

REFLEKSIONSKORT TIL OPLÆRINGSMÅLENE FOR SOCIAL- OG SUNDHEDSHJÆLPERUDDANNELSEN

Formål:

Kortene indeholder refleksionsspørgsmål til hvert af de 16 oplæringsmål for social- og sundhedshjælperuddannelsen. Kortene kan bruges til at understøtte elevens forståelse af oplæringsmålene, hvilket øger elevens faglige og sproglige kompetencer i faget.

Hvordan:

Kortene bruges til refleksion og faglig dialog mellem fx elev og vejleder, mellem elever eller mellem fagprofessionelle. Kortene kan bruges uanset, hvilket niveau eleven befinder sig på. Refleksionsspørgsmålene er farvekodet, farverne henviser til uddannelsens fire specifikke fag og tilhørende teoribøger:

- Lilla: *Social- og sundhedshjælperens rolle*
- Gul: *Personlig hjælp, omsorg og pleje*
- Blå: *Sundhedsfremme, forebyggelse og rehabilitering*
- Grøn: *Mødet med borgeren*

OPLÆRINGSMÅL 1

Eleven kan professionelt og selvstændigt udføre personlig pleje og omsorg samt varetage personlig og praktisk hjælp, så borgeren kan bevare sin mulighed for livsudfoldelse* og livskvalitet.

* Livsudfoldelse: At (kunne) leve sit liv frit som man ønsker og har lyst til; det at livet udfolder sig i frihed og glæde.

1. Hvilken personlig pleje har du udført hos din borger?
2. Hvordan vurderer du din borgers egenomsorg? Hvordan understøtter du denne?
3. Hvilken omsorg giver du? Hvor meget hjælper du borgeren, og hvad hjælper du med?
4. Hvordan sikrer du, at borgeren gør mest muligt selv?
5. Hvad kan borgeren selv?

1. Hvad får borgeren af praktisk hjælp?
2. Hvordan får borgeren visiteret hjælp?
3. Hvad vil det sige at være professionel?
4. Hvilke kvalitetsstandarter er der for de opgaver, du laver, og hvor finder du kvalitetsstandarterne?

1. Hvad betyder det for borgeren at kunne selv?
2. Prøv at forklare hvad livskvalitet er.
3. Hvordan finder du ud af, hvad der er livskvalitet for din borger?

OPLÆRINGSMÅL 2

Eleven kan, under hensyntagen til selvbestemmelsesretten, motivere borgeren til at tage aktivt del i det rehabiliterende forløb, så egenomsorg, trivsel og praktisk funktionsevne* bevares i hverdagen i videst muligt omfang.

* Funktionsevne: Et udtryk for et menneskes evne til at udføre forskellige funktioner. Der kan være fysiske, psykiske eller sociale hindringer.

1. Hvad vil det sige at have selvbestemmelsesret?
2. Hvordan kan selvbestemmelsesret vise sig i hverdagen? Hvad betyder det for dit arbejde? Kom med eksempler fra din praksis/borger.

1. Hvad er motivation? Hvordan kan du motivere din borger?
2. Hvor motiveret er din borger? Beskriv.

1. Hvad er egenomsorg?
2. Hvordan er din borgers egenomsorg?

1. Hvordan arbejder du rehabiliterende i plejen hos din borger?
2. Hvad er rehabilitering?
3. Hvorfor er det vigtigt at motivere borgeren til at tage aktiv del i det rehabiliterende forløb?
4. Prøv at forklare din borgers funktionsevne?
5. Hvordan kan du støtte din borger med at bevare sin funktionsevne?
6. Kom med forslag til redskaber, der kan hjælpe i arbejdet med funktionsevne.

OPLÆRINGSMÅL 3

Eleven kan arbejde sundhedsfremmende og forebyggende og reagere hensigtsmæssigt på ændringer i borgerens fysiske, psykiske og sociale sundhedstilstand.

1. Hvad er sundhedsfremme?
2. Forklar hvordan du arbejder sundhedsfremmende hos din borger.
3. Hvilken betydning kan sundhedsfremme have for borgeren?
4. Hvilke redskaber kunne med fordel anvendes til sundhedsfremme i praksis?

1. Forklar hvad forebyggelse er.
2. Kom med eksempler på forebyggende aktiviteter i plejen.
3. Hvilken betydning har forebyggelse for borgeren?
4. Hvilke redskaber kunne med fordel anvendes til forebyggelse i praksis?

1. Giv eksempler på fysisk sundhed ved din borger.
2. Giv eksempler på psykisk sundhed ved din borger.
3. Giv eksempler på social sundhed ved din borger.
4. Hvordan kan du motivere din borger til at forbedre deres sundhed (fysisk, psykisk og socialt)?

1. Hvad gør du, når du opdager forandringer i tilstanden ved din borger?
2. Hvor og hvordan dokumenterer du ændringerne?
3. Hvilke redskaber kan du bruge til at observere og dokumentere ændringer?
4. Hvilke overvejelser har du til borgerens eventuelle seksuelle behov?
5. Hvilke opgaver kan du som SSH hjælpe borgeren med i forhold til borgerens seksuelle behov?

OPLÆRINGSMÅL 4

Eleven kan, under hensyntagen til livsstil* og livsvilkår, selvstændigt motivere og understøtte*** borgeren i forhold til sundhedsfremme og forebyggelse samt informere borgeren om relevante private og kommunale tilbud, herunder kontakt til netværk og frivillige.**

* Livsstil: Et menneskes eller en social gruppes typiske måde at leve på.

** Livsvilkår: Samfunds- eller miljømæssigt forhold, der medvirker til at fastlægge rammerne for, hvordan nogen lever.

*** Understøtte: Hjælpe, støtte, bakke op.

1. Forklar hvad netværk er.
2. Hvad er forskellen på netværk og frivillige?
3. Hvilket netværk har borgeren? Prøv at sætte ord på.
4. Kom med forslag til inddragelse af frivilligt netværk ved borgeren.

1. Hvad er sundhedsfremme?
2. Forklar hvordan du arbejder sundhedsfremmende ved din borger?
3. Hvilken betydning kan sundhedsfremme have for borgeren?
4. Forklar hvad forebyggelse er?
5. Kom med eksempler på forebyggende aktiviteter i plejen.

1. Hvor kan du finde ud af, hvad der er af kommunale og private tilbud?
2. Hvilke kommunale tilbud findes der i din kommune?
3. Hvad er din opgave i forhold til frivillige og kommunale tilbud i dit arbejde med borgeren?
4. Hvilken viden skal du bruge for, at du kan finde ud af hvilke tilbud, der kunne være gode til din borger?

1. Prøv at forklare hvad motivation er, og hvordan du arbejder med motivation ved din borger.
2. Prøv at forklare hvad det vil sige at understøtte din borger. Giv eksempler fra plejen af din borger.

OPLÆRINGSMÅL 5

Eleven kan ud fra et fagligt skøn*, samt Sundhedsstyrelsens anbefalinger til tidlig opsporing, kommunale procedurer og retningslinjer, selvstændigt iværksætte handlinger, herunder relevante screeninger, i forhold til borgerens hverdagsliv.

* Fagligt skøn: En vurdering af borgerens behov og nødvendige handlinger. Vurderingen bygger på faglig viden og erfaring.

1. Forklar hvad tidlig opsporing er.
2. Hvad er formålet med tidlig opsporing?
3. Hvilke redskaber til tidlig opsporing kender du til og bruger i praksis ved din borger?
4. Hvad gør du, hvis du observerer en forandring hos din borger? Hvem kan du kontakte/samarbejde med?
5. Kom med eksempler på screeninger der foretages i praksis.

1. Tænk på en situation hvor du har observeret en forandring ved din borger. Hvad er din kompetence i forhold til at handle på det?
2. Hvor kan du finde kompetencelister? Hvor kan du finde svar, hvis du er i tvivl?
3. Hvor kan man finde kommunale procedurer og retningslinjer? Hvad er formålet med disse? Kom med eksempler.

OPLÆRINGSMÅL 6

Eleven kan, på baggrund af fagligt skøn* af borgerens ernæringstilstand, iværksætte relevante initiativer, der fokuserer på borgerens kost og ernæring, herunder måltidets betydning.

* Fagligt skøn: En vurdering af borgerens behov og nødvendige handlinger. Vurderingen bygger på faglig viden og erfaring.

1. Hvordan kan du vurdere din borgers ernæringstilstand?
2. Hvilke redskaber kan du bruge til at vurdere din borgers ernæringstilstand?
3. Hvornår vil du lave en ernæringsscreening på din borger? Hvordan udregner du din borgers BMI?
4. Hvad kan du bruge BMI-udregningen til?

1. Hvor finder du viden om kost og ernæring, som kan hjælpe din borger og dig?
2. Hvilke muligheder er der for forskellige kosttyper i kommunen?
3. Hvilken betydning har anretningen af måltidet?
4. Hvad er din rolle i forhold til servering af måltidet?

1. Hvem kan hjælpe dig med at vejlede din borger om kost?
2. Hvilke kompetencer har du i forhold til vejledning af borgeren omkring kost?

1. Hvilken viden om borgeren har du behov for, når du skal vejlede din borger om kost?
2. Hvordan kan du inddrage din borger og dennes pårørende i måltiderne?

1. Forklar måltidets betydning med udgangspunkt i Maslows behovspyramide.
2. Forklar fordøjelsen og hvad du er opmærksom på hos borgeren.

OPLÆRINGSMÅL 7

Eleven kan selvstændigt støtte, vejlede, igangsætte og evaluere fysiske, kulturelle, kreative og sociale aktiviteter sammen med borgeren for at støtte borgeren i at mestre* eget hverdagsliv.

* At mestre: At man er i stand til at handle i en given situation og følelsen af at have styr på eget liv.

1. Hvad vil det sige at støtte?
2. Hvordan kan du give din borger støtte?
3. Hvad vil det sige at vejlede?
4. Hvordan kan du vejlede din borger?

1. Hvad er en aktivitet?
2. Hvilke aktiviteter kan du foreslå din borger med udgangspunkt i livshistorien?
3. Hvordan vil du anvende aktivitetsanalysen hos din borger?

1. Hvorfor er det vigtigt for din borger at lave aktiviteter?
2. Hvordan kan du motivere din borger til at deltage i aktiviteter?
3. Hvilken betydning har det for borgeren at mestre sit hverdagsliv?
4. Hvilken betydning kan aktiviteter have i forhold til borgerens mestringsevne?

1. Hvad vil det sige at have et godt hverdagsliv?
2. Forklar hvad kultur er.
3. Hvilken betydning har kultur i forhold til planlægning af aktiviteter?

OPLÆRINGSMÅL 8

Eleven kan selvstændigt informere og understøtte* i brug af digitale hjælpemidler med fokus på træning og praktisk hjælp.**

* Understøtte: Hjælpe, støtte, bakke op.

** Digitale hjælpemidler: Hjælpemidler som er IT baseret, herunder også velfærdsteknologi

1. Giv eksempler på digitale platforme.
2. Hvad er din rolle som SSH i forhold til at hjælpe borgeren i at anvende digitale platforme fx på borger.dk?
3. Hvordan kan man som borger få hjælp til at anvende digitale platforme?

1. Kom med eksempler på digitale hjælpemidler i praksis.
2. Hvilke digitale hjælpemidler kunne du ønske fandtes for at hjælpe din borger?
3. Hvad findes der på markedet af velfærdsteknologi, der kunne være relevant for din borger?
4. Hvordan kan du vejlede borgeren i at anvende digitale hjælpemidler?

1. Kan digitale hjælpemidler fremme borgerens sundhed? Hvis ja – hvordan?
2. Hvordan kan digitale hjælpemidler være et led i en rehabiliterende tilgang?
3. Kan digitale hjælpemidler være en ulempe i forhold til sundhedsfremme og rehabilitering?

OPLÆRINGSMÅL 9

Eleven kan fagligt dokumentere den planlagte og gennemførte indsats i pleje-, trænings- og/eller handleplaner i overensstemmelse med arbejdspladsens retningslinjer, herunder anvende elektroniske dokumentationssystemer.

1. Hvad er dokumentation?
2. Hvilke former for dokumentation findes der?
3. Hvad er formålet med dokumentation?
4. Hvornår skal du dokumentere?
5. Hvordan skal du formulere dig, når du dokumenterer?

1. Hvad er en handleplan?
2. Hvornår bruges der en handleplan?

1. Hvad anvender du arbejdspladsens retningslinjer til?
2. Hvor finder du arbejdspladsens retningslinjer?

1. Hvor finder du Tilstandshjulet i Nexus?
2. Hvad anvender du tilstandshjulet til? Giv eksempler.
3. Hvor finder du handlingsanvisninger i Nexus/VAR?

1. Hvordan dokumenterer du utilsigtede hændelser (UTH)?
2. Hvor finder du indberetningsskemaet til utilsigtede hændelser?
3. Hvad er formålet med at indberette en UTH?
4. Har du oplevet en UTH? Hvis ikke kan du nævne eksempler på, hvad der kunne være en UTH?

OPLÆRINGSMÅL 10

Eleven kan med en målrettet kommunikation etablere*, gennemføre og afslutte det professionelle møde med borgere og pårørende, herunder inddrage relevante samarbejdspartnere.

* Etablere: Starte, begynde.

1. Hvilke overvejelser gør du dig i forhold til det professionelle møde?
2. Hvilke overvejelser gør du dig, når du skal planlægge den professionelle samtale?
3. Hvilken betydning har kropssprog - både dit og din borgers for kommunikationen? Kom med eksempler fra praksis.

1. Hvilke redskaber kan du anvende i din kommunikation med borger, pårørende eller samarbejdspartnere?
2. Redegør for principperne for ligeværdig kommunikation. Kom med eksempler fra praksis.
3. Hvilken betydning har relationen til borgeren eller pårørende i forhold til en god kommunikation?
4. Hvordan dannes en god relation?

1. Hvilke overvejelser vil du gøre dig, hvis du skal kommunikere med en borger med en demenssygdom? Vis hvordan du kommunikerer.

1. Lav et mindmap eller lignende over hvilke samarbejdspartnere, der er tilknyttet din borger. Hvilke funktioner har de?
2. Hvornår skal man inddrage tværfaglige samarbejdspartnere, og er der en bestemt rækkefølge? Hvem vil du først tage kontakt til?

OPLÆRINGSMÅL 11

Eleven kan møde andre mennesker på en etisk, empatisk og respektfuld måde samt reflektere og begrunde sin egen professionelle rolle i udviklingen af mellemmenneskelige* relationer.

* Mellemmenneskelig relation: Det som findes eller foregår mellem mennesker.

1. Hvad er etik?
2. Hvad er et etisk dilemma?
3. Har du oplevet nogle etiske dilemmaer i din praktik eller privat? Kom med eksempler.
4. Har du gjort dig nogle etiske overvejelser hos din borger? Hvis ja – hvilke?
5. Hvordan viser man respekt?

1. Hvordan skaber man en relation?
2. Hvilket ansvar ligger hos dig som SSH, når der skal skabes en god relation?
3. Hvorfor er det vigtigt at skabe en god relation?
4. Hvilken viden om din borger har du brug for, når du skal skabe en god relation?

1. Hvad vil det sige at være professionel?
2. Forklar de tre P'er.
3. Hvad vil det sige at være empatisk? Kom med eksempler.

OPLÆRINGSMÅL 12

Eleven kan håndtere konflikter og arbejde voldsforebyggende ud fra arbejdspladsens retningslinjer for arbejdsmiljø.

1. Hvor finder du din arbejdsplads' retningslinjer for arbejdsmiljø. Læs den igennem. Stemmer retningslinjen med det, du ser på arbejdspladsen?
2. Hvad gør du, hvis du har en udfordring med arbejdsmiljøet?
3. Hvem kan hjælpe dig, hvis du har en udfordring med arbejdsmiljøet?
4. Hvordan kan du selv bidrage til det gode arbejdsmiljø?

1. Hvad kendetegner en konflikt?
2. Hvordan forebygger du en konflikt?
3. Har du eksempler på konflikter med kollegaer, borgere eller pårørende? Hvordan håndterede du det?
4. Hvilke redskaber kan du gøre brug af, når du skal konflikthåndtere?
5. Hvilke overvejelser gør du dig, når du skal ind til en borger, der har udadreagerende adfærd?

1. Hvad gør du, hvis du har været udsat for psykisk og/eller fysisk vold?
2. Hvad er seksuel krænkelse?
3. Hvordan vil du håndtere seksuel krænkelse?
4. Hvordan håndterer din arbejdsplads seksuelle krænkelse?

OPLÆRINGSMÅL 13

Eleven kan selvstændigt forflytte en borger i overensstemmelse med de ergonomiske principper og kan selvstændigt anvende og vedligeholde hjælpemidler og relevant velfærdsteknologi.

1. Forklar de ergonomiske principper.
2. Kom med eksempler på forflytninger af din borger.
3. Hvem kan hjælpe dig, hvis du oplever nogle udfordringer i forbindelse med forflytninger?

1. Har din borger nogle velfærdsteknologiske hjælpemidler? Hvis ja, hvilke?
2. Hvilke velfærdsteknologiske hjælpemidler findes på din arbejdsplads?
3. Hvilke velfærdsteknologiske hjælpemidler tænker du, din borger kunne have gavn af i forhold til de udfordringer borgeren og du oplever? Prøv at videnssøg hvilke tilbud der findes.

1. Hvad bruger man en APV til?
2. Hvordan laver man en APV?
3. Hvem laver en APV?
4. Hvilke hjælpemidler har din borger?
5. Kom med eksempler på vedligeholdelse af hjælpemidler.
6. Hvorfor skal hjælpemidler vedligeholdes?

OPLÆRINGSMÅL 14

Eleven kan selvstændigt anvende hygiejniske principper for personlig pleje samt medvirke til at forebygge smittespredning ud fra nationale og lokale retningslinjer samt vejlede borgere og pårørende herom.

1. Beskriv de hygiejniske principper.
2. Hvad bruger du de hygiejniske principper til?
3. Forklar principperne i håndhygiejne.
4. Hvor finder du både de nationale og lokale retningslinjer for forebyggelse af smittespredning?

1. Hvordan kan man forebygge smittespredning?
2. Beskriv smittekæden.
3. Hvilke værnemidler findes der?
4. Hvilke overvejelser gør du dig om brugen af handsker?
5. Hvornår bruger du handsker og hvorfor?

1. Hvordan kan du anvende den rehabiliterende tilgang under personlig pleje?
2. Hvorfor skal du arbejde rehabiliterende i forbindelse med personlig pleje? Hvilken betydning har det for borgeren?

1. Hvordan vil du vejlede borgere og pårørende i forebyggelse af smittespredning? Hvilke overvejelser gør du dig om at vejlede andre?
2. Hvor kan du finde oplysninger om din borgers smitterisiko? Hvordan skal du dokumentere dette?

OPLÆRINGSMÅL 15

Eleven kan planlægge og udføre egne opgaver ud fra en forståelse af forskellen på ydelser, der reguleres efter Serviceloven og Sundhedsloven samt praktikstedets praksis for delegation af opgaver.

1. Hvordan bliver man visiteret til hjælp?
2. Hvad er serviceniveau?
3. Hjemmeplejen: Hvad gør du, hvis du oplever ændringer i borgerens tilstand, fx at der er behov for mere hjælp?
4. Hvad bruges kommunens kvalitetstandarder til? Og hvem har adgang til disse?

1. Hvilke ydelser får din borger?
2. Hvad er ydelseskatalog?
3. Kom med eksempler på ydelser, der hører under serviceloven.
4. Kom med eksempler på ydelser, der hører under sundhedsloven.

1. Hvad vil det sige, at en opgave er delegeret?
2. Hvem kan delegere opgaver?
3. Hvad er dine kompetencer? Hvordan finder du ud af, hvilke opgaver du må udføre og hvornår?

SOCIAL +
SUNDHEDS
SKOLEN
FYN

OPLÆRINGSMÅL 16

Eleven kan selvstændigt arbejde inden for eget kompetenceområde og efter lokale kvalitetsstandards for utilsigtede hændelser mv., og indgå i samarbejder med relevante kolleger og tværfaglige samarbejdspartnere.

1. Hvad er en utilsigtet hændelse?
2. Hvad gør du, hvis du oplever en utilsigtet hændelse?

1. Hvad er tværsektorielt samarbejde?
2. Hvad er din rolle i et tværsektorielt samarbejde?

1. Hvor finder du de lokale kvalitetstandards?
2. Hvilke kompetencer har du som SSH, og hvordan finder du ud af hvilke opgaver, du må udføre?
3. Hvilke konsekvenser kan det have, hvis du ikke overholder dine kompetencer?
4. Hvilke nøglepersoner* har du på din arbejdsplads?

* Nøgleperson: Person, der spiller en central og afgørende rolle i en bestemt sammenhæng.

1. Hvad er tværfagligt samarbejde?
2. Hvor mange samarbejdspartnere har du?
Lav fx et mindmap.
3. Hvad er samarbejde?
4. Hvordan bidrager du til et godt samarbejde?

