

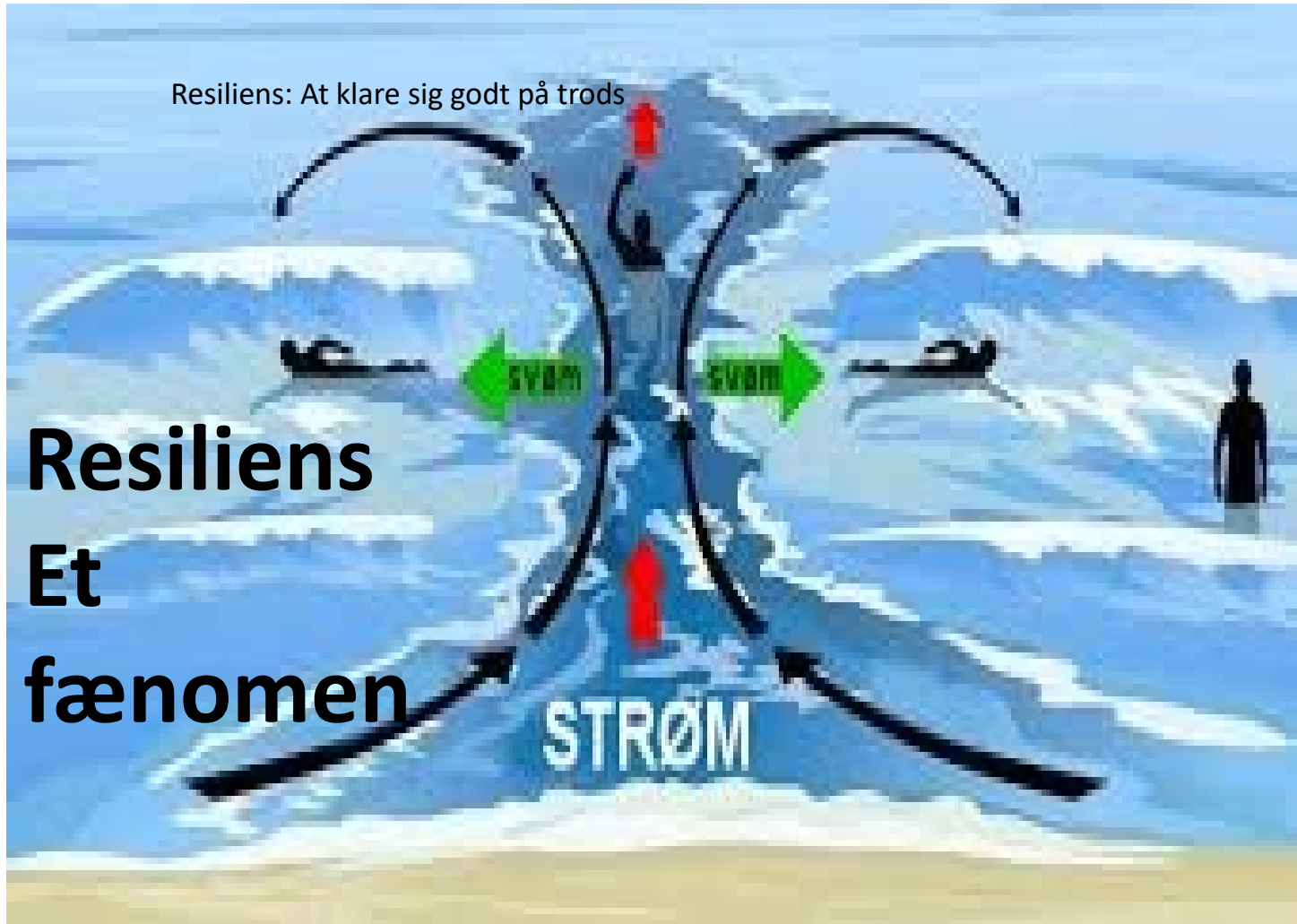
# 15.15 – 15.45 Forebygge forråelse og fremme faglig trivsel i ældreplejen.



- Psykolog Ida Skytte Jakobsen

Resiliens: At klare sig godt på trods

# Resiliens Et fænomen



# Jameton (1984) 'moral distress'

' defineret som en form for psykologisk 'distress' der opstår når man er i en situation hvor man er begrænset fra at handle som man ved er rigtigt.

fortvivlelse (eksistentielt fænomen)

belastning (et organisatorisk og samfundsmæssigt problem)



## Moralsk resiliens"

beskriver evne til at opretholde eller genoprette deres integritet som respons på moralsk kompleksitet, forvirring, nød eller tilbageslag.



Et resilient  
arbejds miljø tillader  
personalet

at håndtere krav til  
rolle og funktion,

tilpasning til ændringer i  
opgaverne,

samtidig med at det bliver  
muligt at bevare en  
oplevelse af både  
professionel og personlig  
job tilfredshed.

Et resilient arbejds miljø

# Psykologisk tryghed og det autonome nervesystem

Afhængig af vores autonome tilstand, ændre /transformers din krop, og forskellige systemer er aktiverede.

Den tilstand er det filter igennem hvilket vi oplever verden.

Det ændre vores sansesystem, vi lugter og høre anderledes, og ser anderledes.

Den autonome tilstand er det vigtig tilstand i forhold til at forstå, hvor den enkelte opfatter verden.

Om at skabe det grønne felt. At være tryk og sikker. (S.Porges).

- Relation som forebyggende, ikke kun de nærmeste relationer, men de mere perifære relationer har også betydning.
- Styrke relationskompetance i det brede, er vigtigt forebyggende arbejde.
- Relationerne i de store fælleskaber.

