



# BEHANDLINGSPLAN – Et redskab til planlægning og styring af behandling

**Anette Søgaard Nielsen**  
**Enheden for Klinisk Alkoholforskning**  
**Syddansk Universitet**



## **En behandlingsplan kan f.eks. redegøre for:**

- Problemer og udviklingspunkter
- Beskrivelse af mål på lang sigt – værdibaserede mål
- Beskrivelse af mål på kort sigt – specifikke mål
- Beskrivelse af aftaler og ansvarlig for disse
- Indsats
- Beskrivelse af tidshorisont for hvornår målene forventes at kunne opnås, og hvordan der følges op
- Løbende status, evaluering og revidering af planen og målene



**Husk: Man kan  
fx bruge  
Tilfredsheds-  
skemaet**

**Tilfredsheds-skema (Personal Happiness form)**

Livsområder	Hvor glad eller tilfreds er du med hvert af disse områder af dit liv? (Angiv kun et tal fra hvert livsområde med cirkel)										Ikke relevant (IR)
	Helt utilfreds	Noget utilfreds	Noget tilfreds	Meget tilfreds	Helt tilfreds						
Forhold til Partner	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	IR
Venner og socialt liv	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	IR
Familie relationer	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	IR
Kærlighed og hengivenhed	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	IR
Mit seksuelle liv	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	IR
Fritid og sjov	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	IR
Give andre omsorg	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	IR
Personlig tryghed	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	IR
Job/ arbejde/ Pension	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	IR
Hvor jeg bor	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	IR
Penge, finansiel sikkerhed	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	IR
Fysisk helbred	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	IR
Fysik aktivitet, træning	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	IR
Dagligdagens opgaver	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	IR
Kost, min vægt	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	IR
Humør og selvværd	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	IR
Stress og angst	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	IR
Vrede og diskussioner	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	IR
Spiritualitet	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	IR
Mentale evner.	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	IR

Oversat og fordansket fra WR Miller (eds). Combined behavioural Intervention Manual. A Clinical Research Guide for Therapists Treating People with Alcohol Abuse and Dependence. NIAAA, 2004

3

## To typer mål i en behandlingsplan:



### Overordnede mål:

Skal være så vigtigt for borgeren, at han/hun også med forhindringer undervejs kan holde det for øje – værdibaserede personlige mål

Handler ikke nødvendigvis om alkohol – indkredses ved spørgsmål som, "Hvad vil du gerne nå med ...?", "Hvorfor er det vigtigt for dig....?"

Både effekt her-og-nu og på lang sigt.

### Specifikke mål:

Skridtene på vejen til målet. De specifikke mål skal være konkrete, overkommelige og realiserbare for borgeren

Handler oftest om alkohol

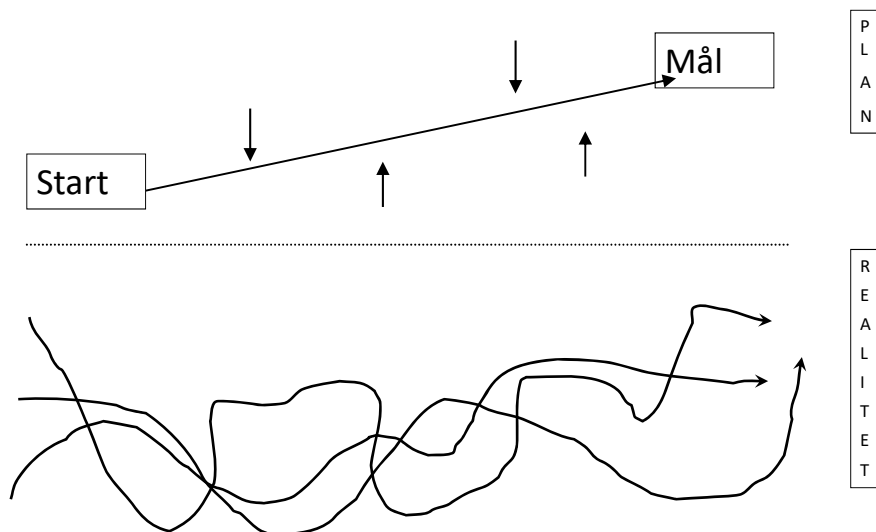
## Guideline for opsætning af mål



Mål bør være :

- Simple (ukomplicerede)
- Positive (hvad *kommer* til at blive gjort)
- Specifikke (målbare)
- Fornuftige
- Noget, som personen har indflydelse på
- Baseret på personens færdigheder
  - Vær opmærksomme på barrierer
  - Og vær sikker på, at timingen er rigtig

## Planerne og realiteterne



## Behandlingsrettede fordele ved behandlingsplanen



- At præcisere den enkelte persons behov, ønsker og mål
- At det bliver personens egen plan
- At gøre komplekse problemstillinger enkle ved at dele dem op i små opnåelige bidder
- At der tages synlige beslutninger omkring behandlingsindsatsen
- At vurdere tidshorizonten ift. behandlingens længde
- Synliggørelse af personens udbytte af behandlingen

## Målene skal give personen .....



- Lyst til fremtiden
- Oplevelse af succes – 80% reglen
- Læring på vejen