

IBIC Livsområden – Beskrivning och checklista

Bostad med särskild service



IBIC Livsområden – Beskrivning och checklista

Detta dokument kan du använda som stöd i:

- upprättandet av genomförandeplan.
- kategorisera daganteckningar till rätt livsområde.

Checklistan utgår ifrån nio livsområden enligt IBIC, Individens Behov I Centrum, samt ytterligare ett livsområde ”känsla av trygghet” som Socialstyrelsen lagt till.

Under varje livsområde finns under-kategorier, en beskrivning av kategorierna och en checklista med förslag på delmoment som kan ingå i en aktivitet där brukaren är delaktig, behöver stöd eller kompensation av personal.

Checklistan hjälper oss att komma ihåg och få fram vilket stöd brukaren behöver och HUR stödet utförs eller hur det kompenseras av personal, vilket sedan beskrivs i genomförandeplanen. Checklistan är ett tankestöd för oss tillsammans med brukare när vi upprättar genomförandeplanen.

Alla livsområden och beskrivningar till livsområden/underkategorier i livsområden är hämtade ur ICF-manualen som finns att ladda ner hos Socialstyrelsen

ICF står för Internationell klassifikation av funktionstillstånd, funktionshinder och hälsa.

Källa:

[Internationell klassifikation av funktionstillstånd, funktionshinder och hälsa \(ICF\) \(socialstyrelsen.se\)](https://www.socialstyrelsen.se/globalassets/sharepoint-dokument/artikelkatalog/klassifikationer-och-koder/2023-4-8492.pdf)

<https://www.socialstyrelsen.se/globalassets/sharepoint-dokument/artikelkatalog/klassifikationer-och-koder/2023-4-8492.pdf>

Innehållsförteckning

Lärande och tillämpa kunskap.....	4
Allmänna uppgifter och krav.....	6
Kommunikation	8
Förflyttning.....	11
Personlig vård.....	14
Hemliv	17
Mellanmänskliga interaktioner och relationer	21
Utbildning, arbete, sysselsättning och ekonomiskt liv.....	23
Samhällsgemenskap, socialt och medborgerligt liv	26
Känsla av trygghet	28
Affisch- livsområden och underkategorier	29

Livsområde och underkategorier	Beskrivning	Checklista
Lärande och att tillämpa kunskap	<p>Detta livsområde handlar om lärande, tillämpning av kunskap som är inlärd, tänkande, problemlösning och beslutsfattande.</p>	
Ta reda på information	<p>Att ta reda på fakta om personer, föremål och händelser såsom att fråga varför, vad, var och hur, att fråga efter namn.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Fråga efter namn • Ta reda på fakta • Fråga varför, vad, var och hur
Förvärva färdigheter	<p>Att utveckla grundläggande och sammansatta förmågor att integrera handlingar eller uppgifter som att initiera och fullfölja förvärvandet av en färdighet såsom att hantera verktyg eller leksaker eller spela spel, t.ex. schack.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Lära sig målinriktade handlingar såsom att använda enklare redskap som pennor eller bestick • Omsätta sin kunskap till praktiskt utförande t.ex. <ul style="list-style-type: none"> - Hantera verktyg - Spela spel
Fokusera uppmärksamhet	<p>Att avsiktligt fokusera på specifika stimuli.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Fokusera t.ex. genom att filtrera bort störande ljud eller ljus.
Lösa problem	<p>Att finna lösningar på problem eller situationer genom att identifiera och analysera frågor, utveckla möjliga lösningar, utvärdera tänkbara effekter av lösningar och genomföra en vald lösning såsom att lösa en konflikt mellan två personer.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Hitta lösningar på problem t.ex. om bussen inte kommer • Lösa en konflikt mellan två personer

Fatta beslut

Att göra ett val mellan alternativ, att förverkliga valet och utvärdera effekterna av valet såsom att välja och köpa en specifik sak eller att besluta att göra och även genomföra en uppgift bland flera uppgifter som behöver genomföras.

- Att göra val
- Välja mellan alternativ
- Prioritera vad som behövs göras

Livsområde och underkategorier	Beskrivning	Checklista
Allmänna uppgifter och krav	Detta livsområde handlar om allmänna aspekter på att genomföra enstaka eller mångfaldiga uppgifter, organisera arbetsgång och att hantera stress. Dessa items kan användas tillsammans med mer specifika uppgifter eller handlingar för att identifiera de underliggande grunddragen vid genomförandet av uppgifter under olika omständigheter.	
Företa en enstaka uppgift	Att genomföra enkla eller komplicerade och koordinerade handlingar som sammanhänger med de psykiska och fysiska komponenterna i en enstaka uppgift såsom att påbörja en uppgift, att organisera tid, rum och material till uppgiften, att planera uppgiften stegvis, genomföra, avsluta och upprätthålla en uppgift.	<i>Vilket stöd används tex checklista, appar, schema, tidshjälpmedel, transportkort etc.</i> <ul style="list-style-type: none">• Planera uppgiften• Organisera tid, rum och material till uppgiften• Påbörja en uppgift• Genomföra en uppgift• Avsluta och upprätthålla en uppgift
Genomföra daglig rutin	Att genomföra enkla eller sammansatta och samordnade handlingar för att planera, hantera och fullfölja vad de dagliga rutinerna kräver såsom att beräkna tid och göra upp planer för olika aktiviteter under dagen. Innefattar att hantera och fullfölja dagliga rutiner, att anpassa sin egen aktivitetsnivå samt anpassa sig till förändringar i den dagliga rutinen.	<i>T.ex. att påbörja dagliga rutiner eller plikter samt förmåga att disponera kraft och energi.</i> <i>Vilket stöd används tex checklista, appar, schema, tidshjälpmedel, transportkort etc.</i> <ul style="list-style-type: none">• Planera• Påbörja• Genomföra• Avsluta• Beräkna tid• Posthantering• Öppna och gå igenom post

Hantera stress och andra psykologiska krav

Att genomföra enkla eller sammansatta och samordnade handlingar för att klara och kontrollera de psykologiska krav som ställs för att genomföra uppgifter som kräver betydande ansvarstagande och innefattar stress, oro eller kris såsom ta examen, köra ett fordon i stark trafik, slutföra en uppgift inom en tidsgräns eller ta ansvar för en grupp eller individer

Hantera sitt beteende

Att genomföra enkla eller sammansatta och samordnade handlingar genom att hantera beteenden och känslouttryck på ett lämpligt sätt i förhållande till nya situationer, krav och förväntningar, såsom att vara tyst på ett bibliotek.

- Krav
- Oro
- Stressfaktorer
- Hantera ansvarstagande - t.ex. att vänta på sin tur, systematiskt leta efter saker.
- Hantera problem i en ny situation

- I nya situationer
- Hantera känslouttryck på ett lämpligt sätt i förhållande till situationen
 - T.ex. vara tyst på ett bibliotek

Livsområde och underkategorier	Beskrivning	Checklista
Kommunikation	<p>Detta livsområde handlar om allmänna och specifika drag i kommunikation genom språk, tecken och symboler och som innefattar att ta emot och att förmedla budskap, att genomföra samtal och att använda olika kommunikationsmetoder och kommunikationshjälpmedel.</p>	
Kommunicera - ta emot talade meddelanden	<p>Att förstå ordagranna och dolda innebörder i talade meddelanden såsom att förstå att ett uttalande påstår ett faktum eller är ett idiomatiskt uttryck. Innefattar att kommunicera genom att ta emot enkla talade meddelanden eller komplexa talade meddelanden.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Förstå innebörden av det som sägs • Förstå det som "sägs mellan raderna" verbal kommunikation
Kommunicera - ta emot icke-verbala meddelanden	<p>Att förstå ordagranna eller dolda innebörder i meddelanden som överbringas genom gester, symboler och teckningar såsom att förstå att ett barn är trött när det gnuggar sig i ögonen eller att varningsljud betyder att det brinner.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Förstå gester, tecken, kroppsspråk eller ansiktsuttryck • Förstå bilder, teckningar, pictogram, fotografier, föremål • Förstå offentliga tecken, signaler och symboler tex. Varningssymbol och att förstå att brandlarmet betyder att det brinner • Sociala berättelser • Seriesamtal • Ritprata
Kommunicera - ta emot meddelanden på teckenspråk	<p>Att ta emot och begripa ordagrann och dold innebörd i meddelanden på teckenspråk.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Förstå teckenspråk • Förstå tecken som stöd (TAKK)

Kommunicera - ta emot skrivna meddelande	Att begripa ordagrann och dold innebörd i meddelanden som är överbringade genom skrivet språk (innefattande punktskrift), såsom att följa politiska händelser i dagstidning eller att förstå innebörden i en religiös skrift.	<ul style="list-style-type: none">• Läsförståelse• Sociala berättelser• Seriesamtal• Ritprata
Tala	Att åstadkomma ord, fraser eller längre avsnitt i talade meddelanden med ordagrann och dold innebörd såsom att uttrycka ett faktum eller berätta en historia muntligt.	<ul style="list-style-type: none">• Enstaka ord/fraser• Att kunna berätta en historia• Återberätta en händelse
Preverbal vokalisation	Att med ljud uttrycka medvetenhet om att en annan person är i närheten, såsom att göra ljud när mamman är i närheten; jollra, jollra i turtagningsaktiviteter; vokalisera som svar på tal genom att imitera ljud i en turtagningsprocedur.	<ul style="list-style-type: none">• T.ex. att med ljud påkalla uppmärksamhet och uttrycka sina egna behov.• Ljuda• jollra
Uttrycka sig genom icke-verbala meddelanden	Att använda gester, symboler och teckningar för att uttrycka meddelanden såsom att skaka på huvudet för att antyda bristande instämmande eller att teckna en bild eller diagram för att uttrycka ett faktum eller en komplex idé.	<ul style="list-style-type: none">• Använda gester och kroppsspråk eller ansiktsuttryck• Använda en bild, symbol, konkreta föremål eller foto i kommunikation
Uttrycka sig genom meddelanden på teckenspråk	Att uttrycka ordagrann och dold innebörd genom teckenspråk.	<ul style="list-style-type: none">• Använda teckenspråk• Använda sig av tecken som stöd (TAKK)
Skriva meddelanden	Att förmedla ordagrann och dold innebörd i meddelanden som uttrycks genom skriftspråk såsom att skriva ett inbjudningsbrev.	<ul style="list-style-type: none">• Sms• Maila• Skriva med penna

Konversera

Att starta, hålla igång och slutföra ett utbyte av tankar och idéer genom talat, skrivet, tecknat eller annan form av språk med en eller flera personer som man känner eller som är främmande, i formella eller tillfälliga miljöer.

T.ex. initiera kommunikation eller dialog samt att underhålla denna genom att turas om att uttrycka sig eller att fortsätta dialogen genom att tillföra nya idéer, eller återuppta ett ämne som tidigare nämnts.

- Att påbörja samtal
- Hålla igång ett samtal
- Att slutföra ett samtal
- (gäller verbalt språk, skrivet, tecknat eller annan form av språk)

Använda utrustning och teknik för kommunikation

Att använda utrustningar, tekniker och andra medel för kommunikation såsom att ringa en vän på telefon.

T.ex. hantera alternativa tekniker för att kommunicera, funktioner för att larma, datorer och annan internetbaserad kommunikation.

- Telefon, mobiltelefon
- Surfplatta, dator
- Samtalsmatta
- Bliss, pictogram
- Pecs
- Talapparat
- Punktskrift
- Tangentbord
- Att läsa på läpparna

Livsområde och underkategorier	Beskrivning	Checklista
Förflyttning	Detta livsområde handlar om att röra sig genom att ändra kroppsställning eller att förflytta sig från en plats till en annan, att bära, flytta eller hantera föremål, att gå, springa eller klättra och att använda olika former av transportmedel.	
Ändra kroppsställning	Att inta eller ändra kroppsställning och att förflytta sig från en plats till en annan såsom att resa sig ur en stol för att lägga sig på en säng, att lägga sig på knä eller sätta sig på huk och åter resa sig.	<ul style="list-style-type: none">• Att lägga sig• Sätta sig• Ställa sig upp• Vända sig i sängen• Hjälpmedel
Bibehålla kroppsställning	Att vid behov förbli i samma kroppsställning såsom att förbli sittande eller att förbli stående i arbete eller skola.	<ul style="list-style-type: none">• Förbli sittande "korrekt" i till exempel stol eller rullstol
Förflytta sig själv	Att göra en överflyttning från en yta till en annan såsom att glida längs en bänk eller flytta sig från säng till stol utan att ändra kroppsställning.	<ul style="list-style-type: none">• Att göra en överflyttning mellan till exempel<ul style="list-style-type: none">- säng till rullstol- toalett till rullstol
Lyfta och bära föremål	Att lyfta upp ett föremål eller ta något från en plats till en annan såsom att lyfta en kopp eller leksak eller att bära en låda eller ett barn från ett rum till ett annat.	<ul style="list-style-type: none">• Lättare föremål tex mugg, tallrik• Tvättkorg• Matkassar

Använda handens finmotorik	Att genomföra koordinerade handlingar för att hantera föremål, plocka upp, behandla och släppa dem genom att använda hand, fingrar och tumme såsom krävs för att plocka upp ett mynt från ett bord, slå ett telefonnummer eller trycka på en knapp.	T.ex. knyta skosnören, hålla i en penna, greppa ett dörrhandtag eller använda kniv och gaffel. <ul style="list-style-type: none">• Plocka upp• Gripa• Släppa• Trycka på en knapp• Använda touchskärm
Att gå	Att förflytta sig till fots längs en yta, steg för steg, där en fot alltid är i marken såsom att promenera, flanera, gå framlänges, baklänges eller i sidled. Innefattar att gå kortare eller längre sträckor; gå på olika underlag; gå runt hinder.	<ul style="list-style-type: none">• Kortare sträckor• Längre sträckor• Gå i ojämn terräng
Gå upp och ner i trappa	Att förflytta sig uppåt och nedåt så att minst en fot alltid är på marken, såsom att gå uppför och nedför i trappor eller trottoarkanter.	<ul style="list-style-type: none">• Gå upp i trappan• Gå ner i trappa
Röra sig omkring på olika sätt	Att förflytta hela kroppen från en plats till en annan på andra sätt än att gå såsom att klättra över en sten eller springa utmed en gata, att skutta, kuta, hoppa, slå kullerbytta och springa runt hinder.	<ul style="list-style-type: none">• Klättra• Springa• Hoppa• Krypa• Simma
Röra sig omkring på olika platser	Att gå och förflytta sig på olika platser och situationer såsom att gå mellan rummen i ett hus, inom en byggnad eller längs gatan i en stad.	<ul style="list-style-type: none">• Hitta i sin bostad till exempel matbordet, toalett eller soffan• Hitta i närområdet• Hitta i kända miljöer• Hitta till okända miljöer

Förflytta sig själv med hjälp av utrustning
(underkategorin finns inte specificerad i affisch eller i genomförandeplanens frasregister, men finns i ICF)

Att förflytta hela kroppen från plats till plats, på vilket underlag eller avstånd som helst med hjälp av specifika hjälpmedel som utformats för att underlätta förflyttning eller som ger andra sätt att förflytta sig såsom att åka skridskor, skidor eller att förflytta sig längs gatan i en manuell rullstol eller med rollator

- Med personligt stöd
- Med hjälpmedel, tex rullstol, rollator, gåbord, permobil
- Tekniska hjälpmedel (mobil, GPS)

Använda transportmedel

Att använda transportmedel för att som passagerare förflytta sig såsom att bli körd i en bil eller buss, riksha, minibuss, på ett fordon draget av djur, i en privat eller offentlig taxi, buss, tåg, spårvagn, tunnelbana, båt eller flygplan och använda människor för transport.

- Placering i fordonet
- Till, i och ur fordonet
- Stödbehov av personal under transport
- Hjälpmedel under transporten
- Bil
- Kommunala färdmedel (buss, spårvagn, tåg, båt)
 - Betalningssätt
 - Läsa tidtabell/reseplaneraren
- Färdtjänst, flexlinjen
 - Beställning
 - Betalning
- Moped
- Cykel/El cykel

Livsområde och underkategorier	Beskrivning	Checklista
Personlig vård	<p>Detta livsområde handlar om egen personlig vård, att tvätta och torka sig själv, att ta hand om sin kropp och kroppsdelar, att klä sig, att äta och dricka och att sköta sin egen hälsa.</p>	
Tvätta sig	<p>Att tvätta och torka hela kroppen eller delar av den genom att använda vatten och lämpliga material och metoder för att bli ren och torr såsom att bada, duscha, tvätta händer och fötter, ansikte och hår och att torka sig med handduk. Innefattar att tvätta delar av kroppen, hela kroppen och att torka sig.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Insikt om att det behövs och hur ofta och hur länge • Bedöma mängd schampo/tvål • Tvätta hela/delar av kroppen • Torka sig hela/delar av kroppen • Temperatur
Sköta kroppen	<p>Att vårda de delar av kroppen som kräver mer än att tvätta och torka sig såsom hud, ansikte, tänder, hårbotten, naglar och könsorgan. Innefattar vård av hud, tänder, hår, finger- och tånaglar.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Tandvård <ul style="list-style-type: none"> - Borsta tänderna - Tandtråd/mellanrumsborste - Tandkräm - Tandprotes • Mjukgörande kräm • Deodorant - Smink • Borsta/kamma hår • Klippa hand- och tånaglar • Öronvård •
Sköta toalettbehov	<p>Att planera och genomföra uttömning av mänskliga restprodukter (menstruation, urinering och avföring) och att göra sig ren efteråt. Innefattar att kontrollera urinering, avföring och ta hand om menstruation.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Insikt om behov att gå på toaletten • Behov av påminnelse • Inkontinensskydd • Menstruationsskydd • Intimhygien • Hjälpmedel ex. spoltoalett, handtag, förhöjning

Klä sig	<p>Att genomföra samordnade handlingar och uppgifter att ta på och av kläder och skodon i ordning och i enlighet med klimat och sociala villkor såsom att sätta på sig, rätta till och ta av skjorta, kjol, blus, underkläder, sari, kimono, tights, hatt, handskar, kappa, skor, kängor, sandaler och tofflor. Innefattar att ta på och av kläder och skor och att välja lämplig klädsel.</p>	<ul style="list-style-type: none">• Klädval• Kläder/skor efter väder och socialsituation• Avgöra om kläder är smutsiga/renera• På och avklädning• Knyta, knäppa knappar och dragkedja• Knyta skosnören
Äta	<p>Att genomföra samordnade uppgifter och handlingar för att äta mat som serveras, att föra maten till munnen och konsumera den på ett kulturellt acceptabelt sätt, skära eller bryta maten i bitar, öppna flaskor och burkar, använda matbestick, äta sina måltider till fest och vardags.</p>	<ul style="list-style-type: none">• Insikt om hur maten ska ätas i olika situationer ex. pizza kan ätas med händerna.• Äta i sällskap/ensam• Passera/dela mat• Mängd• Portionera• Stöd vid måltid• Måltidshjälpmedel ex. Specialbestick, haklapp
Dricka	<p>Att fatta tag i en dryck som serveras, föra den till munnen och konsumera den på ett kulturellt acceptabelt sätt såsom att blanda, röra och hälla upp dryck för att dricka, öppna flaskor och burkar, dricka genom sugrör eller rinnande vatten från en kran eller källa; att suga från bröstet.</p>	<ul style="list-style-type: none">• Insikt om drycken ska drickas i olika situationer ex. varm dryck, dricka ur flaska,• Hälla upp• Stöd vid intag• Öppna flaskor/burkar/förpackningar• Hjälpmedel ex sugrör, pipmugg, förtjockningsmedel

Sköta sin hälsa

Indikera och hantera aktiviteter för att tillförsäkra sig fysisk och psykiskt välbefinnande för att undvika hälsorisker. Innefattar t.ex. att hantera läkemedel och följa läkarråd, att undvika risker för drog- och alkoholmissbruk, att hantera hälsosam kost, att hantera fysisk aktivitet, att hantera sin psykiska hälsa, att hantera sin sexuella hälsa.

Se till sin egen säkerhet

Att undvika risker som kan leda till fysisk skada eller olycka. Att undvika potentiellt farliga situationer, såsom att hantera eld på ett felaktigt sätt eller att springa ut i trafiken.

- Vid behov kunna söka vård
 - Genomgå regelbundna hälsokontroller/vaccinationer
 - Allergi
 - Diabetes
 - Astma
 - Epilepsi
 - Stöd vid läkemedel
 - Sömn
 - Fysisk aktivitet/rörelse
 - Kost
 - Sexuell hälsa
 - Ängslan, oro, nedstämdhet
 - Tidiga tecken vid psykisk sjukdom
-
- Bruk och beroende
 - Preparat
 - Beroendeproblematik
 - Påverkan av bruk/beroende
 - Finns stöd för bruk/beroende
 - Önskas stöd för bruk/beroende

Livsområde och underkategorier	Beskrivning	Checklista
Hemliv	Detta livsområde handlar om att genomföra husliga och dagliga sysslor och uppgifter i hemmet. Områden av hemarbete innefattar att skaffa bostad, mat, kläder och andra förnödenheter, hålla rent, reparera och ta hand om personliga och andra hushållsföremål samt hjälpa andra.	
Skaffa bostad	Att köpa, hyra, möblera och ordna ett rum, ett hus, en lägenhet eller annan bostad.	<ul style="list-style-type: none">• Flytta/söka bostad ex. servicebostad, gruppbofastad, F100, bostadskö• Köpa inredning• Möblera/möblera om
Skaffa varor och tjänster	Att välja, anskaffa och transportera alla varor och tjänster som krävs för det dagliga livet såsom att välja, anskaffa, transportera och förvara mat, dryck, kläder, rengöringsmaterial, bränsle, hushållsartiklar, husgeråd, kokkärl, hushållsredskap och verktyg; att anskaffa nyttoföremål och andra hushållstjänster, att hämta och leverera (pappers)brev eller paket. Innefattar att göra inköp och skaffa dagliga förnödenheter.	<ul style="list-style-type: none">• Planera inköp• Göra inköpslista• Till, från och i affären inkl. betala• Plocka upp och in varor• Göra inköp på internet/ hämta paket
Bereda måltider	Att planera, organisera, laga och servera enkla och sammansatta måltider till sig själv och andra såsom att göra upp en matsedel, välja ut ätlig mat och dryck och samla ihop ingredienser för att bereda måltider, laga varm mat och förbereda kall mat och dryck samt servera maten.	<ul style="list-style-type: none">• Planera/förbereda måltider• Följa recept/instruktioner• Använda spis/ugn/mikro• Bedöma när maten är färdig• Laga lunchlådor/frysa in• Ta hand om rester• Duka• Hjälpmedel ex. måttsets, spistimer

<p>Hushållsarbete</p>	<p>Att klara ett hushåll innefattande att hålla rent i hemmet, tvätta kläder, använda hushållsapparater, lagra mat och ta hand om avfall såsom att sopa, bona, tvätta bänkar, väggar och andra ytor, samla och kasta avfall, städa rum, garderober och lådor, samla ihop, tvätta, torka, vika och stryka kläder, putsa skor, använda kvastar, borstar och dammsugare, använda tvättmaskin, torkapparat och strykjärn.</p>	
<p>Tvätta och torka kläder (avser handtvätt, övrig tvätt se nedan)</p>	<p>Att tvätta kläder för hand och hänga ut dem att torka i luften.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Tvätta kläder för hand • Hänga upp kläder på tork
<p>Städa köket och köksredskap</p>	<p>Att städa upp efter matlagning såsom att diska, rengöra pannor, kastruller och matlagingsredskap samt städa bord och golv i matlagings- och måltidsutrymmen.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Torka bord, köksbänk och skåpsluckor • Kyl/frys • Disk • Skölja av porslin, karotter och bestick • Handdisk • Torka • Plocka i/ur diskmaskin • Ställa in i skåp
<p>Städa bostaden</p>	<p>Att städa hemmet såsom att städa upp och damma, sopa, skura, torka av golv, tvätta fönster och väggar, rengöra badrum och toaletter och att rengöra hemmets möbler.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Att rengöra golv, putsa fönster. • Insikter om städbehov • Plocka undan • Damma • Dammsuga • Tvätta golv • Toalett • Tvätta fönster • Bädda rent • Byta handdukar

	<p>Använda hushållsapparater</p>	<p>Att använda olika slags hushållsapparater såsom tvättmaskin, torkapparat, strykjärn, dammsugare och diskmaskin.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Använda städutrustning • Tvättmaskin • Diskmaskin • Strykjärn • Kaffekokare • Timer
	<p>Förvara förnödenheter för det dagliga livet</p>	<p>Att förvara mat, dryck, kläder och andra hushållsvaror som behövs för det dagliga livet innefattande att bereda mat för att konservera, salta eller frysa, att hålla mat färsk och utom räckhåll för djur.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Kunskap om mat ska förvaras i frys/kyl eller skafferi • Göra bedömning om maten är färsk, utgången datum • Lägga in kläder i garderober/skåp/byrå
	<p>Avlägsna avfall</p>	<p>Att göra sig av med hushållsavfall såsom att samla ihop skräp och sopor i hemmet, hantera avfall för att kasta det, använda anordningar för avfallshantering, bränna avfall.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Samla ihop sopor i hemmet • Slänga sopor • Sortera återvinning • Lämna till återvinningscentral
	<p>Göra i ordning sovplatser</p>	<p>Att sätta upp en plats att sova på såsom att bädda en säng, göra i ordning en futon eller en matta.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • T.ex. bädda rent i sängen. • Bädda säng • Göra i ordning bäddsoffa
	<p>Tvätta och torka textilier med hushållsapparater</p>	<p>Att tvätta kläder och textilier i tvättmaskin och torka på lämpligt sätt.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • T.ex. samla ihop, sortera, transportera, tvätta och torka på lämpligt sätt,

		<p>efterbereda tvätten samt använda hushållsapparater.</p> <ul style="list-style-type: none">• Insikter om tvättbehov• Boka tvättid• Bära tvätten till tvättstugan• Sortera tvätten• Dosera tvättmedel• Starta tvättmaskinen
<p>Ta hand om hemmets föremål</p>	<p>Att underhålla och laga hushållsföremål och andra personliga föremål innefattande bostaden och dess inventarier, kläder, material för lek och rekreation, fordon och hjälpmedel samt att ta hand om växter och djur, såsom att måla eller tapetsera rum, laga möbler, reparera rörsystem, försäkra sig om att fordon fungerar riktigt, vattna blommor, sköta och ge mat till sällskapsdjur och husdjur samt ta hand om entréer, gångvägar och uppfarter.</p>	<ul style="list-style-type: none">• T.ex. sköta trädgård, skotta snö.• Vattna blommor• Laga något som gått sönder ex kläder eller möbler• Underhålla bostaden och trädgården• Ta hand om husdjur• ge mat• Planera för djurpassning vid behov• Rengöra ex. matskålar, bur, toalett• Trimma• Träna, motionera husdjuret• Se till husdjurets hälsa
<p>Bistå andra</p>	<p>Att hjälpa medlemmar av hushållet och andra med deras lärande, kommunikation, personliga vård, förflyttning inom eller utanför hemmet och att vara engagerad i hushållsmedlemmarnas och andras välbefinnande inom dessa områden. Innefattar att hjälpa andra med personlig vård, förflyttning, kommunikation, mellanmänskliga relationer, näringstillförsel, att sköta sin hälsa och att amma.</p>	<ul style="list-style-type: none">• T.ex. att som vårdnadshavare uppmärksamma barnets välbefinnande inom dessa områden.• Stötta andra personer i sin närhet i sin livsföring t.ex. vårdnadshavare för barn

Livsområde och underkategorier	Beskrivning	Checklista
<p>Mellanmänskliga interaktioner och relationer</p>	<p>Detta livsområde handlar om att genomföra de handlingar och uppgifter som behövs för grundläggande och sammansatta interaktioner med människor (okända, vänner, släktingar, familjemedlemmar och andra närstående) på ett i sammanhanget lämpligt och socialt passande sätt.</p>	
<p>Grundläggande socialt samspel</p>	<p>Att samspela med människor på ett i sammanhanget socialt lämpligt sätt såsom att när det är lämpligt visa hänsynstagande och uppskattning eller att reagera på andras känslor. Innefattar att visa respekt, värme, tacksamhet och tolerans i förhållanden, att svara på kritik och sociala signaler och att använda lämplig fysisk kontakt.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Visa hänsyn • Visa uppskattning • Förstå sociala regler i olika sammanhang tex arbeta med andra
<p>Bibehålla och hantera interaktioner med andra</p>	<p>Att bibehålla och hantera interaktioner med andra människor på ett i sammanhanget och socialt lämpligt sätt såsom att reglera känslor och impulser, reglera verbal och fysisk aggression, handla oberoende i sociala interaktioner och att handla i överensstämmelse med sociala regler och konventioner med exempelvis att leka, studera eller arbeta med andra. Innefattar att bygga upp och avsluta relationer, interagera i överensstämmelse med sociala regler, reglera beteenden i interaktioner och behålla socialt avstånd.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Bygga upp, bibehålla och avsluta relationen till andra • Hantera interaktion • Reglera känslor, impulser i sociala interaktioner • Reglera verbal och fysisk aggression i sociala interaktioner
<p>Ha kontakt med okända personer</p>	<p>Att engagera sig i tillfälliga kontakter och förbindelser med okända personer för särskilda syften såsom att fråga efter vägen eller annan information, eller göra ett inköp.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Ha tillfällig kontakt med någon okänd t.ex. för att: • fråga efter vägen • fråga efter information • inköp

Formella relationer	Att skapa och bibehålla specifika relationer i formella sammanhang såsom med lärare, arbetsgivare, yrkesutövande eller servicegivare.	<ul style="list-style-type: none">• Att skapa och bibehålla specifika relationer med tex• Personal• Handläggare• Arbetsgivare• Lärare• Hälsosjukvårdspersonal• Läkare
Informella sociala relationer	Att ha relationer med andra såsom otvungna relationer med människor som bor på samma ort eller med medarbetare, elever, lekkamrater och människor med likartad bakgrund eller yrke.	<ul style="list-style-type: none">• Skapa sociala relationer/samspel med t.ex.• Grannar• Arbetskamrater• Kurs/studiecirkel kamrater
Familjerelationer	Att skapa och bibehålla släktskapsrelationer såsom med medlemmar av kärnfamilj, utvidgad familj, foster-, adoptiv- och styvfamilj, mer avlägsna relationer såsom kusiner, syslingar eller lagliga vårdnadshavare.	Skapa och bibehålla relationer till familj och släkt
Parrelationer	Att skapa och bibehålla nära eller romantiska relationer mellan personer såsom mellan man och hustru, mellan älskande eller sexualpartner.	Skapa och bibehålla nära eller romantiska relationer

Livsområde och underkategorier	Beskrivning	Checklista
Utbildning, arbete, sysselsättning och ekonomiskt liv	Detta livsområde handlar om att engagera sig och utföra sådana uppgifter och handlingar som krävs vid utbildning, arbete, anställning och ekonomiska transaktioner.	
Att engagera sig i utbildning, annan specificerad och ospecificerad		T.ex. engagera sig och utföra sådana uppgifter och handlingar som krävs vid utbildning. <ul style="list-style-type: none">• Utbildning t.ex.• Grundskola• Gymnasieskola• Gymnasiesärskola• Träningskola• Folkhögskola• Yrkesutbildning• Yrkehögskola• Högskola• Söka utbildning• Genomföra utbildning• Stöd med läxor• Stöd att komma i tid• Stöd med socialt sammanhang• Färd sätt till och från• Packa väskan• Medicin• Lunch t.ex. medhavd• Klädsel

Att engagera sig i arbete och sysselsättning, annat specificerat och ospecificerat

Grundläggande ekonomiska transaktioner

Att engagera sig i varje form av enkel ekonomisk transaktion såsom att använda pengar för att köpa mat eller idka byteshandel med varor och tjänster eller att spara pengar.

T.ex. engagera sig och utföra sådana uppgifter och handlingar som krävs vid arbetsförberedelse samt att skaffa, behålla och sluta ett arbete.

- Skaffa, behålla och avsluta ett arbete
- Kartläggning/arbetsförmågebedömning
- Stöd av jobbcoach/arbetskonsulent
- Praktik på företag, föreningar
- Stöd att komma i tid
- Stöd med socialsammanhang
- Anpassa arbetsplats
- Färdstätt till och från
- Packa väskan
- Medicin
- Lunch t.ex. medhavd
- Klädsel

- Godman/förvaltare
- Fullmakter
- Ekonomisk överenskommelse privata medel
- Budget/hantering av pengar
 - Fickpengar
 - Mat och hushållspengar
 - Övriga inköp
 - Hemförsäkring
 - Sparande
 -

Komplexa ekonomiska transaktioner

Att engagera sig i någon form av komplexa ekonomiska transaktioner som innefattar utbyte av kapital eller egendom och skapande av ekonomisk vinst eller värde såsom att köpa en affär, fabrik eller utrustning, att bibehålla ett bankkonto, att bedriva handel.

T.ex. att ha ett bankkonto, göra överföringar, betala räkningar.

- Att använda olika betalsätt
 - Bankkort
 - Swisha
 - Elektronisk faktura
- Mobilt bank-id
- Betala räkningar
- Överföringar mellan konton
- Deklarera

Ekonomisk självförsörjning

Att ha kontroll över ekonomiska resurser från privata eller offentliga källor för att försäkra sig om ekonomisk trygghet för nuvarande och framtida behov.
Innefattar egna ekonomiska resurser och allmänna ekonomiska rättigheter.

T.ex. att ansöka om bostadsbidrag, föräldrapenning.

- Överblick och kontroll över sin ekonomi
- Ekonomisk trygghet för nuvarande och framtida behov

Livsområde och underkategorier	Beskrivning	Checklista
<p>Samhällsgemenskap, socialt och medborgerligt liv</p>	<p>Detta livsområde handlar om de handlingar och uppgifter som krävs för att engagera sig i organiserat socialt liv utanför familjen, i samhällsgemenskap, socialt och medborgerligt liv.</p>	
<p>Samhällsgemenskap</p>	<p>Att engagera sig i aspekter av samhällsgemenskap såsom att engagera sig i frivilligorganisationer, serviceföreningar eller professionella sociala organisationer.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Engagera sig i tex <ul style="list-style-type: none"> - Frivilligorganisationer - Intresseföreningar - Professionella/sociala organisationer
<p>Rekreation och fritid</p>	<p>Att vara involverad i någon form av lek eller fritidsaktivitet som t.ex. informell eller organiserad lek, spel och sport, program för fysisk träning, avslappning, nöje eller tidsfördriv, att gå på konstutställningar, museer, bio eller teater, att engagera sig i hobbies, att läsa och sjunga för nöjes skull, att spela musikinstrument, sightseeing, turism och resor för nöjes skull. Innefattar lek, sport, konst och kultur, hobbies och umgänge.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Fritidsaktiviteter • Nöjen • Utflykter • Kultur • Friskvårdsaktiviteter • Anmälan till kurs • Umgänge med andra t.ex. vänner och familj • Avkoppling
<p>Religiösa och andliga aktiviteter</p>	<p>Att vara involverad i religiösa eller andliga aktiviteter, organisationer och utövande för självförverkligande, för att finna mening, religiöst eller andligt värde och för att etablera kontakt med en gudomlig makt som t.ex. när man går till kyrka, tempel, moské eller synagoga, när man ber eller sjunger av religiösa skäl, andlig kontemplation.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Engagemang i t.ex. • Kyrka • Moské • Tempel • Synagoga

**Politiskt liv och
medborgarskap**

Att vara involverad i medborgerligt, socialt, politiskt och statligt liv, ha medborgerlig legal status samt att åtnjuta rättigheter, skydd, privilegier och plikter som sammanhänger med den rollen som t.ex. rätten att rösta och att vara valbar i politiska val, att bilda politiska sammanslutningar, att åtnjuta rättigheter och friheter som följer med medborgarskapet (dvs. rätten till yttrandefrihet, föreningsfrihet, religionsfrihet, skydd mot att oskäligt undersökas och gripas, rätten till rådfrågning, rättegång och andra lagliga rättigheter), skydd mot diskriminering; att ha laglig ställning som medborgare.

- Rösta i val
- Engagera sig politiskt

Livsområde och underkategorier	Beskrivning	Checklista
Känsla av trygghet	Psykiska funktioner som utifrån situation leder till känsla/upplevelse av trygghet.	Används som livsområde i IBIC.
Trygghet i vardagen		<ul style="list-style-type: none">• Tidshjälpmedel t.ex.<ul style="list-style-type: none">- timstock- klocka- mobil- timer• Hjälpmedel som t.ex.<ul style="list-style-type: none">- rullator- trygghetslarm- Ep-larm- GPS- Larmmatta- sensor- välfärdsteknik• Kognitiva hjälpmedel t.ex.<ul style="list-style-type: none">- Schema/planering- checklistor- transportkort
Strategier för att hantera känslorna av t.ex. otrygghet		<ul style="list-style-type: none">• Åtgärder/handlingsplan• Tidiga varningstecken• Copingstrategier

Livsområden och underkategorier inom IBIC - urval ur ICF* för IBIC

Aktivitet och delaktighet								
Lärande och att tillämpa kunskap	Allmänna uppgifter och krav	Kommunikation	Förflyttning	Personlig vård	Hemliv	Mellanmänniska interaktioner och relationer	Utbildning, arbete, sysselsättning och ekonomiskt liv	Samhällsgemenskap, socialt och medborgligt liv
Ta reda på information	Företa en enstaka uppgift	Kommunicera - ta emot talade meddelanden	Ändra kroppsställning	Tvätta sig	Skaffa bostad	Grundläggande socialt samspel	Att engagera sig i utbildning, annan specificerad och ospecificerad	Samhällsgemenskap
Förvärva färdigheter	Genomföra daglig rutin	Kommunicera - ta emot icke-verbala meddelanden	Bibehålla kroppsställning	Sköta kroppen	Skaffa varor och tjänster	Bibehålla och hantera interaktioner med andra	Att engagera sig i arbete och sysselsättning, annan specificerad och ospecificerad	Rekreation och fritid
Fokusera uppmärksamhet	Hantera stress och andra psykologiska krav	Kommunicera - ta emot meddelanden på teckenspråk	Förflytta sig själv	Sköta toalettböven	Bereda måltider	Ha kontakt med okända personer	Grundläggande ekonomiska transaktioner	Religiösa och andliga aktiviteter
Lösa problem	Hantera sitt beteende	Kommunicera - ta emot skrivna meddelanden	Lyfta och bära föremål	Klä sig	Hushållsarbete	Formella relationer	Komplexa ekonomiska transaktioner	Politiskt liv och medborgarskap
Fatta beslut		Tala	Använda handens finmotorik	Äta	Tvätta och torka kläder	Informella sociala relationer	Ekonomisk självförsörjning	
		Preverbal vokalisation	Att gå	Dricka	Städa köket och köksredskap	Familjerelationer		
		Uttrycka sig genom icke-verbala meddelanden	Gå upp och ner i trappa	Sköta sin hälsa	Städa bostaden	Parrelationer		
Kroppsfunktioner	Omgivningsfaktor	Uttrycka sig genom meddelanden på teckenspråk	Röra sig omkring på olika sätt	Se till sin egen säkerhet	Använda hushållsapparater			
Känsla av trygghet	Personligt stöd från person som vårdar eller stödjer en närstående	Skriva meddelanden	Röra sig omkring på olika platser		Förvara förnödenheter för det dagliga livet			
		Konversera	Använda transportmedel		Avlägsna avfall			
		Använda utrustning och teknik för kommunikation			Göra i ordning sovplatser			
					Tvätta och torka kläder och textilier med hushållsapparater			
					Ta hand om hemmets föremål			
					Bistå andra			

Vill du veta mer? Skanna koden!

Öppna kameran i din mobil.
Rikta kameran mot koden tills en notis visas.
Tryck på notisen.



Om IBIC på Göteborgs Stads intranät



Socialstyrelsens kunskapsguide om IBIC



ICF*

*Internationell klassifikation av funktionstillstånd, funktionshinder och hälsa.