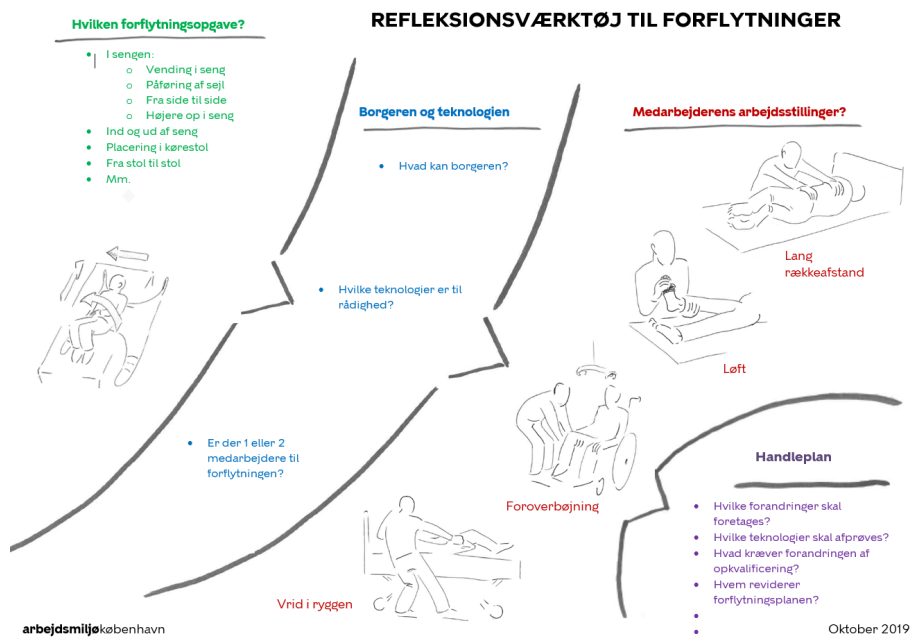


# Vejledning til refleksionsværktøjet



Refleksionsværktøjet kan med fordele benyttes som redskab til APV og faglige vurderinger når:

- I har fået en ny borger, hvor der fra starten skal indarbejdes gode arbejdsgange og forflytninger i plejen af borger.
- I oplever at en borgers funktionsniveau ændrer sig og arbejdsgange, forflytninger og arbejdsredskaber skal revurderes.
- Når I oplever at kolleger giver udtryk for at "noget" er besværlig/hårdt/tungt/ bøvlet osv.
- Når du som forflytningsvejleder skal med kolleger ud at observere forflytninger hos borgeren og vejlede kolleger.

Formålet er:

- At I når frem til sikkerheds- og sundhedsmæssige forsvarlige valg/løsninger for både borger og jer selv.
- At sikre arbejdsgange hvor den enkelte forflytning passer til borgers funktionsniveau, med brug af borgerens ressourcer, og kan foretages uden belastninger for medarbejderne.
- At den/de rette teknologier og forflytningsteknikker bringes ind i løsningen af opgaverne, for at sikre ovenstående.

Sådan kan I med fordel bruge værktøjet:

1. Start med at samle de medarbejdere, som kender arbejdsgangene godt i borgers hjem, og vælg en tovholder på processen, f.eks. en forflytningsvejleder eller leder

2. Start med at afdække det besøg, som der er flest udfordringer i (f.eks. aftenbesøget, hvor borger skal i seng)
3. Start i Refleksionsværktøjets grønne kolonne, **Hvilken forflytningsopgave?**  
Lav en liste med ALLE de arbejdsgange og forflytninger der foregår, i den rækkefølge de foregår undervejs i plejen. Husk også at medtage vendinger i forbindelse med påklædning, løft af ben ved påtagning af strømper osv. så alt, hvad I foretager jer, kommer med. Formålet er at lave så retvisende en liste, som muligt. Listen kan evt. laves på grønne post-its, hvor hver forflytning får sin egen post-it-lap.
4. Når den "grønne liste" er lavet, skal I tage én forflytning/arbejdsgang ad gangen og gå på tværs i Refleksionsværktøjet. Start i blå kolonne **Borgeren og teknologien**.  
Drøft konkret hvordan forflytningen foregår. Hvad gør borger og hvad gør medarbejder? Hvilke arbejdsredskaber bliver der brugt? Hvor mange medarbejdere er det nødvendigt at være lige til denne specifikke forflytning?  
Skriv evt. noter fra drøftelsen i blå kolonne på blå post-its, og placér dem ud for den aktuelle (grønne post-it) forflytning.
5. Fortsæt til rød kolonne **Medarbejderens arbejdsstillinger** og drøft hvilke belastninger der evt. må være ved at udføre den specifikke forflytning. Her er det vigtigt at give så retvisende et billede af det der faktisk foregår, og ikke hvordan det burde være. Skriv evt. en rød post it for hver af de belastninger som medarbejderen udsættes for, ud for den specifikke forflytning.
6. Slut hver enkelt forflytningsgennemgang af i lilla kolonne **Handleplan**. Hvad er I blevet klogere på, som kræver handling/forandring? Skriv evt. på lilla post-its de konkrete indsatser, idéer der skal afprøves, ting der skal undersøges, arbejdsredskaber der skal bestilles osv. Læg en plan for, hvem gør hvad og hvornår samt hvornår I følger op.
7. Nu er refleksionen omkring første forflytning/arbejdsgang færdig og der fortsættes med forflytning nr. 2 på samme måde, på tværs i Refleksionsværktøjet.
8. I ender således med en fagligt gennemarbejdet vurdering, hvori der også indgår en kvalificeret risikoanalyse og jeres egne løsninger til sikre, belastningsfrie forflytninger, som kommer både borger og medarbejdere til gavn.

Har I spørgsmål eller behov for hjælp til arbejdet, er I velkomne til at kontakte Arbejdsmiljø København.