



# Se hele mennesket

Nasjonal Erfaringskonferanse om  
Gode Pasientforløp

Oslo  
8. januar 2020

*Siri Kristine Engstad*

# Å se hele mennesket

- et umulig oppdrag?



Björg Thorhallsdóttir

# To fremmede møtes i et rom..

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



# Tillit

At noen  
kommer oss i møte  
må vel være det vakreste

Tynne lysende blikk av tillit  
trekker oss ut av mørket

Eva Dønnestad

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



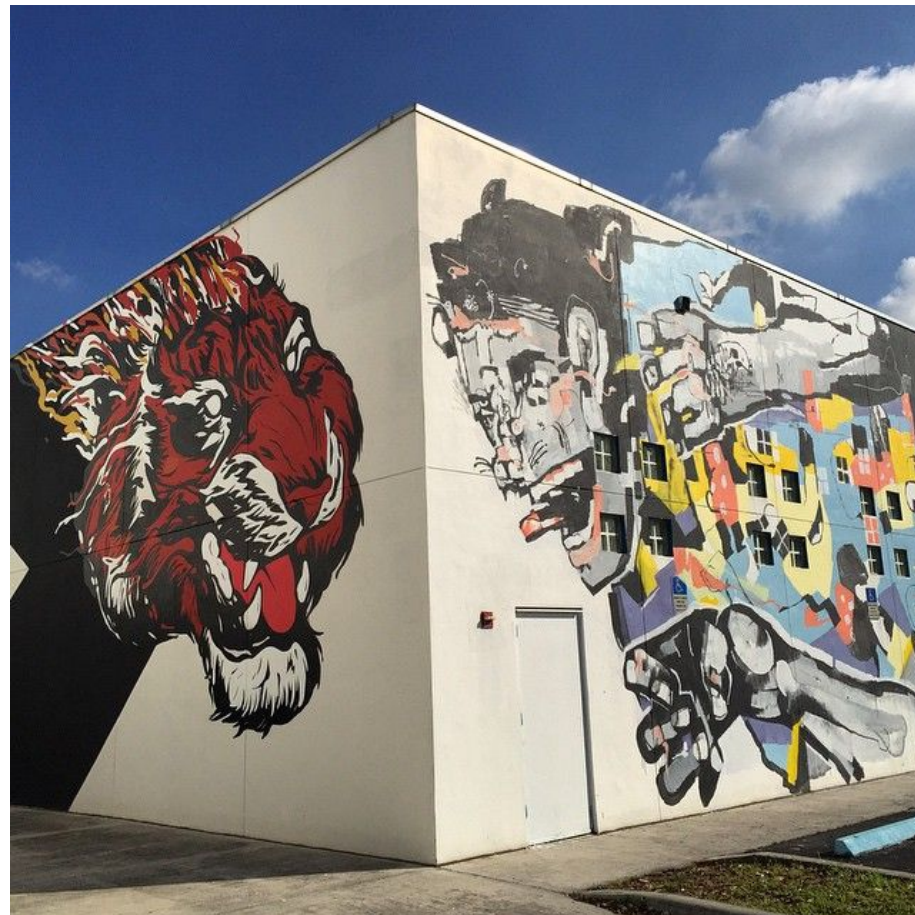
- Stadige kutt i helse- og omsorgssektoren
- New Public Management
- Den gylne regel
- Stress
- Er «**raskere tilbake**», et eksempel på hastigheten i vårt samfunn?
- Hvorfor ikke «**sterkere tilbake**»?

# 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 og samregulering
- Reguleringsbevisst 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
  - Plan for å ha det bra/livsmestringsplan
  - Individuell plan



# Hva vil det si å være frisk?

## Verdens helseorganisasjon (WHO)

definerer god psykisk helse som:

”en tilstand av velvære der individet realiserer sine muligheter, kan håndtere livets normale stress, kan arbeide på en fruktbar og produktiv måte og har mulighet til å bidra for samfunnet”.

## Siri definerer god psykisk helse som:

«en tilstand hvor individet opplever mening, nærvær, håp, kjærlighet, tilhørighet, fellesskap og verdighet i tilværelsen».

# Håp og visjoner for fremtiden

- Nulltoleranse for stigmatisering
  - Forkaste ICD og DSM
  - The Power Threat Meaning Frame
- Reell brukermedvirkning
  - Skape flere ulike arenaer for **dialog**
  - **CAPA modellen**
- Fagkompetanse og erfaringskompetanse hand i hand
  - Gi hjelp som hjelper... FIT
- Bygge **broer** og ikke murer
  - Tjenester som samarbeider
- **Lett tilgjengelig** psykisk helsehjelp
  - Stangehjelpa
  - Selvmordsforebyggende senter
- Traumer i fokus og **reguleringsbevisst omsorg**





# Takk for oppmerksomheten

Kontakt

[Siri.Kristine.Engstad@unn.no](mailto:Siri.Kristine.Engstad@unn.no)

Erfaringskonsulent på

- Psykisk helse- og rusklinikken, avdeling Nord, UNN HF og i
- Kontinuerlig forbedring, direktørens stab, UNN HF

sirikengstad

