

Kan en app bidra til refleksjon på egne styrker og ressurser?

Foreløpige resultater fra en pilotstudie

Olöf B. Kristjansdottir, forsker, sykepleier

Senter for pasientmedvirkning og samhandlingsforskning &

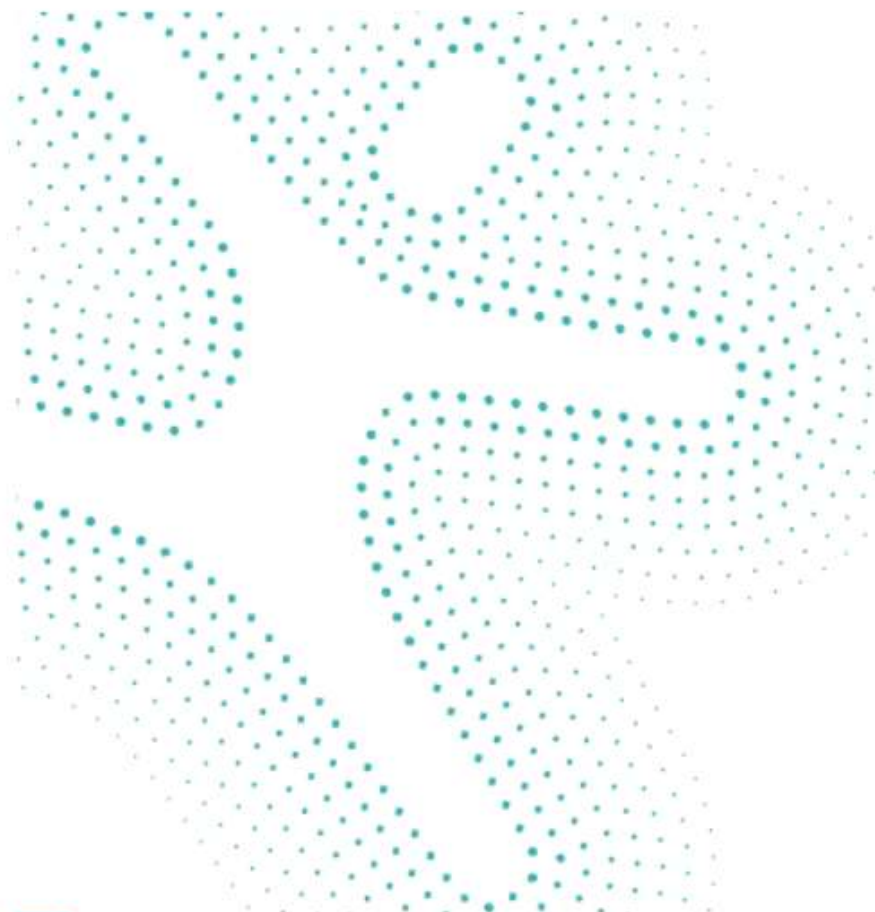
Nasjonalkompetansetjeneste for læring og mestring innen helse,

Oslo universitetssykehus



“(..) ressursfokuseret tilnærming som vektlegger å ta utgangspunkt i den enkeltes ressurser, ferdigheter og kompetanse. Tjenestene må bidra til å bevisstgjøre og styrke dette slik at pasient og bruker kan nå sitt potensial.”

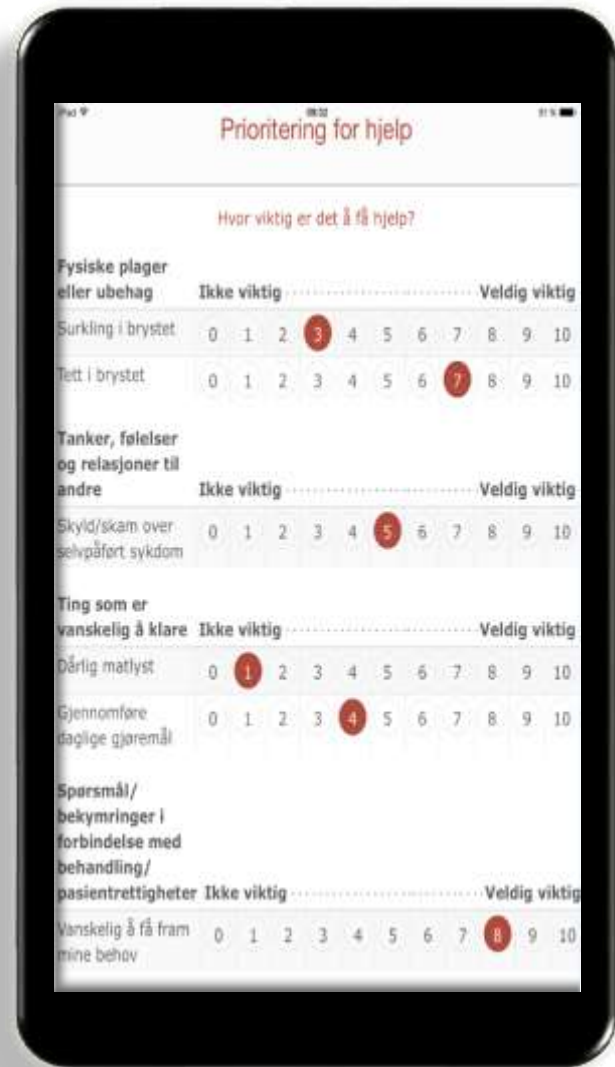
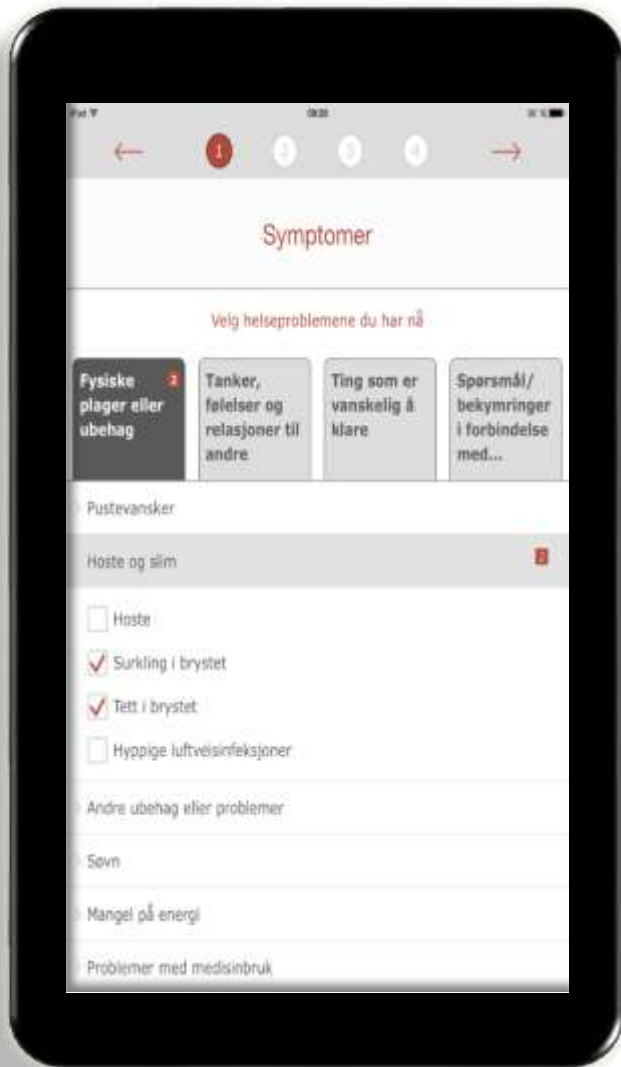
(side 18)



Veiledere

 Helsedirektoratet

Veileder om rehabilitering, habilitering, individuell plan og koordinator



Heyn et al. (2012). Effects of an interactive tailored patient assessment tool on eliciting and responding to cancer patients' cues and concerns in clinical consultations with physicians and nurses. Patient education and counseling

Appen Styrkefunn

Utviklet i samarbeid med pasienter og helsepersonell med intensjon om å:

- Støtte pasientens refleksjon på egne styrker i forkant av en samtale med helsepersonell
- Støtte en samtale om styrker og mestring mellom pasient og helsepersonell



Innspill fra pasienter

- Gi eksempler på styrker
- To svaralternativer (ja/nei)
- Koble styrker til helse-relatert mål
- Markering av 3-5 styrker mest relevant å ta opp i samtale



Mirkovic, Jelena, et al. (2016). Patient Insights Into the Design of Technology to Support a Strengths-Based Approach to Health Care.

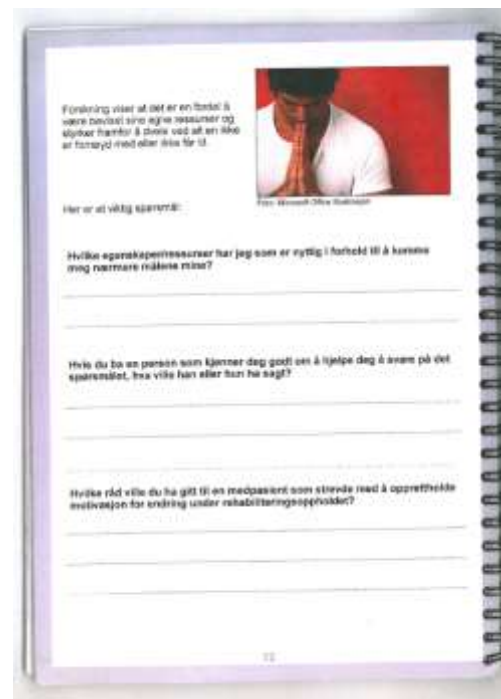
Innspill fra helsepersonell

- Gi eksempler på styrker
- Egenskaper på et kontinuum
- Knytte til mål eller verdi

Mulig kontekst:

I forkant av målmøter i rehabilitering

Før og under mestringskurs



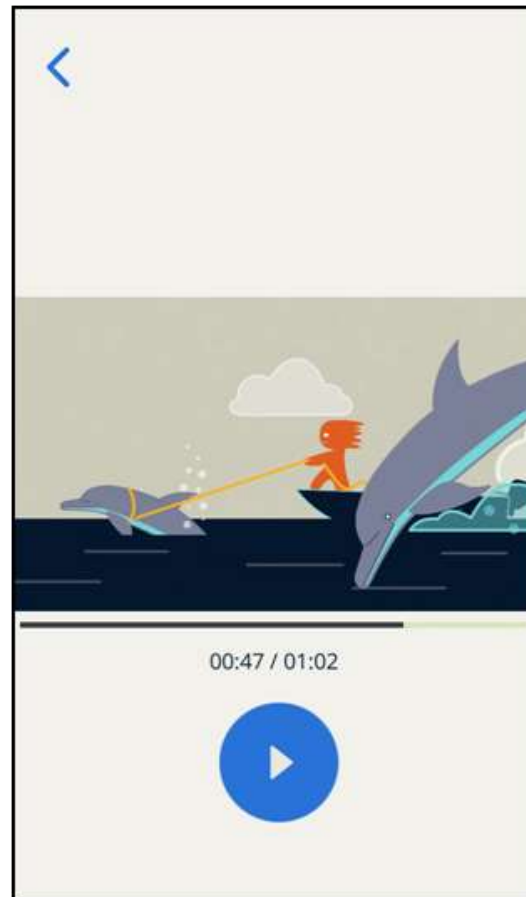
Utviklingsprosess

Brukertestning av prototyper i
papir (3 runder)

Brukertestning av prototyper i
appformat (2 runder)



Introduksjon



Liste av styrker

Finn styrker ?

Velg en kategori

Egenskaper

Strategier

Ressurser i omgivelsene

Glede og mening

<

Strategier

1 av 8

Jeg søker
kunnskapen jeg
trenger

Ja Delvis Nei Hopp
over



Oversikt over valgte styrker

Mine styrker ?

Vis kun de styrkene som er markert som spesielt viktige for samtale med behandler. AV

Ja

- Jeg prioriterer det som er viktig for meg 1
- Jeg har meningsfylte aktiviteter i hverdagen 0
- Jeg har glede av å være i naturen 1
- Jeg har noen som motiverer meg til å leve sunt 0
- Mine omgivelser gir meg muligheter til en sunn livsstil 0
- Jeg er utholdende 0

Finn styrker Mine styrker Mål Mer



Mål og kobling til styrker



Metode

- Rekruttering fra læring- og mestringskurs for personer med revmatisk sykdom
- Blir bedt om å bruke Styrkefunn på egenhånd
 - reflektere på egne styrker
 - koble mål og styrker
- Spørreskjema og intervju om opplevd nytte og brukervennlighet

