

Praktikøvelser

fra Sundhedspædagogik og kommunikation 2

ud fra praktikmål for social-
og sundhedsassistenter

Alle sidehenvisninger refererer til den trykte bog.

Gads Forlag

Praktikmål 1

Eleven kan arbejde inden for sit kompetenceområde i overensstemmelse med relevante love inden for social service, sundhed og psykiatri og ud fra arbejdspladsens værdier.

PRAKTIKØVELSE s. 25

Hvilket sundhedsbegreb arbejder man ud fra på dit praktiksted?

- Analysér indsatsen på sygehuset i forhold til patienter, der taber sig under indlæggelsen, ud fra de fire sundhedsbegreber.
- Analysér indsatsen på dit praktiksted inden for primærområdet i forhold til borgere, der er undervægtige, ud fra de fire sundhedsbegreber.

PRAKTIKØVELSE s. 49

- På hvilke områder har man opmærksomhed på psykisk syges sundhed på dit praktiksted?
- Kom med idéer til flere sundhedsfremmende tiltag til psykiske syge på praktikstedet.

PRAKTIKØVELSE s. 76

- Hvordan arbejder man med at fremme sundheden for borgeren ved brug af omgivelserne på dit praktiksted?
- Hvordan arbejder man med at fremme sundhed for medarbejderne på din arbejdsplads?

PRAKTIKØVELSE s. 77

- Undersøg, hvilke sundhedspædagogiske samtaler man holder på dit praktiksted?
- Hvilken rolle har social- og sundhedsassistenten i samtaler om sundhed?
- Bruger man nogle bestemte metoder?

PRAKTIKØVELSE s. 194

- Hvordan foregår evalueringen af dig i praktikken?
- Hvordan evaluerer du praktikstedet?

(Se flere praktikøvelser til mål 1 i bøgerne: *Koordinering, kvalitetssikring og dokumentation 2* og *Psykiatrisk sygdomslære og farmakologi 2*).

Praktikmål 2

Eleven kan selvstændigt identificere behov og begrunde behov for og udføre grundlæggende sygepleje til borgere/ patienter ud fra en metodisk tilgang indeholdende dataindsamling, planlægning, handling, evaluering og dokumentation.

PRAKTIKØVELSE s. 27

- Hvordan kan du arbejde med det åbne sundhedsbegreb på dit praktiksted?

Overvej mulighederne.

- Planlæg en samtale med en borger om at realisere hans mål og ønsker.
- Evaluér samtalen sammen med din praktikvejleder.

(Omhandler også mål 7).

PRAKTIKØVELSE s. 93

- Udvælg en af de borgere, du kender fra plejen.
- Reflektér med din praktikvejleder over patientens styrker og svagheder ved at lære nyt.
- Planlæg læring, der tager højde for borgerens ydre og indre læringsomstændigheder.

PRAKTIKØVELSE s. 99

- Vælg en borger, som du skal vejlede i et sundhedspædagogisk emne, fx inden for kost eller motion.
- Brug punkterne om effektive læringsformer i din planlægning.
- Evaluér med din praktikvejleder – Hvad virkede? Hvad virkede ikke?

(Omhandler også mål 7).

PRAKTIKØVELSE s. 149

- Prøv at bruge den visuelle skala sammen med en borger, der er interesseret i at foretage nogle adfærdsændringer.

PRAKTIKØVELSE s. 198

- Planlæg sammen med din praktikvejleder at foretage nogle systematiske observationer af borgerne med en demenssygdom.
- Drøft dine observationer med dine kolleger og din praktikvejleder.

(Omhandler også mål 4).

(Se flere praktikøvelser til mål 2 i bøgerne: *Somatisk sygdomslære og farmakologi 2*, *Sygepleje 2*, *Psykiatrisk sygdomslære og farmakologi 2* og *Forebyggelse og rehabilitering 2*).

Praktikmål 3

Eleven kan reflektere over de etiske dilemmaer, der følger arbejdet som professionel sundhedsperson, og varetage opgaver i relation til patientrettigheder samt procedurer for patientsikkerhed herunder indberetning af utilsigtede hændelser jf. Sundhedsstyrelsens gældende vejledning.

PRAKTIKØVELSE s. 51

- Tal med en borger med hjerte-kar-sygdom eller type 2-diabetes, som har anden etnisk baggrund, om hans sundhedsadfærd.
- Hvilke forskelle er der i sundhedsadfærden i forhold til KRAM-anbefalingerne?

(Omhandler også mål 2).

PRAKTIKØVELSE s. 101

- Afprøv refleksionsprocessen hos en af dine borgere, der har et sundhedsproblem.
- Arbejd systematisk med modellen – punkt for punkt.

(Omhandler også mål 2).

(Se flere praktikøvelser til mål 3 i bøgerne: *Koordinering, kvalitetssikring og dokumentation 2*, *Forebyggelse og rehabilitering 2* og *Psykiatrisk sygdomslære og farmakologi 2*).

Praktikmål 4

Eleven kan dokumentere og videregive relevante informationer og observationer vedrørende tildelte borgere/patienter til plejepersonale og andre faggrupper, herunder til fagpersoner i andre sektorer, og dermed medvirke til at sikre sammenhæng og helhed i borgerens/patientens forløb.

PRAKTIKØVELSE s. 22

- Planlæg, hvordan du kan fremme oplevelsen af sammenhæng hos en borger, du deltager i plejen hos.
- Skriv dine refleksioner ned, og drøft dem med din praktikvejleder.

(Se flere praktikøvelser til mål 4 i bogen: *Koordinering, kvalitetssikring og dokumentation 2*).

Praktikmål 5

Eleven kan identificere komplekse problemstillinger hos borgeren/patienten og reagere hensigtsmæssigt på ændringer i borgerens/patientens psykiske, fysiske eller sociale tilstand og samspillet mellem disse faktorer.

PRAKTIKØVELSE s. 35

- Undersøg middellevetiden for henholdsvis mænd og kvinder i den kommune, du er ansat i.
- Har man i kommunen nogen speciel indsats for at fremme sundhed hos mænd?
- Hvordan er man opmærksom på mænds sundhed i hjemmeplejen eller på plejecentret?

(Omhandler også mål 1).

(Se flere praktikøvelser til mål 5 i bøgerne: *Somatisk sygdomslære og farmakologi 2*, *Sygepleje 2* og *Psykiatrisk sygdomslære og farmakologi 2*).

Praktikmål 6

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

(Fagsprog anvendes i alle praktikøvelser).

Praktikmål 7

Eleven kan som led i behandlingen og med udgangspunkt i borgerens/patientens behov anvende relevant kommunikationsform herunder lytte, anerkende, støtte, vejlede og følge op.

PRAKTIKØVELSE s. 29

- Interview en borger om hans opfattelse af sundhed.
- Sammenlign med din egen opfattelse af sundhed.
- Hvad betyder borgerens opfattelse af sundhed for hans mål?

(Omhandler også mål 8).

PRAKTIKØVELSE s. 47

- Find en borger, der har gennemgået et rygestopprogram.
- Interview borgeren om, hvordan forløbet har været.
- Hvilken hjælp har han modtaget?
- Overvej, hvordan du kan bruge borgerens historie i dit fremtidige arbejde.

PRAKTIKØVELSE s. 110

- Planlæg, og afhold en samtale om sundhed ud fra rådslagningsmetoden.
- Fik du skabt et lige forhold mellem borgeren og dig?

(Omhandler også mål 2).

PRAKTIKØVELSE s. 113

- Planlæg, og afhold en samtale om sundhed ud fra den narrative metode.
- Fremgik det af borgerens fortælling, hvad der er værdifuldt for ham?
- Hvordan kan borgerens fortælling indgå i din vejledning?

(Omhandler også mål 2 og 8).

PRAKTIKØVELSE s. 115

- Deltag i en samtale ud fra modellen om Guidet Egen-Beslutning, hvor det er muligt.
- Evaluer, hvordan Guidet Egen-Beslutning virkede på patienten.
- Beskriv patientens fordele og ulemper ved modellen.

(Omhandler også mål 2).

PRAKTIKØVELSE s. 134

Du skal nu benytte Hiims og Hipples model hos en borger, hvor du skal rådgive, vejlede eller instruere.

- Undersøg først borgerens forudsætninger for at lære nyt (læringsforudsætninger).
- Hvornår og hvordan skal samtalen foregå (rammer)?
- Hvad er målene for samtalen (mål)?
- Tegn et mindmap over emnerne for samtalen (indhold).
- Overvej, hvordan borgeren lærer bedst (læreproces).
- Evaluér forløbet med borgeren bagefter (evaluering).

(Omhandler også mål 2 og 8).

PRAKTIKØVELSE s. 173

- Find tre borgere med hver sin position.
- Overvej, hvordan du kan bruge din nye viden i sundhedsarbejdet.

PRAKTIKØVELSE s. 176

- Tænk på en samtale med en borger.
- Hvilke dimensioner var i spil under samtalen?

PRAKTIKØVELSE s. 180

- Afprøv de forskellige gensvar og deres effekt i en samtale hos en borger.

PRAKTIKØVELSE s. 183

- Afprøv de forskellige typer spørgsmål, evt. i samtale med en ven.

PRAKTIKØVELSE s. 185

- I hvilke situationer eller over for hvilke typer af borgere er du assertiv, submissiv, aggressiv?
- Notér nogle situationer med borgere eller patienter, pårørende eller kolleger og analysér, hvad det var, der gjorde, at du reagerede, som du gjorde.

Praktikmål 8

Eleven kan indlede og afslutte en sundhedsfaglig ydelse til en borger/patient herunder gennemføre samtaler i relation til modtagelse, udskrivning og hjemkomst.

(Se praktikøvelser til mål 8 under mål 7).

Praktikmål 9

Eleven kan arbejde rehabiliterende, sundhedsfremmende og forebyggende ud fra refleksioner over borgerens/patientens autonomi og mestringsstrategier samt vejlede borgeren/patienten i sundhedsfaglige spørgsmål, der understøtter egenomsorgsevenen, livsstil og livskvalitet.

PRAKTIKØVELSE s. 42

- Spørg en borger, om han vil fortælle dig om sit liv.
- Hvilken social baggrund og uddannelse har han? Hvordan med hans forældre? Hvordan var forholdene i hans barndom?
- Reflektér over, hvilken sammenhæng der er mellem borgerens fortælling om sine levevilkår og borgerens sundhed.

(Se flere praktikøvelser til mål 9 i bogen: *Forebyggelse og rehabilitering 2*).

Praktikmål 10

Eleven kan indgå aktivt i borgeres/patienters genoptræningsforløb efter vejledning fra relevante fagpersoner.

PRAKTIKØVELSE s. 188

- Læg en plan for en målrettet personlig samtale med en borger.
- Gennemgå planen med din praktikvejleder, før du gennemfører den.

(Omhandler også mål 2 og 7).

(Se flere praktikøvelser til mål 10 i bogen: *Forebyggelse og rehabilitering 2*).

Praktikmål 11

Eleven kan aktivt indgå i og motivere borgere/ patienter til at deltage i aktiviteter ud fra relevante tilgange, som fx recovery eller rehabilitering, samt vejlede og informere om relevante tilbud inden for rehabilitering, sygepleje og service- og botilbud.

PRAKTIKØVELSE s. 146

- Undersøg, hvilke tilbud der er i dit praktiksteds lokalområde - fx rygestop, kostvejledning eller motion.

(Omhandler også mål 1).

PRAKTIKØVELSE s. 160

- Undersøg, hvilke patientuddannelser der er i den kommune eller region, du er ansat i.
- Hvordan bliver man henvist – kan man fx selv henvende sig?
- Søg på din regions hjemmeside.

Se fx Region Hovedstadens hjemmeside: www.regionh.dk, www.sundhed.dk eller www.patientuddannelse.info.

Du kan også finde materiale, små videoklip og links til patientforeninger på www.gribomlivet.dk, som er patientportal for Region H.

(Omhandler også mål 1).

(Se flere praktikøvelser til mål 11 i bøgerne: *Forebyggelse og rehabilitering 2* og *Psykiatrisk sygdomslære og farmakologi 2*).

Praktikmål 12

Eleven kan efter praktikstedets retningslinjer og efter delegation selvstændigt op-hælde og uddele medicinen samt observere virkning/bivirkninger, informere om medicinen, dokumentere og medvirke til, at borgere/patienter samarbejder omkring medicinindtag.

(Se praktikøvelser til mål 12 i bøgerne: *Somatisk sygdomslære og farmakologi 2*, *Sygepleje 2* og *Psykiatrisk sygdomslære og farmakologi 2*).

Praktikmål 13

Eleven kan anvende generelle principper for hygiejne herunder særlige regimer og teknikker, fx steril teknik i forbindelse med sårpleje og kateteranlæggelse, samt vejlede borgere/patienter, pårørende og kolleger herom.

(Se praktikøvelser til mål 13 i bøgerne: *Sygepleje 2* og *Somatisk sygdomslære og farmakologi 2*).

Praktikmål 14

Eleven kan forholde sig kritisk til egne og andres arbejdsstillinger og arbejdsstedets indretning i forhold til forebyggelse af arbejdsskader og voldsomme episoder samt kan følge gældende ergonomiske principper og sikkerhedsforanstaltninger både i forhold til borgerne/patienterne og sig selv.

PRAKTIKØVELSE s. 46

- Hvad gør man på dit praktiksted for at fremme trivsel og sundhed?
- Hvordan er sammenhængen mellem krav og resurser til medarbejdere?
- Hvilken indflydelse har man på sine arbejdsopgaver?
- Hvordan er sygefraværet?

(Omhandler også mål 1).

(Se flere praktikøvelser til mål 14 i bogen: *Forebyggelse og rehabilitering 2*).

Praktikmål 15

Eleven kan tilrettelægge og følge op på både egne og andres arbejdsprocesser i forhold til såvel administrative som sygeplejefaglige opgaver omkring den enkelte borger.

(Se praktikøvelser til mål 15 i bogen: *Koordinering, kvalitetssikring og dokumentation 2*).

Praktikmål 16

Eleven kan identificere behov for velfærdsteknologiske hjælpemidler i borgerens hjem herunder anvende og vejlede i brugen samt tage højde for eventuelle dilemmaer forbundet hermed.

(Se praktikøvelser til mål 16 i bogen: *Forebyggelse og rehabilitering 2*).