

“Varför gör dom som dom gör och varför gör dom inte som jag säger?”

**Mindfulnessbaserat, kognitiv-relationellt
synsätt i vården**

Jörgen Herlofson, Camilla Sköld, Maria Lidman

Empatica.se

80/20-hypotes

Behandlingsallians och behandlingsföljsamhet i ett tvärsnitt av befolkningen

•Acceptabelt - bra - superbtt samarbete med 80% av pat.

•Bristande - dåligt - obefintligt samarbete med 20% av pat.

Komplex problematik försvårar ofta mötet i vården

Komorbiditet

- Somatisk o. psykisk
sjd
- Komorbid pers.
störning

Livspåfrestningar

- Problematisk
livshistoria
- Svår livssituation

Problem relaterade till livsstil

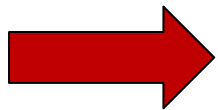
- Alkohol/droger
- Övervikt

Existentiella problem

- Uppgivenhet
- Offerroll

Framgångsrikt hälsofrämjande arbete förutsätt
hög grad av patientsamverkan

Särskilt svårt att upprätta vid komplex
problematik med existentiell uppgivenhet



80/20-hypotesen:

**Bristande - dåligt - obefintligt samar
med 20% av patienterna!**

Samverkan:

motivation en grundförutsättning

- Mål och mening
- Tro och hopp
- Grundläggande självförtroende och självkänsla
- Tillit till vården/vårdmedarbetaren

Allians- och autonomifrämjande kompetens

- Instrumentell kompetens
- Relationell kompetens

Professionalitet som yrkesperson/behandlare

- Instrumentell kompetens
- Relationell kompetens

Kontrollhypotes

Vårdens medarbetare tenderar att hantera oklarhet och ovisshet genom att agera för att etablera kontroll, t ex

- flykt till strikt instrumentella lösningar på komplexa problem
- "göra om" livsproblem till medicinska problem som kan "åtgärdas"
- fransäga sig uppgiften, hänvisa till annan instans
- göra patienten "delaktig" genom att lämna över beslutsansvaret

Varför är instrumentell kontroll så attraktiv

Positiv förstärkning (uppnår något önskvärt)

- Bra för patienten, lösning på problemet
- En professionell yrkesperson är skolad till instrumentell kontroll

Negativ förstärkning (slipper något obehagligt)

- Patienten utövar press på behandlaren att ta kontroll
- Känslomässigt plågsamt att köra fast i arbetet
- Reducerar risken att misslyckas och få utstå skamkänslor
- Slipper ångestväckande ovisshet i en relationell arbetsprocess
- Slipper involvera sin egen person i den relationella processen

Oraklet i Delfi: "Känn dig själv"

Mindfulnessinriktad praktik:

ett sätt att utforska kropp, sinne och rea

Kognitiv teori

- Människan tolkar information
- Erfarenheter lagras som scheman/mallar/inre modeller
- Scheman ger subjektiv mening åt tillvaron
- Scheman styr vårt tänkande
- Våra tankar påverkar emotioner och beteende
- Upplevd verklighet i fokus

Alliansbyggande och autonomifrämjande str

- A. Patientens uppfattning om orsaker till problemen
- B. Hur problemen påverkat och begränsat tillvaron
- C. Problemens inverkan på självbild, självförtroende
- D. Vad har värde och skapar livsmening för patienten
- E. Hur visar patienten omsorg/omtanke om sig själv

Utvecklingsprocessen - en strategisk sekvens av

