

# 2023 Hospice symposium

Laila Schou Pedersen og Lone Jensen



# Hvad var formålet med projektet mental sundhed?

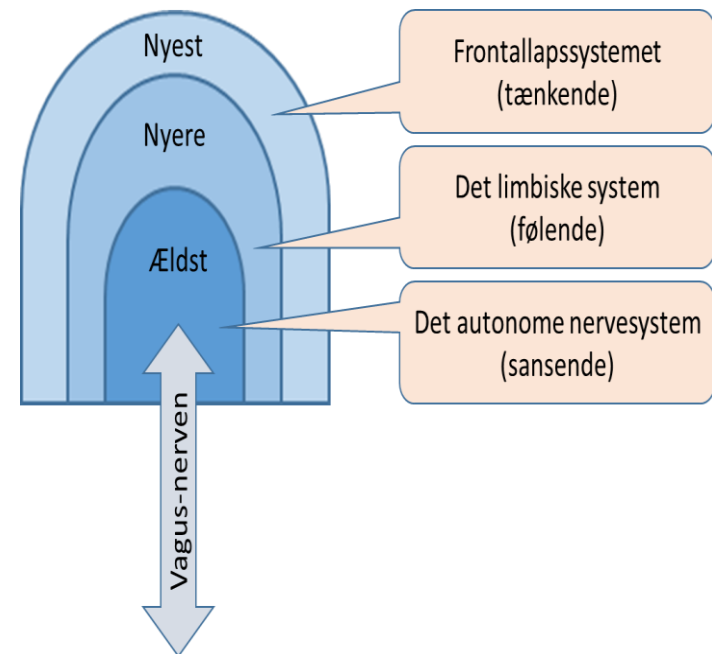
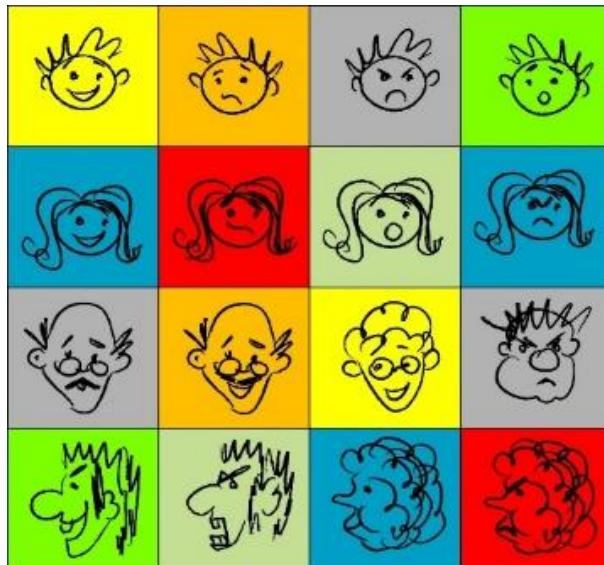
- At fastholde og fremme den mentale sundhed på Sct. Maria hospice, gennem aktiviteter i hverdagen
- At forebygge følelsesmæssig nedslidning gennem en kultur der er understøttet af fælleskaber
- At få et sprog for det der rør sig hos personalet og få fagligheden i spil

# Der blev afholdt 4 tema dage

- Følelsesmæssig belastning
- Psykologisk sikkerhed
- Praksisfælleskaber
- Resiliens i organisationer

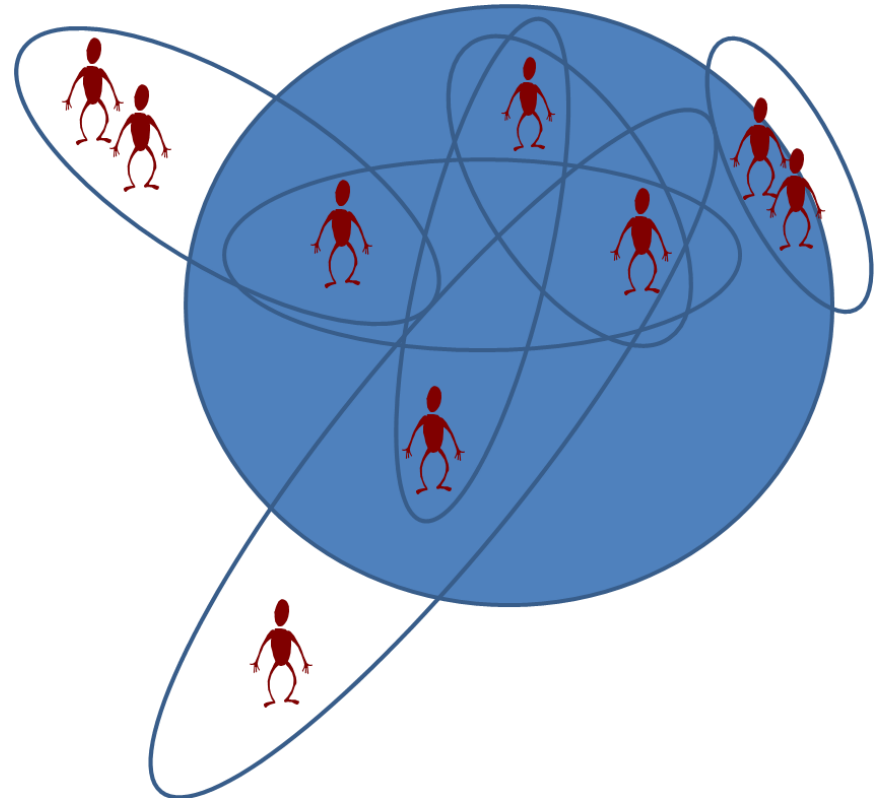
# Med følelser "læser" vi andre og os selv

Menneskets særlige evner  
Spejling  
Empati



# Praksisfællesskab

- Vi har del i mange fællesskaber
- Vi er relationelle væsner
- Vi bærer elementer fra fællesskab til fællesskab



# Fire niveauer af psykologisk tryghed

Jo højere niveau jo mere respekt og tryghed mellem hinanden

R  
e  
s  
p  
e  
k  
t

Eksklusion

Fællesskabs-  
tryghed

Lærings-  
tryghed

Bidrags-  
tryghed

Innovations-  
tryghed

Tilladelse

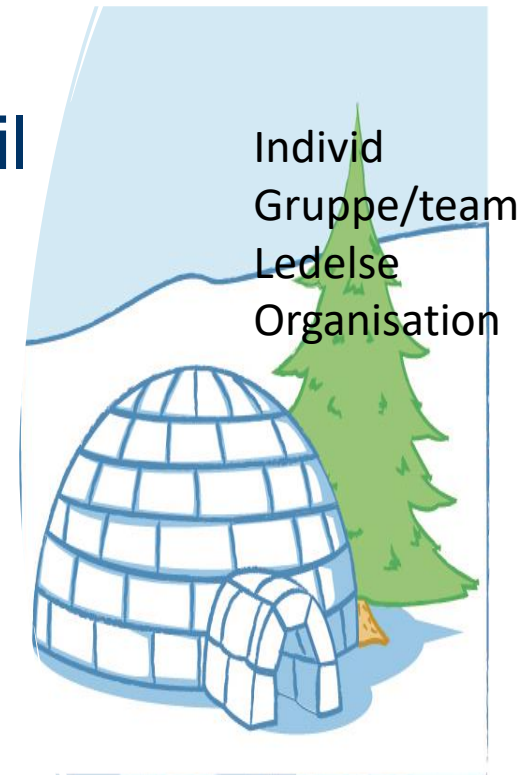
# Strategier

- Ipad
- Bøn
- Meditation
- "Manden derhjemme"
- Kondolencekort – mulighed for at afslutte "historien"
- Ryste kroppen
- Humor
- "Gå ud af døren"
- Tage et bad

Idé-katalog til  
deling...  
Hvad gør du?

# Hvad blev igangsat?

- Dagens tilbageblik
- Bevidning - En narrativ tilgang til middagskonferencen
- Makkerskabet- morgenbriefing
- Morgenkoordinerings møde
- Introduktion af nyt personale





# Dagens tilbageblik

- Debriefing handler om at "vaske tavlen ren".
- Der er massiv evidens for, at det sænker belastningsniveauet. Dertil bidrager det til det gode fællesskab.
- Hvorfor:
  - Du skal gøre det for din kollegas skyld – at hun bliver mødt, lyttet på og bedre hendes restitution
  - Du skal gøre det for patientens skyld – at når du kommer igen, er du åben
  - Du skal gøre det for din egen skyld – så du får fat i det, der fylder og hjælper dig til at restituere
  - Styrker relationen

# Dagens tilbageblik

Debriefing på 10 minutter ...

- Hvad har gjort indtryk i dag?
- 2 min. Stilhed – indled med dybe vejrtrækninger
- Fortæl og lyt

# Hvor er du i praksisfællesskabet?

