

# BIO modellen

Struktur	Oppgaver	Kommunikasjonsferdigheter	Relasjon/ holdning
Begynnelsen	Etablere kontakt og tillit <ul style="list-style-type: none"> <li>- Hilse med navn og håndtrykk, øyekontakt, anvisse plass, småprate</li> <li>- Informer om egen rolle, hvem du er</li> <li>- Still åpent spørsmål om hvorfor pasienten kommer eller hva du kan hjelpe med</li> </ul> Kartlegg og informer <ul style="list-style-type: none"> <li>- Husk å sjekke om det er flere problemstillinger</li> </ul> Sette agenda <ul style="list-style-type: none"> <li>- Lag problemliste</li> <li>- Spør pasienten hva som er viktigst</li> <li>- Prioriter</li> </ul>	<b>Verbal adferd</b> Åpne og lukkede spørsmål Fasilitere empati Uttrykke empati	Vise og uttrykke empati
Informasjonsinnhenting	Utforske det aktuelle <ul style="list-style-type: none"> <li>- Kartlegg plager. Ikke avbryt. Sykdomsadferd. Avklar</li> </ul> Kartlegge sykehistorien <ul style="list-style-type: none"> <li>- Tidslinje, struktur, oppsummer</li> </ul> Utforske tanker <ul style="list-style-type: none"> <li>- Forståelse, attribusjon</li> </ul> Utforske følelser <ul style="list-style-type: none"> <li>- Spør, utforsk hint</li> </ul> Utforske ressurser <ul style="list-style-type: none"> <li>- Implisitt, eksplisitt</li> </ul>	<b>Nonverbal adferd</b> Øyekontakt Positur Pauser Vise empati	
Oppsummere og avslutte	Gi informasjon og forklaringer <ul style="list-style-type: none"> <li>- Sjekk pasientens forståelse. Unngå sjargong. Gi tid og prioriter. Struktur</li> </ul> Sikre felles forståelse <ul style="list-style-type: none"> <li>- Be om gjentakelse. Undersøk gjennomføringsevne. Inviter til å stille spørsmål</li> </ul> Involvere pasienten i beslutning <ul style="list-style-type: none"> <li>- Informert valg. Perspektiv og preferanser</li> <li>-</li> </ul> Fremme mestring <ul style="list-style-type: none"> <li>- Motiver til bruk av ressurser. Snu vanskelige tankerekker</li> </ul> Oppsummere og avslutte <ul style="list-style-type: none"> <li>- Si at timen nærmer seg slutten.</li> <li>- Oppsummer kort hovedpunktene</li> <li>- Spør om det er mer.</li> <li>- Avtal neste time</li> </ul>		

**Hensikt:**

Struktur for pasientsentrert konsultasjon, en trefasemodell med grunnleggende prinsipper for informasjonsinnhenting og hvordan man kan involvere pasienten i behandlingen. Metoden skiller på ferdigheter som har fokus på tilstanden og som har fokus på personen.