

## Handbok för Boendestödjare

### Frågeformulär för boendestödjare och brukare

Sektor Socialtjänst - Skövde kommun

Checklista för boendestödjare att använda tillsammans med brukaren för att ta reda på vad som fungerar respektive inte fungerar i vardagen och på vilket sätt vårt stöd behöver se ut för att möta brukarens behov på bästa sätt.

Börja med att gå igenom tabellen på nästa sida. Där finns alla områden i checklistan med. Skriv in datumet när du frågade om respektive område i den första rutan, gör ett kryss om det inte är aktuellt. Det andra datumet är ett utvärderingsdatum som används när ni provat en strategi, checklista, instruktion eller annat stöd.

Gå sedan igenom område för område, antingen alla på en gång eller ett i taget. När du får reda på hur en aktivitet fungerar för brukaren och varför hen gör på ett visst sätt är det också lättare att anpassa ditt stöd på rätt sätt.

Denna checklista ska ses som en vägledning - ett grundmaterial, fler frågor kan givetvis ställas inom varje område. Om svaren blir korta och du tror att de går att utveckla kan orden "beskriv", "när" och "hur ofta" läggas till där du tycker att det är lämpligt.

*Lycka till!*

**Frågeområden:**

Områden:	Datum:	Datum:
Handla		
Städa		
Hålla ordning/hitta saker		
Post och papper		
Tvätta		
Mat		
Diska		
Hygien		
Ekonomi		
Fritidsaktiviteter		
Skola/Arbete/Sysselsättning		
Sova		
Vakna		
Dygnsrytm		
Tid & planering		

*Kommentarer:*

---



---



---



---



---



---

**Handla:**

Hur gör du idag?



---

---

---

Är du nöjd med hur det fungerar? *Om nej - vad är det inte som inte fungerar som du vill?*

---

---

---

Vad fungerar idag?

---

---

---

I vilken affär/i vilka affärer handlar du i idag? Hittar du i affären?

---

---

---

Klarar du av att handla det du vill i affären? Tar det lång tid att välja t.ex. vilken ost, vilket rengöringsmedel eller vilken pasta du ska köpa? Kommer du ihåg från gång till gång vilken ost du köpte sist?

---

---

---

Använder du en inköpslista? Vad innehåller den - hur brukar den se ut? Underlättar den för dig att komma hem med det du vill?

---

---

---

Klarar du av att vara i affären tills du handlat färdigt?

---

---

---

Handlar du med kontanter eller med kort?

---

Kontanter: Hur mycket pengar tar du med dig till affären? För lite, lagom eller för mycket för säkerhets skull?

---

---

---

Kort: har du koll på saldot på kortet? Vet du innan du handlar att pengarna kommer att räcka? Hur gör du för att ta reda på saldot?

---

---

---

Använder du scanner?

Ja	Nej
----	-----

Impulshandlar du? Kan du komma hem med saker du inte tänkt handla? Vad kommer du hem med?

---

---

---

Hur länge räcker dina pengar? Hela månaden, någon vecka eller tar de slut på några dagar?

---

---

---

Om du kunde förändra något vad skulle du ändra på när det gäller att handla?

---

---

---

## Städa

Hur gör du när du städar? (vilka moment ingår när du städar?)



---

---

---

Är du nöjd med hur det fungerar? Om nej - vad är det inte som inte fungerar som du vill?

---

---

---

Hur ofta städar du? Vad/vilka moment gör du när?

---

---

Hur kommer du igång med att städa? Har du planerat in det i schemat? Måste du puttas på för att komma igång? (Vem gör i så fall det?)

---

---

---

Genomför du alla moment och städar du tills det är färdigt?

---

---

---

Kan du plocka undan saker som ligger framme? Hur gör du? Hur ofta/när gör du det?

---

---

---

Kan du dammsuga så det blir rent? Hur gör du?

---

---

---

Kan du damma så det blir rent? Hur gör du?

---

---

---

Vilka rengöringsmedel använder du för att städa?

---

---

---

Använder du rätt material? Vet du vad du ska använda var? Borste, hink, svamp, olika trasor etc.

---

---

---

Hur ofta går du ut och slänger soporna? Vet du hur man sorterar soporna? Var slänger du dem?

---

---

---

Kan du städa badrummet? Vilka moment ingår? Hur ofta gör man/du de olika momenten?

---

---

---

Kan du byta sängkläder? Hur ofta gör du det?

---

---

---

Om du kunde förändra något vad skulle du ändra på när det gäller städningen?

---

---

**Hålla ordning / hitta sina saker:**



Hur gör du för att hålla ordning och hitta dina saker idag?

---

---

---

Är du nöjd med hur det fungerar?

---

---

---

Vad fungerar idag?

---

---

---

Finns platser att förvara saker i hemmet? Brevkorgar, lådor, tidskriftssamlare, pärmar, byrå, skåp mm

---

---

---

Hur är saker i skåp och lådor ordnade? Är det lätta att hitta?

---

---

---

Kommer du ihåg vart du lägger olika saker?

---

---

---

Finns uppmärkning? Skulle det underlätta?

---

---

---

Ligger många saker framme, är det oordning? Hur ser det ut i hemmet?

---

---

---

Vet du vilka saker som du inte behöver/behöver spara? Saker som inte används, som är reklam, räkningar, kvitton mm

---

---

---

Om du kunde förändra något vad skulle du ändra på när det gäller att hålla ordning/hitta saker?

---

---

---



**Post & papper:**

Hur hanterar du post och papper idag?



---

---

---

Är du nöjd med hur det fungerar?

---

---

---

---

Vad fungerar idag?

---

---

---

Hur ofta tar du hand om posten? Hämtar du den om du har brevlåda i trappen eller ute? Hur ofta hämtar du den?

---

---

---

När du hämtat posten var lägger du den då? Var lägger du reklamen? Var lägger du räkningar? Var lägger du annan post?

---

---

---

Var lägger du papper som du måste spara? I brevfack, låda, tidskriftsamlare, pärm eller annat?

---

---

---

Kan du avgöra vad som behöver sparas eller inte?

---

---

Hittar du bland de papper som du sorterat/lagt undan?

---

---

Hur ofta går du igenom sparade papper och post?

---

---

Om du kunde förändra något vad skulle du ändra på när det gäller post och papper?

---

---

**Tvätta:**



Hur gör du idag med din tvätt?

---

---

---

Är du nöjd med hur det fungerar idag?

---

---

---

Vad fungerar idag?

---

---

---

Kommer du ihåg att boka tvättstugan från gång till gång?

---

---

---

Hur kommer du ihåg när tvättstugan är bokad?

---

---

---

Kan du sortera tvätten? Hur sorterar du?

---

---

---

Vet du hur tvättmaskinen/torktumlare,/torkskåpet fungerar? Kan du använda dem?

---

---

---

Kommer du ihåg att hämta tvätten/byta tvätt i maskinerna?

---

---

---

Kommer du ihåg att städa efter att du använt tvättstugan? Vad behöver göras i din tvättstuga?

---

---

---

Tvättar du tills tvätten är färdigtvättad? (tills tvätthögen är slut)

---

---

---

Kan du sedan lägga in tvätten i skåp och lådor? Hur gör du?

---

---

---

Om du kunde förändra något vad skulle du ändra på när det gäller att tvätta?

---

---

---

**Mat:**



Hur gör du när du lagar mat idag? *Hur ofta, lagar eller värmer färdigmat etc.*

---

---

---

Är du nöjd med hur det fungerar?

---

---

---

Vad fungerar idag? *Är det något som fungerar bra?*

---

---

---

Kommer du igång med att laga mat/äta?

---

---

---

Äter du regelbundet? På vilka tider ung?

---

---

---

Kan du laga mat? Vilken mat lagar du?

---

---

---

Kan du laga mat efter recept? Vilka slags recept?

---

---

Planerar du vad som ska lagas? Hur?

---

---

---

Har du saker hemma så det finns möjlighet att laga mat? Hur får du hem dem?

---

---

---

Vet du vart du kan köpa mat om det inte finns möjlighet att laga mat?

---

---

---

Kan du använda spisen? Glömmer du plattorna på?

---

---

---

Om du kunde förändra något vad skulle du ändra på när det gäller mat?

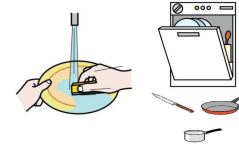
---

---

---

**Diska:**

Hur gör du när du diskar?



---

---

---

Är du nöjd med hur det fungerar idag?

---

---

---

Vad fungerar idag?

---

---

---

Kommer du igång med att diska?

---

---

---

---

Kan du diska tills disken är färdig?

---

---

---

Kan du diska så det blir rent/helt? Hur vet du när det är rent?

---

---

---

Vad använder du för rengöringsmedel för att diska?

---

---

---

Vad använder du för material att diska med? Borste? Svamp?

---

---

---

Om du kunde förändra något vad skulle du ändra på när det gäller att diska?

---

---

---



**Hygien:**



Hur gör du när du sköter hygienen?

---

---

---

Är du nöjd med hur det fungerar?

---

---

---

Vad fungerar bra idag?

---

---

---

Duschar/badar du? Hur ofta? Hur länge?

---

---

---

Tvättar du håret? Hur gör du? Hur ofta? Vad använder du för medel?

---

---

---

Tvättar du övriga kroppen? Var tvättar du? Vad använder du?

---

---

---

Borstar du tänderna? Hur ofta? Hur länge?

---

---

---

Hur ofta byter du handdukar?

---

---

---

Hur ofta byter du kläder?

---

---

---

Om du kunde förändra något vad skulle du ändra på när det gäller hygien?

---

---

---

**Ekonomi:**



Hur gör du när du tar hand om din ekonomi idag? *Sköter du den själv, annan som gör?*

---

---

---

Är du nöjd med hur det fungerar idag?

---

---

---

Vad fungerar idag?

---

---

---

Hur betalar du räkningarna?

---

---

---

Hur handlar du? I affären? På Internet? Med inköpslista?

---

---

---

Spenderar du pengar på saker som du egentligen inte vill ha?

---

---

---

Räcker pengarna hela månaden? Om inte - hur länge räcker dem?

---

---

---

Behöver du ha pengar uppdelade vid fler tillfällen varje månad för att de ska räcka?

---

---

---

Har du räkningar som du inte kunnat betala? Vilka?

---

---

---

Om du kunde förändra något vad skulle du ändra på när det gäller din ekonomi?

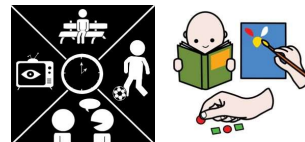
---

---

---

**Fritidsaktiviteter:**

Vilka intressen och fritidsaktiviteter har du? Vilka utövar du idag?



---

---

---

Är du nöjd med hur det fungerar?

---

---

---

Vad fungerar bra idag?

---

---

---

Har du tidigare intressen som du inte längre utövar? Vilka? Varför inte?

---

---

---

Har du sociala kontakter?

---

---

---

Har du svårt att ta dig för att göra saker/höra av sig till personer?

---

---

---

Kan du ta med dig rätt saker för att utöva dina intressen? (ex. kläder och handduk till gymmet, spö till fisket)

---

---

---

Om du skulle förändra något vad skulle du ändra på när det gäller fritidsaktiviteter?

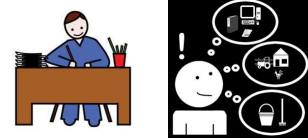
---

---

---

**Skola/arbete/sysselsättning:**

Vad fungerar idag?



---

---

---

Är du nöjd med hur det fungerar?

---

---

---

Kommer du i tid till arbete/skola? Om inte - varför?

---

---

---

Går du hem i rätt tid? Om inte - varför?

---

---

---

Deltar du i fika/matraster? Om inte - varför?

---

---

---

Kommer du igång med arbetsuppgifterna? Om inte - varför?

---

---

---

Blir du distraherad från arbetsuppgifterna? Om ja - av vad?

---

---

---

Om du kunde förändra något vad skulle du ändra på när det gäller skola/arbete/sysselsättning?

---

---

---



**Sova:**



Hur sover du idag?

---

---

---

Är du nöjd med hur det fungerar? Vad fungerar bra?

---

---

---

Hur gör du när du ska sova? (beskriv din "kvällsrutin")

---

---

---

Somnar du? Hur lång tid tar det?

---

---

---

Vaknar du flera gånger/natt? Om ja - hur många gånger? Hur lång tid tar det att somna om?

---

---

---

Vaknar du tidigt och kan inte somna om? Vad gör du för att försöka somna om?

---

---

---

Om du kunde förändra något vad skulle du ändra på när det gäller sömn?

---

---

---

**Vakna:**



Hur gör du när du ska vakna? (Beskriv... går upp direkt/ snoozar?) Vad gör du för att komma upp?

---

---

---

Är du nöjd med hur det fungerar?

---

---

---

Vad fungerar bra idag?

---

---

---

Sover du mycket hårt och är svårväckt eller sover du mycket lätt och vaknar lätt?

---

---

Om du kunde förändra något vad skulle du ändra på när det gäller vakna?

---

---

---

**Dygnsrytm:**



Hur är din dygnsrytm idag?

---

---

---

Är du nöjd med hur det fungerar?

---

---

---

Hur gör du när du sköter din dygnsrytm?

---

---

---

Har du balans mellan aktivitet och vila under dygnet? Om inte - vet du hur du ska göra för att få bättre balans?

---

---

---

Har du mycket att göra vissa dagar och lite andra dagar?

---

---

---

Går du upp och går och lägger dig vid samma tid varje dag? Vilken tid brukar du gå och lägga dig och när brukar du gå upp?

---

---

---

Har du en fungerande morgon/kvällsrutin? (vet du vad/vilka moment du ska göra på morgonen & kvällen, i vilken ordning etc. Gör du samma varje morgon & kväll? Kan du beskriva vad/hur du gör?

---

---

---

Om du kunde förändra något vad skulle du ändra på när det gäller dygnsrytm?

---

---

---

## Tid & planering



Kan du hantera och ha koll på klockan, tid och planering?

---

---

---

Är du nöjd med hur det fungerar?

---

---

---

Passar du tider? Hur gör du för att passa tider? (är det viktigt?)

---

---

---

Vad använder du för klocka för att hålla koll på tiden? (mobil, armbandsur, väggklocka etc?) Föredrar du analog eller digital tid?

---

---

---

Använder du schema/almanacka/mobil/handdator för överblick av aktiviteter över vecka/månad? Om ja - vad/vilken typ? Hur ser den ut?

---

---

---

Kan du planera din vecka? Hur gör du idag?

---

---

---

Håller du reda på när du ska städa, tvätta, vattna blommorna, gå till doktorn/tandläkaren etc?  
Hur gör du?

---

---

---

Blir du stressad av tid?

---

---

---

Kan du fastna i en aktivitet och glömma bort tiden?

---

---

---

Om du kunde förändra något - vad skulle du ändra på vad gäller tid och planering?

---

---

---