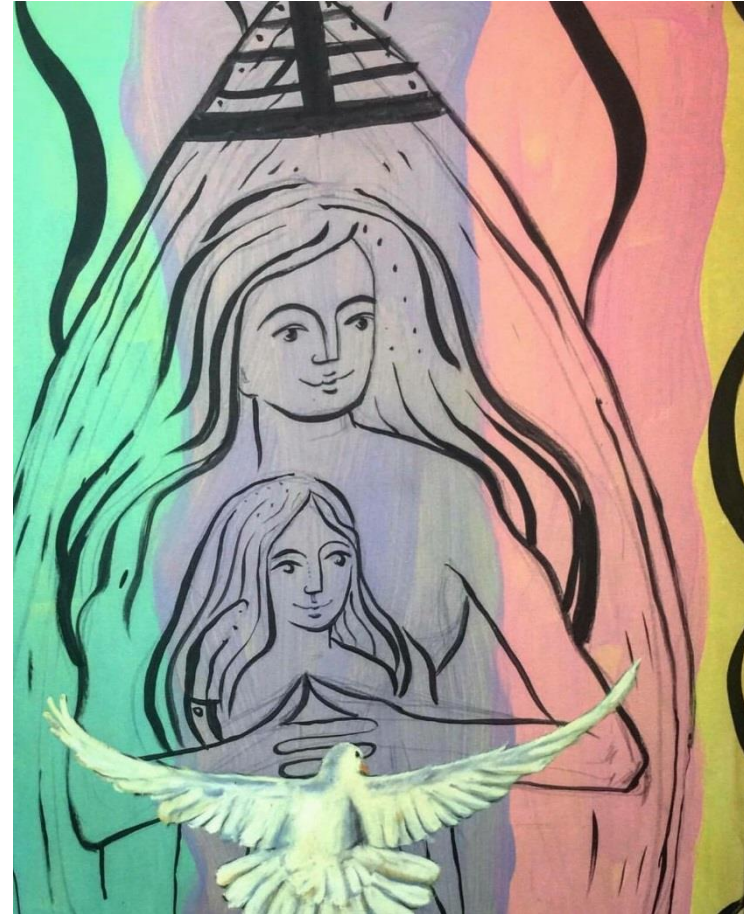


Å se hele mennesket

- Er det mulig?



To fremmede møtes i et rom..

- <https://sedenne.no/v/54124/de-ble-bedt-om-a-se-hverandre-i-oynene?jwsourc=em>

Kan vårt hastige samfunn bidra til at vi ikke har **tid** til å se hele mennesket?

- Er «**raskere tilbake**», et eksempel på hastigheten i vårt samfunn?
- Hvorfor ikke «**sterkere tilbake**»?
- Stadige kutt i helse- og omsorgssektoren
- Stress



Å møte mennesker som er krevende eller å møte mennesker som er i krevende situasjoner?

Hjelperen kan ha en oppfatning om at man fremstår rolig.

- Kroppsspråket avslører
- Egen sårbarhet
- Selvregulering
- Traumebevisst omsorg
- Ytre faktorer påvirker

TIDSPRESS!



Pasienten/brukeren/pårørende er ofte i en krevende situasjon og kan være

- Aggressiv
- Redd
- Forvirret
- Urolig
- Trist mm

De fleste trenger bare at noen er nærværende og lytter uten å dømme

TID er en suksessfaktor!

ACE studien «adverse childhood experiences»

- en klar sammenheng mellom belastninger i barndommen og negative utfall senere i livet
- jo flere belastninger man hadde i barndommen, jo flere negative utfall innenfor helse og livskvalitet hadde man senere i livet.
- Overgrep, omsorgssvikt / neglekt, og det å leve i en særlig vanskelig familiesituasjon.



Skulpturen **LOVE**, av Alexander Milov, Burning Man festival, Nevada 2015.

Viktige funn i studien

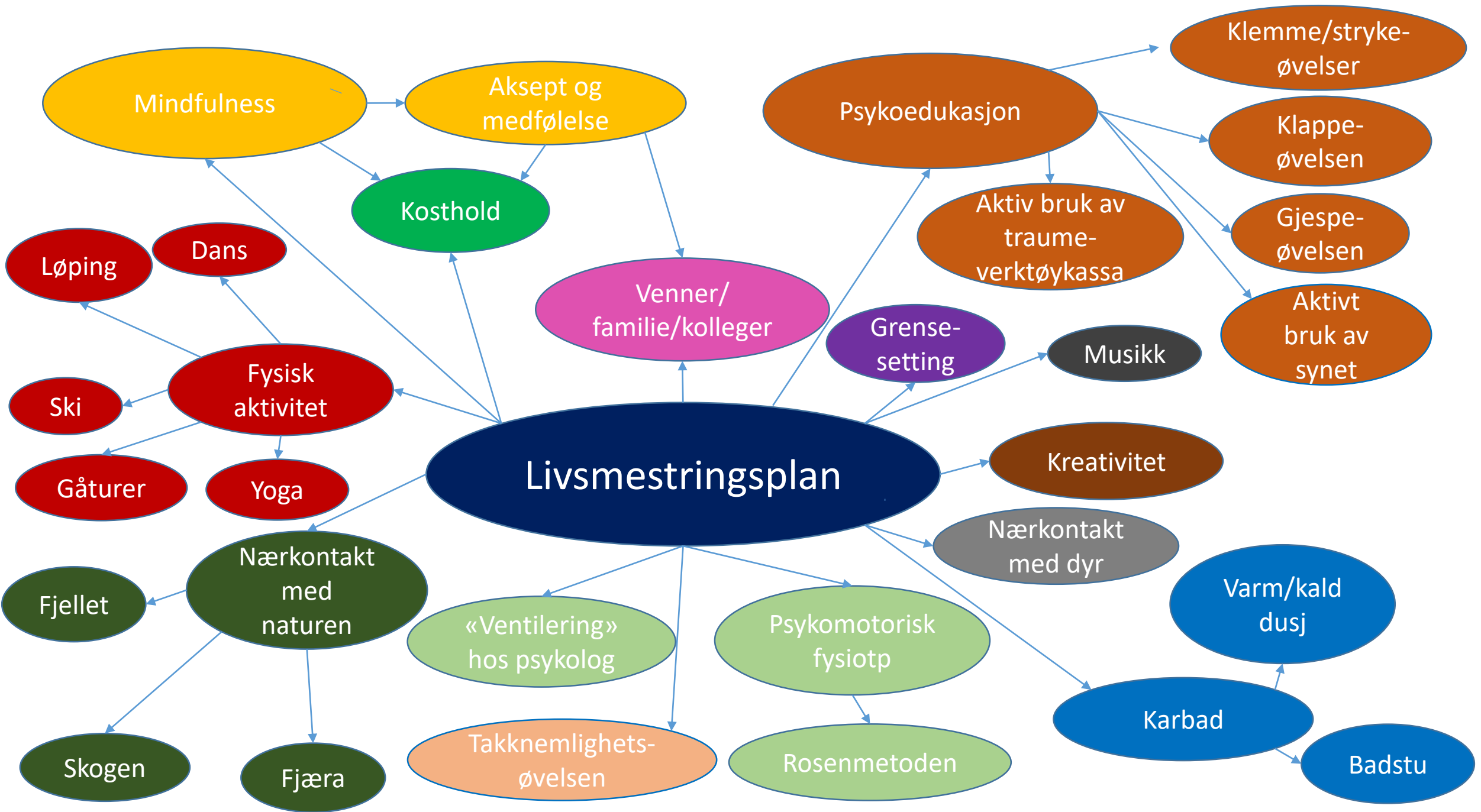
jo flere belastninger man hadde i barndommen, jo sterkere var sammenhengen med negative utfall knyttet til helse og livskvalitet senere i livet

- Alkoholisme og alkoholmisbruk
- Kronisk obstruktiv lungesykdom (KOLS)
- Depresjon
- Fosterdødsfall
- Nedsatt livskvalitet
- Bruk av ulovlige rusmidler (narkotika)
- Hjertesykdom
- Leversykdom
- Svake prestasjoner i arbeidslivet
- Dårlig økonomi
- Risiko for partnervold
- Å ha mange seksualpartnere
- Seksuelt overførbare sykdommer
- Røyking
- Selvmordsforsøk
- Uønskede graviditeter
- Tidlig debut med røyking
- Tidlig seksuell debut
- Graviditet i tenårene
- Svake skoleprestasjoner

Hva har hendt deg i livet?

- Tør vi å spørre?
- Barndommen følger deg igjennom hele livet
- For å se hele mennesket må vi tørre å se det vi ikke vil se
- Deretter kan man spørre; hva er viktig for deg?
- En **systematisering** av det som er viktig for meg
 - Krisemestringsplan
 - Livsmestringsplan
 - Individuell plan





Håp for fremtiden

- Mindre stigmatisering
- Større aksept og åpenhet
- En sammensmelting av somatikk og psykiatri
- Tjenester som samarbeider
- Traumebevisst omsorg
- Skape arenaer for dialog
- Reell brukermedvirkning



Takk for
oppmerksomheten!

Siri Kristine Engstad

Erfaringskonsulent på UNN HF, Psykisk helse-
og rusklinikken, avdeling Nord.

Siri.Kristine.Engstad@unn.no

Tlf: +47 77 62 79 18

