

type1

diabetes. viden. netværk.

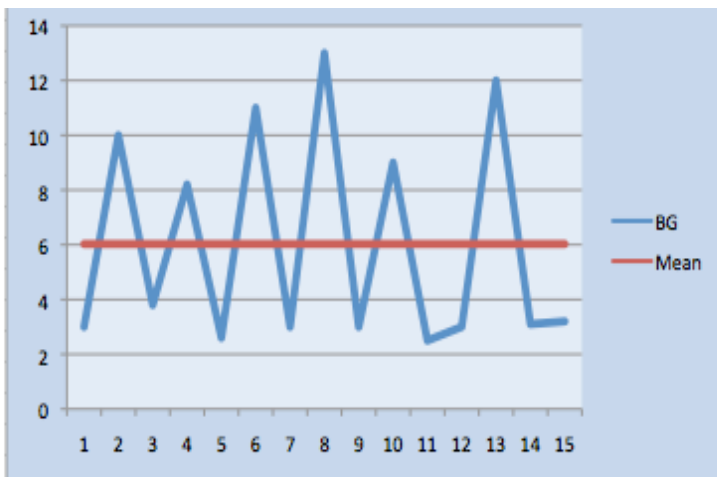
Sommerskole 2019
TEMA: Se diabetes med nye øjne

Agenda

- Præsentation af mig
- type 1, 24/7/365 i 37. år.
- 5 budskaber til jer nye sygeplejersker

#1: Mod til forandring

- På nationalt plan er målet: ≤ 53 mmol/mol
 - Kun 25 % af personer med type 1 diabetes når det nationale behandlingsmål på 53% Hba1c.
- På SDCC Steno Diabetes Center Copenhagen (Gentofte)
 - 30 %
- Børnedatabasen 2015
 - 30 %



#2: Skam gør unge handlingslammede

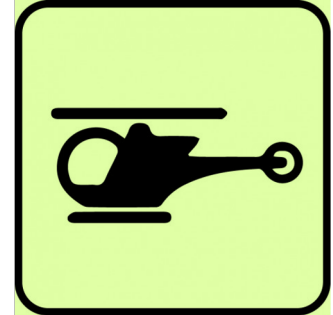
- Skam er at føle sig forkert. Ikke fordi man har *gjort* noget forkert, men fordi man *er* forkert.
- At gå rundt og føle, at man er forkert, kan være ret ødelæggende for ens liv. I gruppen af de skamfulde følelser er også at føle sig pinlig, flov, genert, blufærdig, kikset, osv.
- Når skammen rammer, har vi lyst til at forsvinde og gemme os - trække sig fra andre mennesker.
- Det er vigtigt at håndtere diabetes, så skammen ikke får fat.



Ogilvie, D.M., Cohen, F.L. & Solomon, S. (2008). The un desired self: Deadly connotations. *Journal of Research in Personality*, 42. 564-576.

#3: "Gå meta"

- Vores sygdom er et livsvilkår – men det er et livslangt samarbejde med sundhedssystemet også
- Nogle unge er bedre til at navigere end andre (netværk, ressourcer mv.)
- Andre reagerer med vrede, ligegyldighed, afbud, udeblivelser
- Forklar: Hvad kan systemet løfte?
- Forklar: Hvad kan det ikke løfte?
- Anerkend at det kan være svært
- Undersøg sammen og vær nysgerrig: Og hvem/hvad kan hjælpe?
 - det kræver der er en relation og tillid



#4: Frygt lukker for unges tillid og dialog

- Når vi som voksne føler frygt, mister vi evnen til at være åbne og nysgerrige – vi tænker faktisk mest på os selv og alt det frygtelige, der kan ske. Vi blokerer, bremses bliver vrede eller forskrækkede.
- *Hvad gør det ved dig, når andre bliver bange, hvis du fortæller noget, som du synes er svært?*





#5: Se de unges invitationer (systemisk teori)

Højt Hba1c:

hos unge er også kommunikation og en invitation – det kan fx være ”jeg ønsker at være som andre unge” eller ”mit liv er svært, jeg føler mig magtesløs og ensom.”

Vrede:

Vrede er også kommunikation og en invitation – det kan være en invitation til en ny måde at have en mere værdig relation på.

Small talk:

Udover nervøsitet kan det være for at stikke en finger i jorden og teste sin behandler – hvad kan vores relation bære? Er der tid?

Resume:

1. Mod til forandring
2. Skam gør unge handlingslammede
3. Gå "meta"
4. Frygt lukker for unges tillid og dialog
5. Se de unges invitationer

Tak for jeres opmærksomhed!

type1
diabetes. viden. netværk.

type1