

Tverrfaglig seminar, Trondheim, 10.03.13

**Den ”vanskelige” pasienten
Grensesetting**

v/psykologspesialist Nils E. Haugen

Haugen Psykologtjeneste og Coaching

PASIENT



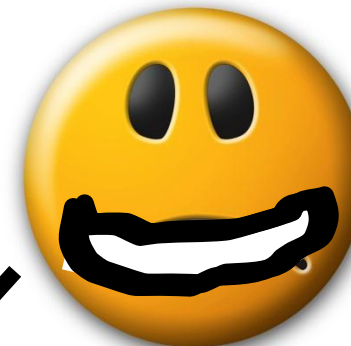
DEG



PASIENT



DEG



ROLLE

SITUASJON

PASIENT



DEG



ROLLE

SITUASJON

Hva menes med ”vanskelig” pasient?

Truende / farlig for deg eller andre

- Psykotiske, manglende impulskontroll
Eks på diagnoser: schizofreni, bipolar, enkelte PF.
- Rus gir redusert impulskontroll og redusert evne til å tenke på konsekvenser.
- Kverulanten, aggressive, ”offerrollen”, narcissisten

Hva menes med ”vanskelig” pasient?

Ubehagelig

- Egosentrisk, krever særbehandling (Narcissistisk PF)
 - Kommer for sent, betaler ikke, klager på manglende framgang, krever time på kort varsel, avbestillinger i tide og utide, vil ikke avslutte behandling.....
- Devaluerende (Eks: Borderline)
- Sykelig oppmerksomhetsbehov (Histrionisk PF)
- Innpåsliten, seksuell grenseløs, Picks syndrom
- Tvangspreget, usikker, engstelig
- Kun snakk om seg og sitt (jfr. deprimerte)
- Hypokonderen

Reaksjoner hos deg i møte med vanskelig pasient

- Skyldes pasientens atferd manglende evne eller manglende vilje?
 - Hvorfor er dette viktig å ta stilling til?
 - Hvordan kan man vite om det er manglende evne eller manglende vilje?
- Har du gjort din del av jobben med å forebygge konflikter med pasienten?

Forebyggende tiltak

- Forventningsavklaring:
 - Mål med behandlingen, kriterier for om målet er nådd
 - Informasjon om metode og pasientens bidrag
 - Antatt varighet
 - Klare regler/tidsfrister for bestilling, avbestilling osv.
 - Gi varsel/advarsel om brudd på avtalen på tidlig tidspunkt

Trekk ved pasienten

- Tankemessig fungering (logisk/ulogisk, frisk/syk, edru/ruset osv)
- Følelsesregulering
- Atferd

Hvilke av disse kan vi påvirke i situasjonen?

Personlighetsforstyrrelser (PF)

- Vedvarende, avvikende mønster i atferd eller opplevelsesmåte på minst 2 av følgende områder:
 - Opplevelse, fortolkning, holdning
 - Følelsesliv
 - Impulskontroll og behovstilfredsstillelse
 - Mellommenneskelige forhold
- Avviket skal være gjennomgripende, unyansert, utilpasset og uhensiktsmessig

Personlighetsforstyrrelser (PF) forts.

Ca 10% av den voksne befolkningen oppfyller kriteriene til en personlighetsforstyrrelse

Hvis vi tar med avvikende personlighetstrekk fra de som ikke fyller kriteriene for PF, skjønner vi at ingen arbeidsplass av litt størrelse går fri for erfaringer med PF/avvikende personlighetstrekk

Personlighetsforstyrrelser (PF) forts.

● Gruppe A (de eksentriske)	Forekomst i % i Norge (Torgersen,-08)
● Paranoid PF	● 1,5
● Schizoid PF	● 1,5
● Schizotyp PF	● 0,5
● Gruppe B (de dramatiske)	
● Borderline PF (emosjonell/ustabil)	● 0,5
● Antisosial (dyssosial) PF	● 0,5
● Dramatiserende (histrionisk) PF	● 1,0
● Narsisisstisk PF	● 0,5
● Gruppe C (de engstelige)	
● Unnvikende/engstelig PF	● 3,5
● Avhengig PF	● 1,0
● Tvangspreget PF	● 1,5
● Passiv/aggressiv	● 1,0
● Selvutslettende	● 0,5

Reaksjoner hos deg i møte med vanskelig pasient

- Avhengig av **din** tolkning av situasjonen!!!
- Kunnskap om forekomst og symptomer på ulike lidelser, samt tanken om at man bør la tvilen komme tiltalte til gode kan kanskje bidra til at toleransen for kundens avvikende atferd kan øke noe.
- I noen tilfeller er det imidlertid behov for å sette grenser for å beskytte både deg selv og pasienten og andre berørte.

Hvorfor er det nødvendig å si nei?

For å beskytte deg mot selvutslettelse /
overbelastning / stress / utbrenthet.

Hvorfor er det så vanskelig å si nei?

- Vi er oppdratt til å være høflige, lojale og serviceinnstilt. ”Flink pike”/ ”Flink gutt”-syndrom. Ekstremvarianten er den som adlyder blindt.
- Frykt for konsekvenser, f.eks. å bli oppfattet som lite samarbeidsvillig. Ofte uskrevne regler.
- Frykt for konsekvenser fra arbeidsgiver.
- Frykt for mottakerens reaksjoner dersom man sier nei, for eksempel aggresjon, trusler, vold, lei seg,
- Frykt for egne følelser, spesielt skyldfølelse (hvis du f.eks er redd for å gjøre noe feil).

Grensesetting - dagligdagse situasjoner:

- Si noe positivt
- **Si hva du føler/opplever og hvorfor (jeg-budskap).**
- **Si hva du ønsker - foreslå løsninger**

Hvis dette ikke er tilstrekkelig:

- Si klart **nei** og pek på konsekvenser dersom atferden fortsettes.

Levereregler

Andre mennesker har ikke mer makt over deg enn du gir dem!

Dine følelser og opplevelser kan ikke overprøves.

Du har ikke ansvaret for mottakerens reaksjoner når du setter grenser.

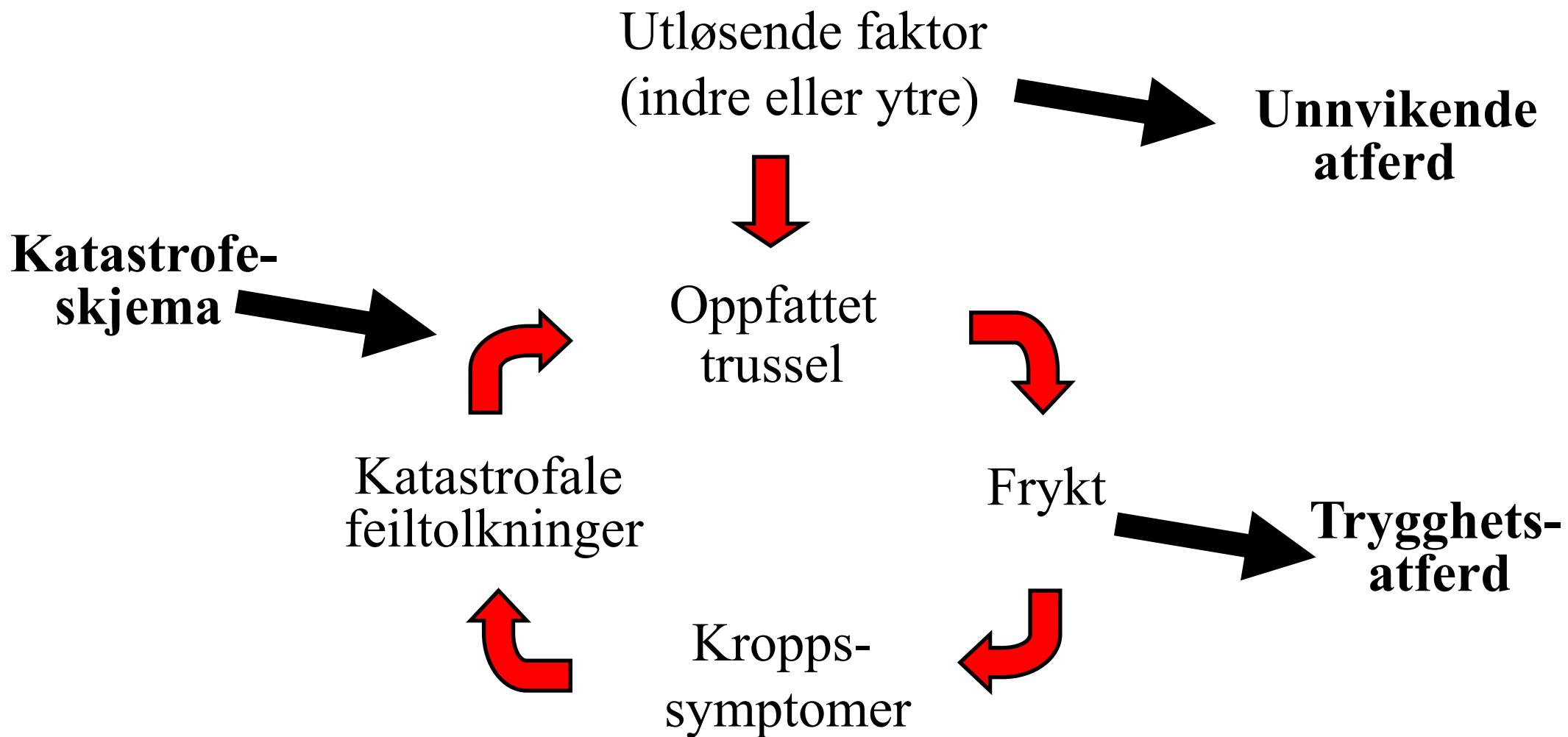
Husk «surstoffmaska»!

Problemer med grensesetting skyldes som regel at **du styres** av din frykt for andre menneskers reaksjoner.

Dette betyr at problemet ikke ligger hos pasienten din, men hos **deg**.

- Om angst/frykt

Hva opprettholder frykt?



-
- Hvilket ord er viktigst i grensesetting?

- Om sinne

- Når er det lov å bli sint?

- Forskjellen på sinne og aggresjon?

- Om dårlig samvittighet og skyldfølelse

Psykologspesialist

Nils Erling Haugen

Kjelsåsveien 160B, 0491 Oslo

Mobil: 93 43 36 96

E-post: nilshaugen@netcom.no

Hjemmeside: www.psykohaugen.no