

Dialogguide och handlingsplan

Progression i
arbetslivsinriktad rehabilitering

Framtagen av
Beskæftigelses Indikator Projektet
Væksthusets Forskningscenter
Köpenhamn 2015



Medfinansieras av
Europeiska unionen



SAMORDNINGS-
FÖRBUNDET
Skaraborg



SAMORDNINGS-
FÖRBUNDET
Skaraborg

Indikatorer



Handledning till samtalen

Syftet med dagens samtal

Idag ska vi titta på vad som hänt sedan sist och diskutera vad som hänt med de aktiviteter vi startat. Jag vill också höra om det hänt något nytt i ditt liv sedan sist – det kan vara något bra eller något svårt. Vi ska ta fram en handlingsplan för vårt arbete framåt – en plan som känns bra för dig.

Ämnen vi ska gå igenom

Vi ska prata om hur du ser på framtiden vad gäller arbete, och de styrkor och resurser du har som du kan ha användning för i ett arbete. Vad som behövs för att du kan närma dig arbete, vad du och vi kan göra för att det ska bli så. Vi ska prata om din hälsa och om det är något i din vardag, boendesituation eller annat som är viktigt för mig att veta när vi gemensamt gör din handlingsplan.

Hur lång tid har vi till vårt samtal?

Vi har x minuter till vårt samtal. Det kan vara så att vi behöver lämna ett ämne innan vi pratat klart för att komma vidare in på ett nytt.

Progressionskort

I vårt samtal kommer vi att prata om en massa olika ämnen. Några av dessa ämnen och frågor vill jag att du besvarar på det progressionskort som ligger här. Jag lägger det emellan oss så kan du sätta kryss emellanåt när vi pratar om det ämnet. Jag säger till när du ska göra det. Du kan också välja att fylla i progressionskortet i början av vårt samtal – du bestämmer själv hur du vill göra.



Teman i samtalen

Tema	Hjälpfrågor
Arbetsmarknads- perspektiv	• Har du en idé om vilket arbete du gärna vill ha? • Vad tycker du om att arbeta med? (t ex utifrån tidigare arbeten eller praktikplatser). • Vilken typ av arbete tänker du passar dig? (eventuella behov av anpassning t ex) • Om studier är en förutsättning för att du ska få arbeta med det du vill, hur ser du på det?
Kompetenser – styrkor och begränsningar	• Hur bra är du på att samarbeta med andra? • Hur ställer du dig till att ta kontakt med personer du inte känner? • Tror du att du klarar av ett arbete eller studier? • Berätta för mig vad du tycker att du är bra på. Vad har du att bidra med på en framtida arbetsplats – vad skulle de vara nöjda med om de anställer dig? • Hur bra är du på att koncentrera dig på uppgifter du fått? (t ex i en praktik eller i det som vi har avtalat om att du ska arbeta med inom de olika områdena i schemat/progressionskortet) • När någon ska berätta för dig hur du ska utföra en uppgift, hur brukar det gå? Har du lätt att förstå det, är det väldigt olika om det är lätt eller svårt, eller är det oftast svårt och behöver beskrivas flera gånger? • Hur bra är du på att berätta om dig själv och vad du är bra på?
Agerande och tankar om att få arbete	• Tror du att dina kompetenser kan användas på en arbetsplats? • Vet du vad du ska göra för att förbättra dina möjligheter att få och behålla ett arbete? • Söker du arbete? Hur söker du i så fall? • Hur hög lön ska du ha, före skatt, för att tacka ja till ett erbjudande om arbete? Har du en aning om löneläget på den typ av arbete du vill ha? • Finns det något som hindrar att du ska kunna få och behålla ett arbete? • Finns det något du behöver bli bättre på? • Har du gjort något för att förbättra dina chanser att få arbete? Eller tagit reda på något om den sorts arbete du vill ha? • Behöver du studera för att kunna arbeta med det du vill? • Hur mycket betyder lönen för om du ska ta ett arbete? Finns det någon nedre gräns?



Teman i samtalen

Tema	Hjälpfrågor
Hälsa	• Hur skulle du bedöma din (fysiska och psykiska) hälsa när det gäller att klara av ett arbete eller studier? (kan vara heltid eller deltid) • Har det hänt något med din hälsa sedan vi senast pratades vid? • I denna aktivitet har vi vårt huvudfokus på att hjälpa dig ut i arbete eller studier. Vi vet också utifrån forskning att dina chanser till detta ökar genom att vara i aktivitet, praktik, arbetsträning och liknande. Vi vet också att det även är bra för din hälsa. • Vi kan göra vår kartläggning parallellt medan du är i aktivitet, det är faktiskt mycket positivt för din del att göra båda saker samtidigt, och om du har funderingar utifrån ditt hälsotillstånd så kan vi gemensamt hitta det som är bra för dig. • Finns det något som du tycker behöver utredas eller som du behöver behandling för, för att du ska kunna fokusera på att komma ut i arbete/praktik eller studier? • Vet du hur dina hälsoutmaningar kan hanteras? T ex komma ihåg att ta paus, hjälpmedel, säga till när du behöver vila, alternera mellan att sitta, stå eller göra övningar.
Vardag	• Har du energi i vardagen till att fokusera på att få och behålla ett arbete eller börja studera? • Finns det något särskilt gällande ditt boende eller ekonomi som vi behöver ta hänsyn till? • Hur ser en dag ut? Vad lägger du din tid och energi på? Kan du göra förändringar för att hushålla med energin? Få in återhämtning? • Hur ser det ut med fördelningen av hushållssysslor? Behöver någon justering göras för att du ska få mer energi till att fokusera på att få ett arbete eller börja studera?
Nätverk	• Får du stöd från familj och vänner när du behöver hjälp? • Stöttar din familj och dina vänner dig att komma ut i arbete/göra saker som ökar dina chanser att få arbete?



Progressionskort

5 är högst
1 är lägst

Arbetsmarknadsperspektiv

Har du en idé om vilket arbete du gärna vill ha?

Datum
Namn

Kompetenser – styrkor och begränsningar

Hur ställer du dig till att ta kontakt med personer du inte känner?

Agerande och tankar om att få arbete

Vet du vad du ska göra för att förbättra dina möjligheter att få och behålla ett arbete?

Kompetenser – styrkor och begränsningar

Hur bra är du på att samarbeta med andra?

Kompetenser – styrkor och begränsningar

Tror du att du klarar av ett arbete eller studier?

Nätverk

Får du stöd från familj och vänner när du behöver hjälp?

Agerande och tankar om att få arbete

Tror du att dina kompetenser kan användas på en arbetsplats?

Vardag

Har du energi i vardagen till att fokusera på att få och behålla ett arbete eller börja studera?

Hälsa

Hur skulle du bedöma din (fysiska och psykiska) hälsa när det gäller att klara av ett arbete eller studier?

Vill inte svara



SAMORDNINGS-
FÖRBUNDET
Skaraborg

Har du en idé om vilket arbete du gärna vill ha?

1

Jag har ingen idé
alls om vilket
arbete jag skulle
vilja ha.

2

Jag har svårt att
ha någon idé om
vilket arbete jag
skulle vilja ha.

3

4

Jag har kanske
någon idé om
vilket arbete jag
skulle vilja ha.

5

Jag har en mycket
tydlig idé om vilket
arbete jag skulle
vilja ha.



SAMORDNINGS-
FÖRBUNDET
skaraborg

Vet du vad du ska göra för att förbättra dina möjligheter att få och behålla ett arbete?

1

Jag vet inte alls vad jag ska göra för att förbättra mina möjligheter att få och behålla ett arbete.

2

Jag vet till viss del vad jag ska göra för att förbättra mina möjligheter att få och behålla ett arbete.

3

4

Jag vet till stor del vad jag ska göra för att förbättra mina möjligheter att få och behålla ett arbete.

5

Jag vet precis vad jag ska göra för att förbättra mina möjligheter att få och behålla ett arbete.



SAMORDNINGS-
FÖRBUNDET
Skaraborg

Tror du att du klarar av ett arbete eller studier? (heltid/deltid)

1

Jag tror inte att jag kan klara av ett arbete eller studier.

2

Jag är osäker på om jag kan klara av ett arbete eller studier.

3

4

Jag är ganska säker på att jag kan klara av ett arbete eller studier.

5

Jag är helt säker på att jag kan klara av ett arbete eller studier.



SAMORDNINGS-
FÖRBUNDET
skaraborg

Tror du att dina kompetenser kan användas på en arbetsplats?

1

Jag tror inte att mina kompetenser kan användas på en arbetsplats.

2

Jag är osäker på om mina kompetenser kan användas på en arbetsplats.

3

4

Jag är ganska säker på att mina kompetenser kan användas på en arbetsplats.

5

Jag är helt säker på att mina kompetenser kan användas på en arbetsplats.



SAMORDNINGS-
FÖRBUNDET
skaraborg

Hur skulle du bedöma din (fysiska och psykiska) hälsa när det gäller att klara av ett arbete eller studier?

1

Min hälsa hindrar mig helt och hållet från att klara av ett arbete eller studier.

2

Min hälsa begränsar till viss del min möjlighet att klara av ett arbete eller studier.

3

4

Min hälsa hindrar mig knappt någonting från att klara av ett arbete eller studier.

5

Min hälsa hindrar mig inte alls från att klara av ett arbete eller studier.



SAMORDNINGS-
FÖRBUNDET
Skaraborg

Har du energi i vardagen till att fokusera på att få och behålla ett arbete eller börja studera?

1

Jag har aldrig energi i vardagen för att fokusera på att få och behålla ett arbete eller börja studera.

2

Jag har sällan energi i vardagen för att fokusera på att få och behålla ett arbete eller börja studera.

3

4

Jag har oftast energi i vardagen för att fokusera på att få och behålla ett arbete eller börja studera.

5

Jag har alltid energi i vardagen för att fokusera på att få och behålla ett arbete eller börja studera.



SAMORDNINGS-
FÖRBUNDET
skaraborg

Får du stöd från familj och vänner när du behöver hjälp?

1

Jag får aldrig stöd från familj och vänner när jag behöver hjälp.

2

Jag får sällan stöd från familj och vänner när jag behöver hjälp.

3

4

Jag får ofta stöd från familj och vänner när jag behöver hjälp.

5

Jag får alltid stöd från familj och vänner när jag behöver hjälp.



SAMORDNINGS-
FÖRBUNDET
Skaraborg

Hur bra är du på att samarbeta med andra?

1

Jag har alltid svårt
för att samarbeta
med andra.

2

Jag har ofta svårt
för att samarbeta
med andra.

3

4

Jag har ofta lätt för
att samarbeta med
andra.

5

Jag har alltid lätt
för att samarbeta
med andra.



SAMORDNINGS-
FÖRBUNDET
skaraborg

Hur ställer du dig till att ta kontakt med personer du inte känner?

1

Jag tycker att det är jättejobbigt att ta kontakt med personer jag inte känner.

2

Jag tycker att det är ganska jobbigt att ta kontakt med personer jag inte känner.

3

4

Jag tycker inte att det är så jobbigt att ta kontakt med personer jag inte känner.

5

Jag tycker inte att det är något jobbigt alls att ta kontakt med personer jag inte känner.



Hur söker du arbete? (sätt gärna flera kryss)

- ☐ Genom tips i tidningar, på nätet eller annat
- ☐ Genom databaser på nätet
- ☐ Har kontaktat en arbetsgivare frivilligt utan att bli uppmanad eller tillsagd
- ☐ Har frågat min familj, vänner och bekanta om de känner någon som kan hjälpa mig att hitta ett arbete
- ☐ Har berättat på min praktikplats att gärna vill ha arbete efter praktiken
- ☐ Anmält mig till vikariepool
- ☐ Kontaktat rekryteringsföretag
- ☐ Jag söker inte arbete (för jag är sjuk eller av andra orsaker)
- ☐ Vill inte svara

Hur hög lön ska du ha för att tacka ja till ett erbjudande om arbete?

_____ kronor/månad

- ☐ Jag vill inte svara/vet inte
- ☐ Lönens storlek spelar ingen roll



SAMORDNINGS-
FÖRBUNDET
Skaraborg

Handlingsplan och delmål

Inledning

Nu har vi pratat om många olika saker och du har fyllt i progressionskortet.

Nu ska vi göra en plan för vad vi ska göra framöver.

Först tittar vi på progressionskortet och utifrån det bestämmer vi vilka områden vi ska fokusera på. Vi bestämmer också vilka delmål som vi ska arbeta vidare med.

När vi gjort det så bestämmer vi vilken eller vilka aktiviteter som passar bäst för att nå de mål vi har satt upp.



Schema över handlingsplan och delmål

Prioriterat område	Skattning idag	Delmål	Aktivitet	Startdatum	Slutdatum/tid för uppföljning
Arbetsmarknads- perspektiv					
Kompetens					
Agerande och tankar om att få arbete					
Hälsa					
Vardag					
Nätverk					
Övrigt					



Exempel på hur en plan kan se ut

Prioriterat område	Skattning idag	Delmål	Aktivitet	Startdatum	Slutdatum/tid för uppföljning
Arbetsmarknads- perspektiv - Vad jag vill arbeta med	2 Jag vill gärna arbeta inom service och med människor. Har tidigare arbetat på förskola men kan inte fortsätta pga ljudnivån. Jag vill gärna göra något annat men vet inte vad.	4 Vi ska arbeta med att sätta ett konkret jobbmål. Det kan vi använda för att planera kommande kompetensutvecklande aktiviteter.	Två korta praktiker. Vi är överens om att börja med praktik i butik i två veckor och därefter på hotell (receptionist) i två veckor. Vi har valt två veckor för att jag ska få bra inblick i vad denna typen av arbete innebär. Det ska heller inte vara för lång tid då meningen med praktiken är att ta reda på i vilken riktning vi ska jobba vidare.	Första praktiken börjar den x/x Andra praktiken börjar den x/x	Den första praktiken slutar X/X och vi har uppföljningsmöte direkt därefter den X/X. Den andra praktiken slutar X/X och vi har uppföljningsmöte X/X. Därefter träffas vi och pratar om hur praktikerna gått och vilket område som passar mig bäst. Vi sätter upp nya mål.
Kompetens - Initiativ: ta kontakt med människor jag inte känner	3 Det är olika från situation till situation hur bra jag är på att ta kontakt med människor jag inte känner.	4 Målet är att höja till 4 poäng. Det är viktigt om jag ska få och klara av ett servicearbete med kundkontakter.	Jag ska varje dag prata med någon ny av mina kollegor på praktikplatserna.	Samma datum som praktik	När vi ses på uppföljningsmöten ovan så går vi igenom hur det gått.



www.samordningsforbundetskaraborg.se