

Spørgeskema til afdækning af rehabiliteringsbehov linket til ICF Brief Code Set (2013)

NOTAT



Titel – Spørgeskema til afdækning af rehabiliteringsbehov linket til ICF Brief Code Set (2013)

©CFK · Folkesundhed og Kvalitetsudvikling, MarselisborgCentret, Forskning og Udvikling, Region Midtjylland, 2014

Emneord: ICF, kronisk sygdom, rehabilitering
Versionsdato: 11. november 2014
Layout og korrektur: Inger Hornbech
Notat er sat med: Verdana
ISBN: 978-87996678-6-4 (pdf/elektronisk version)

Dette notat citeres:
Melchiorson H, Maribo T, Terkelsen S. Spørgeskema til afdækning af rehabiliteringsbehov linket til ICF Brief Code Set (2013)

Notatet kan frit refereres med tydelig kildeangivelse.

For yderligere oplysninger rettes henvendelse til:

Hanne Melchiorson
MarselisborgCentret, CFK - Folkesundhed og Kvalitetsudvikling
Email: Hanne.Melchiorson@stab.rm.dk

Eller

Susanne Terkelsen
Esbjerg Sundhedscenter
Email: suter@esbjergkommune.dk

Notatet kan downloades via:
<http://www.marselisborgcentret.dk/> - se under publikationer

Baggrund

Esbjerg Kommune udarbejdede i 2011 "Guide til samtale med mennesker med kronisk sygdom" (1) som materiale til startsamtale med patienter/borgere med kroniske sygdomme.

Guiden og den tilhørende klassifikationsmodel blev udarbejdet på baggrund af et afgrænset antal kategorier fra International klassifikation af funktionsevne, funktionsevnenedsættelse og helbredstilstand (ICF). Det udarbejdede samtalekoncept Generic Brief Core Set 2011 (GBCS 2011) stammer fra et antal publicerede ICF Core Set; et Core Set er et afgrænset antal ICF kategorier der er målrettet en bestemt målgruppe. "Guide til samtale med mennesker med kronisk sygdom" mødte stor national interesse, og der er herefter blevet arbejdet målrettet på at udvikle nye brugerinddragende metoder (2), som kan anvendes af en større og bredere målgruppe.

Esbjerg Kommune tog derfor i 2013 initiativ til en forskningsbaseret opkvalificering af fundamentet i guiden GBCS2011 og kontaktede MarselisborgCentret mhp. at indgå i projekt: "ICF baseret redskab til beskrivelse af den samlede helbredstilstand og rehabiliteringsbehov hos patienter og borgere med kronisk sygdom" (3). Målgruppen blev udvidet til at omhandle patienter og borgere med påvirket helbredstilstand på baggrund af en eller flere kroniske sygdomme, og i kontakt med den kommunale rehabiliteringsinstans. Projektets formål var at udvikle et tværfagligt ICF baseret redskab (Code Set) til afdækning af rehabiliteringsbehov og til at beskrive helbredstilstand hos målgruppen. Redskabet blev udarbejdet af 32 sundhedsfaglige eksperter repræsenteret fra 16 kommuner og 9 regionale institutioner. Resultatet blev præsenteret som hhv. et Comprehensive Code Set (CCS), der indeholdte 106 ICF kategorier, svarende til de typiske problemstillinger hos målgruppen og et Brief Code Set (BCS), der indeholdte 27 ICF kategorier, svarende til de vigtigste problemstillinger hos målgruppen. BCS blev efterfølgende afprøvet som pilottest på 38 nytilkomne patienter/borgere i Esbjerg Kommune mhp. at vurdere redskabets anvendelighed til brug ved startsamtale med borgerne. Endvidere blev der foretaget et fokusgruppeinterview med de fagpersoner, der deltog i pilottesten. Resultater fra pilottesten og fokusgruppeinterviewet viste, at det udarbejdede Brief Code Set var velegnet og dækkende i forhold til problemstillinger hos målgruppen.

I perspektiveringsafsnittet i "ICF baseret redskab til beskrivelse af den samlede helbredstilstand og rehabiliteringsbehov hos patienter og borgere med kronisk sygdom" (3), blev der rejst fem forslag til videreudvikling af BCS og dets anvendelsesmuligheder.

Et af de fem forslag omhandlede videreudvikling af det spørgeskema, der blev sendt til patient/borger forud for startsamtalet. Spørgeskemaet var bygget op omkring Samtalehjulet og ICF-kategorierne i GBCS2011, der består af temaer, der tilsammen kommer hele vejen rundt om borgerens hverdagsliv. De seks temaer i Samtalehjulet er: 1) livsstil og trivsel, 2) støtte og kontakt, 3) krop og energi, 4) ønsker og forventninger, 5) socialt liv og arbejdsliv og 6) aktiviteter i hverdagen, alle temaer der uddybes i spørgeskemaet. Spørgeskemaet var tænkt som en hjælp til at forberede sig til samtalen, bl.a. hvilke tanker der dukkede op, relateret til de forskellige temaer, oplevelser fra hverdagen samt ønsker og forventninger til samarbejdet med Esbjerg Kommune.

Fokusgruppeinterviewet med de fagprofessionelle konkluderede, at et spørgeskema baseret på ICF kategorierne, gjorde en stor forskel i forhold til borgerens selvrefleksion og parathed til samtalen. Spørgeskemaet blev vurderet som et anvendeligt behovsvurderingsredskab til at afdække patientens/borgerens behov og ønsker for rehabilitering. Samtidig blev der udtrykt et ønske om at videreudvikle spørgeskemaet, således at der var overensstemmelse mellem spørgsmålene (items) i spørgeskemaet og ICF kategorier i Brief Code Set.

Esbjerg Kommune kontaktede MarselisborgCentret for at indgå et samarbejde om at validere spørgeskemaet, der bliver udfyldt af patient/borger forud for startsamtalesamtalen.

Formål

At validere spørgeskemaet baseret på emner fra Samtalehjulet - udarbejdet af Esbjerg Kommune.

Metode

De seks temaer fra Samtalehjulet: 1) livsstil og trivsel, 2) støtte og kontakt, 3) krop og energi, 4) ønsker og forventninger, 5) socialt liv og arbejdsliv og 6) aktiviteter i hverdagen, danner overskrifter i spørgeskemaet med i alt 24 spørgsmål (items). Når patienten/borgeren besvarer spørgsmålene, bliver de bedt om, at sætte et kryds på en skala fra 0 – 10, med endepunkter: helt uenig (0)– helt enig (10). Endvidere har de for hvert spørgsmål, mulighed for at markere i felterne: ej relevant og ved ikke.

Items fra spørgeskemaet blev linket til ICF kategorier på 2. niveau. Linkningen blev foretaget efter linking rules (4), hvor to ICF kyndige uafhængigt af hinanden foretog en linkning til de ICF kategorier, de fandt mest dækkende for teksten i items

Efterfølgende blev resultater fra linkningen af items i spørgeskemaet sammenholdt med BCS.

Resultater

Ved linkningen blev 13 items fra spørgeskemaet linket til én ICF kategori, 7 items blev linket til flere ICF kategorier og 4 items indeholdt en tekst, de ICF kyndige ikke fandt mulig at linke til ICF kategorier. Resultatet fremgår af tabel 1.

For flere items vurderede de to eksperter, at teksten ikke var helt entydig. Her er der foreslået tekstændring, hvor terminologien fra ICF klassifikationen er anvendt (5), se bilag 1.

Tabel 1 Items fra spørgeskemaet linket til ICF kategorier

Spørgsmål	ICF kategori
Krop og energi	
Jeg oplever at være fuld af energi	b130
Jeg sover godt om natten	b134
Jeg har god kontakt og styr på mine følelser	b152,d720
Jeg har ingen problemer med at holde på vandet eller efterdryp	b620

Jeg har ingen smerter eller ubehag	b280
Jeg har ingen fornemmelser relateret til hjerte eller luftveje (følelse af trykken for brystet, hjertebanken, hjerteflimmer, lufthunger)	b460
Mine seksualfunktioner fungerer optimalt	b640
Aktiviteter i hverdagen	
Jeg har nemt ved at lære nyt	d155
Jeg har nemt ved at tage beslutninger	d177
Jeg har ingen problemer med at udføre mine sædvanlige aktiviteter	d230
Jeg kan godt klare stressede situationer i hverdagen	d240
Jeg har ingen problemer med at løfte eller bære dagligvarer	d430
Jeg har ingen problemer med at komme omkring	d450, d455, d460, d465 d470, d475
Socialt liv og arbejdsliv	
Jeg har ingen problemer med at fastholde/passe mit arbejde	d845, d850, d855
Jeg deltager i aktiviteter, der gør mig glad og giver mig energi	d910, d920, d930, d950
Støtte og kontakt	
Jeg oplever god støtte fra mine nærmeste pårørende (familie/venner)	e310, e315, e320
Jeg oplever god støtte fra min egen læge	e355
Jeg oplever god støtte fra det offentlige (kommune/sygehus)	e330, e340
Livsstil og trivsel	
Jeg er god til at passe på mig selv	d570
Jeg har faste motionsvaner 2-3 gange om ugen	-
Jeg er god til at sige fra overfor andre	d710, d720
Jeg har gode tanker om mig selv	-
Jeg oplever, jeg har styringen i mit liv	-
Jeg er åben for forandring og har lyst til fornyelse i min hverdag	-

Resultaterne fra linkningen af spørgeskemaet blev efterfølgende sammenholdt med BCS. I tabel 2 er ICF kategorier, der er fundet i begge redskaber markeret med gråt. ICF kategorier der kun indgår i spørgeskemaet er markeret med rødt, og ICF kategorier der kun indgår i BCS er markeret med grønt.

Tabel 2 ICF kategorier fra spørgeskema og BSC

KROPPENS FUNKTIONER

b126 Temperament og personlighed

b130 Energi og handlekraft

b134 Søvn

b152 Følelsesfunktioner

b180 Oplevelse af eget selv og af tidsforløb

b280 Opfattelse af smerter

b455 Udholdenhed

b460 Kardiovaskulære og respiratoriske sanseindtryk

b530 Vægtregulering

b620 Vandladningsfunktioner

b640 Seksualfunktioner

b730 Muskelstyrke

AKTIVITETER OG DELTAGELSE

d155 Tilegne sig færdigheder

d177 Tage beslutninger

d230 Udføre daglige rutiner

d240 Klare stress og andre psykologiske krav

d430 Løfte og bære

d450 Gå

d455 Bevæge sig omkring

d460 Færdes i forskellige omgivelser

d465 Færdes med brug af udstyr

d470 Bruge transportmidler

d475 Køre

d570 Varetage egen sundhed

d710 Basalt interpersonelt samspil

d720 Komplet interpersonelt samspil

d845 Finde, have og fratræde job

d850 Have lønnet beskæftigelse

d855 Have ulønnet beskæftigelse

d910 Deltage i fællesskaber

d920 Deltage i rekreative aktiviteter og fritidsaktiviteter

d930 Deltage i religion og åndsliv

d950 Politisk liv og medborgerskab

OMGIVELSESFAKTORER

e110 Produkter og stoffer til indtagelse

e310 Opvækstfamilie

e315 Slægtninge

e320 Venner

e330 Personer med ledende eller overordnet stilling

e340 Personlige omsorgsgivere og personlige hjælpere

e355 Sundhedspersonale

e580 Tjenester, systemer og politikker vedrørende sundhedsvæsen

**grå felter er kategorier, der indgår i begge redskaber, røde felter er kategorier, der kun indgår i spørgeskema til startsamtale og grønne felter er kategorier, der kun indgår i BCS.*

I det eksisterende BCS indgår 27 ICF kategorier (markeret med hhv. gråt og grønt i tabel 2). Ved linkningen til items i spørgeskemaet registreres yderligere 14 ICF kategorier, der ikke er indeholdt i BCS.

Et fælles redskab med ICF kategorier fra hhv. spørgeskemaet og det oprindelige BCS, indeholder i alt 41 ICF kategorier. I tabel 2 er syv ICF kategorier markeret med grønt svarende til kategorier, der kun indgår i BCS, og altså ikke har tilsvarende items i det eksisterende spørgeskema. Hvis der ønskes et nyt redskab, der indeholder 41 ICF kategorier, skal spørgeskemaet udvides med items der dækker de syv ICF kategorier fra BCS. Ændringsforslag hvor terminologien fra ICF klassifikationen er anvendt (4), er indskrevet i det eksisterende spørgeskema, se bilag 2.

I tabel 2 er de 14 ICF kategorier fra spørgeskemaet, valgt ud fra den brede forståelse af teksten i items, dvs. der indgår det maximale antal. Ved en mere snæver forståelse ville færre ICF kategorier indgå, dette uddybes i diskussionsafsnittet.

Diskussion

Items i spørgeskemaerne var ikke alle lige entydige, hvor nogle items indeholdt flere spørgsmål. I nedenstående beskrives de items, der især førte til en diskussion mellem de ICF kyndige, der foretog linkningen.

Under punkterne nævnes først teksten i items fra spørgeskema, derefter tolkning, svarede til resultatet af linkningen, efterfølgende diskussionen mellem de ICF kyndige, der foretog linkningen og sidst ændringsforslag til tekst, hvor terminologien fra ICF klassifikationen er anvendt (4) i de foreslåede ICF kategorier.

- *Tekst:* "Jeg har god kontakt og styr på mine følelser"
Tolket som:
b152 – følelsesfunktioner, d720 – komplekst interpersonelt samspil
Diskussion:
Styr på følelser kan tolkes som en mental funktion, knyttet til individet (d152) men kan også indeholde det at kunne styre sin adfærd i samværet med andre og opføre sig i overensstemmelse med social regler (d720)
Ændringsforslag til tekst i spørgeskemaet:
"Jeg har styr på mine følelser - generelt, men også i kontakten med andre mennesker"
- *Tekst:* "Jeg har ingen problemer med at udføre mine sædvanlige aktiviteter"
Tolket som:
d230 - udføre daglige rutiner.
Diskussion:
Sædvanlige aktiviteter kan desuden tolkes som husførelse med et mere detaljeret indhold, 620 – skaffe sig varer og tjenesteydelse, d630 – lave mad, d640 – lave husligt arbejde, d650 passe ejendele, d920 – deltage i rekreative aktiviteter og fritidsaktiviteter.
Ændringsforslag til tekst i spørgeskemaet:
"Jeg har ingen problemer med at udføre simple, komplekse og sammensatte handlinger til planlægning, styring og gennemførelse af dagligt tilbagevendende rutiner og pligter" (d230)
"Jeg har ingen problemer med huslige og dagligdagshandlinger og opgaver, som indkøb, madlavning, tøjvask, rengøring m.v." (d620,d630,d640,d650).
- *Tekst:* "Jeg har ingen problemer med at komme omkring"
Tolket som:
d450 – gå, d455 – bevæge sig omkring, d460 – færden i forskellige omgivelser, d465 – færden med brug af udstyr, d470 – bruge transportmidler, d475 – køre.
Diskussion:
At komme omkring kan tolkes bredt som ovenstående forslag eller mere snævert og dermed kun medtage d450 – gå, d455 – bevæge sig omkring

Ændringsforslag til tekst i spørgeskemaet:

"Jeg har ingen problemer med at bevæge mig omkring, gå, cykle, køre eller færdes i forskellige omgivelser" (d450,d455,d460,d465,d470,d475)

"Jeg har ingen problemer med at bruge offentlige transportmidler, bus, tog m.v." (d470)

- *Tekst:* "Jeg har ingen problemer med at fastholde/passe mit arbejde"

Tolket som:

d845 – finde, have og fratræde job, d850 – have lønnet beskæftigelse, d855 – have ulønnet beskæftigelse

Diskussion:

Arbejde kan tolkes som udelukkende lønnet beskæftigelse, hvor ulønnet beskæftigelse kan være ligeså relevant. Heri indgår planlægning, udføre, møde til aftalt tid, lede eller blive ledet osv. ICF kategorier som i tolkningen

Ændringsforslag til tekst i spørgeskemaet:

"Jeg har ingen problemer med at passe mit arbejde (lønnet eller ulønnet), herunder planlægning, udførelse, møde til tiden, indgå i samarbejde o.l."

- *Tekst:* "Jeg deltager i aktiviteter, der gør mig glad, og giver mig energi"

Tolket som:

910 – deltage i fællesskaber, d920 – deltage i rekreative aktiviteter og fritidsaktiviteter, d930 – deltage i religion og åndsliv, d950 – politisk liv og medborgerskab

Diskussion:

Udover fritidsaktiviteter og fællesskaber er det relevant at spørge ind til åndelige og religiøse aktiviteter og ligeledes spørge ind til sociale og politiske aktiviteter. ICF kategorier som i tolkningen

Ændringsforslag til tekst i spørgeskemaet:

"Jeg deltager aktivt i fællesskaber og aktiviteter fx indenfor sport, religion, politik, foreningsliv"

- *Tekst:* "Jeg er god til at passe på mig selv"

Tolket som:

d570 – varetage egen sundhed

Diskussion:

Spørgsmålet er bredt og kan dække både at sige til/fra, passe på sig selv psykisk/fysisk.

Ved at vælge ICF kategorien d570 medtages velvære, psykisk og fysisk velbefindende, med fokus på det fysiske. Hvis fokus er på de psykiske funktioner, findes det under mentale funktioner fx b152 – følelsesfunktioner, b164 – overordnede kognitive funktioner (herunder indsigt og dømmekraft).

Ændringsforslag til tekst i spørgeskemaet:

"Jeg er god til at tage vare på egen sundhed, herunder hensigtsmæssig kost og motionsvaner, samt at sikre mit fysiske velvære"

- *Tekst:* "Jeg er god til at sige fra overfor andre"

Tolket som:

d710 – basalt interpersonelt samspil, d720 – komplekst interpersonelt samspil

Diskussion:

Samspillet med andre mennesker, der rummer både at vise respekt, give og modtage kritik, reagere på sociale signaler, styre adfærd i samværet m.m. ICF kategorier som i tolkningen

Ændringsforslag til tekst i spørgeskemaet:

"Jeg er god til at indgå i samspillet med andre mennesker"

- *Tekst:* "Jeg har faste motionsvaner 2- 3 gange om ugen", "jeg har gode tanker om mig selv", "jeg oplever, at jeg har styringen i mit liv", "jeg er åben for forandring og har lyst til fornyelse i min hverdag":

Tolket som:

Vanskelige at tolke og dermed kategorisere

Diskussion:

For at kunne foretage en kategorisering må spørgsmålene gøres mere specifikke, alternativt kan de skrives ind under personlige faktorer.

Ændringsforslag til tekst i spørgeskemaet:

Tilføj komponenten personlig faktorer og her spørge ind til: "Hvad har du af vaner, livserfaringer, livsstil, adfærd, der kan have betydning for din nuværende situation?"

"Hvad er dine ønsker for fremtiden?"

Hvis Esbjerg Kommune ønsker at bibeholde BCS i eksisterende version, kan man fjerne de items i spørgeskemaet, der ikke bliver fulgt op ved start samtalen, svarende til 14 ICF kategorier.

Hvis Esbjerg Kommune vælger at bibeholde BCS, er det nødvendigt at formulere spørgsmål (tilføjes items) svarende til de syv ICF kategorier fra BCS, der ikke indgår i det eksisterende spørgeskema.

Referencer:

1. Terkelsen S. Guide til start samtale med mennesker med kronisk sygdom. Sundhed & Omsorg, Esbjerg kommune; 2011
2. Terkelsen, S. Model for koordination med borgeren i centrum – en Esbjerg-model, Esbjerg Kommune; 2013 – ISBN 978-87-996385-0-5
3. http://www.marselisborgcentret.dk/fileadmin/filer/Publikationer/PDF_er/Notat_200214_endeligt_.pdf
4. Cieza A., Geyh S., Chatterji S. et al. ICF linking rules: An update based on lessons learned. J Rehabil Med.; 2005; 37: 212-218
5. Schiøler G., Dahl T. ICF International klassifikation af Funktionsevne, Funktionsevnenedsættelse og Helbredstilstand, Munksgaard; 2003

BILAG 1 Ændringsforslag til ordlyd i items indeholdt i spørgeskemaet - hjulet*

Krop og energi

Jeg oplever at være fuld af energi

Jeg sover godt om natten

Jeg har styr på mine følelser - generelt, men også i kontakten med andre mennesker

Jeg har ingen problemer med at holde på vandet eller efterdryp

Jeg har ingen smerter eller ubehag

Jeg har ingen fornemmelser relateret til hjerte eller luftveje (følelse af trykken for brystet, hjertebanken, hjerteflimmer, lufthunger)

Mine seksualfunktioner fungerer optimalt

Aktiviteter i hverdagen

Jeg har nemt ved at lære nyt

Jeg har nemt ved at tage beslutninger

Jeg har ingen problemer med at udføre simple, komplekse og sammensatte handlinger til planlægning, styring og gennemførelse af dagligt tilbagevendende rutiner og pligter

Jeg har ingen problemer med huslige og dagligdags handlinger og opgaver, som indkøb, madlavning, tøjvask, rengøring m.v."

Jeg kan godt klare stressede situationer i hverdagen

Jeg har inge problemer med at løfte eller bære dagligvarer

Jeg har ingen problemer med at bevæge mig omkring, gå, cykle, køre eller færdes i forskellige omgivelser

Jeg har ingen problemer med at bruge offentlige transportmidler, bus, tog m.v."

Socialt liv og arbejdsliv

Jeg har ingen problemer med at passe mit arbejde (lønnet eller ulønnet), herunder planlægning, udførelse, møde til tiden, indgå i samarbejde o.l.

Jeg deltager aktivt i fællesskaber og aktiviteter fx indenfor sport, religion, politik, foreningsliv

Støtte og kontakt

Jeg oplever god støtte fra mine nærmeste pårørende (familie og venner)

Jeg oplever god støtte fra min egen læge

Jeg oplever god støtte fra det offentlige (kommune/sygehus)

Livsstil og trivsel

Jeg er god til at tage vare på egen sundhed, herunder hensigtsmæssig kost og motionsvaner, samt sikre mit fysiske velvære

Jeg er god til at indgå i samspillet med andre mennesker

Personlige faktorer

Hvad har du af vaner, livserfaringer, livsstil, adfærd, der kan have betydning for din nuværende situation?

Hvad er dine ønsker for fremtiden?

* ændringer er markeret med kursiv skrift

BILAG 2 Ændringsforslag til ordlyd i items -samstemmende med 41 ICF kategorier - hjulet*

Krop og energi
Jeg reagerer hensigtsmæssigt i forskellige situationer (velvillig, samvittighedsfuld, tillidsfuld, pålidelig, åben for oplevelser o.l.)
Jeg oplever at være fuld af energi
Jeg sover godt om natten
<i>Jeg har styr på mine følelser - generelt, men også i kontakten med andre mennesker</i>
Jeg oplever at være bevidst om min opfattelse af mig selv (identitet, krop, ydre virkelighed og tidsforløb)
Jeg har ingen problemer med at holde på vandet eller efterdryp
Jeg har ingen smerter eller ubehag
Jeg har en god fysisk udholdenhed
Jeg har ingen fornemmelser relateret til hjerte eller luftveje (følelse af trykken for brystet, hjertebanken, hjerteflimmer, lufthunger)
Jeg er istand til at opretholde en passende kropsvægt
Mine seksualfunktioner fungerer optimalt
Jeg har god styrke i mine muskler
Aktiviteter i hverdagen
Jeg har nemt ved at lære nyt
Jeg har nemt ved at tage beslutninger
<i>Jeg har ingen problemer med at udføre simple, komplekse og sammensatte handlinger til planlægning, styring og gennemførelse af dagligt tilbagevendende rutiner og pligter</i>
<i>Jeg har ingen problemer med huslige og dagligdagshandlinger og opgaver, som indkøb, madlavning, tøjvask, rengøring m.v."</i>

Jeg kan godt klare stressede situationer i hverdagen

Jeg har inge problemer med at løfte eller bære dagligvarer

Jeg har ingen problemer med at bevæge mig omkring, gå, cykle, køre eller færdes i forskellige omgivelser

Jeg har ingen problemer med at bruge offentlige transportmidler, bus, tog m.v."

Socialt liv og arbejdsliv

Jeg har ingen problemer med at passe mit arbejde (lønnet eller ulønnet), herunder planlægning, udførelse, møde til tiden, indgå i samarbejde o.l.

Jeg deltager aktivt i fællesskaber og aktiviteter fx indenfor sport, religion, politik, foreningsliv

Støtte og kontakt

Jeg anvender ikke medicin, ikke på speciel diæt og har ikke behov for hjælpemidler

Jeg oplever god støtte fra mine nærmeste pårørende (familie/venner)

Jeg oplever god støtte fra min egen læge

Jeg oplever god støtte fra det offentlige (kommune/sygehus)

Livsstil og trivsel

Jeg er god til at tage vare på egen sundhed, herunder hensigtsmæssig kost og motionsvaner, samt sikre mit fysiske velvære

Jeg er god til at indgå i samspillet med andre mennesker

Personlige faktorer

Hvad har du af vaner, livserfaringer, livsstil, adfærd, der kan have betydning for din nuværende situation?

Hvad er dine ønsker for fremtiden?

* ændringer er markeret med kursiv skrift og nye items med gult felt