.

Tidleg screening av sjukmelde for å fange opp samansette behov og iverksette tiltak for å førebygge langvarig sjukefråver



*Nasjonale retningslinjer for diagnostisering og behandling av voksne med depresjon i primær- og spesialisthelsetjeneste