

PRØVE I KS KAP 6 & 7

Marit har opplevd en dramatisk og kritisk situasjon i livet sitt. Følelsen av skyldfølelse sliter hun mye med, og dette kan fort gjøre til at hverdagen ikke blir så lett.

Jeg som helsesekretær skal møte Marit som en profesjonell yrkesutøver og vise henne den omsorgen, empatien og veiledningen hun trenger. Som helsesekretær vet jeg godt om kriser, sorg og depresjon, og hvor viktig det er å jobbe seg gjennom disse tingene. Marit sitt liv ble fort snudd på hodet, og dette fører til at man opplever en viss angst og kan fort gå inn i en type depresjon.

I møte med Marit er det viktig at jeg tydelig viser personlig interesse for henne som pasient, at jeg tar kontakt med henne og er imøtekomende. Kommunikasjonen med Marit er den viktigste delen av veiledningen og behandlingen. Jeg må tilpasse kommunikasjonen til henne som pasient, og vise henne at hun blir ivaretatt. Når Marit kommer inn kan jeg tydelig se på kroppsspråket hennes at hun er nedfor og trist og sliten. Dette på grunn av et tamt og blekt ansikt, hun har ikke like mye mimikk som andre pasienter. Hun ser sliten og tenkende ut. Alle pasientene har et eget kroppsspråk, men vi alle har en type kroppsspråk som viser til en viss grad hvordan vi har det. Jeg kan bruke åpne spørsmål for å få fram noen tanker og følelser som Marit sitter inne med. Det er viktig at jeg smiler mildt og har et kroppsspråk som virker sikkert og trygt. Det er viktig at jeg under samtalen legger merke til hvordan kroppsspråket til Marit er, og hvordan hun opplever samtalen. Dette er viktig i forhold til at jeg ikke får henne til å føle seg utilpass.

Psykiske reaksjoner er noe vi alle mennesker opplever her i livet. Marit har opplevd å se mange triste og forferdelige ting som har gjort henne trist og deprimert. Hun har måttet gå igjennom mange følelser som skyldfølelse, tristhet og vonde drømmer som har gjort henne redd. Marit trenger den omsorgen og hjelpen hun kan få for å klare å jobbe igjennom sine egne følelser og tanker. Alle mennesker har forsvarsmekanismer som vi bruker for å beskytte oss selv med. Fornektelse for eksempel, det at vi ikke innrømmer for oss selv hva vi føler. Psykiske reaksjoner kommer med mange tegn. Man kan miste matlysten, søvnproblemer, depresjon, mimikkfattig ansikt, tristhet, meningsløshet, angst, skyldfølelse og redsel. Alle disse forskjellige tingene er vanskelige å gå igjennom, og det er viktig at man prøver å skaffe den hjelpen man trenger og at man ikke prøver å håndtere alt dette bare på egen hånd. For Marit er det viktig at hun vet hva slags tilbud som finnes for henne, og også andre som har opplevd traumatiske handlinger og som sliter med konsekvensene av dette i etterkant. Jeg som helsesekretær har en ansvar som profesjonell yrkesutøver å hjelpe henne til å få de tilbudene og hjelpen hun trenger. Jeg kan foreslå for henne at hun bestiller time hos legen hennes, og muligens får forslag til flinke psykologer eller kanskje kognitiv behandling hos en flink lege. Det er viktig at jeg ikke bare hjelper henne med det hun skulle hente, nemlig

sykemeldingen. Men at jeg ser Marit som en helhet, og hjelper henne på alle områder som jeg som yrkesutøver i helsesektoren har kunnskaper og ferdigheter om.