

# Trivselskarret

Observation af borgers trivsel



# Trivselskarret

## Observation af borgers trivsel

**Kortet fortæller, om hvordan I kan bruge trivselskarret som redskab til at dele jeres observationer af borgerens trivsel. Her kan I sammen reflektere over borgerens behov, og hvilke tiltag I kan igangsætte for at fylde trivsel i borgerens trivselskar.**

Som raske, funktionelle mennesker kan vi selv fylde vores trivselskar med bl.a. aktiviteter, der opfylder vores psykologiske behov. Mennesker med pleje- og omsorgsbehov, der måske har en kognitiv funktionsnedsættelse, kan ikke selv sørge for at opfylde deres psykologiske behov.

Redskabet er et billede på, at der løbende skal fyldes trivsel i karret, da fysisk og kognitiv svækkelse laver et hul i bunden, hvor der konstant siver trivsel ud.

Vi har alle et hul i trivselskarret. Hullet bliver større jo mindre trivsel, vi er i.

Når hullet er lille, er det små ting, der kan gøres for at fylde på. Men bliver hullet større, skal der flere og længerevarende handlinger til.

Størrelsen af hullet bliver påvirket af stemninger. Skælder vi ud, korrigerer eller grænsesætter, åbner hullet sig mere. Skaber vi den gode stemning, vil hullet blive mindre.

Trivselskarret har tre farver, som viser borgerens trivselsniveau.

- **Det grønne område** er udtryk for høj trivsel. Tegn herpå er f.eks. smil, grin, glæde, kropslig afslappethed, evne til at engagere sig i meningsfuld beskæftigelse.
- **Det gule område** er udtryk for neutral trivsel. Tegn herpå er f.eks. passivitet, manglende koncentration og motivation, falder ofte i søvn.
- **Det røde område** er udtryk for dårlig trivsel. Tegn herpå er f.eks. gråd, vrede, frygt, kropslig anspændthed, apati, uro, fysisk utilpashed, selvstimulerende handlinger.

Hvis et menneske med pleje- og omsorgsbehov ikke får hjælp til at opfylde sine psykologiske behov løbende, vil trivselskarret blive tømt, og der vil være mistrivsel. Trivselskarret understøtter den forebyggende tanke.

Kilde: Sundhedsstyrelsens Demensrejsehold



**SUNDHEDSSTYRELSEN**

Videnscenter for værdig ældrepleje

[sst.dk/vaerdighed](http://sst.dk/vaerdighed)