2 Om din håndtering af selvskade

Der findes forskellige muligheder for strategier, som vi vil fortælle dig mere om, for at du sammen med os, bedst kan beslutte, hvilken løsning der passer dig bedst.

Hvor meget information ønsker du at få om håndtering af selvskade?

☐ Mindst mulig information ☐ Moderat information ☐ Mest mulig information

BESLUTNINGSHJÆLPER™
preview

BESLUTNINGSHJÆLPER™ skabelon, version 2.0, 2025

Psykiatrien i Region Syddanmark
Sygehus Sønderjylland
Region Syddanmark
Center for Fælles Beslutningstagning
design skolen kolding

©
Hospitalsenhed: Psykiatrien Region Syddanmark
Version: 1
Dato: 17. april 2026
Udviklet af: Psykiatrisk sengeafsnit 55, Sygehus Sønderjylland
Opdateres: 31-10-2028
Ansvarlig: Oversygeplejerske Susanne Boetius og Stedfortræder Christina Hartz Andersen
Kilder: Anbefalinger til behandling ved selvskadende adfærd, psykiatrien i region Syddanmark

1 BESLUTNINGSHJÆLPER™

Formålet med denne BESLUTNINGSHJÆLPER™ er at støtte dig og din kontaktperson i samtalen, så I sammen kan træffe det bedste valg for dig om hvordan du håndterer din selvskade

3 Dig som patient

For at vi sammen kan træffe et valg om hvordan du ønsker at håndtere din selvskade, er det særligt vigtigt at forstå, hvad der betyder noget for dig i din hverdag. Når du skal træffe en beslutning, er der både tilvalg og fravalg, som kan afhænge af dine personlige holdninger.

Hvad frygter du?



☐ At miste min udvej

☐ At fejle

☐ At det bliver for skamfuldt

BESLUTNINGSHJÆLPER™
preview

4 Valgmuligheder, fordele / ulemper

5 Beslutning

Er du klar til at træffe en beslutning?

☐ Forstå min selvskade

☐ Min samarbejdsaftale

☐ Ikke ændre mit selvskademønster

☐ Jeg er ikke klar til at træffe en beslutning

Hvad skal der til for, at du kan træffe en beslutning?

.....

.....

.....