**Flowdiagram psykiske lidelser herunder funktionelle lidelser - Ergoterapi**

Overordnet formål med genoptræning: At borgeren opnår samme grad af funktionsevne som tidligere eller bedst mulig funktionsevne, bevægelses- og aktivitetsmæssigt, kognitivt, emotionelt og socialt.

**Den ergoterapeutiske undersøgelse:**

Undersøgelsen starter med en **samtale/interview** om hvilke funktionstab borger oplever ift dagligdags aktiviteter og deltagelse i hverdagslivet. Formålet er at **afdække hvilke aktiviteter borger har i sin hverdag og** **hvilke aktiviteter borger har problemer med at udføre eller hvilke aktiviteter, borger har et ønske om at kunne udføre.** Undersøgelsesredskabet COPM kan benyttes i forhold til at præcisere hvilke aktiviteter, der er mest betydningsfulde for borger, og hvad borger gerne vil opnå.

Interventionen er individuel og kontinuerlig med hyppig kontakt i starten som gradvis bliver mindre. Terapeuten vurderer i samarbejde med borger om træningen skal foregå enten på Sundhedscentret, udenfor eller som specifik aktivitetstræning i borgers hjem.

I forhold til specifik aktivitetstræning kan der evt. foretages **strukturerede observationer** af de motoriske og processuelle færdigheder, hvor borger udfører konkrete aktiviteter, som borger oplever udfordringer med at udføre.

Der sættes **mål og delmål ud fra SMART** i samarbejde med borgeren.

Foruden af afdække hvilke aktiviteter borger har problemer med at udføre har den ergoterapeutiske undersøgelse derudover til formål at **afdække årsagerne** til at borger har problemer med at udføre aktiviteterne.

Til at kunne analysere de faktorer, som medvirker til, at der opstår aktivitets problemer, kan vi anvende begrebsmodeller som MOHO, CMOPE eller Den Transaktionelle Model for Aktivitet.

**Den ergoterapeutiske genoptræning vil ofte have fokus på:**

* Struktur og planlægning i hverdagen der giver overskuelighed
* Udnytte energiniveauet hensigtsmæssigt (energibesparende principper) alternative måder at udføre aktiviteter på
* Kognitiv træning – har ofte udfordringer med fx hukommelse, koncentration, opmærksomhed
* Eksponering – træning i at udføre specifikke aktiviteter fx angstprovokerende aktiviteter
* Aktivitets træning – træning af motoriske og processuelle færdigheder
* Indlæring af strategier
* Ændring af fysiske omgivelser
* Understøttelse af motivation, selvværd og følelse af handleevne/mestringsstrategier
* give borger indsigt i eget funktionsniveau (fysisk, psykisk og socialt) både i forhold til ressourcer og begrænsninger
* inddragelse af pårørende

**Andre indsatser kan være:**

* Sanseintegration
* Mindfulness
* Naturterapi
* Kropslig forankring, vejrtrækning, centrering og balance (uro, anspændthed, rastløshed, tempo)
* Mentalisering – hvordan vi forstår og tolker andre menneskers adfærd/træning af sociale interaktionsfærdigheder, så fx konflikter undgås

**Sideløbende indsatser og samarbejde med:**

* Intern henvisning til forløb i SC (fx mad og måltider, lær at tackle, rygestop, søvnkursus (forstyrret døgnrytme), alkoholrådgivning
* Støtte/kontaktperson Servicelovens §85
* Sygepleje/hjemmepleje
* Jobcenter (hvis borger er i den erhvervsaktive alder)
* Bygge bro til lokalsamfundet

**OBS på at borgere med en psykisk lidelse desuden fx kan opleve at det er svært at:**

* Tjekke e-boks
* Opstarte et nyt tilbud i kommunen
* Møde fysisk frem

Ovennævnte er omstændigheder, der gør at terapeuten kan bruge andre tilgange i kontakten til borgeren fx ringe borgeren op, benytte skærmopkald eller mødes i naturen mm.

**Afslutning af ergoterapeutisk forløb:**

* borger er blevet så selvhjulpen som muligt/har opnået bedst mulige funktionsniveau
* borger har opnået sit SMART-mål – re-vurdering ud fra COPM scooringer
* borger har opnået handlekompetence til at varetage videre forløb
* borger overgår/fortsætter forløb i andre afdelinger
* overgår til aktiviteter i civilsamfundet (cafeer, aktivitetscenter, fritidstilbud, vedligeholdende træning, socialpsykiatri)

Link til redskabssamling til brug for de borgere, der kan medvirke til det og er motiverede for det:

<https://www.sst.dk/-/media/Udgivelser/2021/Funktionelle-lidelser/Redskabssamling---Funktionelle-lidelser.ashx>