



Medlemsbladet



**Handledning
ger mer
mod**

**Digitalt lyft
under pandemin**

**Styrelsen förHandledning i Omvårdnad,
sektion inom SSF**

Linda Sjöholm, ordförande
Fredbergsgatan 5c, 414 65 Göteborg
Tel 076 379 16 88
e-post linda.sjoholm@vgregion.se

Pernilla Karlsson, vice ordförande
Lövsångargatan 8
447 32 Vårgårda
Tel 073 339 18 02
e-post pernilla.a.karlsson@vgregion.se

Monica Öberg Nordin, sekreterare
Nytorgsgatan 3B, 891 34 Örnsköldsvik
Tel 070 575 83 67
e-post monica.obergnordin@icloud.com

Elisabeth Kling, kassör
Lerholmsvägen 25
671 70 Edane
Tel 070 655 22 41
e-post elisabeth.kling@kau.se

Lotta Carlson
Torggatan 1A, 431 35 Mölndal
Ljungbackenvägen 6 443 39 Lerum
Tel 070 966 57 47 (hem)
Mob 070 082 22 88 (arbete)
e-post lotta.m.carlsson@vgregion.se
lottacarlson@home.se

Marianne Kisthinos
Östa Förstadsgatan 21
211 31 Malmö
Tel 072 588 13 07
e-post marianne.kisthinos@mau.se

Mia Berglund
Tel 070 241 81 55
Arb 0500 41 96 74
e-post mia.berglund@his.se

Lena Matsson
Stångtjärnsvägen 345, 79174 Falun
Tel 070 211 26 21
e-post s.lena.matsson@telia.com

Redaktör för Medlemsbladet:
Lena Matsson
Stångtjärnsvägen 345, 79174 Falun
Tel 070 211 26 21
e-post s.lena.matsson@telia.com

Nästa nummer av Medlemsbladet
kommer sent i vår.
Skicka gärna in bidrag till redaktö-
ren, se ovan.

Håll koll på hemsidan för aktuell
information och kalendarium
www.omvardnadshandledning.se

Handledning ger mod

Kära medlemmar! Att 2020 är sjuksköterskans år har i dessa pandemitider ytterligare tydliggjort vikten av en god och säker omvårdnad. Vår styrelse har under året aktivt arbetat med frågor gällande sjuksköterskans kompetensområde omvårdnad och vår strävan är att alla sjuksköterskor ska erbjudas handledning i omvårdnad. Det har hänt mycket!

SSF har bjudit in mig att delta i Omvårdnadspodden för att tala om omvårdnadshandledningens betydelse tillsammans med Jakob Carlander, leg. psykoterapeut och teolog. Samtalet spelades in i november och ni kan lyssna på Omvårdnadspodden via Svensk Sjuksköterskeförenings hemsida.

I podden talar jag om kopplingen mellan patientsäkerhet och det ökade mod som sjuksköterskan kan få av att delta i handledning.

Under våren 2020 har HiO:s vice ordförande, Pernilla Karlsson, deltagit i en workshop för samtliga sektioner inom Svensk Sjuksköterskeförening, SSF. Där diskuterades utmaningar i samband med covid-19 och viktiga framtidsfrågor. Samtalen under mötet resulterade i att HiO, i samarbete med SSF, under våren startade en Facebookgrupp som heter Covid 19 samtalsstöd för sjuksköterskor, för att stötta sjuksköterskor i omvårdnadsarbetet. Läs mer på sidan 6.

Jag och Lotta Carlson har deltagit i SSF:s Ordföranderåd. Där presenterades bland annat WHO:s rapport om Agenda 2030. Dess slutsats är att det är avgörande att investera i utbildning, arbetsvillkor och ledarskap för sjuksköterskor. Rapporten vilar på stark evidens. Se mer sidan 4.

Mina tankar i denna utmanande tid går till alla kolleger runt om i landet som möjliggör en god och säker omvårdnad, trots utmanande omständigheter. Vi får hålla ihop och hoppas på att all uppmärksamhet som vår yrkesgrupp nu får påverkar framtida beslut om att höja våra löner, vår status och våra förutsättningar att utföra god omvårdnad. Inom HiO är vårt mål är att fortsatt erbjuda omvårdnadshandledning till alla sjuksköterskor. Förutsättningarna ser positiva ut, bland annat genom vårt samarbete med SSF och Vårdförbundet.

Jag önskar alla medlemmar en God Jul och ett Gott nytt år med en välbehövlig vila under helgerna.

Linda Sjöholm

**Leg. sjuksköterska, specialistutbildad
intensivvårdssjuksköterska, handledare och
ordförande i Handledning i Omvårdnad**

INNEHÅLL

Patientsäkerhet i fokus.....	3
Ordförandekonferensen.....	4
Erfarenheter av pandemin.....	5
Intresse via Facebook	6
Mariannes spännande resa	7
Andra vågen är tuff.....	9
Plus och minus på nätet	10
Handledning får toppbetyg	13



Patientsäkerhet i fokus med HiO

VÄRLDSHÄLSORGANISATIONEN, WHO, har instiftat den 17 september 2020 som World patient safety day. Av det skälet genomförde Svensk Sjuksköterskeförening en fokusvecka kring säker vård under september.

Årets tema lyfte betydelsen av en säker arbetsmiljö för personal inom hälso-och sjukvård och vad det betyder för patientsäkerheten.

Inför patientsäkerhetsveckan skickade HiO in följande bidrag, som presenterades på Svensk Sjuksköterskeförening's Facebook och Instagram. Vår sektion var en av flera som bidrog med inspirerande förslag på hur arbetet med patientsäkerhet kan genomföras:

Handledning i omvårdnad för en säkrare patientvård

”Att delta i handledning i omvårdnad ger möjlighet att utveckla och stärka sjuksköterskan i hans professionella yrkesroll. Handledning i omvårdnad har som syfte att ge patienten en god och säkrare vård.

Handledningen är en pedagogisk grupprocess där alla har möjlighet att bearbeta tankar, känslor och handlingar vilket ger möjlighet till ökad självkännetom. Handledning i omvårdnad utgår från deltagarnas egenupplevda berättelser som bearbetas utifrån olika teoretiska perspektiv som omvårdnad, etik, gruppdynamik och ledarskap.

Genom att delta i handledning får sjuksköterskor möjlighet att reflek-

tera i grupp, med sig själv och andra kolleger, utveckla nya förhållningsätt och tillgång till olika ”verktyg” att använda vid svåra omvårdnads-situationer i sin yrkesroll och i sitt omvårdnadsarbete.”

Vi exemplifierade också med citat från några deltagare samt hänvisade till en artikel om handledning.

Läs mer på webben:
<https://beta.swenurse.se/kampanjer-och-projekt/patientsakerhetsveckan/patientsakerhetsarbete-i-sektioner-och-natverk>

Pernilla Karlsson

Konkreta förslag från SSF:s ordförandekonferens

HIÖ DELTOG i SSF:s ordföranderåd den 24 september. Några av de frågor som diskuterades var WHO:s arbete och reflektioner kring covid-19.

Omvårdnad står i fokus för alla i SSF och varje sektion bidrar med olika delar till helheten. Vi ser att HiO:s arbete med omvårdnadshandledning ingår i den processen.

Tre frågor

Alla sektioner fick möjlighet att beskriva vilka områden de ville prioritera 2021. HiO lyfte fram tre frågor:

- Erbjudna handledning till alla nyexaminerade sjuksköterskor.
- Samarbeta med lokala vårdförbundsavdelningar runt handledning.
- Ser också möjligheter till samarbete med många andra sektioner.

WHO och Agenda 2030

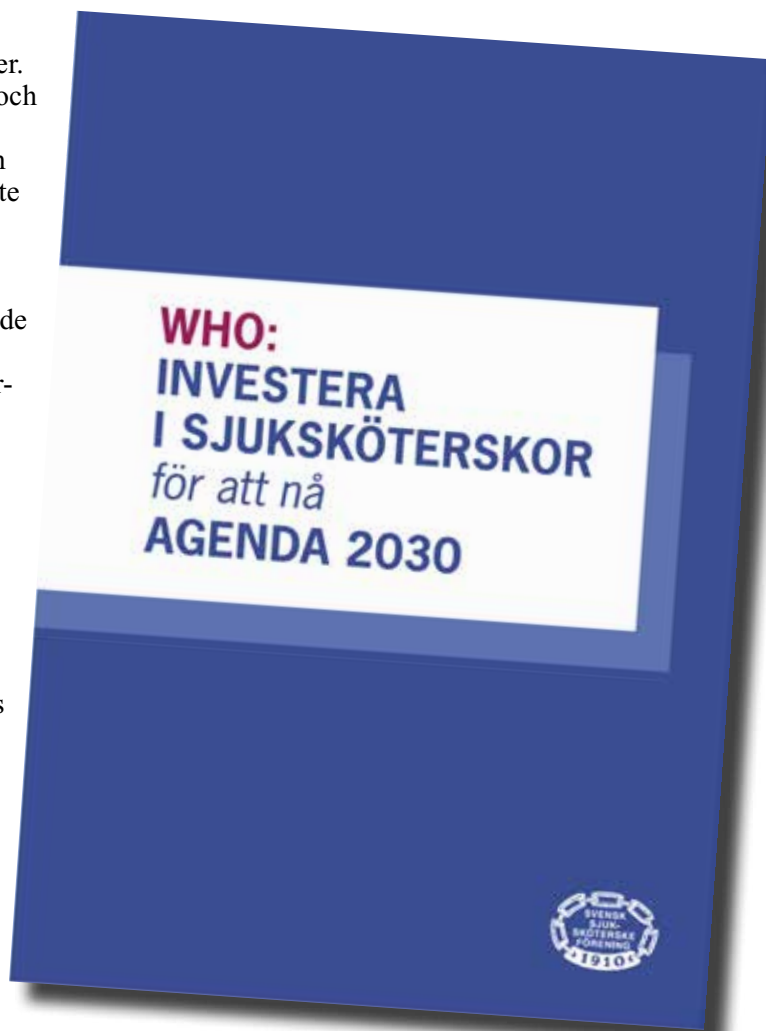
WHO utsåg 2020 till sjuksköterskans och barnmorskans år. WHO har i samband med det tagit fram en rapport kring sjuksköterskans roll i världen. Sammanfattningsvis förespråkar WHO en satsning på utbildning, arbetsvillkor och ledarskap.

Baserad på WHO:s rapport har SSF tagit fram en broschyr om vad konsekvenserna blir för svensk vård. Den heter ”Invester i sjuksköterskor för att nå agenda 2030”.

Konkreta förslag

Svensk Sjuksköterskeförening föreslår där att regering, regioner och arbetsgivare ska arbeta för:

- Sjuksköterskans grund- och specialistutbildning fortsätter att ge både generell examen och yrkesexamen.
- Införa nya avancerade funktioner för sjuksköterskor.
- Reglera fortbildning för sjuksköterskor.
- Garantera professionell utveckling och inflytande för sjuksköterskor.
- Specialistjuksköterskans kompetens ska användas i den nära vården.
- Sjuksköterskans kompetens inte kan ersättas.



- Sjuksköterskor i ledande ställning ska finnas på samtliga beslutsnivåer i hälso- och sjukvården.
- Hälso- och sjukvårdens kunskapsstyrning ska innefatta sjuksköterskans kompetens.

Länk till WHO:s rapport ”State of the worlds nursing”
www.who.int/publications/i/item/9789240003279

Länk:
<https://swenurse.se/publikationer/who-investera-i-sjuksko-ter-skor-for-att-na-agenda-2030>

Det här har vi lärt oss under pandemin



SSF HAR HAFT flera digitala workshoppar med sektionerna om erfarenheter av pandemin och vad som behöver lyftas av SSF i kontakterna med Socialstyrelsen.

Slutsatserna kan sammanfattas i tre huvudpunkter, men i var och en av dessa ingår flera underrubriker. Under rubriken Sjuksköterskornas hälsa och kompetens, finns till exempel reflektion och handledning också med som viktiga aktiviteter.

1. Använd lärdomarna från pandemin och förbättra beredskapen

- Håll i diskussionen och planera för framtiden.
- Öka kunskapen om beredskap.
- Skyddsutrustning, beredskap och lista över vad som behövs.

- Utbilda som beredskap för framtida händelser.
- Förbered katastrof- och pandemiplaner.
- Det behövs tydlig samordning mellan olika huvudmän och olika vårdnivåer. Undvik stuprör!
- Ta med erfarenheterna från pandemin i arbetet med Nära vård.
- Plan behövs även för vård av långvarigt sjuka personer.

2. Sjuksköterskors hälsa och kompetens

- Tid för etiska reflektioner.
- Möjlighet till handledning.
- Reflekterande samtal.
- Implementera och följ upp basala hygienrutiner.
- Fler distriktssköterskor i kommunerna.

- Använd specialistsjuksköterskors kompetens brett, till exempel i dialog mellan sjuksköterskor inom cancervård och 1177.
- Höj hälso- och sjukvårdskompetensen i kommunerna – kommunerna bedriver hälso- och sjukvård.
- MAS behöver tydliga mandat.
- Använd specialistsjuksköterskors kompetens där den behövs ”det finns andra som kan vara dörrvakter”.
- Det behövs chefer i kommunen med hälso- och sjukvårdskompetens.

3. Ledarskap – såväl övergripande som patientnära

- Kompetens inom ledarskap.
- Utveckla team.
- Patientnära ledarskap.

Facebook- inbjudan till samtal

MED ANLEDNING av covid-19 och hög arbetsbelastning fick HiO under sommaren ansvar för att skapa ett forum för samtalsstöd för sjuksköterskor.

Facebook-grupp

Tillsammans med SSF startade vi Facebookgruppen ”COVID 19 Samtalsstöd”. Tre personer från styrelsen är kontaktpersoner och alla medlemmar i HiO är informerade och tillfrågade om de vill ställa upp som samtalsledare. Flera anmälde sitt intresse i samband med uppstarten, men i skrivande stund har vi ännu inte genomfört något samtalsstöd.

Fler än tidigare har hittat till vår Facebookgrupp, så vår sektion har blivit mer känd. Medlemsantalet i gruppen ökar. Någon enstaka person har efterfrågat samtalsstöd, men sedan avböjt då tiden inte räckt till på grund av arbetsbelastning.

Gå med i gruppen!

Vi uppdaterar regelbundet gruppen på Facebook och finns fortsatt tillgängliga för samtalsstöd. Gå gärna med i gruppen, länk:

<https://www.facebook.com/groups/301754647664279>

Så här skriver vi på Facebook:

”Vi fortsätter erbjuda samtalsstöd för sjuksköterskor under hösten!

Samtalsledare som är tillgängliga för kontakt är:

- Linda Sjöholm
- Pernilla Karlsson
- Lotta Carlson

Ni kontaktar dem via PM för bokning av tid, svarstid upp till två dagar.

Genom sektionen

Genom sektionen Handledning i Omvårdnad erbjuder vi samtalsstöd för att få lyfta vad du upplevt i ditt omvårdnadsarbete. För dig som väljer att delta är detta ett tillfälle att, tillsammans med kollegor eller enskilt, reflektera om händelser och reaktioner.

Vi frågar efter tankar, bilder, känslor, fysiska upplevelser och fantasier under samtalet.

Deltagarna/deltagaren får i uppgift att lägga märke till vad som händer med dem när de lyssnar till/berättar en berättelse.

Stärkande att dela

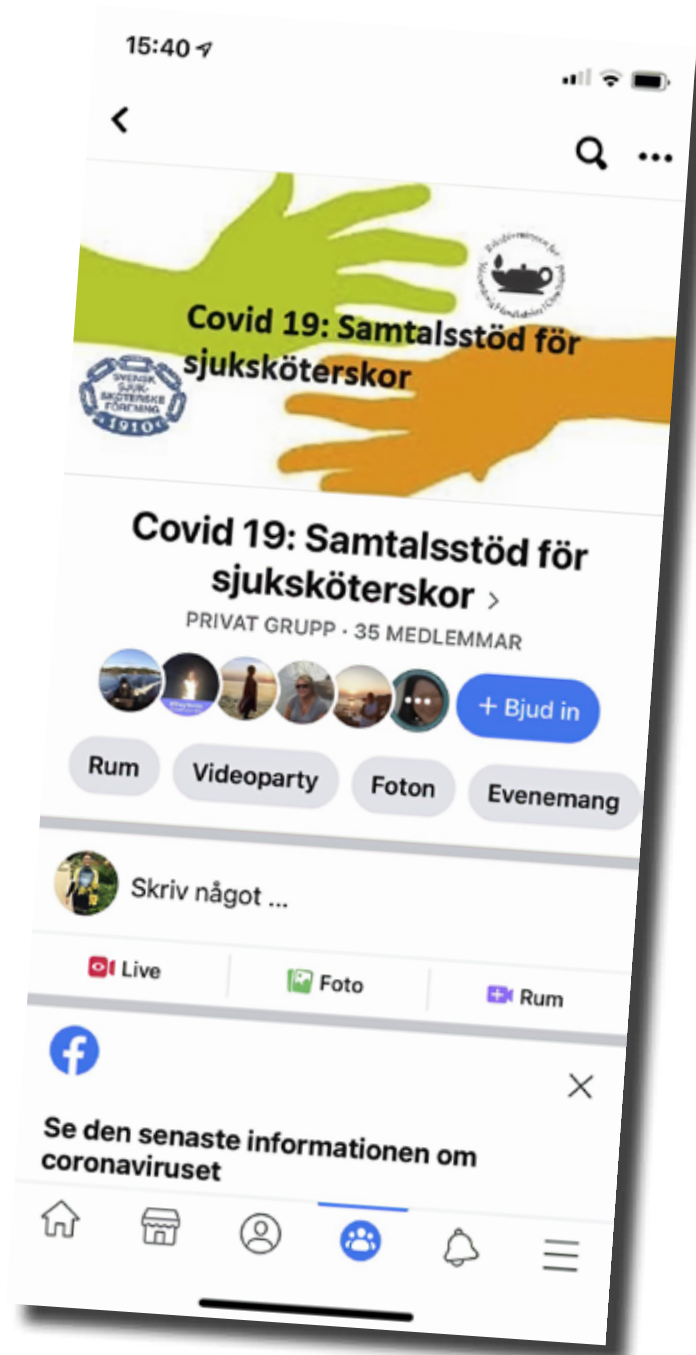
Att samla upp deltagarnas reaktioner eller reflektioner sätter i gång en

massa saker. Alla får möjlighet att bidra med sina spontana upplevelser där ingen eller någons upplevelse är bättre än någon annan. Det stärker dig i att våga lita på din intuition och använda den i ditt omvårdnadsarbete.

Under samtalet tar vi stöd i frågorna nedan;

- Vad är allra viktigast för dig att uppnå under den här reflektionen?
- Hur kan jag eller gruppmedlemmarna vara till störst nytta för dig?
- Vad vill du ha hjälp med?”

Styrelsen Handledning i Omvårdnad
Genom Linda Sjöholm,
Pernilla Karlsson och Lotta Carlson



Spännande resa med omvårdnadshandledning

SEDAN 2003 har jag handlett studenter på sjuksköterskeprogrammet på Malmö universitet. Det har verkligen varit en resa i det som vi sedan 1993 kallar för Omvårdnadshandledning. Ett trettiotal handledare och hundratals studenter är varje termin engagerade i denna gigantiska apparat.

Genom åren har vi alltid varit Lisbeth Lindells (2014) modell trogen, med en enda uppdatering. Det skedde 2014, om jag inte missminner mig, då vi gjorde ett tillägg i fenomenologisk anda.

Vad får studenterna?

Under åren har jag reflekterat över meningen med vår omvårdnadshandledning. Vad får studenterna ut av det egentligen? Hur känner handledarna inför det hela?

Över tid har vi dragit ner på antalet gånger vi träffar studenterna om man jämför med hur ofta vi hade handledning när vi började 1993.

Vi har naturligtvis utvärderat vår omvårdnadshandledning många gånger. Nu står jag inför att göra det igen. Lite nervöst är det så klart, omvårdnadshandledningen är ju mitt skötebarn.

Skattas högre i dag

Jag hoppas alla ska tycka att omvårdnadshandledning är givande, men vet samtidigt att det inte är så. Trots det har studenterna varje gång vi utvärderat skattat verksamheten högre och högre. Varför?

Här måste man vara riktigt självkritisk. Har omvårdnadshandledningen blivit så mycket bättre från universitetets sida? Är handledarna så mycket mer kompetenta? Är det metahandledningen handledarna får år efter år som gör skillnad?

Nej, jag tror att det är studenterna!

Klokare studenter

Det är de som har blivit bättre och bättre på att reflektera och tänka kritiskt. De är vana vid att göra det. Det är de som blivit mer kompetenta – inte vi! Till universitetet får vi varje termin ett gäng studenter som är mogna för reflexion och som har övat och prövat sig fram i grund- och gymnasieskolor.

Egentligen har jag inga belegg för min tes, kanske någon vill pröva den?

Dags för ny tes?

Till dess gottar vi handledare oss (och förhoppningsvis studenterna) – i vart fall tills nästa utvärdering är klar...

Då kanske det är dags för en annan tes?

Vill du läsa mer om vår omvårdnadshandledningsmodell?

<http://muep.mau.se/bitstream/handle/2043/17867/>

[Ped%20rapport%202014%201%20%282%29.pdf?sequence=2&isAllowed=y](http://muep.mau.se/bitstream/handle/2043/17867/Ped%20rapport%202014%201%20%282%29.pdf?sequence=2&isAllowed=y)

[pdf?sequence=2&isAllowed=y](http://muep.mau.se/bitstream/handle/2043/17867/Ped%20rapport%202014%201%20%282%29.pdf?sequence=2&isAllowed=y)

Marianne Kisthinos RN MSc
marianne.kisthinos@mau.se
Tel 040 665 79 18



Konkreta tips för handledare

JAG VILL INSPIRERA er att läsa en bok med titeln ”Endring, systeminspireret ledelse i praksis” av författaren Anne Röd.

Jag fick en kort inblick i vad boken handlade om på HiO:s senaste handledarseminarium på Lesbos och köpte den direkt. Boken är på norska, men lättläst. Den handlar om handledning, men är också en bok om att utvecklas i grupper.

Som studiecirkel

Jag och en handledarkollega valde att läsa boken som studiecirkel med kollegial handledning som mål. Vi har träffats en gång per månad. Då har vi till varje träff läst ett kapitel som vi omsatt i vårt handledarskap.

Handledningsgrupper som kontrakterar handledare har alla förändring som mål. Boken beskriver vägar att nå gruppens mål genom att tillvarata olika typer av intelligens. ”Endring, systeminspireret ledelse i praksis” beskriver emotionell intelligens, det vill säga förhållandet till mig själv, social intelligens, som förhållandet till andra, och relationsintelligens, som förhållandet till relationssystemet. Författaren beskriver möjligheten att se sig själv och andra som finns i systemet samt få syn på verksamhetens behov och ger exempel på övningar för att nå gruppens mål.

Metodens fördelar

Det fina med metoden är att gruppens förändringsmål externaliseras vilket

gör både handledare och gruppmedlemmar mera fria att se och arbeta för att nå målet.

Vi har väl alla varit i fantastiska grupper, men också i grupper som varit hemska? Boken ger bättre förståelse och verktyg för att uppnå den förändring som önskats eller krävts.

Påfyllning

”Endring, systeminspireret ledelse i praksis” har hjälpt mig att utvecklas som handledare och människa i vårt komplicerade hälsosystem. Min kollega har också känt sig påfylld. Efter läsningen har vi hopp om att klara olika situationer med hjälp av de teoretiska modeller som finns i boken.

Yvonne Wallberg Andersson



ARBETET MED ”Förstärkt yrkesintroduktion” för undersköterskor, barnsköterskor och skötare har nu blivit obligatoriskt på Sahlgrenska universitetssjukhuset i Göteborg. En del i introduktionsåret är Procesorienterad omvårdnadshandledning (POH), som vi skrev om i Medlemsbladet nr 1-19.

Den här gruppen avslutade sitt år i våras. I utvärderingarna framgår att de är väldigt nöjda med ”Förstärkt yrkesintroduktion” och tycker att POH varit givande, roligt och att det varit skönt att få dela tankar med personer i samma situation.

Andra vågen och en dag i taget

UNDER VÅREN 2020 förändrades mycket i vården. Cecilia Lundmark, Leg SSk MSc/Etisk vägledare på Etiskt Forum, Sahlgrenska Universitetssjukhuset i Göteborg reflekterade kring det som hände i en blogg den 7 juli.

Länk: <https://sahlgrenskaliv.se/jag-ar-sa-fyllt-av-berattelser-de-lagger-sig-under-huden/>

Nu är det höst och coronafallen ökar dramatiskt igen. Hur tänker Cecilia Lundmark i dag, i november 2020?

Hade just börjat andas

Inte hade vi en aning, eller inte ville vi ha en aning, men ändå kom den där ”andra vågen”. Vi hade precis avslutat uppsamlingsheaten, pratat om det som varit svårt, det som berört och nu var det dags att börja återhämtningen. Vi kunde andas igen, fick jobba med det normala, det förväntade, det som vi kan och vet, utan mask och visir, förkläden och skyddsrock.

Det blev inte så.

Nu är alla trötta

Nu sitter jag på en stol i ett konferensrum, solen orkar knappt leta sig in och skymningen faller nästan direkt efter gryningen. Det är trötta medarbetare

jag möter, stämningen är ”jag har tappat det”.

Minnet väcks av hur det var i våras och det föder känslor av såväl rädsla som oro och ängslan. Uppgivet ser jag att nu är det inga som applåderar, vi hyllas inte med varken lunchlådor eller rosor. Nu ska vi bara stå ut och göra vårt jobb. Det blir en dag i taget.

På lägsta nivå

Nu vet vi mera om hur vi ska behandla och att den etiska ribban får läggas på lägsta nivå – bara jag och vi orkar. Det finns en stor lojalitet mellan medarbetarna, men de som inte orkar bär ok av skuld, nedtyngda till marken.

Jag läser om begreppet Moral Injury och tänker att det stämmer på de jag möter; det är så det kommer att vara en lång tid framöver, igen.

Viktiga minuter tillsammans

Det finns stunder när jag tvekar om reflektionen har betydelse, när orden inte längre räcker till. Men då kommer det tysta samtalet, ett ögonblick att få finnas i, en möjlighet att få andas... Då blir våra 45 minuter tillsammans ett ställe att få gå till, på arbetstid, för att få se sig själv.

Etiskt forum har sedan mars 2020 haft möjligheten att erbjuda reflektion



i grupp eller enskilt till vårdprofession som arbetar med covid-19 patienter. När mycket annat har legat i träda har detta varit möjligt och en, vad som tycks, adekvat prioritering.

Viktig faktor

Den forskning som fortlöpande redovisar professionernas mående bekräftar gång på gång att reflektion är en betydelsefull faktor för att hantera och minska den etiska stress som många upplevt och upplever under pandemin.

Cecilia Lundmark
Leg SSk MSc/Etisk vägledare
Etiskt Forum
Sahlgrenska Universitetssjukhuset

Välkommen till cyberrymden!

Att beröra och att handleda digitalt

Nätverksträffen för omvårdnadshandledare på Sahlgrenska och Göteborgs Universitet den 6 nov blev i år digital. Här är Lotta Carlsons rapport från arrangemanget.

VI LOGGADE IN på våra datorer och inledde med lite efterlängtad mingel, även om det var i cyberrymden.

Att komma närmare

Helena Backlund Wasling, Forskare i neurofysiologi vid Sahlgrenska Akademin, Med. Dr. Leg. Sjukgymnast, inledde dagen med föreläsningen ”Att komma närmare, en djupare dykning i varför närhet är betydelsefullt”. Det var en fortsättning och fördjupning på hennes föreläsning vid en nätverksträff 2016 ”Nerver för beröring” (läs mer i medlemsbladet i december 2016).

Människan har ett kroppsspråk, vill ha olika närhet, kommunicerar via kroppskontakt och alla sina sinnen. Helena beskrev huden och dess känsliga sinnesorgan. Hon visade att vissa nervtrådar ligger djupt inne i huden och en del ytligt. Ju ytligare desto känsligare. Nerverna ligger tätare på fingrarna. De djupare och grövre nerverna i större områden känner av vibrationer, töjningar och sträckningar i huden. Man ”känner” egentligen bara saker i hjärnan, alla upplevelser sker där. När vi får beröring känns det på olika sätt vilket påverkar hela måendet.

Beröring är viktig i vården

Beröring är värdande, både att ge och få ta emot. Det reducerar stress och hög puls samt sänker cortisolhalten. Forskning visar att ”den perfekta smekningen” sker med 3 cm/sekund. Beröring hjälper en att uppleva att man är ändlig. Det skapar endorfiner som ger välbefinnande. Det ger bekräftelse och trygghet. Det är viktigt för anknytning och utveckling.

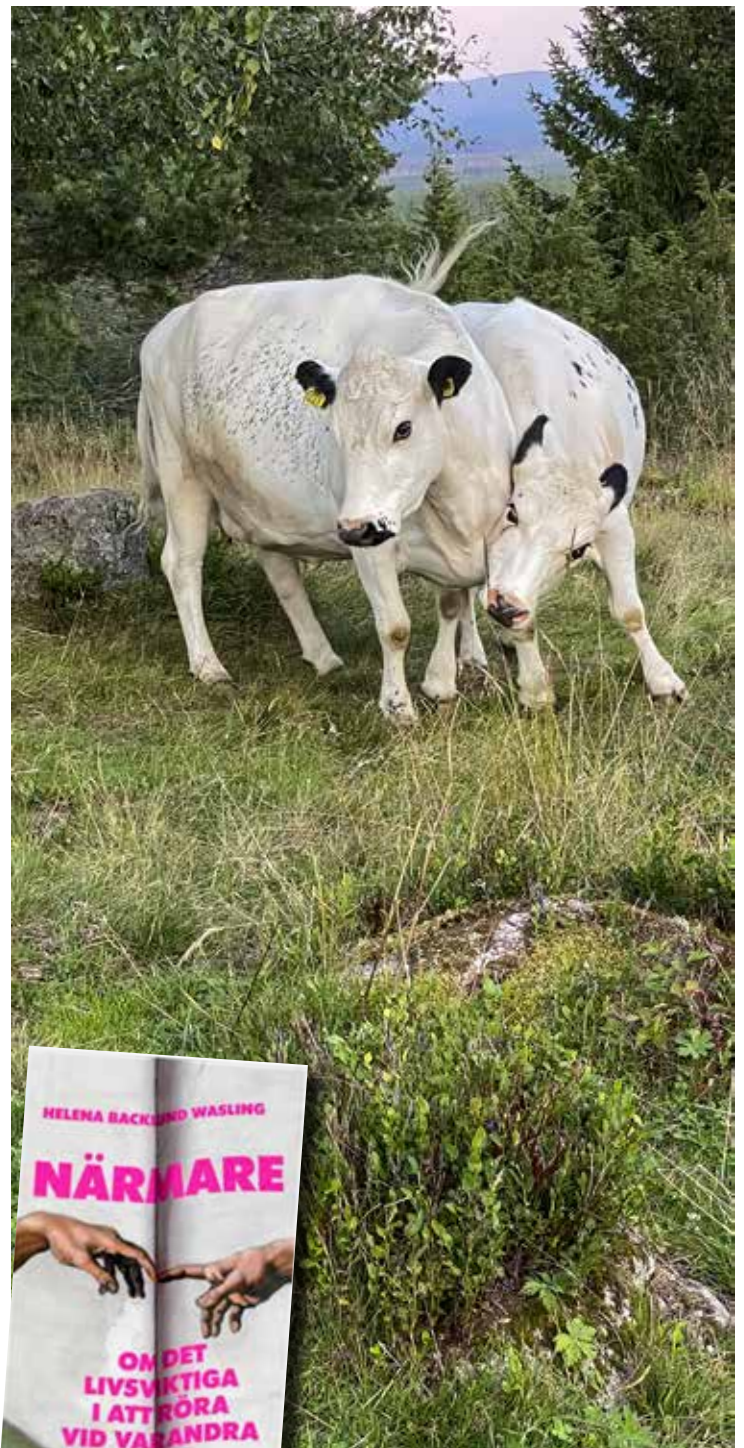
Närhet är viktig hela livet. Studier visar att de som är 70 plus tycker mer om beröring än medelålders. Vid demens är beröring lika effektivt lugnande som läkemedel.

Beröring när och hur

Vi bör vara lyhörda för när och hur vi berör. För en del personer är viss beröring OK medan det inte är det för andra. De allra flesta tycker om att bli tagna på/klappade på överarmens utsida. Uppmärksamma möjligheten till den lilla neutrala beröringen i mötet med din patient. Våga fråga om vilken beröring som är OK.

Under digitaliseringen minskar den mänskliga beröringen. Det blir tydligt att minskade möjligheter att ge och få beröring kan påverka hur vi mår.

Boktips: ”Närmare - om det livsviktiga i att röra vid varandra” av Helena Backlund Wasling.



Välkommen till cyberrymden!

Förberedelser är A och O



VAD HAR VI LÄRT OSS hittills av att handleda digitalt?

Under covid-19 och pandemin har det blivit nödvändigt att digitalisera handledningen.

Hur är det? Vad ska vi tänka på? Vad är nytt? Vad är lika och olika?

Margareta Jenholt Nolbris och Lotta Carlson tog frågorna som utgångspunkt för en genomgång tillsammans med deltagarna. Här är några tankar och tips utifrån deras erfarenheter:

Viktiga förberedelser

Förbered deltagarna genom en tydlig inbjudan. Tid är självklart, men också praktiska frågor som att man ska ha en dator med kamera, sitta ostört (sekretess) och att logga in i datorn i god tid. Föreslå cirka 15 minuter innan starttid. Deltagare som deltar hemifrån eller via mobil bör fråga sin chef om det är OK.

Förbered dig själv genom att planera för hur du hanterar ”det digitala rummet”. Några saker som är annorlunda och viktigt att tänka på:

Tydliggör vem/vilka som är med i rummet.

Koll på strukturen

Det blir en annan struktur på samtalet. Handledaren får i större utsträckning fördela ordet och hålla koll på vem som vill prata. Alla måste lyssna tills den som talat är klar.

Planera in pauser. Det är viktigare än vid fysiska möten – deltagarna behöver det ännu mer. Det kan handla om att ställa sig upp och röra lite på sig,

eller en lite längre paus.

När du börjar med digital handledning är det lätt att glömma pauser, det blir lätt för mycket fokus på tekniken.

Det kan uppkomma en del tekniska bekymmer med olika uppkopplingar och inställningar. Då behöver handledaren vara kreativ och tänka ut tillfälliga lösningar för det som händer i stunden.

Om du är ny på att handleda digitalt kan du bjuda på det. Deltagarna är ofta unga och kan mycket om den digitala mötestekniken. Välkomna tips om gruppen tycker att något är tokigt eller kan bli bättre.

Plus och minus

Under samtalet efter genomgången framkom några plus och minus med handledning digitalt:

Negativt:

Som handledare ser du inte hela personen och det kan vara lite knepigt att känna av känslan hos personen. Det non verbala minskar, du känner inte av känslor på samma sätt som när alla är i samma rum.

Inte riktigt samma feeling.

Upplevelse av att det är obekvämt, osäkerhet, ovana.

Positivt:

Det blir viktigare att lyssna, man får träna sig på att lyssna uppmärksamt.

Det blir en annan struktur och den blir tydligare.

Deltagarna får i större utsträckning prata till punkt.

Du som handledare ser förhoppningsvis alla samtidigt och tydligt på

din skärm med närbild på alla ansikten.

Fått en känsla av att...

De som är negativa till omvårdnadshandledning får inte samma utrymme.

En del blyga kommer mera och lättare till tals.

Bättre än ingenting alls – öva och pröva – tror det kan bli bra. Blivit bättre än över förväntan, för min del.

Praktiska tips

Att använda olika verktyg i handledningen kan kännas lite smalt och stolpigt eftersom vi är ovana. Bjud in andra personer, exempelvis handledare, för att öva och pröva innan du kör i skarpt läge.

Om vill du dela skärm eller visa något är det bra att ladda ner det i förväg och lägga det på skrivbordet. Då kan det vara enklare att visa.

Vill du visa flera bilder är det bra att använda Power-point. Då blir det lättare och går fortare att visa flera bilder.

Viktigt att tänka på copyright, det är inte OK att visa bilder om du inte har tillåtelse från fotografen.

Testade metoder

Vi har även provat att använda metoderna Photolanguage och Kartan vid digital handledning. Det finns flera reportage om Photolanguage i tidigare tidningar och Kartan presenterades mer detaljerat i Medlemsbladet nr 1 2020.

Välkommen till cyberrymden!

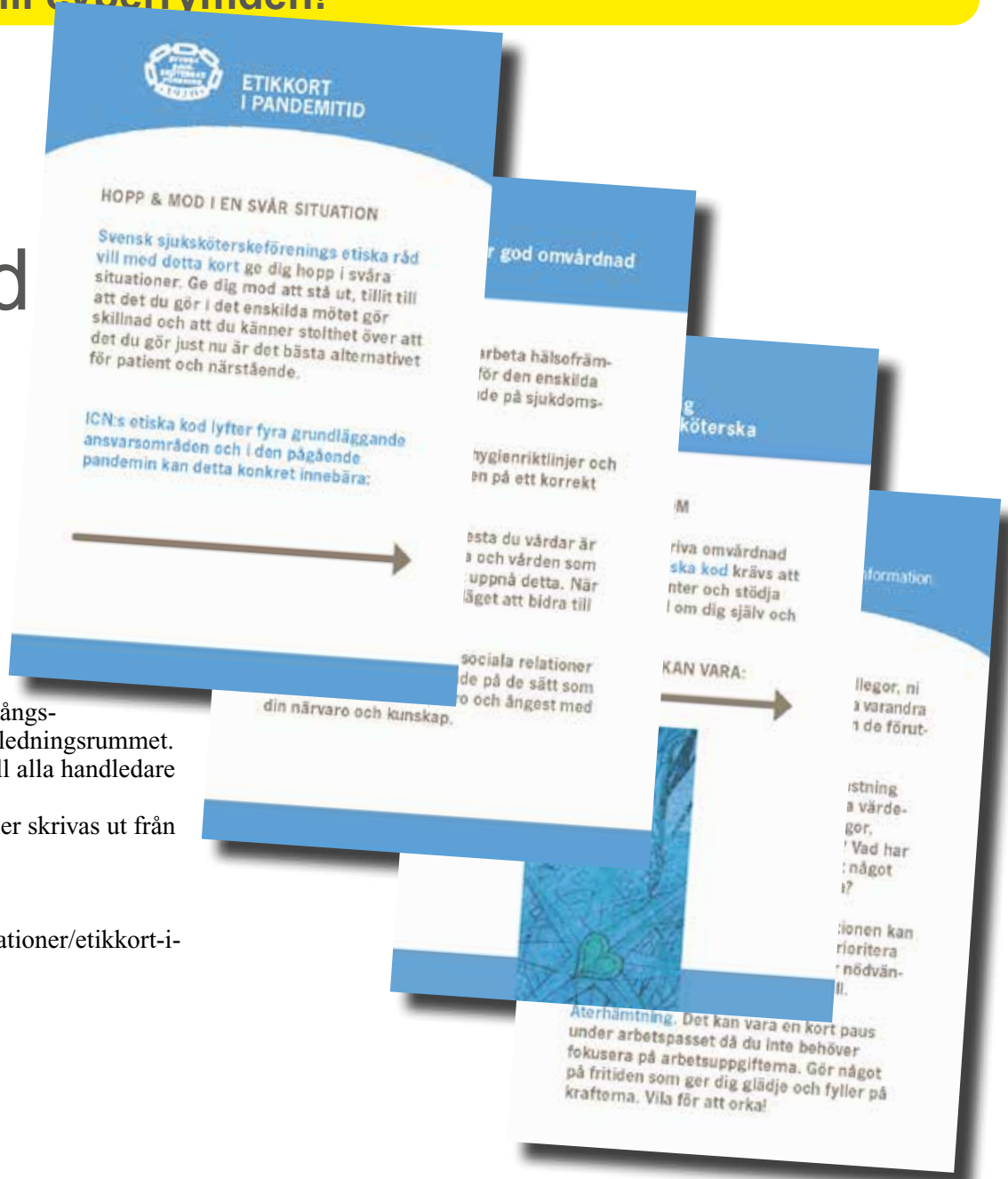
Kort för hopp och mod

Efter lunch visade Lotta Carlson Svensk Sjuksköterskeförenings Etikkort i pandemitider. Huvudrubrik på kortet är Hopp och mod i en svår situation.

Texten kan vara en bra utgångspunkt för reflektioner i handledningsrummet. Lotta har delat ut Etikkort till alla handledare inom Kliniskt Basår.

Det kan också beställas eller skrivas ut från SSFs hemsida.

Länk:
<https://swenurse.se/publikationer/etikkort-i-pandemitid>



Positiv utvärdering i Göteborg

Vid utvärderingen gav deltagarna positiv respons på seminarierna under Studiedagen.

Några exempel:

Blivit stärkt, fått nytt/nya perspektiv. Gett mig positiva tankar. Utvecklande. Tankeväckande. Små detaljer, som att små nervceller faktiskt gör

skillnad och har stor betydelse. Väldigt intressant. Påfyllnad som ger kraft, vilja och energi. Kul vetande. Mycket som fokuserar på beröring. Något nytt! Bra att dela erfarenheter. Fått mer kunskap. Blivit mer positiv och fått/känner hopp. Gett och fått stöd. Upplever att handledda kan ge

och få stöd även digitalt. En bra dag, fått support i detta nya arbetssätt. Digital handledning blev ifrågasatt, både positivt och negativt
Tack, tack, tack!

Lotta Carlson

Toppbetyg för omvårdnads- handledning

2018 SKREVS en utvärderingsrapport om Kliniskt basår inom Västra Götalandsregionen (VGR) för nyutexaminerade sjuksköterskor (A.Eklund, M Skyvell Nilsson). Där beskrivs att syftet för deltagare i det kliniska basåret (KBÅ) är att få en trygg miljö som nyexaminerad sjuksköterska och möjlighet att växa in i sin nya yrkesroll genom handledning och reflektion. KBÅ beskrivs som en möjlighet för sjuksköterskor att medverka i en lärande arbetsmiljö genom att kombinera klinisk träning, processinriktad omvårdnadshandledning (POH) och arbete på olika avdelningar med en tillsvidadeställning som grund. KBÅ beskrivs också som den första av sex nivåer i VGR:s karriärutvecklingsmodell för sjuksköterskor.

POH inom Kliniskt basår

De sjuksköterskor som deltagit i kliniskt basår på Sahlgrenska universitetssjukhuset har specifikt utvärderat handledningen, POH, i en enkätundersökning som sammanställdes av Lotta Carlson. Svarefrekvensen på utvärderingsenkäten efter deltagande i POH i KBÅ är att 773 av 931 sjuksköterskor har besvarat den (83 procent). Svaren har lämnats fortlöpande under tiden åren 2015 – 2019. Nu finns en sammanställning som tydligt visar att handledningen är uppskattad. Det är viktigt att lyfta fram eftersom handledningen inom Kliniskt basår ibland är ifrågasatt.

POH på Sahlgrenska

POH är en gruppprocess i en omvårdnadshandlingsgrupp som består av 5–8 deltagare. De träffas 1,5 timme, vanligtvis varannan vecka under ett år. Det blir totalt 16 tillfällen under det kliniska basåret. Gruppdeltagarna är alla sjuksköterskor, men kan tillhöra olika verksamhetsområden. Omvårdnadshandledarna är utbildade och har

30 högskolepoäng i ämnet.

Att delta i POH innebär att regelbundet reflektera tillsammans med kollegor. Sekretess gäller allt som sägs i rummet. POH ger deltagaren möjlighet att få bekräftelse och stöd men också att reflektera över yrkesrollen och omvårdnadsarbetet.

Sammanställning

En sammanställning av utvärderingarna från 2015 - 2019 visar att deltagarna:

- blivit bekräftade i POH
- är motiverade att delta i POH
- är trygga i gruppen
- upplever att de kan vara sig själva
- har förtroende för gruppen
- fokus på omvårdnadssituationer
- lärorikt att lyssna och dela
- upplever att det varit lärorikt och stärkande både yrkesmässigt och personligt.

Citat från deltagarna:

”Handledningen har gett mig en känsla av trygghet och energi till att fortsätta göra mitt bästa för en bra och patientsäker vård”.

”Viktigt, bra, stärkande. Ger trygghet och en känsla av sammanhang”.

”Handledning har varit det bästa med basåret. Väldigt nyttigt för, speciellt nya sjuksköterskor - men

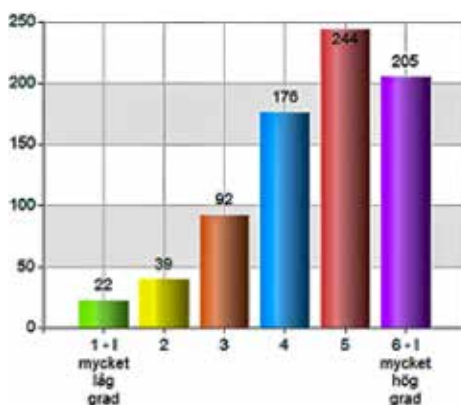


egendligen alla sjuksköterskor - att få ventilera olika händelser”.

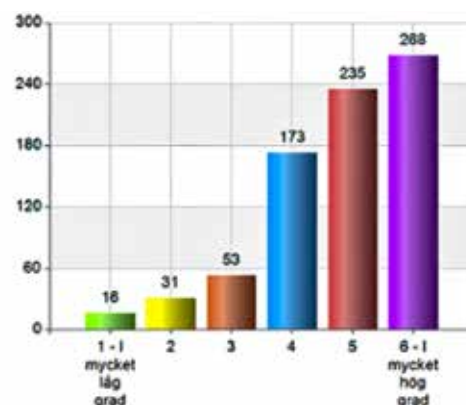
”Befriande och upplyftande med handledning. Jag har fått bekräftelse och många bra råd. Jag har vuxit som person privat och i min yrkesroll”

Lotta Carlson

Handledningen stärker mig i mitt omvårdnadsarbete



Handledningen stärker mig i min yrkesprofession



Inbjudan till digitalt årsmöte och studiedag 2021

2021 blir årsmöte och studiedag digital. Vi hoppas på detta sätt att ännu fler medlemmar kan delta.

Till årsmötet, medlemmar i Svensk sjuksköterskeförenings sektion förHandledning i Omvårdnad, HiO.

Till studiedagen, deltagare i sektioner inom Svensk sjuksköterskeförening, medlemmar inomHandledning i Omvårdnad och övriga intresserade

När: 18 mars kl 17 – 19
19 mars kl 9 – 12.30

Plats:

Digitalt, via Zoom. Du får mer information vid anmälan.

Länk till anmälan:

https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSeefqGb m0DJ78HeJoMDYqfdxTtaz RRj8sEXrkuDojLL1XVVBQ/viewform?usp=sf_link

Sista anmälningsdag 1 mars 2021

Kostnad

Årsmöte 18 mars, avgiftsfritt

Studiedag 19 mars, 200 kr

Bankgiro: 209-0694

Organisationsnr:
802429-9631

Kontaktperson vid frågor:
Elisabeth Kling

Mail: elisabeth.kling@kau.se

Årsmöte via Zoom

Den 18 mars 2021

Kl 17 – 19 Årsmötesförhandlingar.

Studiedag via Zoom

Den 19 mars 2021

Tema

Att möta existentiella frågor i handledningsrummet.

Kl 8.45 Välkommen, test av Zoom för den som behöver.

Kl 9 – 12.30 Föreläsning av Elisabeth Lindberg

Hur kan vi ge utrymme för de existentiella frågorna, och hur kan vi skapa rum för mötet med patienten i handledningssituationen?

Föreläsningen utgår från ett livsvärldsteoretiskt perspektiv på vårdvetenskap och inkluderar ett existensfilosofiskt perspektiv där människans sårbarhet, kraft och sökande efter mening står i fokus.

Elisabeth Lindberg är docent i vårdvetenskap vid högskolan i Borås. Hennes forskning har en livsvärldsteoretisk grund och fokuserar på områden som existentiella vårdfrågor och reflektionens betydelse för lärande i vårdande sammanhang.

Den digitala föreläsningen kommer att mixas med mindre grupp-samtal i Zoom. Där får deltagarna reflektera kring sin egen handledarroll, handledarvardag och handledarutveckling utifrån frågor kring temat.

Kaffepaus tar vi tillsammans vid lämplig tid under förmiddagen.

Arrangör: Styrelsen förHandledning i Omvårdnad

Välkomna!