

## Bag om Familiehjulet i Face-it

**Face-it projektet** har udviklet og evalueret en sundhedsfremmende intervention målrettet personer, der har haft graviditetsdiabetes, og deres familier. Interventionen i Face-it projektet anvender to sundhedspædagogiske værktøjer: Familiehjulet og Liva App.

Her kan du læse om udviklingen og anvendelsen af Familiehjulet.

Familiehjulet er et interaktivt samtaleværktøj, som sundhedsplejersker i Face-it projektet brugte sammen med familierne i dialogen om graviditetsdiabetes og sunde vaner i familien. Familiehjulets overordnede formål er at bidrage til at øge de medvirkendes familiers motivation og handlekompetence i forhold til sunde vaner med udgangspunkt i familiernes egne oplevelser af ressourcer og behov for støtte.

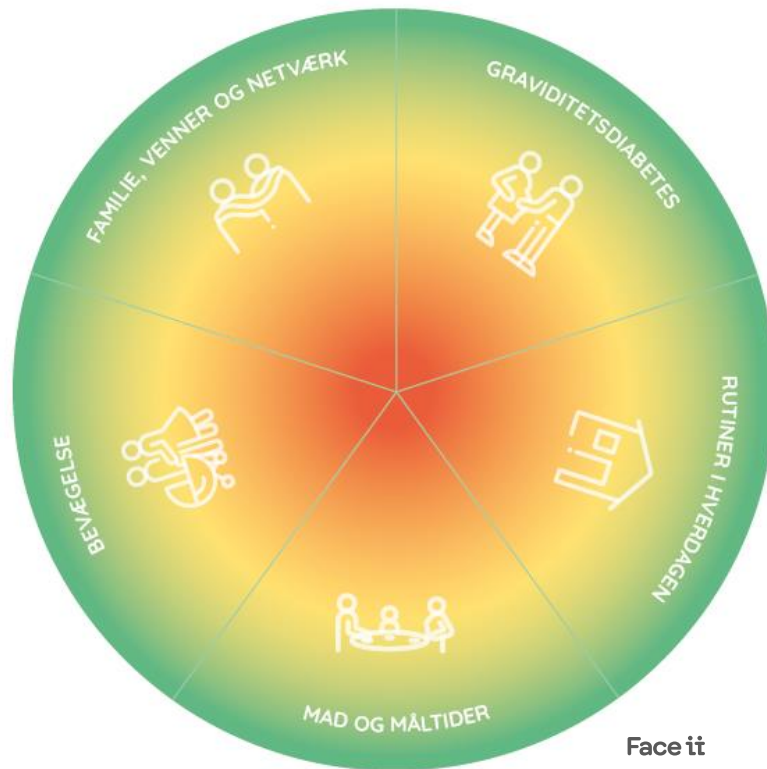
Hjulet består af fem temaer:

1. Graviditetsdiabetes
2. Rutiner i hverdagen
3. Mad og måltider
4. Bevægelse
5. Familie, venner og netværk

### Sådan bruges Familiehjulet i Face-it projektet

Særligt uddannede projektsundhedsplejersker taler med familierne om ressourcer og realistiske muligheder for ændringer inden for hvert af de fem temaer på tre ekstra hjemmebesøg i barnets første leveår.

Personen med tidligere graviditetsdiabetes og evt. partner opfordres til at være til stede ved besøgene, og hver for sig eller sammen bedes de så vurdere deres ressourcer inden for hvert af de fem temaer i hjulet. Dette foregår konkret ved, at de sætter kryds indenfor farveskalaen grøn, gul og rød (se figur 1). Grøn illustrerer tilstrækkelige ressourcer og ikke behov for støtte, gul illustrerer nogen grad af ressourcer og behov for støtte, og rød peger på et stort behov for støtte til at udvikle flere ressourcer.



Figur 1 **Familiehjulet i Face-it projektet**

Placeringen af krydset giver både sundhedsplejersken og parret et indblik i, hvor der er størst behov for støtte og vejledning samt eventuelle forskelle mellem kvinde og partner. Vejledningen tager derefter udgangspunkt i hver enkelt families behov og ressourcer, men også hvor familierne er mest motiverede for at arbejde med udfordringer og vaner. Sundhedsplejersken kan hente inspiration til samtalen i en faglig manual udviklet særligt til Face-it-projektet. Sundhedsplejersken opfordres til, at alle temaer dækkes på hvert besøg, men fokus afhænger af familiernes prioriteter. Familierne kan bibeholde en kopi eller billede af Familiehjulet til næste samtale.

### **Udvikling af Familiehjulet**

Familiehjulet er udviklet med udgangspunkt i en udgave udarbejdet af Sundhedsplejen i Aarhus, hvor det blev anvendt til sårbare gravide. Det blev besluttet at videreudvikle og tilpasse hjulet ud fra viden om målgruppens behov gennem samskabende processer. Familiehjulet og den tilhørende manual blev testet og tilpasset sammen med familier og sundhedsplejersker for at sikre, at det kunne understøtte sundhedsplejerskernes samtale med nybakte børnefamilier om forebyggelse og sundhedsfremme i relation til type 2-diabetes og generel trivsel. Det betød, at eksempelvis graviditetsdiabetes blev tilføjet til hjulet som et tema for at imødekomme behovet for:

- i. At tale om oplevelserne med at have fået diagnosen graviditetsdiabetes og behandlingen af denne
- ii. At bygge videre på de erfaringer, familierne havde fået med fastholdelse eller omlægning af vaner

- iii. At bidrage til, at familierne fik en større viden om forebyggelse af type 2-diabetes

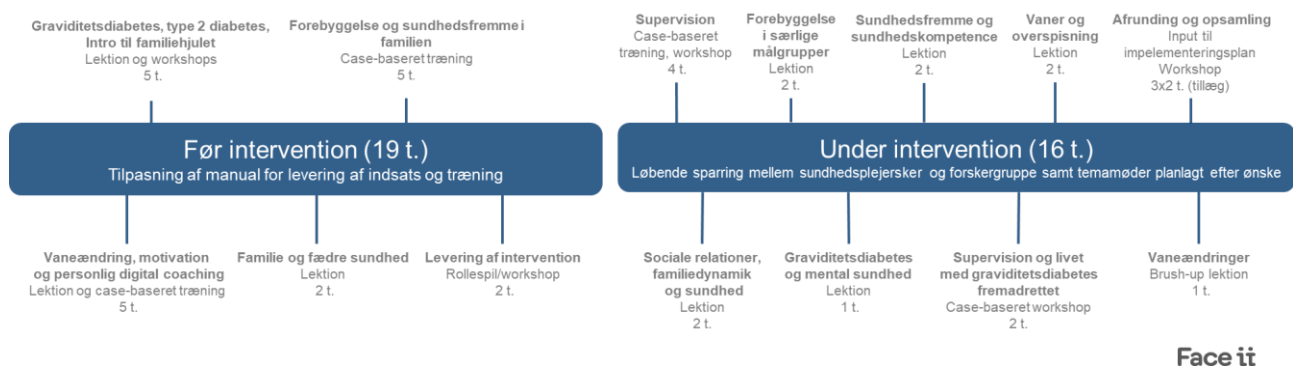
Sideløbende med tilpasning af Familiehjulet blev der udviklet en manual til Familiehjulet og de tre hjemmebesøg. Manualen tog udgangspunkt i sundhedsplejerskernes kompetencer og erfaringer fra deres egen praksis, evidens om f.eks. mad og motion, samt teoretiske elementer fra socialpsykologiske teorier som et fundament for at kvalificere temaerne.

## Uddannelse af projektsundhedsplejersker i Face-it

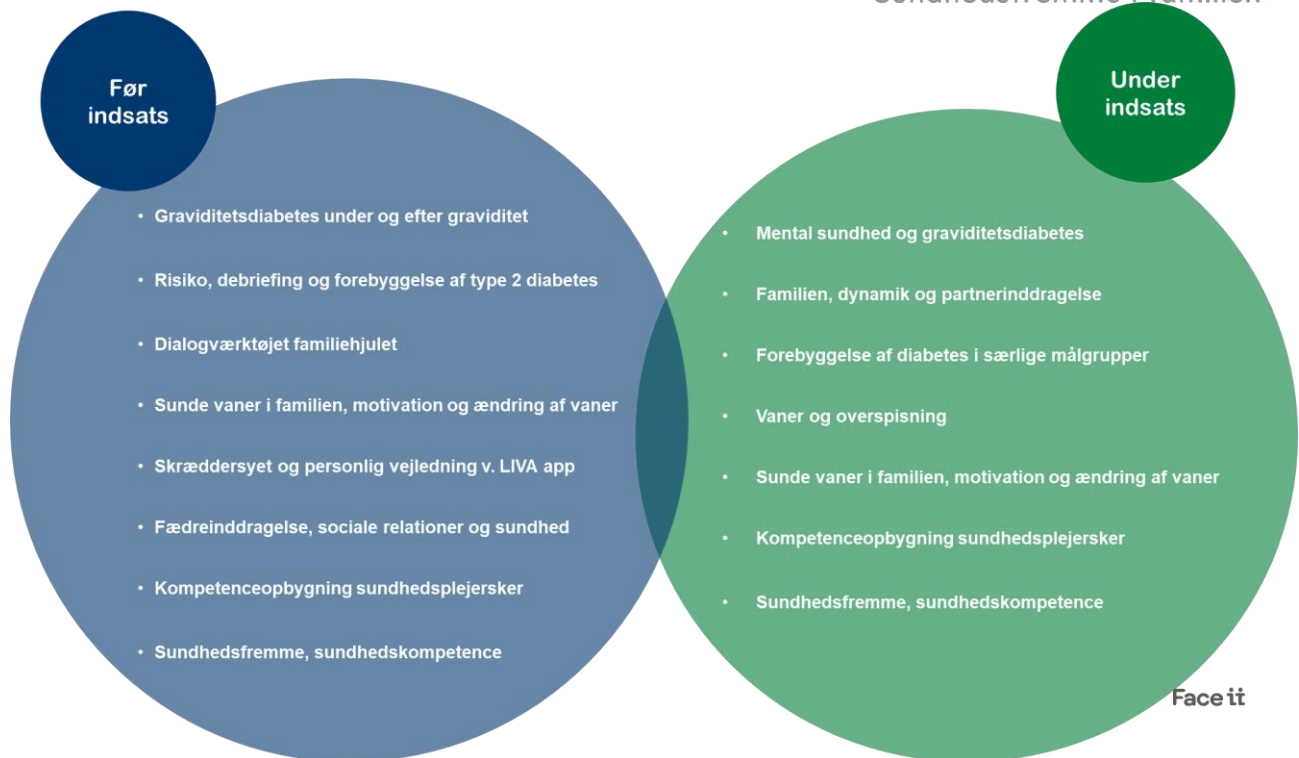
Vi inviterede 12 udvalgte projektsundhedsplejersker til fire uddannelsesdage (i alt 16 timer), hvor de, foruden at blive uddannet til interventionen, blev involveret i at tilpasse Familiehjulet og den tilhørende manual til de tre hjemmebesøg. Uddannelsesdagene bestod af lektioner, ekspertviden, træning, rollespil og videndeling mellem sundhedsplejerskerne. De tog udgangspunkt i den problembaserede og deltagerstyrede læring, hvor sundhedsplejerskerne udvalgte en række udfordringer, de gerne ville arbejde med på de efterfølgende uddannelsesdage.

Uddannelsesdagene blev også brugt til at pilotteste samtaler på hjemmebesøg og Familiehjulet ved at bruge cases fra forskellige typer af familier (Figur 2-3).

Uddannelsesdagene blev suppleret med sparring mellem projektsundhedsplejerskerne, samt temadage med emner tilrettelagt ud fra konkrete ønsker fra sundhedsplejerskerne.



Figur 2 Uddannelsesforløb for projektsundhedsplejersker og sundhedsvejledere i Face-it projektet



Figur 3 Temaer under uddannelsesforløbet for projektsundhedsplejersker og sundhedsvejledere i Face-it projektet

Citeres som: Face-it projektet: Bag om Familiehjulet i Face-it, Steno Diabetes Center Copenhagen, september 2023

Vi har ikke copyright på nogen af vores værktøjer, da de er frit tilgængelige på vores hjemmeside og udviklet til at kunne benyttes af alle uden betaling, dog ser vi helst at logo bevares på værktøjerne. Derudover beder vi om, at der refereres til Face-it ved brug af værktøjerne i forskningsøjemed og at vi orienteres ved brug af værktøjerne i praksis.

## Referencer

- Face-It projektets hjemmeside: <https://www.faceit-info.dk/>
- Artikel om udviklingen af Face-It projektet: <https://bmcpublihealth.biomedcentral.com/articles/10.1186/s12889-021-11655-2>
- Om Face-It i Diabetesbehandlerbladet - En sundhedsfremmende familiebaseret indsats (s. 38-44): [https://diabetes.dk/media/aird1cng/diabetes-behandler-juni-2020\\_web.pdf](https://diabetes.dk/media/aird1cng/diabetes-behandler-juni-2020_web.pdf)