

KOSKI-modellen

Ett nytt arbetssätt för kartläggning,
bedömning och insatsplanering

Thomas Persson, leg psykolog, leg psykoterapeut

Handledare och lärare i familjeterapi

Barn- och ungdomshälsan, Luleå

KOSKI-modellen (Kartläggning av Orsaker, Symtom och Konsekvenser i vardagen samt Insatsplanering)

Underlättar och fördjupar bedömningsamtalet genom att skapa en struktur och överblick över patientens problematik och dess kontext. På så sätt kan bedömningsamtalet fungera som ett pedagogiskt verktyg som bidrar till att öka patientens förståelse för sina problem och valet av lämpliga insatser



Steg 1. Inledning

Patientens/familjens "berättelse" om problemen. Behandlaren hjälper patienten/familjen att ge sin berättelse om problemen de söker för. Vidare kartläggs symtomhistoria, familje- och arbets-/skolsituation, fritid, vänner, hereditet, trauma, våld, självskadebeteende, suicidalitet, alkohol, droger


Alternativt

En sedvanlig bedömningsintervju. Denna kan genomföras under kortare tid och mer översiktligt eftersom en fördjupning sker i kartläggningen



Steg 2. Kartläggning av symtom

- Behandlaren informerar om att whiteboardtavlan används för att skapa överblick och en helhetsbild av situationen
- Tavlan delas in i tre kolumner. Behandlaren använder först mittenkolumnen och skriver rubriken **Symtom**
- Central fråga: **På vilket sätt mår du dåligt?**
- Behandlaren skriver upp de symtom som framkommit, ett i taget, i dialog med patient/familj. Ytterligare symtom kartläggs
- Exempel på symtom: Rädslor, oro, ångest, nedstämdhet, ledsenhet, minskad glädje, trötthet, orkeslöshet, sömn- och ätproblem, vredesutbrott, tvångssymtom, stress, smärta, problembeteenden, självskadebeteende, suicidalitet



Steg 3. Kartläggning av konsekvenser i vardagen

- Använd höger kolumn och skriv rubriken **Konsekvenser i vardagen**
- Central fråga: **Hur påverkar symtomen dig i vardagen?**
- Exempel på konsekvenser: Förändrade vanor och beteenden till följd av symtomen. Undvikanden. Konflikter och utåtagerande. Omgivningens reaktioner. Förändringar i familj, arbete/skolgång, fritid, relationer, ADL-funktioner. Stöd- och vårdkontakter




Steg 4. Kartläggning av orsaker

- Använd vänster kolumn och skriv rubriken **Orsaker**
- Central fråga: **Varför mår du dåligt?**
- Fråga patienten/familjen om tankar, idéer, förslag och hypoteser kring vilka orsaker som kan ha bidragit till symtomen och dess konsekvenser i vardagen
- Exempel på orsaker: Utlösande och vidmakthållande faktorer. Stressorer. Överkrav. Hemsituationen, relationer till familj, anhöriga, vänner. Arbets-/skolsituation, mobbning, ensamhet, utanförskap, konflikter. Förluster. Kärleksproblem/sorg. Alkohol, droger. Sårbarhet inom temperament, känslöhantering, kognition, inlärning, NPF. Sjukdom.




Steg 5. Rangordning av orsaker

- ▶ Patienten ges en whiteboardpenna och får till uppgift att rangordna (1, 2, 3, etc.) de orsaker som hen tror kan ha bidragit till symtomen och dess konsekvenser
 - ▶ Patienten skriver en etta vid den orsak som hen tror är den största orsaken till symtomen och dess konsekvenser, en tvåa vid näst största orsaken, etc., och fortsätter fram tills alla orsaker fått en siffra
- 




Steg 6. Rangordning av symtom

- Patienten får till uppgift att rangordna (1, 2, 3, etc.) symtomen
 - Patienten skriver en etta vid det symtom som hen uppfattar som jobbigast eller besvärligast, en tvåa vid näst jobbigaste eller besvärligaste symtomet, etc., och fortsätter tills alla symtom fått en siffra
- 



Steg 7. Rangordning av konsekvenser

- Patienten får till uppgift att rangordna (1, 2, 3, etc.) konsekvenserna i vardagen
 - Patienten skriver en etta vid den konsekvens som hen uppfattar som jobbigast eller besvärligast, en tvåa vid näst jobbigaste eller besvärligaste konsekvensen, etc., tills alla konsekvenser fått en siffra
- 



Steg 8. Beskriv sambandet mellan Orsaker, Symtom och Konsekvenser i vardagen

- Det vill säga att Symtomen medför Konsekvenser i vardagen, och att dessa kan ha flera Orsaker
- Behandlaren kan välja att lyfta fram att Konsekvenserna i sig kan bidra till Symtom - så kallade vidmakthållande faktorer



Steg 9. Vid behov intervjuas patienten enskilt

- ▶ Exempelvis angående suicidalitet, våld, utsatthet, trauma. Genomför eventuellt en strukturerad suicidriskbedömning



Steg 10. Vid behov intervjuas vårdnadshavare enskilt

- Exempelvis angående eventuell psykisk ohälsa, missbruk, våld, utsatthet hos förälder
- 



Steg 11. Behandlaren sammanfattar kortfattat vad som framkommit

- Exempelvis genom att lyfta fram 2-3 punkter i respektive kolumn
- Behandlaren ger eventuellt diagnosinformation
- Behandlaren informerar om att kartläggningen och "kartan" nu är klar och att nästa steg är att planera lämpliga insatser



Steg 12. Insatsplanering

- Behandlaren har nu till uppgift att, i dialog med patienten/familjen, välja de Orsaker, Symtom och Konsekvenser i vardagen, som kan anses vara lämpliga för insatser
- **Behandlaren stryker under eller ringar in de punkter som bedöms vara möjliga att åtgärda eller behandla**
- Dessa punkter utgör en grund för val och planering av insatser
- **Behandlaren och patienten/familjen samtalar, väljer och överenskommer sedan tillsammans om lämpliga insatser**
- Insatserna kan t ex innebära att åtgärda orsaker, lära sig att hantera symtom, och minska negativa konsekvenser i vardagen



Några erfarenheter och reflektioner

- Modellen underlättar och fördjupar bedömningsamtalet
- samt förbättrar insatsplaneringen
- Kartläggning och insatsplanering sker öppet och transparent tillsammans med patienten/familjen
- Externalisering och strukturering av patientens problem är till nytta för både patient och behandlare
- Patienten/familjen visar intresse och engagemang i kartläggningen
- Patienten känner sig "sedd", och behandlaren känner sig lugn och trygg i bedömningsprocessen
- Ger variation i bedömningsarbetet
- Underlättar journalföring
- Rolig att använda



Tack!

- Om ni är intresserade av att ta del av modellen mejla till:
 - Thomas.persson@norrbotten.se
 - Ni är välkomna att använda, sprida och föreläsa om modellen
- 