

Samlede praktikøvelser

ud fra praktikmål for social-
og sundhedshjælpere

Gads Forlag

Praktikmål 1

Eleven kan varetage sit arbejdsområde som social- og sundhedshjælper i overensstemmelse med arbejdspladsens retningslinjer for aktindsigt, tavshedspligt og utilsigtede hændelser samt kommunens fastlagte kvalitetsstandarder samt efter behov søge hjælp hertil hos relevante kolleger eller samarbejdspartnere.

SOCIAL- OG SUNDHEDSSEKTOREN 1, S. 89

PRAKTIKØVELSE

- Find kvalitets- og serviceniveauet for personlig hygiejne i din praktik-kommune (på kommunens hjemmeside).
- Tal med din praktikvejleder om, hvad det betyder for dit daglige arbejde hos borgerne.

SOCIAL- OG SUNDHEDSSEKTOREN 1, S. 103

PRAKTIKØVELSE

Undersøg på dit praktiksted om videregivelse af oplysninger og om aktindsigt:

- Når hospitalet eller en anden offentlig myndighed skal have oplysninger om borgeren.
- Bliver borgeren spurgt?
- Hvordan dokumenterer man borgerens samtykke, når en borger eller dennes familie beder om aktindsigt?
- Hvordan dokumenterer man det?
- Hvordan dokumenter man, at aktindsigten er givet?

PLEJE OG DOKUMENTATION 1, S. 47

PRAKTIKØVELSE

Tal med din praktikvejleder om, hvordan du kan dokumentere mål og handlinger for plejen hos de borgere, du arbejder med.

- Hvordan kan du evaluere, om målene er nået?
- Hvordan kan du dokumentere, at du har samarbejdet med borgeren om at finde mål og handlinger?
- Overvej, hvordan borgeren vil opfatte det, du har skrevet, hvis han beder om aktindsigt.

NY PRAKTIKØVELSE OM UTILSIGTEDE HÆNDELSER

PRAKTIKØVELSE

Hvordan dokumenterer man utilsigtede hændelser på dit praktiksted?

- Find eksempler på utilsigtede hændelser, der er dokumenteret inden for de sidste tre måneder.
- Tal med teamlederen om, hvad formålet er med at dokumentere utilsigtede hændelser og, hvordan der følges op.

Praktikmål 2

Eleven kan møde andre mennesker på en etisk, respektfuld og anerkendende måde og begrunde sin faglige indsats for kolleger, borgere og pårørende og kan se sin egen rolle i udviklingen af mellemmenneskelige relationer.

PSYKOLOGI OG KOMMUNIKATION 1, S. 67

PRAKTIKØVELSE

Læs din kommunes værdigrundlag på ældreområdet.

- Hvilke værdier er grundlæggende?
- Hvordan ser du værdierne udtrykt i dine opgaver hos borgeren?

PSYKOLOGI OG KOMMUNIKATION 1, S. 88

PRAKTIKØVELSE

Tænk på en situation i din praktik, hvor en borger har henvendt sig til dig om et problem.

- Hvilke gensvarsmodeller anvendte du?
- Er der andre gensvarsmodeller, du også kunne have anvendt?
- Hvilken betydning ville det have for kommunikationen?

Tal med din praktikvejleder om situationen.

PSYKOLOGI OG KOMMUNIKATION 1, S. 90

PRAKTIKØVELSE

- Tænk på en pårørende, hvor du har undret dig over eller er blevet vred på grund af den pårørendes adfærd.
- Hvad kan der ligge bag den pårørendes adfærd?
- Hvad kan den gode mening være bag det, du fx oplever som krævende?
- Drøft dine overvejelser med din praktikvejleder.
- Planlæg hvordan du kan anvende anerkendende kommunikation i dit samarbejde med pårørende.

PSYKOLOGI OG KOMMUNIKATION 1, S. 57

PRAKTIKØVELSE

Tænk på en borger, der har en helt anden kultur end du selv.

- Hvordan oplever du, at borgeren har en anden kultur?
- Hvordan kan du respektere borgerens kultur bedst muligt, under hensyntagen til din faglige viden og din rolle som social- og sundhedshjælper?
- Diskuter dine overvejelser med din praktikvejleder.

PLEJE OG DOKUMENTATION 1, S. 26

PRAKTIKØVELSE

- Diskuter med dine kollegaer, hvad der kan være med til at overskride jeres egen blufærdighedsgrænse.
- Skriv en liste over handlinger, som social- og sundhedspersonalet kan udføre for at vise respekt for borgerens blufærdighed.

REHABILITERING OG SOSU-FAGLIG INDSATS 1, S. 195

PRAKTIKØVELSE

Drøft med en kollega, om det er etisk og fagligt forsvarligt at hjælpe en borger med at finde en escortpige på internettet.

Praktikmål 3

Eleven kan kende forskel på personlig pleje efter Serviceloven og grundlæggende sygepleje efter Sundhedsloven og kender praktikstedets praksis for delegering af sygeplejeopgaver.

PLEJE OG DOKUMENTATION 1, S. 96

PRAKTIKØVELSE

- Tal med den ansvarlige for plejen om, hvilke opgaver forskellige fagpersoner har i forbindelse med borgerens medicin.
- Forklar, hvilke opgaver du har, og hvilke opgaver du ikke må udføre i forbindelse med borgerens medicin.
- Fortæl og vis, hvordan du hjælper borgeren med at tage sin medicin.
- Hvad gik godt, og hvad skal gøres anderledes næste gang?

PLEJE OG DOKUMENTATION 1, S. 150

PRAKTIKØVELSE

Deltag i plejen hos en borger med lungebetændelse.

Tal med din praktikvejleder om samarbejdet med andre faggrupper om opgaverne hos borgeren, fx samarbejde med sygeplejerske, social- og sundhedsassistent, fysioterapeut, læge eller andre.

Brug SMTTE-modellen ved at besvare spørgsmålene i modellen:

- Sammenhæng:
Hvem skal du kontakte, for at borgeren kan få hjælp?
Hvad kan være årsagen til, at borgeren har fået lungebetændelse?
- Mål:
Hvad er målet for plejen? Det kan fx være, at borgeren bliver undersøgt og får behandling.
Og at borgeren bliver rask.
- Tiltag:
Hvem gør hvad? Hvilke opgaver har du hos borgeren med lungebetændelse?
- Tegn:
Hvilke tegn viser dig, at borgeren får det bedre?
- Evaluering:

Hvornår og hvordan skal du evaluere målet?

Læs mere om SMTTE i *Psykologi og kommunikation 1*.

Praktikmål 4

Eleven kan professionelt og selvstændigt udføre sengeredning, personlig pleje og omsorg ud fra hygiejniske principper i såvel borgerens eget hjem som på plejecentre.

PLEJE OG DOKUMENTATION 1, S. 83

PRAKTIKØVELSE

Sammen med din praktikvejleder skal du planlægge skift af sengetøj hos en borger.

- Du skal planlægge, hvad du skal bruge.
- Du skal forklare din praktikvejleder, hvorfor du vælger dine handlinger, og hvad du vil være opmærksom på.
- Bagefter skal I sammen evaluere, hvordan det gik, og hvad der evt. kan gøres anderledes.
- Blev de hygiejniske principper overholdt?

PLEJE OG DOKUMENTATION 1, S. 58

PRAKTIKØVELSE

- Udfør i samarbejde med borgeren en grundig håndvask af hans hænder.
- Brug sæbe og kom ind i alle folder i hånden. Skyl hænderne og tør grundigt.
- Tal med borgeren om, hvornår han plejer at vaske hænder.
- Kan du vejlede ham i forhold til andre situationer, hvor han skal vaske sine hænder?
- Kan borgeren have fordel af at bruge håndsprit?
- Hvordan dokumenterer du din vejledning af borgeren?
- Hvordan følger du op på vejledningen?

NY PRAKTIKØVELSE OM HYGIEJNISKE PRINCIPPER

PRAKTIKØVELSE

- Hvad er "hygiejniske principper"?
- Findes der skriftlige instrukser om hygiejniske principper på dit praktiksted?
- Hvorfor kan der være forskel på de hygiejniske forholdsregler, der skal overholdes, alt efter om borgeren bor på plejecenter eller i eget hjem?

Praktikmål 5

Eleven kan varetage personlig og praktisk hjælp, så borgeren kan bevare sin mulighed for livsudfoldelse og livskvalitet.

PSYKOLOGI OG KOMMUNIKATION 1, S. 38

PRAKTIKØVELSE

- Hvad er vigtigt for din borgers identitet?
- Hvordan kan du støtte borgerens identitet, så han bevarer muligheden for livsudfoldelse og livskvalitet?

REHABILITERING OG SOSU-FAGLIG INDSATS 1, S. 102

PRAKTIKØVELSE

Vælg en af de borgere, du kommer hos:

- Hvilke aktiviteter er med til at styrke eller bevare borgerens identitet?
- På hvilken måde hænger borgerens aktiviteter sammen med den kultur, borgeren lever i eller kommer fra?
- Hvordan kan du bruge denne viden i dit arbejde hos borgeren?

PLEJE OG DOKUMENTATION 1, S. 176

PRAKTIKØVELSE

- Skriv sammen med borgeren en liste over de aktiviteter, han skal i løbet af dagen.
- Find ud af, hvilke aktiviteter borgeren synes er vigtigst. Kommer der fx besøg af familie om eftermiddagen, kan det være, at han vil spare på kræfterne under den personlige hygiejne for at være frisk til besøget.
- Aftal med borgeren, hvilke praktiske gøremål han selv kan være med til, og hvilke aktiviteter borgeren ikke skal bidrage aktivt til.

NY PRAKTIKØVELSE OM KØKKENHYGIEJNE OG EGENKONTROL**PRAKTIKØVELSE**

På plejecenter:

- Hvad dokumenterer man ved egenkontrol på dit praktiksted?
- Hvordan dokumenterer man det?
- Hvem dokumenterer det?
- Undersøg, om der findes en smiley-ordning.

I hjemmeplejen:

- Hvor ofte rengøres borgerens køleskab?
- Hvordan dokumenterer man det?
- Hvilken betydning har køkkenhygiejne/egenkontrol for borgerens livskvalitet?

Se mere om praktisk hjælp i e-læring: gad.dk/rehabiliteringogsosufagligindsats1

Praktikmål 6

Eleven kan arbejde sygdomsforebyggende herunder observere ændringer i en borgers fysiske, psykiske og sociale sundhedstilstand samt reagere hensigtsmæssigt herpå.

PLEJE OG DOKUMENTATION 1, S. 310 (FYSISK)**PRAKTIKØVELSE**

Deltag i plejen af en borger med feber. Sammen med din praktikvejleder lægger du en plan for måling af temperaturen.

Du skal forberede:

- Hvor temperaturen måles hos borgeren, og hvorfor.
- Hvornår temperaturen måles hos borgeren.
- Hvor og hvordan du skriver dine observationer ned.
- Hvem du videregiver dine observationer til, fx hvis temperaturen pludselig stiger.

PLEJE OG DOKUMENTATION 1, S. 379 (PSYKISK)**PRAKTIKØVELSE**

Tal med din praktikvejleder om:

- Hvilke tilbud er der i kommunen til mennesker med psykiske sygdomme?
- Hvilken støtte og viden fra andre faggrupper, kan social- og sundhedshjælperen få, i forhold til at udføre sine opgaver hos psykisk syge borgere?

Hvordan kan den psykiske sygdom påvirke borgeren fysisk og socialt?

PSYKOLOGI OG KOMMUNIKATION 1, S. 131 (SOCIALT)**PRAKTIKØVELSE**

Tal med din praktikvejleder om en borger, der har mistet sin ægtefælle og oplever sorg.

Overvej, før du besøger borgeren:

- Hvordan forholder du dig til borgeren?
- Hvordan vil du omtale tabet?
- Hvilke ord vil du bruge?

Hvordan har tabet af ægtefællen påvirket borgeren

- Fysisk
- Psykisk
- Socialt.

Hvordan dokumenterer du de ændringer du observerer hos borgeren?

Hvornår skal du henvende dig til andre faggrupper for at borgeren får den bedst mulige hjælp?

Praktikmål 7

Eleven kan på baggrund af observationer reagere hensigtsmæssigt på ændringer i borgerens almentilstand i forhold til kost og ernæring

PLEJE OG DOKUMENTATION 1, S. 244

PRAKTIKØVELSE

Find en borger på dit praktiksted, der har tendens til obstipation (forstoppelse).

Sammen med borgeren kan du finde frem til en fiberrig kost, som borgeren kan lide.

Her kan du bruge SMTTE-modellen ved at svare på spørgsmålene:

- Sammenhæng: Borgeren har tendens til forstoppelse.
- Mål: Hvad er målet med, at borgeren spiser fiberrig mad?
- Tiltag: Hvilken kost er der tale om? Hvordan skal din hjælp til mere fiberrig mad gennemføres? Og hvem skal deltage?
- Tegn: Hvilke tegn på, at kosten virker, skal du og borgeren opleve?
- Evaluering: Hvornår og hvordan skal I evaluere?

Hvordan skal du dokumentere i borgerens journal?

(Læs mere om SMTTE i Psykologi og kommunikation 1).

PLEJE OG DOKUMENTATION 1, S. 225

PRAKTIKØVELSE

- Undersøg, hvilke former for madservice din praktikkommune tilbyder.
- Hvad betyder det for dig og borgeren, om det fx er frost eller varm mad, når du skal skabe gode rammer for måltidet for borgeren?
- Hvad skal du være opmærksom på ved anretning af maden?

PLEJE OG DOKUMENTATION 1, S. 115

PRAKTIKØVELSE

Tal med personalet i køkkenet på et plejecenter på dit praktiksted. Du kan undersøge, hvilke overvejelser de gør sig i forbindelse med, at smagssansen svækkes med årene.

Hvad gør de fx for at stimulere smagsoplevelsen hos borgerne

REHABILITERING OG SOSU-FAGLIG INDSATS 1, S. 71**PRAKTIKØVELSE**

- Udvælg en overvægtig borger på det sted, hvor du er i praktik.
- Tal med din praktikvejleder om, hvordan du kan vejlede borgeren ud fra relationsmodellen.
- Gennemfør vejledningen, evt. sammen med din vejleder.
- Under din vejledning skal borgeren sætte sig et mål. Det kan være, at han gerne vil tabe sig.
- Tag derefter stilling til, hvad borgeren ved på forhånd - rammen - indholdet for vejledningen og - læreprocessen.
- Foretag en vurdering af læreprocessen sammen med din praktikvejleder.

Undersøg, om der er noget, du skal gøre anderledes.

Det kan være, at målet skal justeres, eller at indholdet i vejledningen skal være et andet end det, du først havde forestillet dig.

Hvordan skal du dokumentere i borgerens pleje / handleplan?

Se mere på hjemmesiden: www.socialstyrelsen.dk/godmadgoddtiliv/pleje

Praktikmål 8

Eleven kan skelne mellem komplekse og ikke komplekse borgerforløb og kan vurdere, hvornår en tildelt borgers forløb kræver inddragelse af relevante fag professionelle kolleger.

NY PRAKTIKØVELSE OM TVÆRFAGLIGHED**PRAKTIKØVELSE**

Find og læs din praktikkommunes eller praktiksteds funktionsbeskrivelser for:

- Social- og sundhedshjælper
 - Social- og sundhedsassistent
 - Andre (fx sygeplejerske, teamleder, visitator).
-
- Diskuter social- og sundhedshjælperens kompetenceområde med din praktikvejleder.
 - Hvad betyder funktionsbeskrivelser i forhold til dit samarbejde med kolleger fra andre faggrupper?
 - I hvilke situationer skal du sige fra og henvise til andre faggruppers kompetencer?

Praktikmål 9

Eleven kan reflektere over og forstå sin egen professionelle rolle i samarbejdet med relevante fagpersoner om borgerforløb herunder understøtte borgeren i at følge træningsplaner.

PSYKOLOGI OG KOMMUNIKATION 1, S. 26

PRAKTIKØVELSE

Beskriv en situation, som du har oplevet i din praktik, og som du har undret dig over.

- Anvend refleksionsmodellen til at arbejde med situationen.
- Gennemgå situationen punkt for punkt.
- Tal med din vejleder om situationen og om det, du har lært af den.

PLEJE OG DOKUMENTATION 1, S. 173

PRAKTIKØVELSE

Venepumpeøvelse - du kan bruge SMTTE-modellen ud fra spørgsmålene her:

- Sammenhæng: Hvad er grunden til, at borgeren skal lave venepumpeøvelser? Er der særlige forhold hos borgeren, som du skal tage hensyn til, når I øver?
- Mål: Hvad skal målet med venepumpeøvelsen være?
- Tiltag: Hvilke relevante fagpersoner kan du spørge til råds, når du skal lave en plan for venepumpeøvelser? Hvilke venepumpeøvelser kan borgeren selv lave efter vejledning fra dig? På hvilke tidspunkter foretages venepumpeøvelserne?
- Tegn: Hvilke tegn skal du kunne se i forhold til, om venepumpeøvelserne har en virkning?
- Evaluering: Sammen med din praktikvejleder og borgeren kan du evaluere og eventuelt tage stilling til, om borgeren skal fortsætte med øvelserne, eller om de skal ændres.

(Læs mere om SMTTE i Psykologi og kommunikation 1).

REHABILITERING OG SOSU-FAGLIG INDSATS 1, S. 133**PRAKTIKØVELSE**

Deltag i fysiske aktiviteter sammen med en af de borgere, der træner regelmæssigt. Følg træningen fx gennem en uge.

- Hvordan var din oplevelse af træningen?
- Hvordan kan borgeren mærke det på sin fysik?
- Hvordan kan du observere, at træningen virker på borgeren?
- Tal med din praktikvejleder om, hvordan du bedst kan støtte borgeren i at følge en træningsplan.

Praktikmål 10

Eleven kan under hensyntagen til borgerens selvbestemmelsesret arbejde rehabiliterende herunder motivere borgeren til egenomsorg med henblik på at bevare sin trivsel og praktiske funktionsevne i hverdagen i videst muligt omfang.

REHABILITERING OG SOSU-FAGLIG INDSATS 1, S. 38**PRAKTIKØVELSE**

- Lav en liste med data til en beskrivelse af det nuværende hverdagsliv hos en borger, du kommer hos (efter aftale med din praktikvejleder og borgeren).
- Overvej borgerens resurser i forhold til aktiviteterne i hjemmet.
- Har du fået nye ideer til aktiviteter med borgeren?
- Hvordan kan du arbejde rehabiliterende med borgeren?

REHABILITERING OG SOSU-FAGLIG INDSATS 1, S. 97**PRAKTIKØVELSE**

- Tegn Maslows behovspyramide og prøv at beskrive aktiviteterne hos en borger, du kommer hos.
- Beskriv aktiviteterne ved de behov, du mener, at aktiviteten dækker.
- Hvad får borgeren ud af at være aktiv?
- Hvilke resurser kan de daglige aktiviteter vedligeholde?
- Hvilke muligheder for udvikling rummer borgerens aktiviteter?

PLEJE OG DOKUMENTATION 1, S. 293**PRAKTIKØVELSE**

Hos en borger med halvsidig lammelse skal du hjælpe med at stimulere den lamme side.

- Tal med din praktikvejleder om, hvordan du kan guide borgeren til at bruge vaskekluden i den lamme side ved at guide borgeren med den syge hånd.
- Du kan også vælge andre aktiviteter, hvor borgeren bruger sin lamme side ved din hjælp.
- Hvordan oplever borgeren at blive guidet?

PSYKOLOGI OG KOMMUNIKATION 1, S. 47**PRAKTIKØVELSE**

Vælg en ældre borger, du kommer hos.

- Lav et mind-map over forskellige ting, der påvirker hans alderdom.
- Inddrag punkterne ovenfor, fx bolig, personligt netværk, egenomsorg.
- Hvordan kan du bruge din viden i dit arbejde hos borgeren?

Praktikmål 11

Eleven kan støtte, vejlede og igangsætte aktiviteter sammen med borgeren for at støtte borgeren i at mestre eget liv.

REHABILITERING OG SOSU-FAGLIG INDSATS 1, S. 42**PRAKTIKØVELSE**

- Foreslå en aktivitet, du kunne sætte i gang hos en af de borgere, du kommer hos.
- Find frem til de krav (fysisk – psykisk – socialt) aktiviteten stiller til den, der udfører aktiviteten.
- Tænk på den borger, der skal udføre aktiviteten: Har han de ressourcer, der skal til for at udføre aktiviteten?
- Hvilke tilpasninger er nødvendige, for at aktiviteten kan blive en succes?

REHABILITERING OG SOSU-FAGLIG INDSATS 1, S. 45**PRAKTIKØVELSE**

- Lav et ugeskema eller et døgnrytmeur for en af de borgere, du hjælper i hverdagen.
- Hvordan er aktiviteterne fordelt på døgnet? På en uge?
- Prøv at vurdere balancen mellem aktivitet og hvile. Er der tilpas med aktivitet? Og er der tilpas med hvile?
- Giv evt. nogle forslag til en bedre fordeling af aktiviteter og hvile.

REHABILITERING OG SOSU-FAGLIG INDSATS 1, S. 217**PRAKTIKØVELSE**

Udvælg en borger på dit praktiksted, som har fået et handicap. Det kan være en borger, som går dårligt eller ikke selv kan klare personlig hygiejne.

Find ud af, hvordan borgeren har mestret det.

Du kan spørge:

- Hvad gjorde du for at klare din nye situation?
- Havde du nogle erfaringer fra tidligere, du kunne trække på?
- Var der andre, der støttede dig? Hvem? Hvordan?
- Havde du svært ved at tale med nogen om det? Prøv at forklare.
- Føler du, at du har klaret din situation?

Hvordan mener du, at social- og sundhedshjælperen kan støtte en borger i at mestre hverdagen med sit handicap?

Praktikmål 12

Eleven kan motivere og understøtte borgeren i forhold til sundhedsfremme under hensyn til livsstil og livsvilkår samt kan informere borgeren om relevante tilbud om service, sundhedsfremme og forebyggelse i nærmiljøet.

REHABILITERING OG SOSU-FAGLIG INDSATS 1, S. 26

PRAKTIKØVELSE

Du skal finde ud af, hvilke tilbud om sundhedsfremmende aktiviteter der findes til borgerne i den kommune, hvor du er i praktik.

- Indhent materiale om de forskellige tilbud.
- Udvælg en borger, som du vil informere om sundhedsfremmende tilbud i nærmiljøet.
- Overvej, hvordan du vil informere, og hvilken information borgeren skal bruge for at tage stilling til tilbuddet.

Diskuter med din praktikvejleder.

REHABILITERING OG SOSU-FAGLIG INDSATS 1, S. 42

PRAKTIKØVELSE

Vælg en borger, du kommer hos:

- Giv eksempler på, hvad du mener, motiverer borgeren til forskellige aktiviteter.
- Hvordan kan du motivere borgeren til yderligere aktivitet?
- Tal med din praktikvejleder om din beskrivelse og ideer til at motivere borgeren.

REHABILITERING OG SOSU-FAGLIG INDSATS 1, S. 118

PRAKTIKØVELSE

Vælg en af de borgere, du ofte kommer hos:

- Lav en liste over kommunale aktivitetstilbud, du kunne forestille dig, at borgeren har interesse og motivation for at deltage i.
- Tal med din praktikvejleder om, hvorfor du tror, det vil være gode tilbud for borgeren.
- Undersøg, om der er særlige aktivitetsmuligheder for borgere med anden kulturel baggrund i din kommune.

PSYKOLOGI OG KOMMUNIKATION 1, S 60**PRAKTIKØVELSE**

- Find informationsmateriale til borgere på forskellige sprog på din ansættelseskommunes hjemmeside.
- Er der andre steder, du kan finde materiale på forskellige sprog?
- Hvilke krav stilles til borgeren, for at han kan benytte skriftligt informationsmateriale?

PLEJE OG DOKUMENTATION 1, S 334**PRAKTIKØVELSE**

Lav et interview med en borger, der har type 2-diabetes.

- Undersøg, hvilken betydning det har haft for borgerens hverdag.
- Undersøg også, hvordan borgeren tilrettelægger sit liv nu i forhold til før sygdommen.
- Spørg om kost og motion og aftal, hvordan du kan hjælpe borgeren bedst med det.

Praktikmål 13

Eleven kan dokumentere den planlagte og gennemførte indsats i pleje- og/eller handleplaner i overensstemmelse med arbejdspladsens retningslinjer herunder anvende elektroniske dokumentationssystemer.

SOCIAL- OG SUNDHEDSSEKTOREN 1, S. 104**PRAKTIKØVELSE**

- Undersøg, hvilket elektronisk dokumentationssystem dit praktiksted anvender.
- Hvad skal social- og sundhedshjælperen dokumentere?
- Hvem har det overordnede ansvar for dokumentationen?

PLEJE OG DOKUMENTATION 1, S. 47**PRAKTIKØVELSE**

Tal med din praktikvejleder om, hvordan du kan dokumentere mål og handlinger for plejen hos de borgere, du arbejder med.

- Hvordan kan du evaluere, om målene er nået?
- Hvordan kan du dokumentere, at du har samarbejdet med borgeren om at finde mål og handlinger?
- Overvej, hvordan borgeren vil opfatte det, du har skrevet, hvis han beder om aktindsigt.

PLEJE OG DOKUMENTATION 1, S. 367**PRAKTIKØVELSE**

Udvælg en borger med demens på dit praktiksted.

- Dokumenter de behov, du ser borgeren har, og hvordan han får dem opfyldt.
- Lav en plan for, hvordan borgeren kan støttes i de behov, han har.
- Evaluer sammen med din praktikvejleder, om det gør en forskel for borgeren, når han får opfyldt sine behov.

REHABILITERING OG SOSU-FAGLIG INDSATS 1, S. 47**PRAKTIKØVELSE**

- Planlæg en aktivitet med en borger.
- Lav en plan for aktivitetens gennemførelse, som indeholder:
 - Mål med aktiviteten
 - De tilpasninger, der er nødvendige
 - Praktiske overvejelser.
- Gennemfør aktiviteten med borgeren.
- Evaluer aktiviteten: Hvordan gik det? Hvad gik godt? Hvad gik mindre godt? Hvad har du lært? Er der noget, der skal ændres næste gang, du laver aktiviteten?
- Tal med din praktikvejleder om din vurdering og dine planer.
- Dokumenter dit arbejde med borgeren.

Praktikmål 14

Eleven kan anvende et mundtligt og skriftligt fagsprog, som er i overensstemmelse med social- og sundhedshjælperens kompetenceområde.

PSYKOLOGI OG KOMMUNIKATION 1, S. 95

PRAKTIKØVELSE

Aftal med din praktikvejleder, at du skal give mundtlige informationer til dine kolleger.

Få respons fra kolleger og praktikvejleder om, hvordan din formidling var.

Dokumenter i borgerens journal og vis dem til praktikvejleder.

Få feedback på det skrevne.

PLEJE OG DOKUMENTATION 1, S. 260

PRAKTIKØVELSE

Udvælg en borger, du er kontaktperson for.

- Find først ud af, hvor meget personen drikker.
- Overvej også, hvilken væske der vil være bedst for borgeren.
- Læg, sammen med borgeren, en plan for, hvordan han dækker sit væskebehov.
- Hvis borgeren ikke selv kan notere, hvad han har drukket, når du ikke er der, kan du informere dine kolleger om, at du har lavet et væskeskema.
- Dokumenter i borgerens journal, at du har oprettet et væskeskema (se eksempel s. 259).

Hvordan skal du evaluere om målet er nået?

Hvordan dokumenterer du i borgerens journal/handleplan?

Praktikmål 15

Eleven kan kommunikere relevant og professionelt i mødet med borgere, pårørende og samarbejdspartnere.

PSYKOLOGI OG KOMMUNIKATION 1, S. 86

PRAKTIKØVELSE

Tænk på en borger, som du har mødt på dit praktiksted, og som i en eller anden situation har været meget vred, ked af det eller angst.

- Gennemgå situationen ved at bruge spørgsmålene fra refleksionsmodellen side 26.
- Tal med din praktikvejleder om situationen.
- Kan du gøre noget anderledes, hvis du kommer i samme situation en anden gang?

PSYKOLOGI OG KOMMUNIKATION 1, S. 97

PRAKTIKØVELSE

Tænk på en situation, du har oplevet i din praktik, hvor du har undret dig over en kollegas måde at handle på.

Det kan fx være, at du har oplevet, at kollegaens måde at kommunikere på var helt anderledes, end du har lært.

- Hvordan vil du give din kollega konstruktiv kritik?
- Hvordan kan du anvende girafsprøget, når du giver kritikken?
- Hvordan kan du gøre det på en anerkendende måde?

Tal med din praktikvejleder om situationen, inden du giver kollegaen respons, og spørg kollegaen, om hun ønsker at modtage den.

Evaluer efterfølgende: Hvordan gik det?

PSYKOLOGI OG KOMMUNIKATION 1, S. 107

PRAKTIKØVELSE

Undersøg hvordan man samarbejder med pårørende på dit praktiksted.

- Har man noget informationsmateriale til pårørende?
- Hvordan starter man samarbejdet med borger og pårørende?

PSYKOLOGI OG KOMMUNIKATION 1, S. 90**PRAKTIKØVELSE**

Tænk på en pårørende, hvor du har undret dig over eller er blevet vred på grund af den pårørendes adfærd.

- Hvad kan der ligge bag den pårørendes adfærd?
- Hvad kan den gode mening være bag det, du fx oplever som krævende?
- Drøft dine overvejelser med din praktikvejleder.
- Planlæg hvordan du kan anvende anerkendende kommunikation i dit samarbejde med pårørende.

Praktikmål 16

Eleven kan kommunikere og optræde voldsforebyggende og konfliktæmpende i forhold til borgere og pårørende for at tage vare på egen og andres sikkerhed.

PSYKOLOGI OG KOMMUNIKATION 1, S. 79**PRAKTIKØVELSE**

Observer borgerens nonverbale sprog:

- Hvordan er tonefaldet? Er der bestemte ting, borgeren betoner som vigtige? Hvordan er stemmelejet?:
Er det roligt – ophidset – hårdt – blødt – lyst – mørkt? Hvordan er borgerens kropsholdning? – Bruger han fagter? – Hvordan er hans ansigtsudtryk? – Har I øjenkontakt? – Hvilke bevægelser bruger borgeren, fx mimik eller gestikuleren?
- Hvordan påvirker borgerens nonverbale kommunikation dig?

PSYKOLOGI OG KOMMUNIKATION 1, S. 86**PRAKTIKØVELSE**

Udvælg en af de borgere, du kommer hos.

Observer borgerens verbale sprog:

- Hvordan er borgerens ordvalg? Hvordan er borgernes tiltaleform? Er sproget forståeligt? Går borgerens budskab igennem? Bruger borgeren dialekt, vanskelige ord, slang eller andre sproglige kendetegn?

Hvordan påvirker borgerens verbale sprog dig?

PSYKOLOGI OG KOMMUNIKATION 1, S. 80**PRAKTIKØVELSE**

Tænk på en borger, som du har mødt på dit praktiksted, og som i en eller anden situation har været meget vred, ked af det eller angst.

- Gennemgå situationen ved at bruge spørgsmålene fra refleksionsmodellen side 26.
- Tal med din praktikvejleder om situationen.
- Kan du gøre noget anderledes, hvis du kommer i samme situation en anden gang?

PSYKOLOGI OG KOMMUNIKATION 1, S. 118**PRAKTIKØVELSE**

Tænk på de konflikter, der har været det sted, du er i praktik.

Vælg en konflikt ud og beskriv den:

- På hvilken måde deltog du i konflikten?
- Hvilken rolle havde du?
- Hvilken rolle havde de andre deltagere i konflikten?
- Tænk over, hvad du har lært om dig selv og andre.

Praktikmål 17

Eleven kan forflytte en borger i overensstemmelse med de ergonomiske principper og kan anvende relevant velfærdsteknologi.

REHABILITERING OG SOSU-FAGLIG INDSATS 1, S. 242

PRAKTIKØVELSE

- Læs en APV i et af de hjem, du kommer.
- Gennemgå den med din praktikvejleder.
- Få klarhed over, hvordan du kan bruge APV'en i din dagligdag.

REHABILITERING OG SOSU-FAGLIG INDSATS 1, S. 303

PRAKTIKØVELSE

- Bed din vejleder om at videoptage en af dine forflytninger, evt. med sin mobiltelefon. Husk, at borgeren skal give tilladelse først.
- Reflekter herefter kritisk over forflytninger.

REHABILITERING OG SOSU-FAGLIG INDSATS 1, S. 187

PRAKTIKØVELSE

- Undersøg om der er et udvalg for velfærdsteknologi i din praktikkommune.
- Er der nogen borgere på dit praktiksted, der benytter velfærdsteknologi?
- Tal med disse borgere om deres mening (fordele og ulemper) ved den velfærdsteknologi, de anvender.
- Hvordan oplever borgeren, at teknologien øger hans livskvalitet og funktionsevne?
- Tal med din praktikvejleder, om hvilke fordele og ulemper velfærdsteknologien har for personalet.

REHABILITERING OG SOSU-FAGLIG INDSATS 1, S. 314**PRAKTIKØVELSE**

- Sammen med din vejleder finder du en borger, som du mener, vil få glæde af et hjælpemiddel.
- Hvem samarbejder du med om en vurdering af hjælpemiddel-behovet hos din borger?
- Hvordan finder I frem til hvilket hjælpemiddel, der kan bruges?
- Hvordan dokumenterer du behovet hos borgeren, og hvem sender du anmodningen videre til?
- Hvem oplærer dig og borgeren i brugen af et hjælpemiddel?
- Hvordan vedligeholdes hjælpemidlet?
- Hvordan og af hvem rengøres hjælpemidlet?

REHABILITERING OG SOSU-FAGLIG INDSATS 1, S. 150**PRAKTIKØVELSE**

- Undersøg kommunens tilbud om hjælpemidler og velfærdsteknologi til spisning.
- Tal med din praktikvejleder om mulighed for hjælpemidler hos de borgere, du besøger.

Praktikmål 18

Eleven har kendskab til arbejdspladsens retningslinjer for arbejdsmiljø herunder principperne for voldspolitik og kriseberedskab.

PSYKOLOGI OG KOMMUNIKATION 1, S. 121**PRAKTIKØVELSE**

Tal med forskellige kolleger på dit praktiksted om, hvordan de synes, at konflikter tackles på stedet. Spørg fx:

- Hvilke konflikter er der her på arbejdspladsen?
- Hvordan tackler du konflikter?
- Er der nogen personer, der kan hjælpe, hvis du kommer i konflikt?
- Gør man noget specielt på arbejdspladsen for at hjælpe de ansatte til at håndtere konflikter?
- Hvad lærer personalet af konflikterne?

PLEJE OG DOKUMENTATION 1, S. 364**PRAKTIKØVELSE**

Tal med din praktikvejleder om, hvordan dit praktiksted takler aggressive borgere.

- Hvad gør personalet for at forebygge aggression og vrede?

(se også Social- og sundhedssektoren 1 om regler for magtanvendelse og Psykologi og kommunikation 1 om forebyggelse af vold).

NY PRAKTIKØVELSE OM VOLDSPOLITIK OM RETNINGSLINJER FOR ARBEJDSMILJØ**PRAKTIKØVELSE**

Find og læs din praktikkommunes voldspolitik og drøft denne med din praktikvejleder.

Tal med den lokale AMIR (arbejds-miljø-repræsentant) om retningslinjer for arbejdsmiljøet på arbejdspladsen og om hendes funktion i forhold til retningslinjerne.

Praktikmål 19

Eleven kan udvise interesse og initiativ til kontinuerligt at lære og samarbejde.

PSYKOLOGI OG KOMMUNIKATION 1, S. 19**PRAKTIKØVELSE**

Tænk over en situation i din praktik, hvor du var motiveret:

- Hvad gjorde, at du var motiveret?
- Hvilke behov havde du, der blev opfyldt?
- Hvordan kan du bruge dette, når du ikke er motiveret?

PSYKOLOGI OG KOMMUNIKATION 1, S. 19**PRAKTIKØVELSE**

Tænk over en situation på dit praktiksted, hvor du ikke var motiveret:

- Hvad gjorde, at du ikke var motiveret?
- Hvad skal der til for at motivere dig?
- Hvad kan du selv gøre?

PSYKOLOGI OG KOMMUNIKATION 1, S. 22**PRAKTIKØVELSE**

Find din egen læringsstil ud fra læringsstiltesten på www.ventures.dk.

- Klik på feltet "test din læringsstil" til højre på skærmen og derefter på: "ungdomsuddannelser".
- Tal med din praktikvejleder om, hvad det betyder for din læring.
- Afprøv herefter din foretrukne læringsstil i praksis.

PSYKOLOGI OG KOMMUNIKATION 1, S. 94**PRAKTIKØVELSE**

Planlæg sammen med din praktikvejleder en målrettet ugesamtale.

- Afhold samtalen.
- Reflekter i din logbog over, hvordan samtalen forløb og drøft dine refleksioner med din praktikvejleder.