

Umhyggja við heilbrigðisstörf

Kaflí 4

HJÚK2HM05

IBÓ

Umhyggja

Umhyggja – hvað þýðir það ?

Umhyggja órjúfanlegur þáttur hjúkrunar.

Margar kenningar til um umhyggju m.a. Kenningar
Kari Martinsen og Sigríðar Halldórsdóttur.

Umhyggja

- Umhyggjukenning Kari Martinsen leitast við að sýna fram á þýðingu umhyggju í daglegu lífi og starfi okkar.
- Sýnum oft umhyggju án þess að vera meðvituð um það.
- Stöndum sjúklingum nærri með því að sýna athygli og áhuga.

Kari Martinsen lýsir umhyggju á eftirfarandi hátt:

„Umhyggja er náskyld náungakærleik: Að gera öðrum það sem við viljum að aðrir geri okkur. Það merkir að rjúfa sjálfhverfni sína, það að vera einungis upptekinn af sjálfum sér. Umhyggja byggist á þeirri hugsun að aðrir komi okkur við. Það er tilfinningin um að standa öðrum nærri." (Martinsen, 1989).

Fagleg umhyggja

- Fagleg umhyggja kenning Sigríðar Halldórsdóttir
- Í vinnu okkar er umhyggja nauðsyn. Starfi okkar fylgir sú skylda að bera umhyggju fyrir fólkinu sem er í okkar umsjá.
- Er launuð
- Við í hlutverki þess sem sýnir umhyggju, skjólst. Er sá sem þiggur hana.
- Kröfur um hvernig og hvernær henni er beitt.
- Byggist á fagþekkingu.

Fagleg umhyggja

- Beitem reynslu okkar við slíka umhyggju.
- Ekki hvað okkur finnst sjálfum, heldur það sem við höfum lært.
- Þurfum að vera meðvituð um hlutverk okkar.
- Passa okkur á hvað við segjum, skjólstæðingur á ekki að hafa áhyggjur af okkur!!!!

5. þættir faglegrar umhyggju samkv. Sigríði Halldórsdóttir

- **Umhyggja:** Fagaðili ber umhyggju fyrir sjálfum sér, skjóst. aðstandendum hans og samstarfsfólki
- **Sjálfspekking og sjálfsrækt:** Fagaðili þekkir og leggur rækt við sjálfan sig sem manneskju og sem fagmaður í hjúkrun
- **Samskipti og tengsl:** Fagaðili er fær um uppbyggjandi samskipti og að mynda tengsl við skjólstæðinga og samstarfsfólk

5 þættir faglegrar umhyggju

- **Fagviska:** Fagaðili hefur þekkingu og skilning á manninum og hjúkrun við margþættar aðstæður til að bera fagvisku. Geta ígrundað störf sín á gagnrýnninn hátt og haft framsýni.
- **Fagleg færni:** Fagaðili er faglega fær t.d. í því að framkvæma ákveðin verk, meta ástand og þarfir og bregðast rétt við.

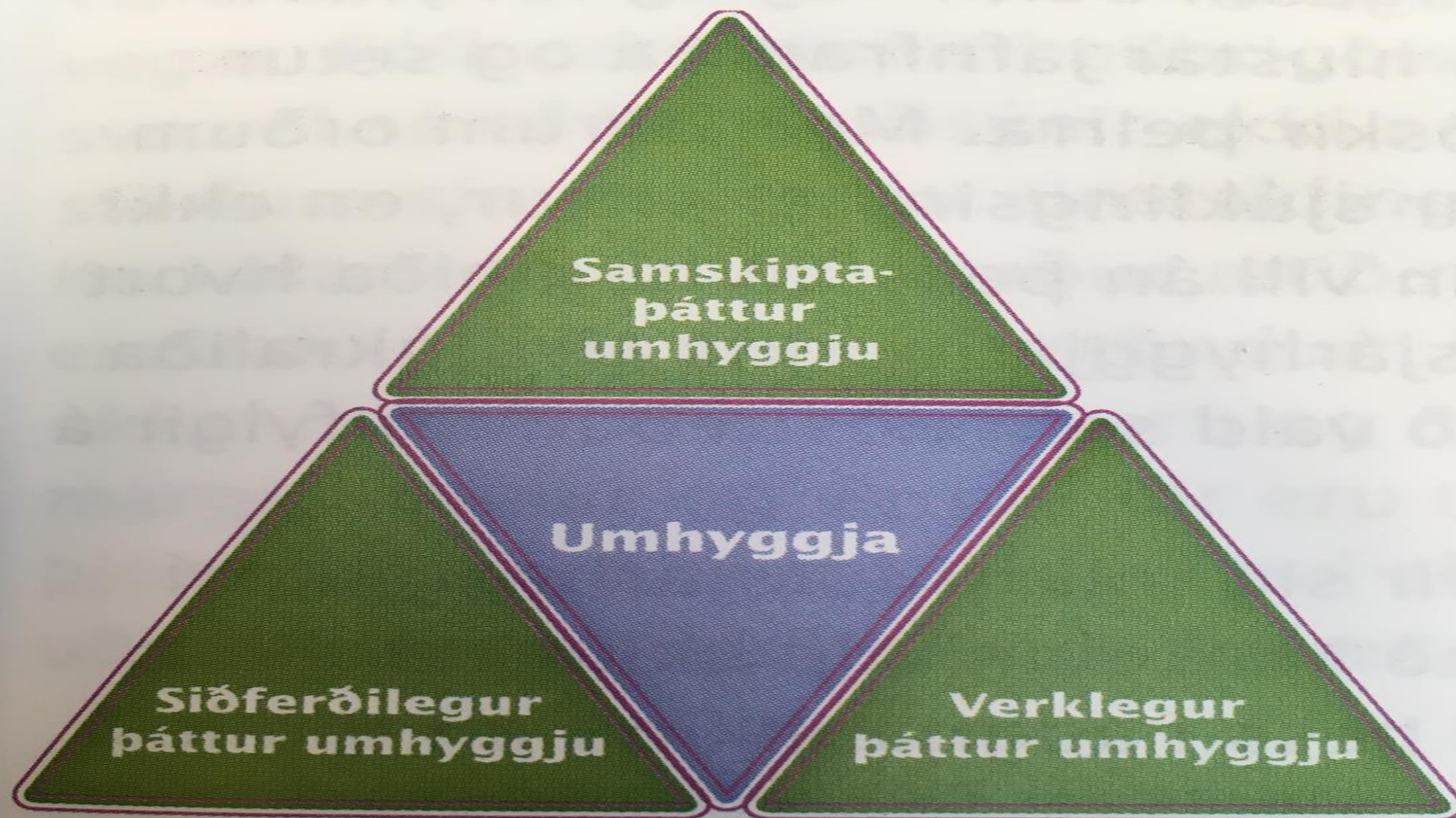
Hið faglega mat

“Faglegt mat í hjúkrun felst í því að byggja á fræðilegri og faglegri þekkingu en taka jafnframt mið af og meta aðstæður skjólstæðingsins”
Til að vera fær um að sýna fólki umhyggju í störfum okkar þurfum við annars vegar að búa yfir faglegri þekkingu og hins vegar að eiga létt með og hafa vilja til að skilja annað fólk.

Umhyggja þríþætt samskvæmt Kari Martinsen

Þrír þættir umhyggju :

- **Samskiptapáttur** - að bera umhyggju fyrir hinum. Umhyggja byggist alltaf á tveimur aðilum. Þegar annar þjáist reynir hinn að lina þjáningarnar. Sýnum ábyrgð fyrir þeim sem eru minni máttar.
- **Verklegur páttur** - kunna verkið þegar þess er þörf. Stofna til tengsla. Umhyggja snýst um að aðhafast. Sýna samúð í verki. T.d. Búa um sár.
- **Siðferðilegur páttur** - Hvernig við breytum gagnvart einstaklingnum og hvernig við förum með vald í þeim aðstæðum sem við erum. Það er við byggjum á faglegri þekkingu þegar lagt er mat á hvað rétt sé að gera en ekki okkar eigin tilfinningu.



Þegar umhyggja mistekst

Samkv. Kari geta komið upp tvenns konar hegðunarmynstur gagnvart skjólstæðingum sem eru miður heppileg.

- Þau eru:
- -Tilfinningaleg umhyggja. Láta þjáningar hins bera sig ofurliði.
- -Forsjárhyggja. Þegar fagaðli tekur völdin og telur sig vita hvað það er sem er skjólstæðingnum fyrir bestu.

Þegar umhyggja lánast/tekst vel til :

Mild forsjárhyggja – þriðja hegðunarmynstrið samkv. Kari.

Að sinna starfinu sínu þannig að fagaðli beitir faglegum yfirburðum við umönnun skjólstæðinga en hlustar og tekur tillit til tilfinningar og óskir þeirra.

Með öðrum orðum sjálfstæði og sjálfsákvörðunarréttur einstaklinganna er virtur.

Hver þarfnast umhyggju ?

Kari Martinsen talar um tvennskona umhyggju :
Vaxtarumhyggju og viðhaldsumhyggju.

- Vaxtarumhyggja tengist væntingum um að skjólstæðingurinn verði færari um að bjarga sér.
- Viðhaldsumhyggja er hins vegar sú tegund umhyggju tengist viðhaldi ástands eða afturförum

Lokaorð bls 57.

Nauðsynlegt að tileinka sér umhyggju því að hún er grundvallaratriði þegar aðhlynning sjúklinga/skjólstæðinga er annars vegar.

Heilbrigðisstarfsfólk getur ekki sinnt starfi sínu vel ef það sýnir ekki nærgætni og umhyggju í störfum sínum við aðra einstaklinga.

Þurfum ætíð að mynda ákv. tengsl við skjólstæðinga okkar.