

# Kompetenceudvalget



## Visitation af kvinder med psykiske diagnoser

den 18. februar 2019

Oplæg og debat ved medarbejdere i Socialpsykiatrien, Sønderborg Kommune

Antal deltagere: ca. 35

Oplægsholdere: Malene, afdelingsleder, Harriet og Helene, medarbejdere

Socialpsykiatrien beskæftiger sig med mennesker under servicelovens § 85:

*Efter servicelovens § 85 skal kommunen tilbyde hjælp, omsorg eller støtte samt genoptræning og hjælp til udvikling af færdigheder til personer, der har behov herfor på grund af betydelig nedsat fysisk eller psykisk funktionsevne eller særlige sociale problemer.*

### Stikord fra oplæggene

- Vi er ikke behandlere, psykologer eller psykiatere
- Man kan godt have forskelligt funktionsniveau selv om man har en diagnose
- Rummelighed er vigtig
- Vi er autentiske i vores møde med dem og spørger ind til deres befindende
- Være skarp på, hvor er min kompetence
- Man når langt, når man går ydmygt til opgaven
- Kommunikation er vigtig i relationen
- Vigtigt at turde at sige fra
- Vigtigt at sparre med hinanden
- Husk at skelne, hvad der er privat og personlig. Man skal være bevidst om, hvad man fortæller og hvornår.
- Grænsesætning for at passe på sig selv

### Gode råd til krisevagterne

Der er mulighed for at kontakte lokalpsykiatrien i Aabenraa, der har en klinik for selvmordstruede, hvor man får en tid inden for 48 timer.

Akut: Kontakt den psykiatriske skadestue i Aabenraa. Telefonnumre på kontoret.

I kan ikke sige noget forkert. Man kan ikke skubbe folk ud i selvmord ved at spørge ind til eventuelle konkrete planer, tværtimod.

Når I møder kvinder i krise, er hele deres system i alarmberedskab, kroppen er i alarmberedskab og reagerer på f.eks. lyd/lugte, eller noget, vi siger, kan trigge alarmberedskabet.

---

*Hvad kan man gøre for at få ro på/dæmpe sanserne:*

- Dybe tryk, massage på ryggen med massagebold (orange gummibold med dupper)
- Kuglestol /-dyne er meget beroligende (der er to kuglestole på Krisecentret)
- NADA-akupunktur (øreakupunktur) bruges af medarbejderne i Socialpsykiatrien
- Når vi stimulerer musklerne, falder sanserne til ro.

*Mestrings-/afledningsstrategier:*

- Tale situationen ned
- Ved udtryk for tvangstanker kan du sige "Jeg hører, hvad du siger, men kan ikke hjælpe dig"
- Du kan ikke stille de forkerte spørgsmål!

Ved telefonisk henvendelse/visitation og konstatering af psykisk sygdom kan du spørge ind til kvindens hverdag og hendes medicin, f.eks.: "*I hvilket omfang er du præget af din psykiske sygdom?*" "*Hvad er svært for dig i hverdagen?*" "*Får du medicin?*"

Det er vigtigt, at vi ikke har berøringsangst i forhold til disse kvinder.

**Husk, du har altid en bagvagt.**

- Det giver tryghed at vide, at du kan ringe til Karina eller din gruppekoordinator. Hvis Karina er på ferie, vil der være én fra bestyrelsen, der er bagvagt, og som du kan ringe til (telefonnumre på listen ved telefonen i kontoret).
  - Brug også gruppemøderne, hvor der kan tales om ting, der ligger én på sinde og deles gode og dårlige oplevelser.
  - Pas på dig selv og de andre beboere.
  - Træk dig, hvis du føler dig utryk, du må gerne gå ind på kontoret og låse døren – og evt. ringe til politiet, hvis du har brug for hjælp.
  - Husk også, at mange af beboerne på Krisecentret kommer her efter forudgående aftale med kontoret, og måske har de gennemgået et samtaleforløb forinden. Det er forholdsvis sjældent, at du kommer til at modtage en kvinde helt akut. Hvis det sker, kan du altid ringe efter en til at hjælpe dig (centerleder, bagvagt, koordinator eller anden frivillig).
-