

Stöddokument SMARTa mål

Mål för insatser

Nedanstående text är en sammanfattning av Socialstyrelsens vägledning Handläggning och dokumentation s. 418-419.

De övergripande målen i SoL och LSS är alltför allmänt hållna för att kunna användas som mål för genomförande och uppföljning av individuellt behovsprövade insatser. De måste därför brytas ner till **konkreta mål** som klart och tydligt anger vad som är önskvärt att uppnå med den insats som har beviljats den enskilde.

En insats kan ha flera mål. Det är viktigt att målen är **realistiska och svarar mot den enskildes behov och förutsättningar** både på kort och lång sikt. Ibland måste planeringen ske stegvis i korta etapper. I andra situationer kan det vara viktigt att ange konkreta etappmål för en förändring på lång sikt. Det kan t.ex. gälla socialtjänstens insatser för personer med långvariga missbruksproblem, där målet om ett drogfritt liv kan ligga långt fram i tiden.

Oavsett vilken verksamhet det gäller är det **viktigt att målen formuleras tillsammans med den enskilde** och i termer som gör att målen kan följas upp. Det är viktigt att målet blir konkret och att undvika tankar på mål som "allt eller inget". Antingen når man målet eller inte. Det är därför viktigt att tänka på att även små framsteg är framsteg och att framsteg även kan bli större än förväntat. När målet har fått ett konkret uttryck ska det omvandlas till ett önskat utfall som kan kvantifieras och mätas. Vaga och abstrakta formuleringar ställer till problem när det gäller att hitta sätt att mäta målbeteende.

Mål som t.ex. "få ökad självinsikt", "bli bättre på att" eller "hitta sig själv" ges ett mer konkret uttryck om man frågar: Vad ska öka eller vad ska minska? Det leder tankarna till **konkreta, kvantifierbara och mätbara målbeteenden**. Man kan uppmuntra den enskilde att beskriva vad målet innebär konkret: Vad ska ha hänt, när ska det ha hänt, hur ska det vara när målet är uppnått och hur länge ska något pågå? Det ger svar som går att räkna, vilket är en förutsättning för att kunna mäta om problembeteendet minskar eller ökar.

SMARTa mål

SMART är en modell som kan användas som en hjälp att formulera mål för våra insatser. SMARTa mål är:

- **Specifika**
- **Mätbara**
- **Accepterade**
- **Realistiska**
- **Tidssatta**

Specifika

Målen ska vara så tydliga och konkreta som möjligt. Vad är önskvärt att uppnå med insatsen?

Vad ska den enskilde förstå/kunna/göra/vara klar med osv. när målet är uppfyllt

Använd gärna ord för riktning i målbeskrivningen, till exempel öka, minska, förbättra och utveckla.

Man kan uppmuntra den enskilde att beskriva vad målet innebär konkret: Vad ska ha hänt, när ska det ha hänt, hur ska det vara när målet är uppnått och hur länge ska något pågå?

Exempel på mål kan vara:

- Hyran betalas i tid varje månad
- Hemförsäkring finns för boendet
- Det är tyst och lugnt i lägenhet kvälls- och nattetid och inga grannar störs
- X har kontakt med Kronofogden/inkassobolag och vet vilka skulder hon har
- Det är tomt på saker utanför lägenheten och postlådan töms regelbundet
- X har minskat sitt drickande, återfallsperioderna har minskat i varaktighet

Mätbara

Målen ska vara mätbara, eftersom det som går att mäta är det som blir gjort. Hur vet vi att målet med insatsen är uppnått?

Accepterade

Det är viktigt att den enskilde accepterar målen. Därför är det viktigt att målen formuleras tillsammans med den enskilde och att målen är förankrade hos denne. Det är även viktigt att målen förankras hos de medarbetare som ska stödja den enskilde att arbeta med förändringarna.

Här kan man uppmuntra den enskilde att beskriva hur viktigt är det för hen att nå sitt mål och varför

Realistiska

Målen ska vara realistiska. Är målen rimliga i förhållande till t.ex. tid, förutsättningar, funktionsnivå? Vad behöver den enskilde göra för att nå målet? Är det rimligt?

Tidsatt

Hur lång tid har vi på oss att nå målen med insatsen? Bestäm ett datum för respektive mål. Tex. Till nästa uppföljningsmöte, till beslutsperiodens utgång, om tre månader osv.

MALL: SMART:a mål och delmål

(Specifikt – Mätbart – Accepterat – Realistiskt – Tidssatt)



Långsiktigt mål:	(Beskriv det långsiktiga målet med insatsen, vad är syftet med insatserna och vad är det förväntade resultatet på lång sikt)		
Delmål:	Hur vet vi när målet är uppnått?	När ska målet vara uppnått?	Ansvarig
(specificerat, realistiskt)	(mätbart)	(tidssatt)	