

# Capaboo – jag kan



“Sofia är sjuk och klarar inte själv av sin vardag.”  
Vad händer om vi lägger förstoringsglaset på vad Sofia kan?

**De resurser**, kunskaper, kompetenser och livserfarenheter som Sofia och alla människor är bärare av.

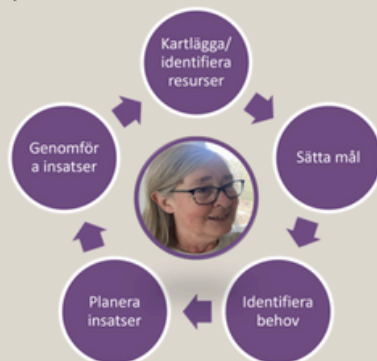
*Har det någon betydelse om personal inom vården och omsorgen anstränger sig för att öka antalet gånger som hon under en dag får uppleva att "JAG KAN!"?*

**Vår erfarenhet** på Bräcke diakoni är att ett fokus på vad personen kan gör stor skillnad för självkänslan och upplevelsen av livskvalitet. Men också att det kan kompensera för bristande resurser och minska och förebygga sjukdomssymtom. Att fokusera på personens resurser kan också innebära att personen bibehåller eller ibland till och med förbättrar sin funktionsförmåga, trots en framskridande sjukdom.

**För att uppnå detta** har vi utvecklat ett arbetssätt som syftar på att fånga och stärka personers resurser genom att se varje människas kapacitet.

**Capaboo är ett strukturerat arbetssätt** där ett IT-stöd används för att underlätta teambaserad dokumentation, möjliggöra uppföljning och förbättra kommunikation och samverkan mellan professionerna.

**Grunden i Capaboo** är att koppla samman det som är viktigast för Sofia (personliga mål) med hennes resurser och utifrån det skapa uppföljningsbara insatser för att nå målen. Capaboo identifierar även Sofias behov av kompensande stöd.



**Capaboo** kan illustreras som en arbetsprocess där de olika stegen är nära sammankopplade. Processen skapar lärande genom reflektion och utvärdering kring vad som är viktigt för Sofia och till vilken utsträckning hennes mål uppfylls (se bild här ovan).

## Vem står bakom?

Capaboo är framtaget och drivs tillsammans med **Bräcke diakoni** och **Alkit Kommunikations AB**

**Nyfiken?** Kontakta gärna Anna Jonsgården, [anna.jonsgarden@brackediakoni.se](mailto:anna.jonsgarden@brackediakoni.se)

Bräcke  
diakoni



[www.capaboo.se](http://www.capaboo.se)



## Capaboo

Digitalt verktyg för omsorgsverksamheter

Alkit Communications

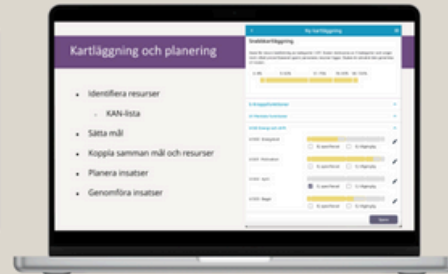
# Capaboo – hur fungerar det?

## 1 Kartlägga

Sofia, hennes anhöriga och det multi-professionella teamet skapar tillsammans en bild av Sofias funktionstillstånd inom olika livsområden.

Funktionstillståndet beskrivs med hjälp av en 5-gradig skala från "total resurs" till "ingen resurs". Till varje livsområde kan man senare ange stödjande/tränande eller kompenserande insatser som kan förbättra eller bibehålla funktionstillståndet

**Kartläggningen** har sin grund i WHO:s internationella klassifikation för funktionstillstånd, funktionshinder och hälsa (ICF).



## 2 Sätta mål

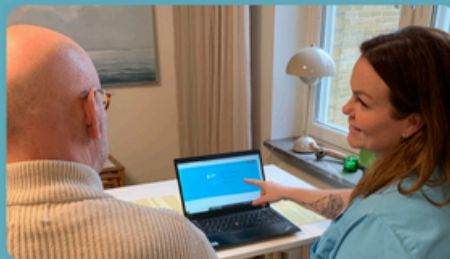
*Vad är det viktigaste för Sofia just nu?*

Det blir ofta personalens uppgift att genom samvaro med personen, samtal med närstående och samtal i det multiprofessionella teamet försöka hitta svar på vad som är viktigast för Sofia.

När målet är identifierat är det viktigt att beskriva det på ett sätt som Sofia förstår. Kanske kan målet, för den som förlorat det talade språket, uttryckas med en bild, med musik, med en smak eller någon annan sinnesupplevelse som hon kan koppla samman med målet.

I **Capaboo** kan Sofias mål uttryckas genom flera olika medium (bild, ljud).

Det är av avgörande betydelse att Sofia blir en medskapare till målet för att det ska kunna väcka hennes motivation och vilja att nå målet.



## 3 Skräddarsy insatser

Sofias behov av stöd identifieras som skillnaden mellan hennes mål och hennes funktionstillstånd.

Insatser för att nå målet identifieras och knyts ihop i IT-stödet. De tar tillvara på Sofias resurser och försöker om möjligt förstärka dessa ytterligare med hjälp av stödjande/tränande insatser. Även behov täcks upp genom kompenserande insatser identifieras. Insatserna omsätts och genomförs i de praktiska mötena med Sofia.

### Tillsammans

Sofia är huvudpersonen i sitt liv, men runt Sofia finns personer som är viktiga för henne. Tillsammans hjälper alla nyckelpersoner till att stärka Sofias identitet och banar väg för Sofias fortsatta blomstring. För att underlätta samarbetet har IT-stödet funktioner som gör att personen själv, anhöriga och personal på olika håll kan logga in och göra egna kartläggningar och lägga in information som är viktig för personen. Kommunikationen underlättas ytterligare genom en chattfunktion.

## 4 Uppföljning

Genom hela processen sker en ständig uppföljning.

Capaboo tydliggör att Sofia är huvudperson i sitt liv genom att utvärderingen alltid sker mot hennes personliga mål, mot det som är viktigt för henne, istället för generella målbilder. IT-stödet tydliggör kopplingen mellan det som är viktigt för Sofia och de insatser och det stöd som hon får. Det stärker också hennes självförtroende genom att alltid betona KAN-listan, alltså de resurser som hon själv är bärare av eller som finns tillgängliga i hennes omgivning och nätverk. Det gör skillnad!

**Capaboos symbol är snödroppen** – trots en isande kyla står den stadigt kvar i full blom. Arbetssättet hjälper vårdpersonal att fokusera på personens kapacitet, och låta personen få fortsätta att blomma, trots en funktionsnedsättning.

