



Sundhedsfremmeforskning, Steno Diabetes Center Copenhagen

Enhed for Sundhedsfremmeforskning udvikler forskningsbaserede, sundhedsfremmende indsatser. Målet er at bidrage til bæredygtige forbedringer i praksis og medvirke til at skabe bedst mulig sundhed og trivsel for personer med diabetes, deres familier og grupper i risiko. Enhedens forskning tager afsæt i et bredt og positivt sundhedsbegreb og er baseret på involvering af brugere og andre aktører. Målet er at styrke sundhedsfremmekapaciteten i organisationer og systemer og samtidig øge menneskers kompetencer til at håndtere deres eget liv og påvirke vilkår, der har betydning for deres sundhed og livskvalitet.

Når dialogen er på spil

Forskningsbaserede metoder og værktøjer til at skabe dialog og involvering i samarbejdet mellem brugere og sundhedsprofessionelle



Sundhedsfremmeforskning
Steno Diabetes Center Copenhagen

Sundhedsfremmeforskning
Steno Diabetes Center Copenhagen

Når dialogen er på spil

Forskningsbaserede metoder og værktøjer til at skabe dialog og involvering i samarbejdet mellem brugere og sundhedsprofessionelle

Redaktion: Bryan Cleal, Regitze Anne Saurbrey Pals og Ingrid Willaing
Bidrag fra: Dan Grabowski, Nana Folmann Hempler, Lene Eide Joensen og Annemarie Varming.

Design og layout: Rose & Rose
Fotos: Steno Diabetes Center Copenhagen, Diabetes Management Forskning , Colourbox og Rose & Rose

1. udgave, 1. oplag
Uddrag og kopiering af materiale er tilladt med tydelig kildeangivelse.

ISBN: 978-87-92759-40-5
København, december 2021

Udgiver: Steno Diabetes Center Copenhagen, Diabetes Management Forskning

Sundhedsfremmeforskning
Steno Diabetes Center Copenhagen
Borgmester Ib Juuls Vej 83
2730 Herlev

Telefon: 3968 0800
mail: sdcc-fp-sundhedsfremmeforskning@regionh.dk

Sundhedsfremmeforskning: Web: <https://www.sdcc.dk/om-SDCC/enheder/Sider/Sundhedsfremme.aspx>
Steno: www.SDCC.dk
Region H: www.regionh.dk

Indholdsfortegnelse

1. Introduktion	03
2. Diabetes på spil: Et analogt spil om livet med type 2 diabetes	04
3. Kulturelt tilpasset diabetesuddannelse for borgere med etnisk minoritetsbaggrund	08 (CUSTOM)
4. Sundhedspædagogiske værktøjer målrettet brugere i psykiatrien (LIP 2)	14
5. Familiekassen: Værktøjer til at involvere familien i diabetesuddannelse (PIFT)	20
6. Sundhedspædagogiske værktøjer målrettet sårbare personer med kronisk sygdom	24 (Sårbare)
7. Dialogværktøjer til diabeteskonsultationer (EMMA)	28
8. Den sundhedspædagogiske værktøjskasse (NEED)	36



Introduktion

“Jeg er ikke kun en sygdom; jeg er faktisk et menneske med en sygdom.”

Citatet kommer fra et menneske med kronisk sygdom og illustrerer tankegangen bag denne publikation; at det er vigtigt at forstå mennesket, der har sygdommen for at kunne uddanne og støtte dette menneske i at håndtere livet med kronisk sygdom.

De fleste sundhedsprofessionelle tilslutter sig ideen om at fokusere på mennesket frem for sygdommen, men finder det ofte vanskeligt at omsætte dette til praksis. Det er her, denne publikation kommer ind i billedet. Formålet med publikationen er at introducere konkrete metoder og værktøjer til at facilitere dialog, involvering og samarbejde mellem brugere med kronisk sygdom og professionelle. Dette er centrale elementer, som kan være med til at skabe en god relation mellem bruger og professionel og støtte brugere i at leve et godt liv med kronisk sygdom.

Metoderne og værktøjerne er alle udviklet i et tæt samarbejde mellem brugere med kronisk sygdom, deres familier, sundheds- og socialprofessionelle samt forskere i Sundhedsfremfemforskning på Steno Diabetes Center Copenhagen. Metoderne og værktøjerne er bygget op omkring billeder, citater og spil, som inviterer brugere til at sætte ord på, dele og reflektere over forskellige aspekter af livet med kronisk sygdom. Aspekter, som ikke udelukkende handler om sygdommen, men om alt det, der har betydning for, at hverdagen med sygdom hænger sammen.

Metoderne og værktøjerne kan ikke stå alene, og det er måden, de bruges på, som skaber værdi i mødet med brugere og deres familier. De er udviklet til at støtte professionelle i at målrette uddannelse og støtte til den enkelte bruger. Samtidig kan de inspirere professionelle til at nytænke indsatser. En central pointe med metoderne og værktøjerne er, at de kan bruges fleksibelt. Det vil sige, at det står professionelle frit for, om de vil bruge et enkelt værktøj i en eksisterende indsats, sammensætte flere værktøjer i en ny indsats eller anvende værktøjerne på andre måder.

Denne publikation præsenterer metoder og værktøjer fra syv sundhedspædagogiske koncepter. For hvert koncept er der en kort beskrivelse af konceptets formål og de tilhørende værktøjer. Derpå følger en oversigt over de enkelte værktøjer og en litteraturliste. I litteraturlisten er der henvisninger til værktøjerne, brugsvejledninger og forskningsartikler om udvikling og afprøvning af koncepterne.

Vi håber, at værktøjerne kan inspirere til innovative indsatser, som kan komme brugere med kronisk sygdom og professionelle til gavn.

God fornøjelse!

Ingrid Willaing, Forskningsleder
Morten Hulvej Rod, Sundhedsfremmechef

Steno Diabetes Center Copenhagen,
 december 2021

Diabetes på spil:

Et analogt spil om livet med type 2 diabetes

Formål: Formålet med "Diabetes på spil" er at give personer med type 2 diabetes mulighed for at tale med hinanden om hverdagslivets udfordringer med diabetes på en sjov og legende måde i en gruppe. Det er også formålet at involvere og give taletid til alle deltagere samt at give sundhedsprofessionelle indsigt i deltagernes udfordringer og interesser.

Indhold: Spillet indeholder 5 persona-ark, 4 x 10 temakort, 8 regelkort, et kort med scoringssystem og tilhørende brikker.

Udviklingsproces: Spillet blev udviklet fra 2018 til 2019 i en proces med bl.a. en lang række workshops med personer med type 2 diabetes og sundhedsprofessionelle. Spillet blev i 2019 afprøvet blandt 76 personer med type 2 diabetes og 17 sundhedsprofessionelle, 19 forskellige steder i 9 danske kommuner. Spillet blev herefter forbedret i henhold til resultaterne fra afprøvningen.

Setting: Spillet kan bruges af fagpersoner, der faciliterer gruppebaseret uddannelse og/eller varetager støtte til personer med type 2 diabetes.

Samarbejdspartnere: Spillet blev udviklet i et samarbejde mellem Copenhagen Game Lab, Steno Diabetes Center Copenhagen samt sundhedsprofessionelle og personer med diabetes i danske kommuner.



Værktøj	Illustration	Beskrivelse
Spillet		At give personer med type 2 diabetes mulighed for at tale om hverdagslivets udfordringer med diabetes på en sjov og legende måde. Formålet er også at skabe involvering og taletid til alle, samt give underviseren indsigt i deltagerenes udfordringer og interesser.
Introduktion til underviseren		At introducere den sundhedsprofessionelle til det overordnede formål med spillet og hvordan spillet faciliteres.
Fiktive personaer		At give deltagerne mulighed for at spejle sig selv i deres persona-ark og reflektere over ligheder og forskelle mellem dem selv og deres persona-ark.
Pointsystem i tre kategorier: Sunde vaner, tryghed og det gode liv		At fremme en sjov og legende aktivitet med mulighed for at vinde eller tabe spillet.

Værktøj	Illustration	Beskrivelse
Temakort med fire temaer: Motion, familie og venner, medicin, mad		At inspirere deltagerne til at dele og lytte til hinandens diabetes-specifikke styrker og udfordringer og at drøfte disse på en ikke-fordømmende måde.
Regelkort		At deltagerne læser spillets regler og hjælper hinanden med at spille spillet. Dette skaber en løbende samtale og et diabetes-specifikt fokus under spillet.
Brikker med flueben og kryds		At give deltagerne mulighed for at drøfte deres egne positive og udfordrende oplevelser i forhold til at leve med type 2 diabetes. Deltagerne opnår også indsigt i de andre deltagers oplevelser.

Litteraturliste

Diabetes på spil: Et analogt spil om livet med type 2 diabetes

Lindgreen P, Stenov V, Willaing I, Basballe HG, Joensen LE. Playing With Peers: Exploring Peer Support Mechanisms of a Type 2 Diabetes-Specific Board Game. Qualitative Health Research. 2021 (published online).

Stenov V, Lindgreen P, Willaing I, Basballe HG, Joensen LE. Testing an analogue game to promote peer support and person-centredness in education for people with diabetes: A realist evaluation. Nursing Open. 2021;8:2536-2550.

Kulturelt tilpasset diabetesuddannelse for borgere med etnisk minoritetsbaggrund

Formål: Konceptet, CUSTOM, som står for CULTurally Sensitive TOols and Methods, er et sundhedspædagogisk koncept målrettet diabetesuddannelse til borgere med etnisk minoritetsbaggrund, der taler tyrkisk, arabisk eller urdu. Formålet med konceptet er at sikre, at målgrupperne får adgang til kulturelt sensitiv diabetesuddannelse, der er relevant for deres livssituation og hverdagsliv, og som fremmer oplevelsen af handlemuligheder ift. egen sygdom.

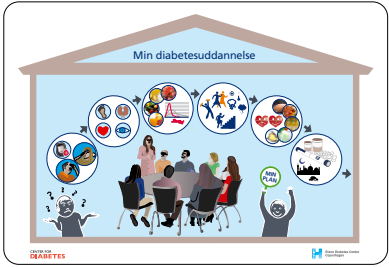
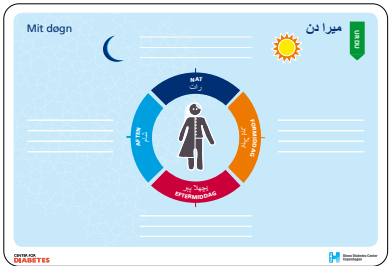
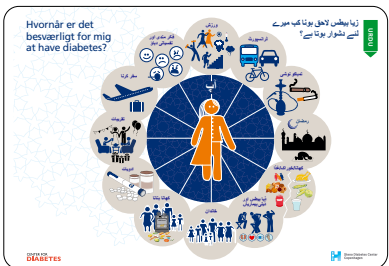
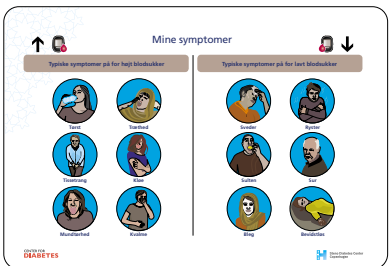
Indhold: Konceptet består af en modulbeskrivelse, en guide og 11 sundhedspædagogiske værktøjer samt 3 supplerende materialer. Modulbeskrivelsen omfatter metoder, tilgange og emner til et konkret gruppebaseret forløb bestående af 6 moduler.

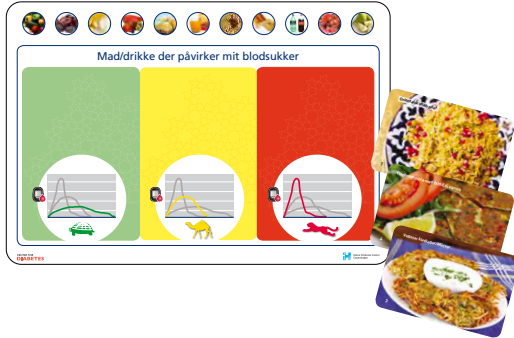
Udviklingsproces: Konceptet er udviklet på baggrund af workshops og interviews med borgere fra etniske minoritetsgrupper og sundhedsprofessionelle, der arbejder med målgruppen. Konceptet er afprøvet i et effektstudie i Center for Diabetes, Københavns Kommune.

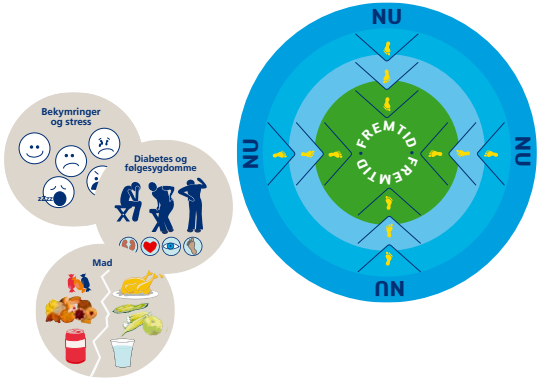
Setting: Værktøjer og tilgang kan tilpasses individuelle og gruppebaserede uddannelses- og sundhedsrelaterede aktiviteter.

Samarbejdspartnere: Konceptet er baseret på et samarbejde mellem borgere fra etniske minoritetsgrupper, Steno Diabetes Center Copenhagen og Center for Diabetes i Københavns Kommune.



Værktøj	Illustration	Beskrivelse
Min diabetes-uddannelse		At give deltageren en visuel oversigt over sit forløb, en bedre forståelse for tilgængelige aktiviteter og mulighed for at huske disse.
Mit døgn (tyrkisk, urdu og arabisk udgave)		At skabe god kontakt til deltageren og få indblik i hans/hendes liv.
Hvornår er det besværligt for mig at have diabetes? (tyrkisk, urdu og arabisk udgave)		At identificere udfordringer og problematikker hos deltageren samt at anerkende, hvor svært det kan være for vedkommende at leve med en kronisk sygdom.
Mine symptomer		At øge deltagerens viden om symptomer på for højt og for lavt blodsukker, samt hvordan højt og lavt blodsukker kan forebygges.

Værktøj	Illustration	Beskrivelse
Mad/drikke der påvirker mit blodsukker (tyrkisk, urdu og arabisk udgave)		At give indblik i deltagerens viden om kulhydrater, samt hvilke kulhydrater deltageren kan lide at spise i hverdagen.
Mad der påvirker mit hjerte		At give indblik i deltagerens viden om fedtstoffer samt hvilke fedtstoffer, deltageren bruger i hverdagen.
Min største fristelse		At deltageren identificerer en konkret sundhedsadfærd, hvor en ændring vil gavne hans/hendes blodsukkerkontrol og sundhed generelt.
Familiecase		At adressere kendte udfordringer forbundet med at implementere diabetesvenlig mad i hverdagen samt at få deltagerne til at reflektere over vigtigheden af at inddrage familien i deres liv med diabetes.

Værktøj	Illustration	Beskrivelse
Mine succeser		At sætte fokus og bygge videre på de gode ting, som deltageren gør for at passe diabetes, hvilket kan inspirere andre deltagere.
Aftale med mig selv		At indgå en aftale omkring forandring som er realistisk og konkret samt baseret på deltagerens egne ønsker.
Min aktive dag		At synliggøre hvor fysisk aktiv, deltageren er i sin hverdag. Derudover kan øvelsen give idéer til, hvordan deltageren kan øge sit aktivitetsniveau baseret på deltagerens behov og ønsker.

Litteraturliste

Kulturelt tilpasset diabetesuddannelse for borgere med etnisk minoritetsbaggrund

Hempler NF, Christensen NI, Laursen DH. Koncept for uddannelse målrettet etniske minoriteter med type 2 diabetes: Fokus på værdier, kompetencer og værktøjer. København: Center for Diabetes, Københavns Kommune og Steno Diabetes Center Copenhagen; 2018. 1. udgave. ISBN: 978-87-92759-29-0.

Hempler NF, Christensen NI, Laursen DH. Uddannelsesmoduler og trin-for-trin beskrivelser for værktøjer. København: Center for Diabetes, Københavns Kommune og Steno Diabetes Center Copenhagen; 2018. 1. udgave.

Hempler NF, Nicic S, Ewers B, Willaing I. Dietary education must fit into everyday life: a qualitative study of people with a Pakistani background and type 2 diabetes. Patient Preference and Adherence. 2015;9:347–354.

Hempler NF, Ewers B. Development of culturally sensitive dialogue tools in diabetes education. Indian Journal of Endocrinology and Metabolism. 2015;19:178-181.

Sundhedspædagogiske værktøjer målrettet brugere i psykiatrien

Formål: Livsstilsguide i praksis er et sundhedspædagogisk koncept, der har til formål at fremme sundheden hos voksne med psykisk sygdom (brugere) gennem styrkelse af relationer, kommunikation og organisatoriske rammer. Fokus er at skabe et samarbejde mellem brugere og professionelle om sundhedsfremme.

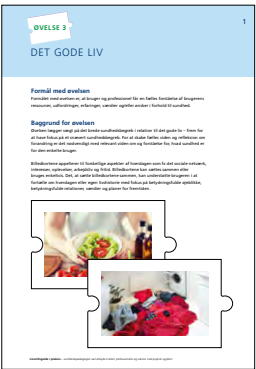
Indhold: Konceptet omfatter en guide, to teoretiske modeller og 11 sundhedspædagogiske værktøjer. Guiden indeholder eksempler på, hvordan organisationer kan arbejde med sundhedsfremmende indsatser. Konceptet blev udviklet og afprøvet i 2014-2017 og er siden blevet videreudviklet og suppleret med nye værktøjer, der adresserer strukturel sundhedsfremme.

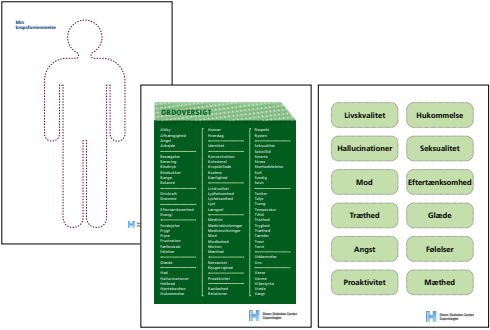
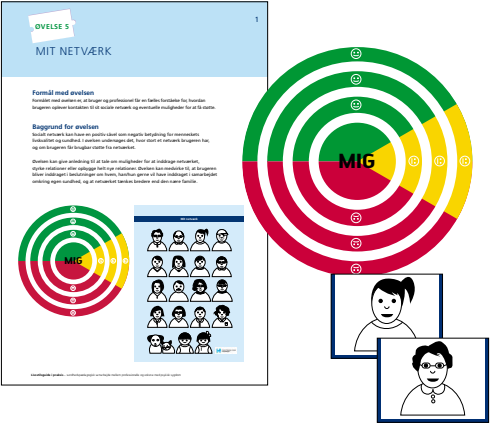
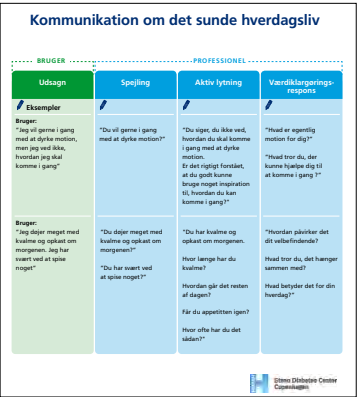
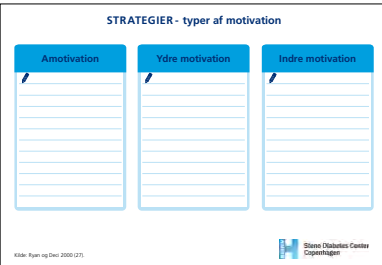
Udviklingsproces: Konceptet er udviklet i samarbejde med nuværende og tidligere psykiatribrugere, og målgruppen er brugere med psykisk sygdom, som har eller er i risiko for at udvikle diabetes og hjertekarsygdom.

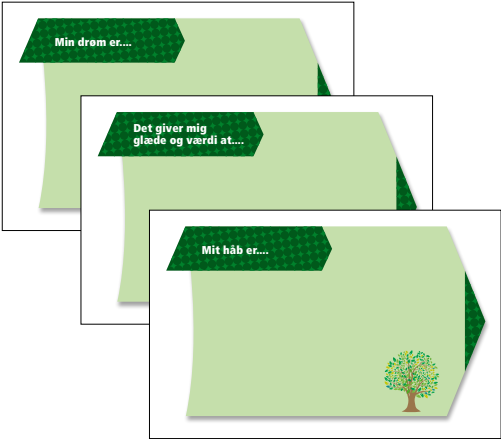
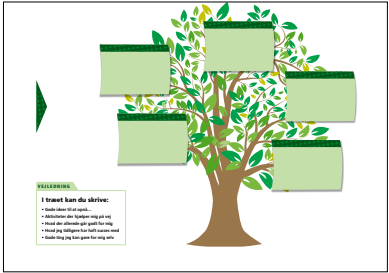
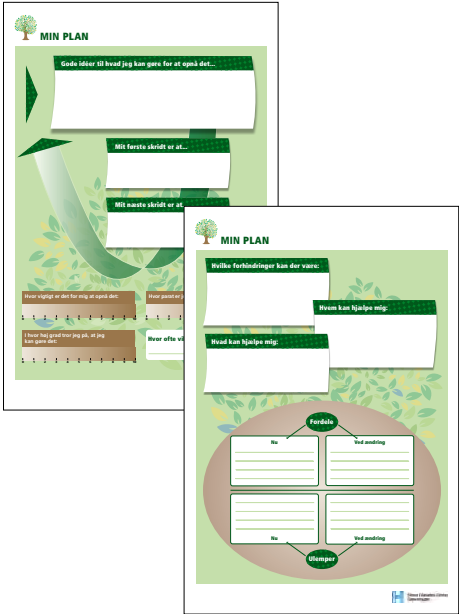
Setting: Konceptet kan implementeres i individuelle sundhedssamtaler og i gruppeaktiviteter som undervisning, motion, madlavning og idrætscafé, og er omsat til et uddannelsesprogram af University College Syd. 155 professionelle i Region Syd har afprøvet det i praksis.

Samarbejdspartnere: Konceptet er udviklet i et samarbejde mellem Steno Diabetes Center Copenhagen, Region Syddanmark, UC Syd og de 22 syddanske kommuner i samarbejde med en lang række brugere. En videreudvikling er baseret på et samarbejde mellem brugere, kommuner, Region Hovedstadens Psykiatri, Statens Institut for Folkesundhed, Sundhedsstyrelsen og Steno Diabetes Center Copenhagen.



Værktøj	Illustration	Beskrivelse
Vidste du....? Om fysisk sundhed		At brugere og professionelle igangsætter en dialog om den ulighed i sundhed, der findes i relation til somatisk sygdom, psykisk sygdom og sårbarhed. Øvelsen kan desuden være med til at afklare, hvordan organisationer kan arbejde med sundhedsfremme.
Forventningsafstemning i samarbejdet		At bruger og professionel får skabt en god kontakt ved at drøfte forventninger til aktiviteten/mødet.
Fortæl om dit døg		At bruger og professionel får en fælles forståelse for brugerens hverdag, og hvad brugeren anser som betydningsfuldt i sin hverdag.
Det gode liv		At bruger og professionel får en fælles forståelse af brugerens ressourcer, udfordringer, erfaringer, værdier og/eller ønsker i forhold til sundhed.

Værktøj	Illustration	Beskrivelse
Min kropsfornemmelse		At bruger og professionel drøfter emner, som brugeren finder relevante i forhold til sin fysiske og mentale sundhed.
Mit netværk		At bruger og professionel får en fælles forståelse for, hvordan brugeren oplever kontakten til sit sociale netværk og muligheder for at få støtte.
Kommunikation om det sunde hverdagsliv		At få den professionelle til at reflektere over, hvordan han/hun kommunikerer med brugeren om brugerens motivation for at skabe et sundere hverdagsliv.
Strategier – typer af motivation		At undersøge og reflektere over strategier til at arbejde med brugerens motivation for at leve et sundere hverdagsliv.

Værktøj	Illustration	Beskrivelse
Visionskort		At bruger og professionel i fællesskab får identificeret og talt om brugerens vision i form af drømme, håb og ønsker for fremtiden, og hvordan sundhedsfremme spiller ind i denne vision.
Træet		At bruger og professionel i samarbejde får identificeret gode ideer og aktiviteter til at arbejde sig frem mod brugerens overordnede vision.
Min plan		At brugeren i samarbejde med den professionelle får identificeret gode ideer og aktiviteter til at arbejde sig frem mod den overordnede vision. Dertil lægger øvelsen op til, at vejen til visionen drøftes og konkretiseres.

Litteraturliste

Sundhedspædagogiske værktøjer målrettet brugere i psykiatrien

Wagner S, Addington KS, Varming A, Hempler NF. Caught between good intentions and rigid structures: A qualitative description of professionals' experiences with health promotion in mental health services. Scandinavian Journal of Caring Sciences. 2021 (published online).

Pals RAS, Drejer S, Laursen RH, Oest L, Levisen VDH, Krogh NR, Hempler NF. Implementing a collaborative model in health education practice: a process evaluation of a health education programme targeting users with mental health problems. BMC Health Services Research. 2020;20:38.

Levisen VDH, Oest L, Pals RAS, Laursen RH, Rauff K, Hempler NF. Hvordan kan sundheden fremmes hos voksne med psykisk sygdom? Implementering af et nyudviklet sundhedspædagogisk koncept til facilitering af bedre samarbejde om sundhed. Best Practice Nordic. 2020.

Addington KS, Varming AR, Nielsen MBD, Hempler NF. Bedre sundhed for brugere med psykiske problemer: Tværsektoriel tilpasning af en samarbejdsmodel for professionelle. Gentofte: Statens Institut for Folkesundhed ved SDU, Ballerup Kommune, Bornholms Regionskommune og Steno Diabetes Center Copenhagen; 2020. 1. udgave. ISBN: 978-87-92759-33-7.

Varming AR, Addington KS, Nielsen M, Kristoffersen J, Schmidt K. Livsstilsguide i praksis - Sundhedspædagogisk samarbejde mellem voksne med psykisk sygdom og professionelle. København: Steno Diabetes Center Copenhagen; 2020. 3. udgave. ISBN:978-87-92759-34-4. Hempler NF, Pals RAS, Pedersbæk L, DeCosta P. Barriers

and facilitators of effective health education targeting people with mental illness: a theory-based ethnographic study. BMC Psychiatry. 2018;18:353.

Pals RAS, Hempler NF. How to achieve a collaborative approach in health promotion: preferences and ideas of users of mental health services. Scandinavian Journal of Caring Sciences. 2018;32:1188-1196.

Hempler NF, Pals RAS, Pedersbæk L, Jensen S, Oest L. Livsstilsguide i praksis: sundhedspædagogisk samarbejde mellem professionelle og voksne med psykisk sygdom. Kompetencer, tilgang og værktøjer. København: Region Syddanmark, de 22 syddanske kommuner og Steno Diabetes Center; 2016. ISBN:978-87-92759-19-1.

Hempler NF, Pals RAS, Pedersbæk L. Inspiration til implementering af sundhedspædagogiske værktøjer. Historier fra professionelle i Region Syddanmark. København: Region Syddanmark, de 22 syddanske kommuner, UC Syd og Steno Diabetes Center; 2016. ISBN: 978-87-92759-20-7.

Familiekassen:

Værktøjer til at involvere familien i diabetesuddannelse

Formål: Familiekassen er udviklet til at involvere familier med type 2 diabetes i diabetesuddannelsesforløb og kommunikation om type 2 diabetes. Målet med dialogværktøjerne er at støtte både familien som helhed og det enkelte familiemedlem i at håndtere diabetes i familien. Værktøjerne er udviklet til at styrke gensidig involvering af hele familien.

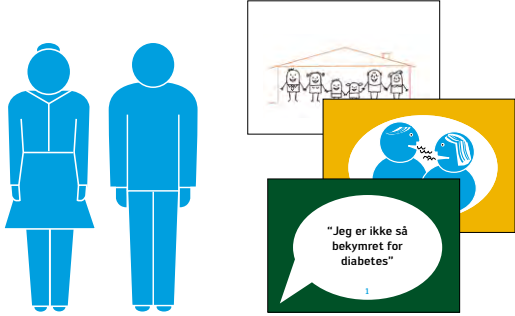
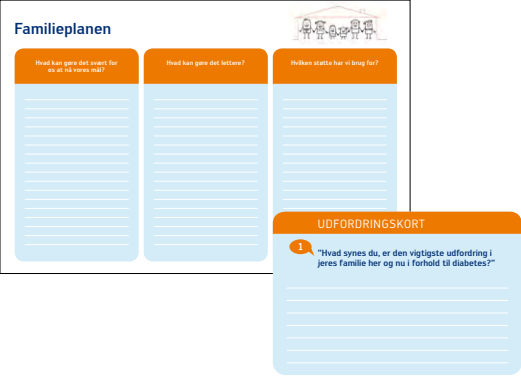
Indhold: Der er fire værktøjer i Familiekassen: Familiespejlet, Familieplanen, Familiebogen og Familielinen. Kassen indeholder desuden en guide med en grundig trin-for-trin manual til hvert værktøj.

Udviklingsproces: Værktøjerne er udviklet i tæt samarbejde med personer med type 2 diabetes, deres familier samt sundhedsprofessionelle, der i det daglige er i kontakt med familier, der har type 2 diabetes inde på livet.

Setting: Konceptet henvender sig til fagpersoner, der faciliterer gruppebaseret uddannelse for personer med type 2 diabetes. Det kan også tilpasses individuelle samtaler.

Samarbejdspartnere: Konceptet er blevet udviklet i samarbejde med Region Syddanmark og Diabetesforeningen.



Værktøj	Illustration	Beskrivelse
Familiespejlet		At familiemedlemmer forholder sig til, hvordan de oplever at have diabetes i familien. Hvert familiemedlem bygger en figur af sig selv og/eller et familiemedlem ved brug af billeder og citater med henblik på at reflektere over og drøfte diabetes og familielivet fra forskellige perspektiver.
Familiebogen		At lægge op til refleksion omkring forebyggelse og tidlig opsporing af type 2 diabetes i familien. Bogen adresserer forskellige aspekter af forebyggelse gennem konkret information samt interaktive øvelser som fx quizzet og spørgsmål, der lægger op til refleksion og diskussion af hverdagslivet med type 2 diabetes.
Familieplanen		At familiemedlemmerne identificerer udfordringer og løsninger i relation til type 2 diabetes. På den baggrund kan de sætte ord på konkrete mål og planer for, hvordan de vil forbedre eller fastholde vigtige elementer i dagligdagen.
Familielinen		At familiemedlemmerne viser hinanden, hvor meget diabetes fylder for dem, og hvor meget de synes, at diabetes burde fylde i dagligdagen.

Litteraturliste

Familiekassen: Værktøjer til at involvere familien i diabetesuddannelse

Grabowski D, Andersen TH. Barriers to intra-familial prevention of type 2 diabetes: A qualitative study on horizons of significance and social imaginaries. Chronic Illness. 2020;16:119-130.

Andersen TH, Grabowski D. Implementing a research-based innovation to generate intra-familial involvement in type 2 diabetes self-management for use in diverse municipal settings: a qualitative study of barriers and facilitators. BMC Health Services Research. 2020;20:198.

Grabowski D, Reino MBR, Andersen TH. Mutual Involvement in Families Living with Type 2 Diabetes: Using the Family Toolbox to Address Challenges Related to Knowledge, Communication, Support, Role Confusion, Everyday Practices and Mutual Worries. Social Sciences. 2019;8:257.

Grabowski D, Andersen TH, Varming A, Ommundsen C, Willaing I. Involvement of family members in life with type 2 diabetes: Six interconnected problem domains of significance for family health identity and healthcare authenticity. SAGE Open Medicine. 2017;5:1-9.

Andersen TH, Grabowski D, Ommundsen C, Vested MH, Andresen J. Guide til familiekassen. København: Diabetesforeningen, Region Hovedstaden, Region Syddanmark og Steno Diabetes Center Copenhagen; 2017.

Meldgaard, J., Jespersen, L.N., Andersen, T.H. & Grabowski, D (2021) Factors influencing Positivity, Optimism and Mental Health in Danish Families with Type 2 Diabetes. Health Promotion International, daab156, <https://doi.org/10.1093/heapro/daab156>.

Sundhedspædagogiske værktøjer målrettet sårbare personer med kronisk sygdom

Formål: Formålet med konceptet er at facilitere støtte, dialog og deltagelse i undervisning af personer med kronisk sygdom og sårbarhed.

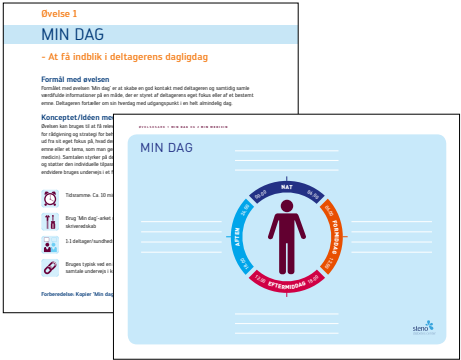
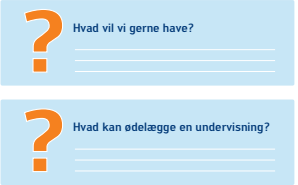
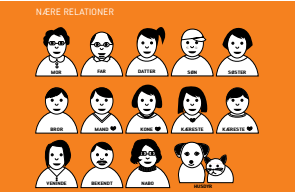
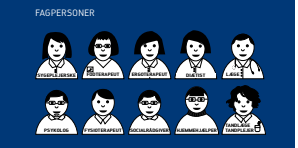
Indhold: Konceptet består af ni dialogværktøjer samt en guide. Guiden beskriver værktøjerne, en sundhedspædagogisk model, designprincipper og anbefalinger til anvendelse af værktøjerne. Dette omfatter fx forslag til tiltag, som tager højde for de særlige betingelser, der kan være i forbindelse med undervisning af denne målgruppe.

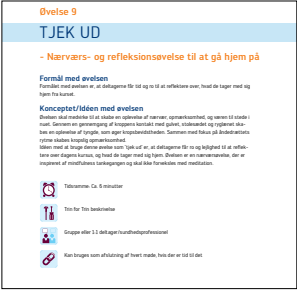
Udviklingsproces: Konceptet er udviklet gennem brugerfokuserede processer med inddragelse af borgere med kronisk sygdom og sundhedsprofessionelle. De udviklede prototyper blev afprøvet og videreudviklet i et feasibility studie.

Setting: Konceptet henvender sig til fagpersoner, der faciliterer gruppebaseret og individuel uddannelse for personer med kronisk sygdom og sårbarhed.

Samarbejdspartnere: Konceptet er blevet udviklet i et samarbejde mellem personer med kronisk sygdom, Diabetesforeningen, Region Syddanmark og Steno Diabetes Center Copenhagen.



Værktøj	Illustration	Beskrivelse
Min dag		At skabe en god kontakt med deltageren og samtidig samle værdifulde informationer om deltageren på en måde, der er styret af vedkommendes eget fokus.
Tjek ind		At deltagerne får tid til at "lande" og indstille sig på det, de skal i gang med.
Vores spilleregler		At deltagerne i fællesskab skaber rammer for undervisningen.
Min nære verden		At skabe overblik over familie og venners støtte samt at tale om, hvordan denne kan forbedres.
Min kontakt til fagpersoner		At skabe overblik over den kontakt, deltagerne har til forskellige fagpersoner samt at tale om, hvordan den kan forbedres.

Værktøj	Illustration	Beskrivelse
Fup og fakta		At undervise i diabetesrelaterede emner på en anderledes og uformel måde.
Hvor er jeg?		At få deltagerne til at mærke efter, hvor de er, og hvor de gerne vil være i forhold til et givet tema.
Vi rykker		At give deltagerne mulighed for at drøfte deres egne positive og udfordrende oplevelser i forhold til at leve med type 2 diabetes. Deltagerne opnår også indsigt i de andre deltagers oplevelser.
Tjek ud		At deltagerne får tid og ro til at reflektere over, hvad de tager med hjem fra kurset.

Litteraturliste

Sundhedspædagogiske værktøjer målrettet sårbare personer med kronisk sygdom

Varming AR, Torenholt R, Andersen TH, Møller BL, Willaing I. Targeting “hardly reached” people with chronic illness: a feasibility study of a person-centered self-management education approach. Patient Preference and Adherence. 2018;12:275–289.

Varming AR, Torenholt R, Møller BL, Vestergaard S, Engelund G. Addressing challenges and needs in patient education targeting hardly reached patients with chronic diseases. Indian Journal of Endocrinology and Metabolism. 2015;19(2):292-295. doi:10.4103/2230-8210.149324.

Torenholt R, Varming AR, Engelund G, Vestergaard S, Møller BL, Pals RAS, Willaing I. Simplicity, flexibility, and respect: preferences related to patient education in hardly reached people with type 2 diabetes. Patient Preference and Adherence. 2015;9:1581-1586.

Varming AR, Møller BL, Vestergaard S, Andersen TH. Guide til sundhedspædagogiske værktøjer - Undervisning af sårbare personer med kronisk sygdom. Gentofte: Diabetesforeningen, Region Syddanmark og Steno Diabetes Center; 2015. 2. udgave. ISBN 978-87-85066-34-3.

Dialogværktøjer til diabeteskonsultationer (EMMA)

Formål: Dialogværktøjer til diabeteskonsultationer er et sundhedspædagogisk koncept, der har til formål at facilitere personcentrerede diabeteskonsultationer med personer med type 2 diabetes. Det betegnes også Empowerment, Motivation & Medical Adherence (EMMA).

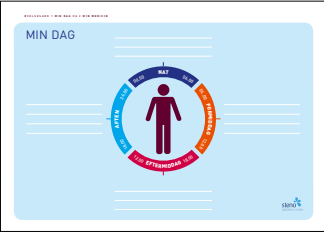
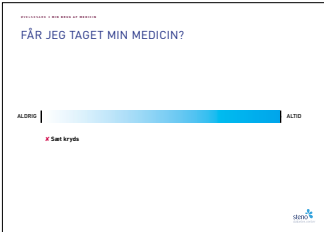
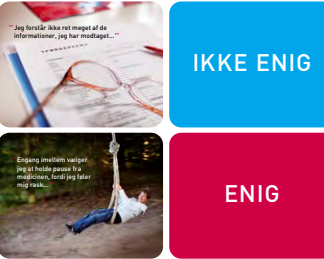
Indhold: Konceptet består af 24 dialogværktøjer med tilhørende guide, der introducerer konceptet og indeholder konkrete eksempler på dets anvendelse. Konceptet indeholder 6 refleksionsøvelser, 15 videns- og læringsøvelser samt 3 målsætningsøvelser.

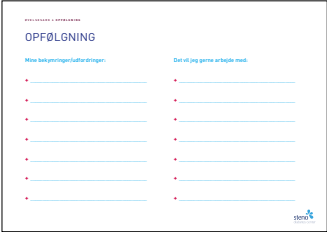
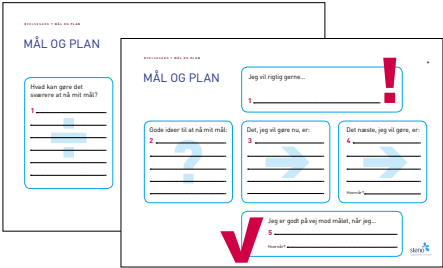
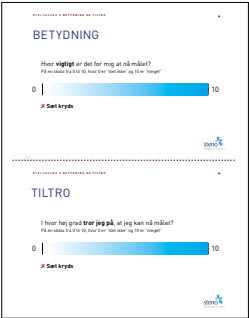
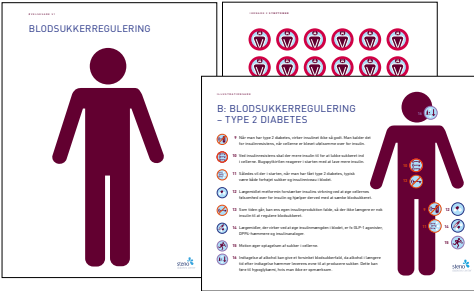
Udviklingsproces: Konceptet er udviklet gennem et samarbejde mellem personer med type 2 diabetes, sundhedsprofessionelle og forskere. Det er blevet videreudviklet og evalueret i forbindelse med et feasibility-studie og et randomiseret kontrolleret forsøg.

Setting: Konceptet henvender sig til fagpersoner, primært sygeplejersker og læger, som holder samtaler og konsultationer med personer med type 2 diabetes.

Samarbejdspartnere: Konceptet er baseret på et samarbejde med personer med type 2 diabetes samt læger og sygeplejersker på Steno Diabetes Center Copenhagen.

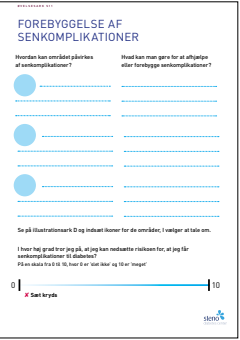
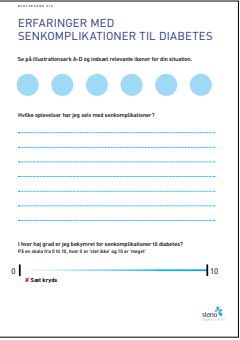
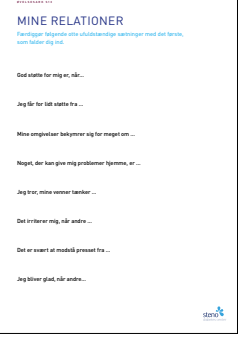


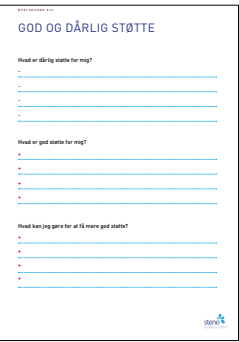
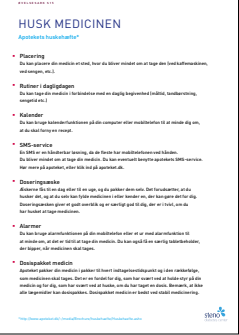
Værktøj	Illustration	Beskrivelse
Min dag		At skabe en god kontakt med deltageren og samtidig samle værdifulde informationer om deltagerens hverdag på en måde, der er styret af den enkeltes fokus.
Min medicin		At få viden om, i hvor høj grad deltageren har overblik over sin medicin, og hvordan medicinen passer ind i deltagerens hverdag og rutiner.
Min brug af medicin		At deltageren forholder sig aktivt til egen medicin-adfærd ved at vurdere, i hvor høj grad vedkommende får taget sin medicin.
Mine udfordringer		At undersøge, hvordan deltageren oplever og reflekterer over at have og leve med en kronisk sygdom og den medicinske behandling.
Postkort		At få deltageren til at reflektere over og formulere et godt råd til andre, som har diabetes, og hvad der bekymrer deltageren i forhold til at have diabetes.

Værktøj	Illustration	Beskrivelse
Opfølgning		At samle op på tidligere konsultationer.
Mål og Plan		At hjælpe deltageren med at arbejde med de ønsker, mål og udfordringer, som vedkommende har valgt at arbejde videre med (evt. i en foregående øvelse) ved at udarbejde en handleplan.
Betydning og tiltro		At deltageren aktivt forholder sig til betydningen af deres mål og deres egen tro på, at det vil lykkes at nå dem. Disse refleksioner kan give anledning til revurdering af mål og støtte til at realisere dem.
Fordele og ulemper		At deltageren forholder sig til fordele og ulemper ved at ændre eller ikke at ændre en bestemt adfærd eller vane.
Blodsukker-regulering		At have en samtale om og give deltageren et overblik over en række processer, forhold og faktorer af betydning for blodsukkerregulering og type 2 diabetes.

Værktøj	Illustration	Beskrivelse
Symptomer på højt og lavt blodsukker		At tale om de typiske symptomer ved højt og lavt blodsukker og relatere disse til symptomer, deltageren oplever. Dette giver også anledning til at tale om mulige strategier til at afhjælpe højt og lavt blodsukker.
Mit blodsukker		At tale om forhøjede blodsukkerniveauer med udgangspunkt i den konkrete deltagers seneste blodsukkermålinger og den betydning, deltageren selv tillægger sine målinger.
Forhøjet blodsukker		At støtte en personlig samtale om forhøjet blodsukker, symptomer på forhøjet blodsukker og mulige konsekvenser af det.
Behandling af type 2 diabetes		At tale uddybende om den behandling, deltageren får og de ændringer, der kan foretages.

Værktøj	Illustration	Beskrivelse
Medicinoverblik		At afklare spørgsmål, der knytter sig til administration og virkning af medicinen.
At skulle stikke sig		At tale om de tanker og bekymringer, deltageren har om dét at skulle stikke sig. Derudover kan øvelsen give anledning til at overveje, hvilken støtte deltageren har brug for.
Vægtstigning ved insulinbehandling		At sætte ord på og afklare deltagerens eventuelle bekymringer om insulin og vægtstigning.
For lavt blodsukker		At tale om deltagerens bekymringer for hypoglykæmi og at overveje muligheder for, hvordan deltageren kan undgå det.

Værktøj	Illustration	Beskrivelse
Senkomplikationer til diabetes		At skabe opmærksomhed på og overblik over senkomplikationer til diabetes gennem dialog om den enkeltes muligheder og interesse for forebyggelse og håndtering af disse.
Forebyggelse af senkomplikationer		At komme i dybden med et eller flere områder, der kan rammes af senkomplikationer, og hvordan de kan forebygges og/eller afhjælpes.
Erfaringer med senkomplikationer		At sætte ord på de erfaringer og oplevelser, som deltageren selv har med diabetes-relaterede komplikationer.
Mine relationer		At hjælpe deltageren til at få indsigt i egne erfaringer i forhold til, hvordan deres relationer reagerer på og støtter dem i livet med diabetes.

Værktøj	Illustration	Beskrivelse
God og dårlig støtte		At tale om, hvad deltageren forstår ved god og dårlig støtte, og om hvordan vedkommende kan opnå mere god støtte.
Husk medicinen		At give deltageren overblik over mulighederne for at få hjælp til at huske at tage sin medicin og guide ham/hende i at finde den bedst egnede hjælp.

Litteraturliste

Dialogværktøjer til diabeteskonsultationer

Grønnegaard C, Varming AR, Skinner T, Olesen K, Willaing I. Determinants of glycaemic control among patients with type 2 diabetes: testing a process model based on self-determination theory. Heliyon. 2020;6:e04993.

Varming AR, Rasmussen LB, Husted GR, Olesen K, Grønnegaard C, Willaing I. Improving empowerment, motivation, and medical adherence in patients with poorly controlled type 2 diabetes: A randomized controlled trial of a patient-centered intervention. Patient Education and Counseling. 2019;102:2238-2245.

Varming AR, Dobson L, Kristensen SH. Empowerment, Motivation and Medicin Adherence (EMMA) – hvordan støttes personer med dysreguleret type 2-diabetes? Resultater fra et RCT-studie og perspektiver herpå. Best Practice Nordic. 2019.

Akritidou S, Husted GR, Kazakos K, Olesen K. The Effect of Using Interactive Communication Tools in Adults with Type-2 Diabetes. Nursing Reports. 2017;7:1-3.

Varming AR, Hansen UM, Andrésdóttir G, Husted GR, Willaing I. Empowerment, motivation, and medical adherence (EMMA): the feasibility of a program for patient-centered consultations to support medication adherence and blood glucose control in adults with type 2 diabetes. Patient Preference and Adherence. 2015;9:1243-1253.

Andrésdóttir G, Jelstrup L, Persson F, Varming AR, Petersen EH, Engelund G, Hansen TW, Rossing P. Empowerment and Motivation in Subjects with Reduced Medication Adherence and Poor Diabetes Control – A Pilot Study. Journal of Endocrinology, Diabetes and Obesity. 2014;2(3):1056.

Duun R, Willaing I. (red) EMMA: Empowerment, Motivation & Medical Adherence. Dialogværktøj til diabeteskonsultationer. Gentofte: Steno Diabetes Center; 2013. ISBN: 978-87-92759-07-8.

Den sundhedspædagogiske værktøjskasse (NEED)

Formål: Den sundhedspædagogiske værktøjskasse er et sundhedspædagogisk koncept, der har til formål at facilitere dialog og deltagelse i uddannelse for personer med kronisk sygdom, herunder diabetes. Konceptet betegnes også Next Education (NEED).

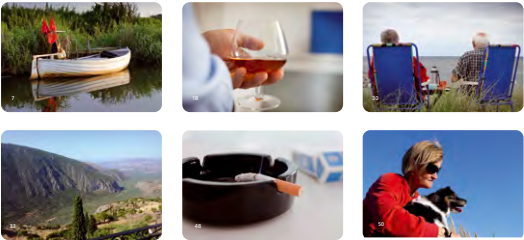
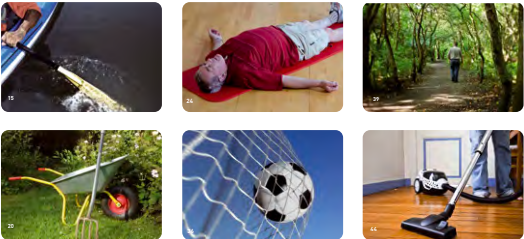
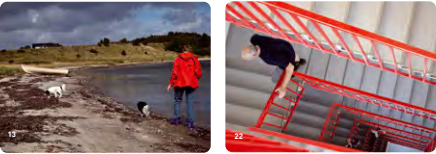
Indhold: Konceptet består af 24 dialogværktøjer, to teoretiske modeller (Det Balance-rende Menneske og Den Sundhedspædagogiske Jonglør) samt en guide til konceptet.

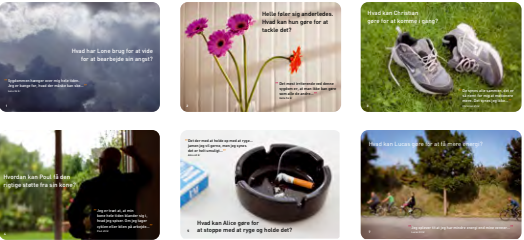
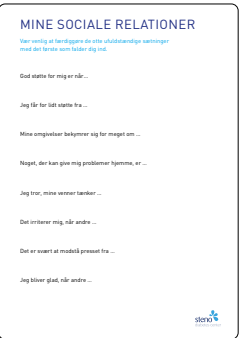
Udviklingsproces: Konceptet er baseret på workshops og interviews med personer med kronisk sygdom (type 2 diabetes, hjertesygdom og lungesygdom) og sundhedsprofessionelle, der arbejder med uddannelse for personer med kronisk sygdom. Dialogværktøjer og modeller fra den sundhedspædagogiske værktøjskasse blev udviklet i 2010-2011 og er siden afprøvet og videreudviklet blandt andre målgrupper og i andre projekter.

Setting: Konceptet henvender sig til fagpersoner, der faciliterer gruppebaseret patientuddannelse for personer med kronisk sygdom. Det kan også tilpasses individuelle samtaler.

Samarbejdspartnere: Konceptet er udviklet i samarbejde med personer med kronisk sygdom og sundhedsprofessionelle fra fire kommuner i Region Syddanmark.

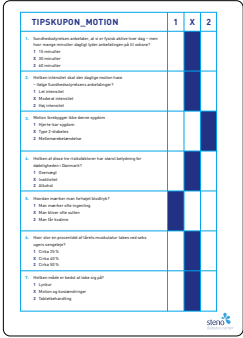
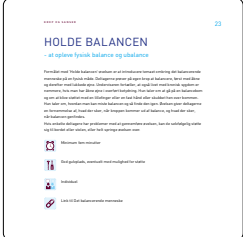


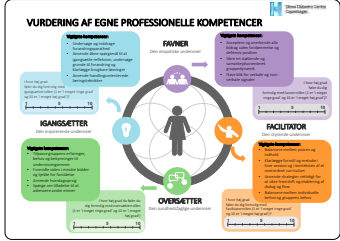
Værktøj	Illustration	Beskrivelse
Hvem er jeg?		At samle deltagerne og give dem mulighed for at præsentere sig for hinanden ved at vælge mellem billedkort, der giver forskellige associationer.
Mit humør i dag		Formålet med 'Mit humør i dag' er at samle deltagerne og hjælpe dem med at italesætte, hvordan de har det lige nu. Billederne giver associationer til glæde, sorg og andre følelser.
Min motion		At skabe et godt afsæt til dagens undervisning ved at tage udgangspunkt i deltageres konkrete erfaringer med motion og bevægelse. Billederne giver associationer til forskellige typer bevægelse og motion.
Min favorit-restaurant		At skabe dialog ud fra konkrete oplevelser og erfaringer i forhold til madvaner og madkultur.
Krop(u)mulig		At hjælpe deltagerne til at blive mere bevidste om, at motion kan være mangeartet, og at de muligvis allerede bevæger sig en del, for eksempel ved havearbejde, gåture og rengøring.

Værktøj	Illustration	Beskrivelse
Balancekort		At give deltagerne mulighed for at tale om, hvordan sygdommen påvirker deres liv og dagligdag. Kortene kan give anledning til at sætte ord på og skabe klarhed omkring udfordringer og emner, som kan være svære at komme ind på.
Hvad kan X gøre?		At deltagerne reflekterer over forskellige udfordringer i livet med kronisk sygdom og kommer med bud på, hvordan de kan håndteres.
Min sygdom og mig		At hjælpe deltagerne med at få afklaret, hvad de tænker og føler om at have en kronisk sygdom og især den medicinske behandling.
Mine sociale relationer		At hjælpe deltagerne til at få indsigt i og få afklaret deres erfaringer og behov i forhold til, hvordan deres relationer reagerer på og støtter dem.
Mine tanker		At introducere deltagerne for udsagn, som kan være tabubelagte og derigennem give deltagerne mulighed for at italesætte 'forbudte' tanker i forhold til at have en kronisk sygdom.

Værktøj	Illustration	Beskrivelse
Mit møde med sundhedsprofessionelle	Beskriv en situation, hvor du havde en positiv oplevelse med en sundhedsprofessionel. Beskriv en situation, hvor du havde en negativ oplevelse med en sundhedsprofessionel. Hvordan ønsker du, at sundhedsprofessionelle skal tale til dig? Hvad kan en dygtig sundhedsprofessionel? Beskriv en situation, hvor du ikke fik mulighed for at fortælle om dine bekymringer. Hvad er det vigtigste, at de sundhedsprofessionelle forstår?	At deltagerne reflekterer over ti spørgsmål om deres relation til sundhedsprofessionelle.
Mit møde med min sygdom	Beskriv en mindre god oplevelse, du har haft i forbindelse med din sygdom. Beskriv en situation, hvor du fik mulighed for at fortælle om dine bekymringer. Beskriv en situation, hvor du ikke fik mulighed for at fortælle om dine bekymringer. Beskriv en oplevelse, hvor dine pårørende har tacklet din sygdom godt. Hvad bekymrer dig mest i forbindelse med din medicin? Beskriv det bedste, din medicin har gjort for dig.	At deltagerne reflekterer over ti spørgsmål om deres sygdom, medicin og pårørende.
Målspil	"Jeg vil gerne opnå..." "At mine pårørende bliver en aktiv del af min situation..." "At kunne træffe bevidste valg om min livsstil..." "At få det bedre med min situation..." IKKE VIGTIGT VIGTIGT	At inspirere deltagerne til at se deres situation på nye måder og aktivt forholde sig til, hvad de synes, der er vigtigt og eventuelt kunne tænke sig var anderledes.
Mine spisevaner	"Mine spisevaner er..." "Frugt og grønt bliver for gammelt, inden jeg får det spist..." "Jeg glemmer at drikke vand i løbet af dagen..." Jeg spiser i smug... IKKE ENIG ENIG	At deltagerne bliver bevidste om hvad, hvornår og hvorfor de spiser.
Motionsudfordringer	"Mine udfordringer er..." Jeg er faktisk temmetig doven... Jeg vil egentlig gerne, men jeg har ikke tid til at dyrke motion... Jeg laver masser af havearbejde, så jeg får motion nok... IKKE ENIG ENIG	At deltagerne bliver bevidste om, hvad der hjælper og hæmmer dem i at bevæge sig og dyrke motion.

Værktøj	Illustration	Beskrivelse
Betydning og tiltro; linjen	BETYDNING; LINJEN TILTRO; LINJEN	At deltagerne aktivt forholder sig til vigtigheden af deres mål, og til deres egen tro på, at det vil lykkes at nå dem. Disse refleksioner kan give anledning til revurdering af mål og støtte til at realisere dem.
Fordele og ulemper; boksen	FORDELE OG ULEMPER; BOKSEN	At deltagerne forholder sig til fordele og ulemper ved at gøre noget eller ikke at gøre noget ved en bestemt adfærd eller vane.
Mål og Plan	MÅL OG PLAN	At hjælpe deltagerne med at arbejde konkret med de ønsker, mål og udfordringer, som de har valgt at arbejde videre med (evt. i en foregående øvelse) ved at udarbejde en handleplan.
Forandringshjulet	FORANDRINGSHJULET	At bevidstgøre deltagerne om, at motivation og forandring foregår i processer. Denne viden er vigtig for forandringsarbejde (og dermed også i mange af de andre øvelser).

Værktøj	Illustration	Beskrivelse
Tipskupon		At give deltagerne indblik i betydningen af for eksempel motion og mad på en anderledes måde, som også giver mulighed for, at deltagerne kommer op at stå og bevæge sig.
Madkurven		At uddybe kostrådene på en praktisk og håndgribelig måde. Deltagerne præsenteres for fire indkøbskurve med forskellige madtemaer som udgangspunkt for at tale om sund mad.
Mærke kroppen		At deltagerne gennem en sanseøvelse får mulighed for at opleve en kropslig fordybelse.
Holde balancen		At introducere modellen 'Det Balancerende Menneske' på en fysisk måde.
Smage rosinen		At deltagerne bliver bevidste om, hvad smag og mad betyder for dem.

Værktøj	Illustration	Beskrivelse
Vurdering af egne professionelle kompetencer		At sundhedsprofessionelle kan identificere egne styrker og svagheder til at facilitere person-centreret, gruppebaseret undervisning og støtte.

Litteraturliste

Den sundhedspædagogiske værktøjskasse

Christoffersen LA, Hansen AK, Pals RAS, Willaing I, Siersma V, Olesen K. Effect of a participatory patient education programme (NExt Education) in group-based patient education among Danes with type 2 diabetes. Chronic Illness. 2020;16:226-236.

Pals RAS, Olesen K, Willaing I. What does theory-driven evaluation add to the analysis of self-reported outcomes of diabetes education? A comparative realist evaluation of a participatory patient education approach. Patient Education and Counseling. 2016;99:995-1001.

Jensen NK, Pals RAS, Willaing I. The use of dialogue tools to promote dialogue-based and person-centred patient education for people with type 2 diabetes. Chronic Illness. 2016;12:145-156.

Jensen NK, Pals RAS. A dialogue-based approach to patient education. Indian Journal of Endocrinology and Metabolism. 2015;19:168-170.

Torenholt R, Engelund G, Willaing I. Bringing person-centredness and active involvement into reality: The feasibility of a participatory concept for patient education. Health Education Research. 2015;115:518-533.

Andersen TH, Hempler NF, Willaing I. Educator challenges using participatory methods in group-based patient education. Health Education. 2014;114(2):152-165.

Hansen UM, Engelund G, Rogvi SA, Willaing I. The Balancing Person: an innovative approach to person-centred education in chronic illness. European Journal for Person Centered Healthcare. 2014;2:290.

Engelund G, Hansen UM, Willaing I. "The Health Education Juggler": Development of a model describing educator roles in participatory, group-based patient education". Health Education. 2014;114:398-412.

Engelund G, Vinther-Andersen N, Hansen UM, Willaing I. I balance med kronisk sygdom. Sundhedspædagogisk værktøjskasse til patientuddannelse. Gentofte: Steno Diabetes Center; 2011. ISBN: 978-87-92759-04-7.

Stenov V, Hempler NF, Reventlow S, Wind G. An Ethnographic Investigation of Healthcare Providers' Approaches to Facilitating Person-centredness in Group-based Diabetes Education. Scandinavian journal of caring sciences 2018: 783–792.

Stenov V, Wind G, Skinner T, Reventlow S, Hempler NF. The Potential of a Self-Assessment Tool to Identify Healthcare Professionals' Strengths and Areas in Need of Professional Development to Aid Effective Facilitation of Group-Based, Person-Centered Diabetes Education. BMC medical education. 2017: 166–166.

Stenov V, Wind G, Vallis M, Reventlow S, Hempler NF. Group-Based, Person-Centered Diabetes Self-Management Education: Healthcare Professionals' Implementation of New Approaches. BMC health services research 2019: 368–368.

