

Inspiration til patientplan for selvskade

Formålet med patientplanen er, at alle personaler hurtigt kan skabe sig et overblik over den aftalte tilgang til den unges selvskade, så den unge oplever en ensartet kontakt og støtte.

Indholdet i patientplanen skal derfor være kort, konkret og forståeligt for alle, herunder vikarer uden forudgående kendskab til den unge.

Patientplanen skal indeholde mål og delmål og interventioner til det miljøterapeutiske arbejde med den selvskadende adfærd under indlæggelsen.

Patientplanen skal kun indeholde de interventioner, som, som er relevante for den pågældende unge. Dog bør patientplanen altid indeholde interventionerne: *Støtte og strategier ved selvskadetrang*, *Støtte og strategier ved igangværende selvskade*, *samvær efter selvskade*, *behandling af skader* og *efterbearbejdning af selvskadeepisoder*.

I nedenstående **eksempel på patientplan** viser muligt indhold under hver interventionsoverskrift. Der er indsat hjælpe-pile med forklaringer eller spørgsmål til besvarelse. Andre interventioner kan tilføjes, hvis relevant (i eksemplet er tilføjet interventionen "Forældrekontakt").

☞ Patientplaner aktive (print) (Aktiv)

☰ PSYKOSOCIAL, SOCIAL OG NETVÆRK

👤 Mille er selvskadende eller i risiko for at selvskade

Datoer: Start: 04-01-24

Beskrivelse: P: Mille hovedbanker og skær i sig selv med forskellige skarpe genstande
E: Mille selvskader ofte, når hun føler sig afvist eller utryg. Det giver hende ro.
S: Mille har et stort sår i panden fra selvskade, samt flere sår og ar fordelt på hele kroppen.

Brug viden fra screening med De 3 F'er

🕒 At Mille opnår strategier til at afhjælpe/minimere selvskadende adfærd

Datoer: Start: 04-01-24

Beskrivelse: Delmål:
- Mille ønsker at blive klogere på funktionen af sin selvskade
- Mille vil gerne blive bedre til gøre noget andet, når hun føler sig alene eller utryg
- Mille vil gerne til en start, at hun ikke selvskader flere gange dagligt

Inddrag helst den unges egne formuleringer

■ Støtte og strategier ved selvskadetrang

Datoer: Start: 20-08-24

Beskrivelse:

- Tilbyde Mille en samtale, hvor hun hjælpes med at sætte ord "på det svære".
- Lytte til sangen "I morgen er der også en dag" sammen med Mille.
- Gåtur
- Hvis Mille gerne vil være alene, så tilbyd løbende tilsyn.

Beskriv, hvad den unge profiterer ved selvskadetrang

■ Støtte og strategier ved igangværende selvskade

Datoer: Start: 20-08-24

Beskrivelse: KONTAKTPERSONEN KAN...

- sætte sig stille ved siden af Mille (obs. hun kan ikke lide, at man rører hende).
- tale beroligende til Mille. Men pas på ikke at tale for meget!
- italesætte hvad man tror, at selvskaden hjælper Mille med lige nu.

KRISESTRATEGIER som kan tilbydes løbende:

- Iskold klud i ansigtet og/eller isterninger i hænderne.
- Kramme med isbjørnen Thea og blive pakket ind i kugledynen.

Inddrag viden fra kriseplan, De 4 H'er, og erfaringer gjort i afsnittet

■ Samvær efter selvskade

Datoer: Start: 20-08-24

Beskrivelse:

- Hvis selvskaden har efterladt blodspor, støttes Mille omsorgsfuldt til rengøring.
- Samvær med Mille efter selvskade må gerne være rart, men skal ikke være for intenst og "hyggeligt".
- Efter lidt tid (ca. en halv time) guides Mille tilbage til den planlagte struktur for dagen

Beskriv observation/samvær, som mindsker sekundær gevinst af selvskaden

■ Efterbearbejdning/samtaler om selvskade

Datoer: Start: 20-08-24

Beskrivelse:

- Mille skal hver onsdag lave de 4 H'er med dagens kontaktperson, hvor der tages udgangspunkt i en af de seneste selvskade episoder (det skal på dagsskemaet)
- De 4 H'er må gerne laves ad hoc

Hvornår, hvor tit og hvordan kan samtaler om selvskade bedst foregå?

■ Behandling af skader

Datoer: Start: 20-08-24

Beskrivelse:

- Milles skader tilses nøgternt af kontaktperson, medmindre der er tvivl om fx hjernerystelse eller behov for suturering.
- Mille får omsorgsfuldt udleveret plaster og renseservietter, så hun selv kan varetage sårplejen.
- Fotodokumentation bør undgås.

Hvad kan den unge selv gøre? Hvornår er det nødvendigt med hjælp?

■ Forældrekontakt (p.n.)

Datoer: Start: 20-08-24

Beskrivelse:

- Det er aftalt med forældrene, at de bliver informeret om selvskadeepisoder ved familiemøderne. Kun ved større skader orienteres de med det samme.

Hvordan og hvornår skal forældre skal informeres om selvskade-episoder?