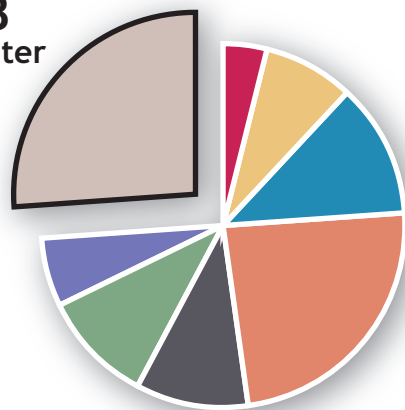


Planera

13
minuter



Utifrån din bedömning av läget kan det finnas åtgärder som du tycker är starkt motiverade. Börja med dessa!

”Jag tycker att... (somatisk undersökning, gå vidare med bedömning av adhd, remittera förälder för egen depression, sätta in läkemedel för sömn eller depression etc).”

A Om behandlingen *inte* utfallit tillräckligt bra (under 50 procents förbättring) krävs mer än sju minuter. Om du hade på känn att det krävdes en större förändring så bör du ha kortat ner de föregående bitarna av samtalet på ett lämpligt sätt.

Steg 1

Beskriv tänkbara alternativ

- Fortsatt deplyftsmodell
- Lägga på fluoxetin
- Lägga på mer enskilda samtal typ KBT/IPT
- Satsa mer på fysisk träning
- Utreda samsjuklighet
- Byte av behandlare
- Kontakt med socialförvaltning för stöd etc.

Steg 2

Fråga noga efter önskemål och motivation och då särskilt från ungdom men även från förälder.

Steg 3

Diskutera med familj för- och nackdelar med alternativen och balansera mellan att ge råd och lyssna in.

Om samarbetet inte känns bra och man vill avsluta kontakten trots att depressionen kvarstår till stor del så behöver detta problematiseras. Ta då själv upp frågan om byte av behandlare!

Steg 4

Utarbeta ny vårdplan

Ha formuläret för vårdplan i beredskap. Börja fylla i medan ni pratar.

Se över vårdplanen igen och diskutera med familj och skriv ner för att

- ultrakort sammanfatta i ”bakgrund” vad som framkommit vid denna utvärdering

- b) förändra eller hålla kvar vid mål och delmål
- c) lägga till nya åtgärder
- d) sätta nytt datum för utvärdering.

Upprepa inte onödigtvis information från den tidigare vårdplanen såsom bakgrund och kontaktsak.

Steg 5 **Avstämning**

→ Kolla av om familjen känt sig lyssnad på och litar på planeringen.

B Om behandlingen eller förloppet utfallit väl (minst 50 procents förbättring).

Steg 1 **Beskriv och diskutera hur fortsättning och avslutning brukar se ut**

Föreslå några samtal med fokus på kvarstående problem och sätt preliminärt datum för samtal med fokus på återfallsförebyggande.

→ Fråga efter familjens önskemål på fortsatta samtal.

Ibland önskar familjen mer kontakt och samtal än vad som riktigt kan motiveras. Undvik att snabbt vare sig avfärda eller gå med på önskemålen.

Försök hitta en kompromiss som bekräftar och svarar upp mot den oro som kan finnas men utan att ta på dig ansvaret för

livets utmaningar framöver. Ett alternativ kan vara utglesning av samtal över lite längre tid.

Steg 2 **Ny planering**

I detta läge kan ny vårdplan vara överflödigt. Men skriv alltid ner på papper

- a) ultrakort sammanfattning vad som framkommit vid utvärderingen
- b) precis vilka åtgärder ni kommit överens om
- c) vilka samtalstider ni överenskommit.

→ Kolla av så att ungdom och föräldrar samtycker.

Steg 3 **Avstämning**

→ Kolla av om familjen känt sig lyssnad på och litar på planeringen.