

Inför handledningen – Session 1

Vad vill du ha hjälp med?

1. Vad är det som är utmanande?

Försök reflektera över vad du tycker är svårt: Är det något hos patienten som är svårt för dig att hantera? Är det någon färdighet/moment du tycker är svårt att få till?

Ditt svar:

2. Mål:

Kopplat till den här utmaningen eller utmaningarna? – Vad är ditt mål? Vad är det du vill kunna göra eller hantera som just nu känns svårt?

Ditt svar:

3. Egna förslag på lösningar:

Försök konkretisera ett till tre förslag på vad du skulle kunna göra för att nå ditt mål.

1.

2.

3.

Reflektioner från idag:

Inför handledningen – Session 2

Måluppfyllelse:

I vilken grad upplevde du att du uppfyllde ditt mål? Skatta från 0-100 där:
[0=Inte alls, 25 = Lite grann, 50= Ganska mycket, 75 =Mycket, 100 = Helt och hållet]

Ditt svar (0-100):

Svårighetsgrad

Hur svårt var det att arbeta med det här målet? Skatta från 0-100 där:
[0=Inte alls svårt, 25 = Lite svårt 50= Ganska svårt, 75 =Mycket svårt, 100 = Extremt svårt]

Ditt svar (0-100):

Reflektioner: (hur gick det? Var det viktigt att arbeta med detta? Skippa framgent? Fortsätta? Effekt på patienten? På dig?)

Vad vill du ha hjälp med?

1. Vad är det som är utmanande?

Försök reflektera över vad du tycker är svårt: Är det något hos patienten som är svårt för dig att hantera? Är det någon färdighet/moment du tycker är svårt att få till?

Ditt svar:

2. Mål:

Kopplat till den här utmaningen eller utmaningarna? – Vad är ditt mål? Vad är det du vill kunna göra eller hantera som just nu känns svårt?

Ditt svar:

3. Egna förslag på lösningar:

Försök konkretisera ett till tre förslag på vad du skulle kunna göra för att nå ditt mål.

- 1.
- 2.
- 3.

Reflektioner från idag:

Inför handledningen – Session 3

Måluppfyllelse:

I vilken grad upplevde du att du uppfyllde ditt mål? Skatta från 0-100 där:
[0=Inte alls, 25 = Lite grann, 50= Ganska mycket, 75 =Mycket, 100 = Helt och hållet]

Ditt svar (0-100):

Svårighetsgrad

Hur svårt var det att arbeta med det här målet? Skatta från 0-100 där:
[0=Inte alls svårt, 25 = Lite svårt 50= Ganska svårt, 75 =Mycket svårt, 100 = Extremt svårt]

Ditt svar (0-100):

Reflektioner: (hur gick det? Var det viktigt att arbeta med detta? Skippa framgent? Fortsätta? Effekt på patienten? På dig?)

Vad vill du ha hjälp med?

1. Vad är det som är utmanande?

Försök reflektera över vad du tycker är svårt: Är det något hos patienten som är svårt för dig att hantera? Är det någon färdighet/moment du tycker är svårt att få till?

Ditt svar:

2. Mål:

Kopplat till den här utmaningen eller utmaningarna? – Vad är ditt mål? Vad är det du vill kunna göra eller hantera som just nu känns svårt?

Ditt svar:

3. Egna förslag på lösningar:

Försök konkretisera ett till tre förslag på vad du skulle kunna göra för att nå ditt mål.

1.

2.

3.

Reflektioner från idag:

Inför handledningen – Session 4

Måluppfyllelse:

I vilken grad upplevde du att du uppfyllde ditt mål? Skatta från 0-100 där:
[0=Inte alls, 25 = Lite grann, 50= Ganska mycket, 75 =Mycket, 100 = Helt och hållet]

Ditt svar (0-100):

Svårighetsgrad

Hur svårt var det att arbeta med det här målet? Skatta från 0-100 där:
[0=Inte alls svårt, 25 = Lite svårt 50= Ganska svårt, 75 =Mycket svårt, 100 = Extremt svårt]

Ditt svar (0-100):

Reflektioner: (hur gick det? Var det viktigt att arbeta med detta? Skippa framgent? Fortsätta? Effekt på patienten? På dig?)

Vad vill du ha hjälp med?

1. Vad är det som är utmanande?

Försök reflektera över vad du tycker är svårt: Är det något hos patienten som är svårt för dig att hantera? Är det någon färdighet/moment du tycker är svårt att få till?

Ditt svar:

2. Mål:

Kopplat till den här utmaningen eller utmaningarna? – Vad är ditt mål? Vad är det du vill kunna göra eller hantera som just nu känns svårt?

Ditt svar:

3. Egna förslag på lösningar:

Försök konkretisera ett till tre förslag på vad du skulle kunna göra för att nå ditt mål.

1.

2.

3.

Reflektioner från idag:

Inför handledningen – Session 5

Måluppfyllelse:

I vilken grad upplevde du att du uppfyllde ditt mål? Skatta från 0-100 där:
[0=Inte alls, 25 = Lite grann, 50= Ganska mycket, 75 =Mycket, 100 = Helt och hållet]

Ditt svar (0-100):

Svårighetsgrad

Hur svårt var det att arbeta med det här målet? Skatta från 0-100 där:
[0=Inte alls svårt, 25 = Lite svårt 50= Ganska svårt, 75 =Mycket svårt, 100 = Extremt svårt]

Ditt svar (0-100):

Reflektioner: (hur gick det? Var det viktigt att arbeta med detta? Skippa framgent? Fortsätta? Effekt på patienten? På dig?)

Vad vill du ha hjälp med?

1. Vad är det som är utmanande?

Försök reflektera över vad du tycker är svårt: Är det något hos patienten som är svårt för dig att hantera? Är det någon färdighet/moment du tycker är svårt att få till?

Ditt svar:

2. Mål:

Kopplat till den här utmaningen eller utmaningarna? – Vad är ditt mål? Vad är det du vill kunna göra eller hantera som just nu känns svårt?

Ditt svar:

3. Egna förslag på lösningar:

Försök konkretisera ett till tre förslag på vad du skulle kunna göra för att nå ditt mål.

- 1.
- 2.
- 3.

Reflektioner från idag:

Inför handledningen – Session 6

Måluppfyllelse:

I vilken grad upplevde du att du uppfyllde ditt mål? Skatta från 0-100 där:
[0=Inte alls, 25 = Lite grann, 50= Ganska mycket, 75 =Mycket, 100 = Helt och hållet]

Ditt svar (0-100):

Svårighetsgrad

Hur svårt var det att arbeta med det här målet? Skatta från 0-100 där:
[0=Inte alls svårt, 25 = Lite svårt 50= Ganska svårt, 75 =Mycket svårt, 100 = Extremt svårt]

Ditt svar (0-100):

Reflektioner: (hur gick det? Var det viktigt att arbeta med detta? Skippa framgent? Fortsätta? Effekt på patienten? På dig?)

Vad vill du ha hjälp med?

1. Vad är det som är utmanande?

Försök reflektera över vad du tycker är svårt: Är det något hos patienten som är svårt för dig att hantera? Är det någon färdighet/moment du tycker är svårt att få till?

Ditt svar:

2. Mål:

Kopplat till den här utmaningen eller utmaningarna? – Vad är ditt mål? Vad är det du vill kunna göra eller hantera som just nu känns svårt?

Ditt svar:

3. Egna förslag på lösningar:

Försök konkretisera ett till tre förslag på vad du skulle kunna göra för att nå ditt mål.

- 1.
- 2.
- 3.

Reflektioner från idag:

Vid frågor om mallen:

simon.fagernas@ki.se

Utvecklad av Kompetenscentrum för Psykoterapi (KCP) vid Karolinska Institutet.

