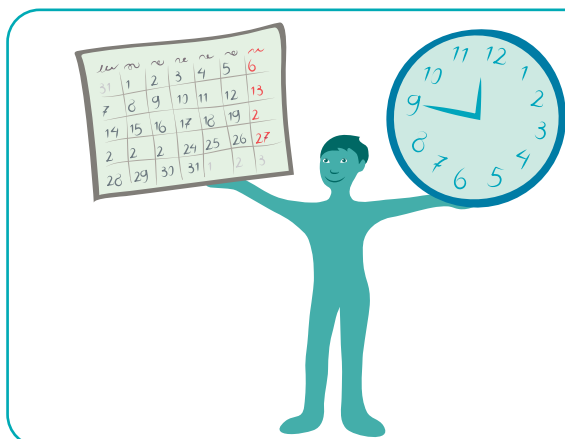


Ha koll

- en gruppintervention för att hantera tid och organisera aktiviteter med tillhörande självskattningsinstrumentet



Vi arbetsterapeuter

och

kommer att hålla i kommande
Ha koll-grupp med start

Bakgrund

De flesta av de personer (patienter/brukare) vi arbetar med har kognitiva nedsättningar och även svårigheter med organisationsförmåga och tidshantering i sin vardag. Det finns vetenskapligt underlag för att tekniska produkter och hjälpmedel är ett effektivt stöd för att personer med kognitiva nedsättningar, till exempel bristande exekutiva funktioner, ska klara tidshantering i sin vardag. Det finns dock indikationer för att förskrivna tidshjälpmedel kan behöva kompletteras med annan typ av intervention.

Strukturerad interventionsmetod

Sedan 2016 finns en strukturerad metod för att i grupp träna tidshantering och organisationsförmåga. *Ha koll (LGO-S)* är ett manualbaserat interventionsprogram som bygger på inlärningsteoretisk och arbetsterapeutisk grund med ”lyckas eller lära” och ”lära av varandra” som bärande koncept. Programmet är framtaget inom psykiatri i USA av Suzanne White. Materialet är översatt och anpassat till svenska förhållanden av Gunnel Janeslätt, Marie Donlau och Kajsa Lidström Holmqvist, med utgivning av Sveriges Arbetsterapeuter. Några studier genomförda i Sverige har påvisat att metoden fungerar väl för målgrupper inom psykiatri och neuropsykiatri och att de resultat som uppnåtts tycks finnas kvar tolv månader senare.

Upplägg och innehåll

Ha koll omfattar 10–15 gruppträffar á 90 minuter med ungefär 5–12 deltagare. Träffarna leds med fördel av två gruppleddare (varav minst en är arbetsterapeut). Strukturen i träffarna bygger på repetition och uppföljning. Till varje grupptillfälle finns ett bildspel, arbetsblad och egenuppgifter. Deltagarna använder sig av en kalender för att hålla ordning på tider, dagar och möten, i ett led att strukturera och hantera sin tid. Det görs en kartläggning i samband med rekrytering till programmet, för att veta att deltagarna har förutsättning att tillgodogöra sig innehållet. I den första och sista gruppträffen ingår det att deltagarna fyller i ett självskattningsinstrument *Aktivitet i tid med struktur (ATMS-S)*.

Lämpliga målgrupper

Avsedd målgrupp är personer med bristande exekutiva funktioner och svårigheter med organisationsförmåga och tidshantering i dagliga livet. Personerna måste ha en viss kognitiv nivå och läsförståelse för att kunna läsa, förstå och fylla i formulär motsvarande nivån 9–10-åringar vanligen har i läsning eller högre. Vanliga målgrupper är personer med allvarlig psykisk ohälsa, missbruksrelaterade sjukdomar, neuropsykiatrisk funktionsnedsättning, ryggmärgsbräck, cerebral pares, intellektuell funktionsnedsättning samt personer som får stöd via psykiatri.

Läs mer: www.arbetsterapeuterna.se/hakoll



KOM GÄRNA MED
FÖRSLAG PÅ
PERSON/KLIENT
SOM KAN INGÅ I
HA KOLL-GRUPPEN

 SVERIGES
ARBETSTERAPEUTER