

## REISEBREV FRA NØTTERØY, NORGE



*Bilde: tatt fra google.*

Julie Elisabeth Lier Sivesind

**Mail:** [Julielier@gmail.com](mailto:Julielier@gmail.com)

**Tlf.:** 004793289837

**Hjemskole:** Bornholms Sundhed- og Sygeplejeskole

**Hold:** Sybf20

**Uttekslingsland:** Norge

**Vertsinstitusjon:** Bjønnesåsen bo- og aktivitetssenter

**Klinisk undervisningssted:** Avdeling Lindholmen

**Uttekslingsperiode:** 29/11-2021 – 23/12-2021.

## **Begrunnelse for valg av utveksling**

Jeg valgte å ta utveksling til Norge, for siden jeg startet på utdannelsen i Danmark håpet jeg på å kunne ta en eller annen praktikk i Norge. Jeg ville prøve det å være i praktikk i Norge, samt samtidig være tett på min familie. Jeg kommer fra Norge, og er norsk, så for min del visste jeg godt hva jeg kom til. I tillegg tok jeg praksis på et pleiehjem hvor jeg har arbeidet i 4,5 år, men på en annen avdeling for at prøve noe nytt. Jeg tok praksis i Norge på 4. semester, hvor semesterets fokus var klinisk lederskab. Jeg tok 4 uker praksis i Norge og var 6 uker i praksis i Danmark, på Bornholm.

## **Praktisk og faglig forberedelse**

De praktiske forberedelser startet allerede da jeg skulle søke om utveksling. I forveien hadde jeg snakket med praksisstedet i Norge og hørt om jeg kunne få være i praksis der. Jeg var nødt til at søke inne i KP hvor jeg fylte ut et søknadsskjema, og etter det skrev jeg under en «*Learning agreement*» på utdannelsesstedet, som gikk på praktisk informasjon som jeg skulle følge under utvekslingsperioden. Innen jeg skulle i praktikk i Norge skulle jeg sende et presentasjonsbrev hvor jeg skrev om meg selv, mine fokusområder og om mine forventninger til klinikk oppholdet.

Min faglig forberedelse mindede meg mye om hvordan jeg forbereder meg ellers når jeg skal ut i klinikk, bare at nå var jeg nødt til at virkelig forstå læringsutbyttene og kjenne til hvordan jeg skulle jobbe med dem før jeg tok av sted til Norge.

## **Faglig utbytte**

Jeg gikk igjennom læringsutbyttene med semesteransvarlig på utdannelsesstedet, etter skrev jeg så under hvert enkelt læringsutbytte hva de gikk ut på og hvordan jeg kunne jobbe med dem under min klinikkperiode. Nå i etterkant ser jeg hvor viktig det var at jeg forsto og visste hvordan jeg skulle jobbe med læringsutbyttene før jeg dro på utveksling til Norge. Jeg kom omkring nesten alle læringsutbyttene under min klinikk opphold i Norge, det fordi jeg hadde i forveien satt meg inn i dem og forstått dem. Noen av læringsutbyttene kunne jeg ikke komme omkring, da de omhandlet organisasjonen i Danmark.

Jeg var Bjønnesåsen bo- og aktivitetssenter på Nøtterøy, i Norge, på avdeling Lindholmen. Lindholmen er en avdeling med 18 sykehjemsplasser. Det ytes heldøgns omsorg og pleie til personer med demens og kognitiv svikt. Alle beboerne på Lindholmen har en egen pasientansvarlig sykepleier og en primærkontakt. Lindholmen er delt i to sider, Nord og Øst. På Nord bor det beboere med demens/kognitiv svikt, og i bogruppen er det fokus på hverdagsaktiviteter og sosial deltagelse. Opplevelsen av mestring er en viktig del av hverdagen. På Øst bor det beboere med demens/kognitiv svikt og/eller somatisk sykdom. I bogruppen er det fokus på verdighet, lindring/palliasjon og pleie.

Første uken på klinikkstedet hadde jeg en studiesamtale med min veileder i Norge, og veldig godt tatt imot. Jeg ble vist rundt på avdelingen og vi snakket litt om avdelingen og hva fokusområdene der var. Min veileder i Norge ga meg en oversikt over de dager hun er på jobb, og vi med enige om at jeg følger henne under min klinikk periode. Under klinikkoppholdet har jeg vært med til legevisitter, pårørendesamtaler, jobbet med samtykkevurdering og tvangsvedtak. Under klinikken har jeg lært meg å ta ansvar og planlegge prosedyrer jeg skal utføre. Jeg har skrevet tiltaksplaner/pleieplan, utført sårstell ved behov og jobbet mye med pasientsikkerhet i forbindelse med å ha utført ernæringscreening, vurdering av fallrisiko og utført vurdering av risiko for trykksår. Jeg har jobbet mye helsefremmende, forebyggende og med palliasjon/lindrende.

Det norske sunnhetsvesen er på mange måter likt som i Danmark, den store forskjellen hvert fall på et pleiehjem er at Norge ikke har sosial- og sundhedassister, hvor i Danmark assistene utfører mye og sykepleierne jobber mye administrativt. I Norge jobber sykepleieren litt mindre administrativt, og er mye mer ute i kontakt med beboerne og med deres pårørende.

### **Kulturelt utbytte og sosial erfaring**

Jeg ble veldig godt tatt imot av min veileder, avdelingsleder og de andre kolleger da jeg kom, men også under hele klinikk perioden. For min del var det veldig deilig å være et sted i praktikk hvor alle snakket norsk. Jeg har opplevd tidligere når jeg har vært i klinikk i Danmark, at språkbarrieren ofte har gjort det vanskelig å danne en relasjon og noen ganger har det faktisk oppstått at danskene ikke har forstått meg i

det hele tatt. Det har gjort at jeg blitt litt mer tilbaketrukket og stille når jeg er i klinikk i Danmark. Jeg er ikke sånn til vanlig, og derfor var det veldig deilig for meg å komme i klinikk i Norge. Jeg fikk mye ut av å være i klinikk i Norge. Det ble lettere for meg å danne relasjon med beboere/pårørende, og jeg ble automatisk mer frempå.

Bjønnesåsen bo- og aktivitetssenter vil i stor grad legge til rette for den enkelte beboer, slik at han eller hun får et individuelt tilpasset spesialisert og differensiert tilbud. På pleiehjemmet vil bomiljø, aktivitetene samt personalets kompetanse og faglighet være avgjørende for å sikre beboere og pårørende trygghet, omsorg og gode opplevelser, samt en god hverdag. Det er kokk på post, som vil si at hver avdeling har en kokk, og i tillegg til de faste måltidene så kan beboerne velge blant ulike varmretter som kan tilberedes utenom de faste måltidene. Pleiehjemmet har egne sykehjemsleger, fysioterapeut, frisør og fotpleier.

### **Viktig erfaringer og anbefalinger**

Jeg kan absolutt anbefale å ta praksisperiode i Norge, hvert fall til nordmenn selv. Viktige erfaringer som jeg har tatt med meg, og vil gjøre andre oppmerksom på er det at man virkelig står på egne ben, og du har ansvar for egen læring. Du har selv ansvar for å forstå læringsutbyttene, og står selv for å jobbe slik at man kommer omkring de læringsutbytter som er i praktikken. Det var det noe ekstra arbeid å ta praksis i Norge og i Danmark. Jeg skulle skrive et presentasjonsbrev som jeg sendte til praktikkstedet i Norge, og skrive et presentasjonsbrev som skulle sendes til praktikkstedet i Danmark. Jeg måtte også ta ansvar selv for at jeg møtte opp de timer som var forventet. I tillegg skulle jeg skrive et oppsummeringsbrev av hva jeg hadde gjort og lært i praktikken i Norge, som jeg skulle sende til min veileder på praktikkstedet i Danmark. Jeg skulle ha underskrift på alle dokumenter (medisin logbog, oppsummeringsbrevet, timer jeg møtte etc..) jeg skrev i praktikkperioden i Norge.

I tillegg hadde jeg en klinisk prøve på 4. semester som skulle utføres i Danmark. Jeg var først 2 uker på praktikkstedet i Danmark, så 4 uker i Norge, og så 4 uker i Danmark igjen. Før jeg dro til Norge, følte jeg selv at jeg hadde «dårlig» tid på å bli godt kjent på praktikkstedet i Danmark, i forhold til den kliniske prøve, fordi jeg skulle være 4 uker i Norge. Jeg sto selv for

å være engasjert og være på, for å få mest mulig ut av de ukene jeg hadde i praktikk i Danmark.

I alt anbefaler jeg andre å ta praktikk i Norge, men en skal være oppmerksom på at det er noe ekstra arbeid som følger med, og at en står for egen læring. Jeg selv er glad for at jeg tok praktikk i Norge, og syntes det var verdt litt ekstra jobb/innsats.