

Itsetuntemuksen merkitys potilastyössä jaksamisessa

Antti Latvakoski

YLE EL



Sidonnnaisuudet

- AbbVie kongressimatka (ECCO-kongressi 2024)
- Tillotts Pharma (Gastroenterologiapäivät erikoistuville lääkäreille 2024)
- AbbVie (UEGW kongressimatka 2022)
- Lapin hyvinvointialue, erikoislääkäri, Kemijärven hyvinvointikeskus
- Pohjois-Pohjanmaan hyvinvointialue, gastroenterologiaan erikoistuva lääkäri
- Medilinko Oy, toimitusjohtaja
- GP-kouluttaja, Oulun yliopisto

Miksi?

Emotionaalinen
kuormitus

Miksi?

Emotionaalinen
kuormitus



Tunteiden kieltäminen



Miksi?

Emotionaalinen
kuormitus

Tunteiden kieltäminen

Ahdistus



Miksi?

Emotionaalinen
kuormitus

Tunteiden kieltäminen

Ahdistus

Kyynistytminen

Uupuminen

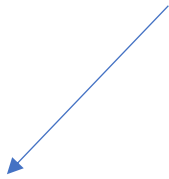


Oman persoonan käyttäminen työvälineenä on kuormittavaa koska elävänä tunnepeilinä oleminen on raskasta. Jokainen auttaja on vääjäämättä autettavansa transferenssin kohde

- M. Lindqvist (Auttajan varjo)



Itsen suojaaminen

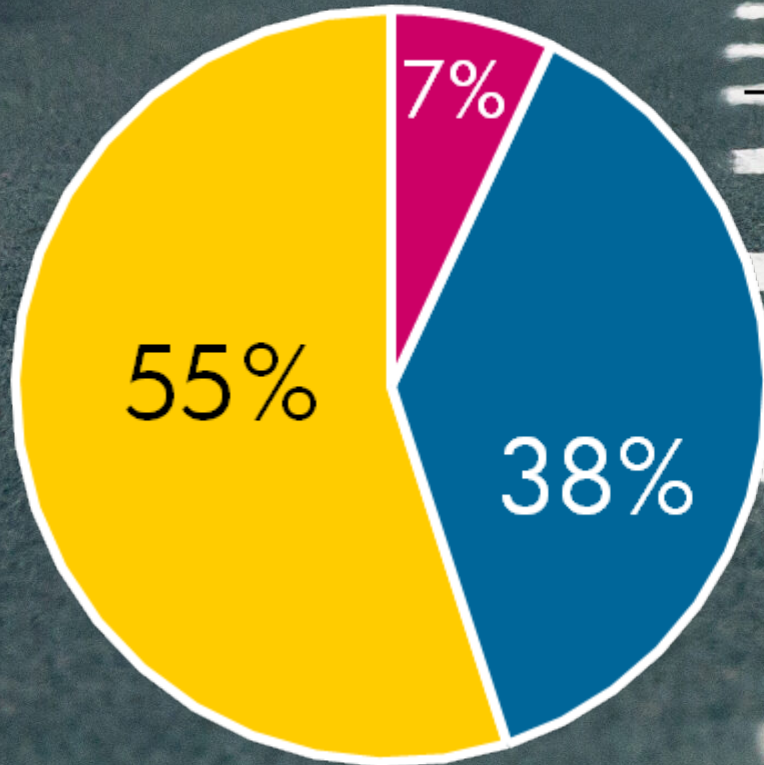


Virkamiespositio





"People talking without speaking,
people hearing without listening.."
- Paul Simon



Dr. Albert Mehrabian's 7-38-55% Rule

Elements of Personal Communication

- 7% spoken words
- 38% voice, tone
- 55% body language



- Omien tunnetilojen ymmärtäminen
- Potilas-lääkäri –suhteen kehittyminen

Omien tunteiden tunnistaminen



Negatiiviset tuntemukset



Omien tunteiden tunnistaminen

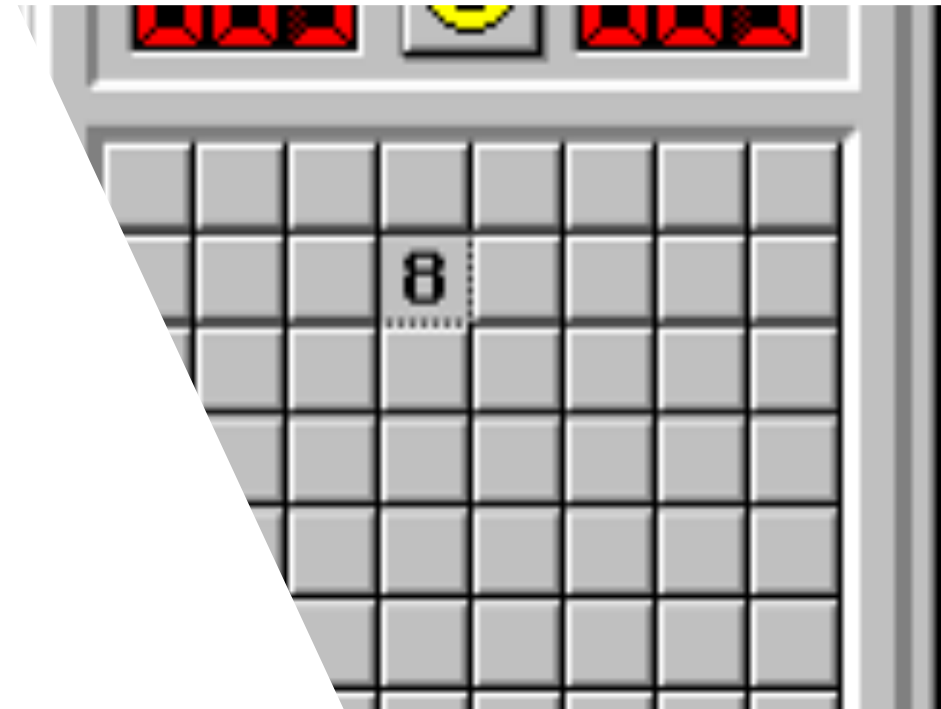


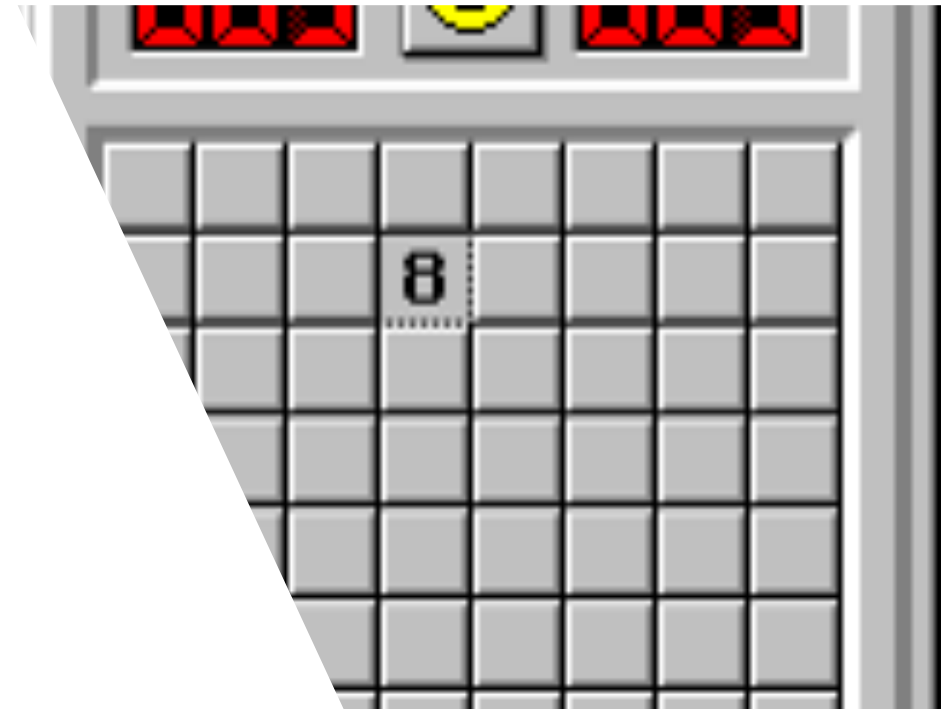
Negatiiviset tuntemukset

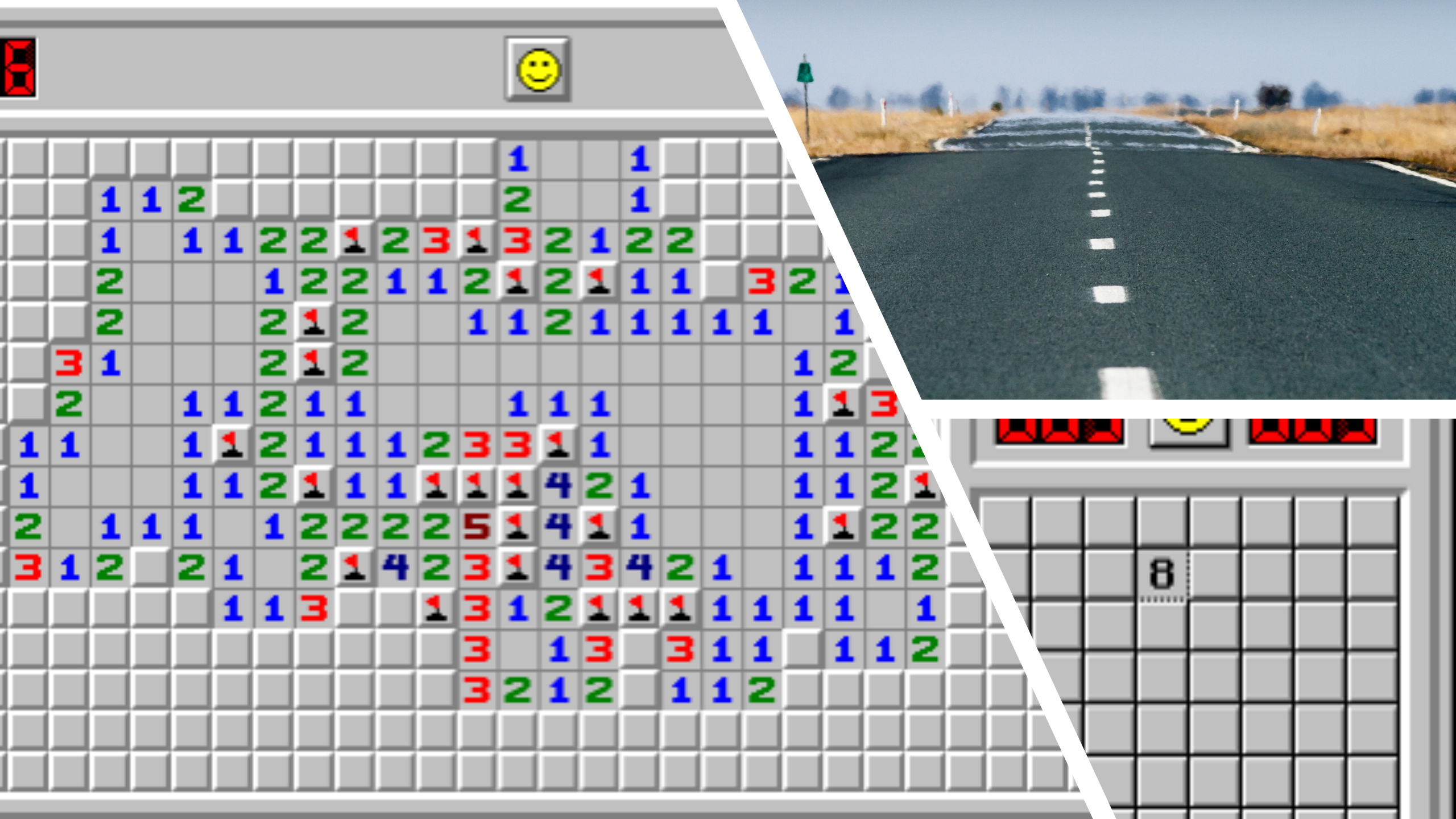


Empatia









Milloyin?



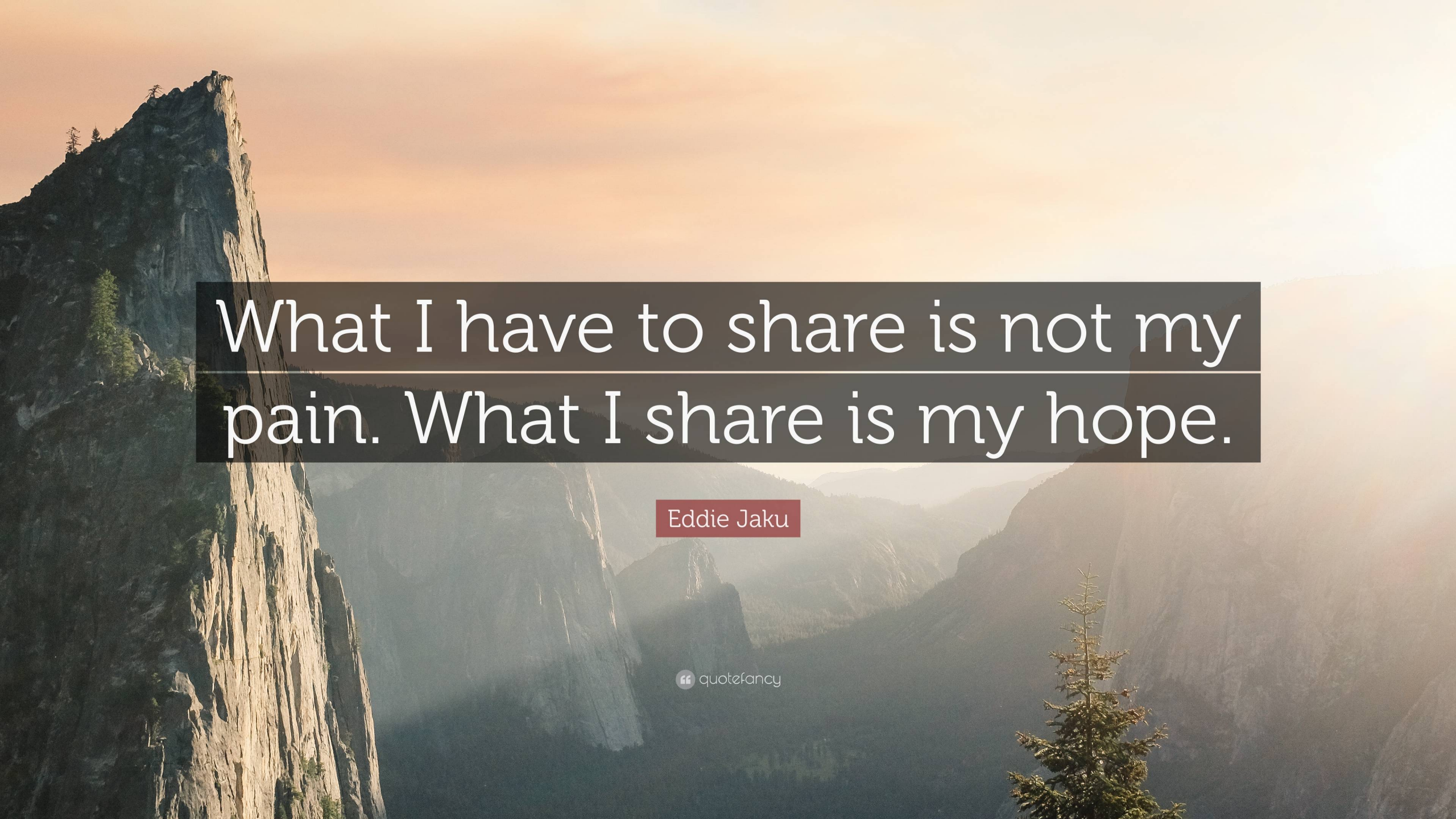
Miten?

- Sukupuu
- Reflektio



-
- **KOHTAAMINEN** – nousee kyvystä olla läsnä ja oman varjon tiedostamisesta. Toista ei voi nähdä ellei ensin näe itseään. ”Tommy Hellsten”





What I have to share is not my
pain. What I share is my hope.

Eddie Jaku