

Ekolojik, Ekonomik ve Sosyal Sürdürülebilirlik İçin

istanbul Gelişim Üniversitesi



Bölüm Adı

Sağlık Bilimleri Fakültesi

Hemşirelik Bölümü

Dersin Adı

Kişilerarası İlişkiler ve Terapötik İletişim - HEY 110

Dersin Haftası: 13. Hafta

Dersin Öğr. Gör. Adı: **Öğr. Gör. A. Mücella SOYDAN**

E-Posta:

amsoydan@gelisim.edu.tr

Telefon: 212 422 70 00

DERS BİLGİLERİ

Ders Günü ve Saati

25 Mayıs 2021 Salı 11:50-13:20

Dersin Kredisi

2 Kredi

GBS Linki

Görüşme Gün ve Saatleri

25 Mayıs 2021 Salı 14:0-15:00

Dersin Öğretim Üyesinin Konumu

B Blok SBYO

Geçen Ders Hakkında

11. Hemşirelikte Terapötik İletişim/ Terapötik İletişimin Temel Öğeleri

1. Empati
2. Saygı
3. Saydamlık
4. Somutluk
5. İlişkinin Şimdi ve Buradalığı
6. Kendini Açma
7. Sıcak Davranma
8. Yan Tutmama
9. İçtenlik
10. Yüzleştirme

Geçen Ders Hakkında

Empati: Diğerlerinin duygularının yoğunluğunu ve anlatımını algılama ve anlama yeteneğidir.

Saygı: Bireyin karşısındaki bireyi değerli bir birey olarak kabul etmesi ve bunu iletebilmesidir. Saygı; danışan kişiyi ya da hastayı ayrı bir kişi olarak düşünce, duygu ve eylemlerinde özgür olduğunu kabul etmek, iletmek (hissettirmek) tir.

Saydamlık, dürüstlük, içtenlik, doğruluk anlamına gelir, **tıpkı cam gibi bir yandan bakılınca, diğer yandan görülmesidir.**

Saydamlığın iki yanı bulunmaktadır; Birincisi, yaşanan duyguların farkında olmak, İkincisi, bunları eğer uygunsa iletmektir.

Geçen Ders Hakkında

11. Hemşirelikte Terapötik İletişim/ Terapötik Beceriler (Terapötik İletişim Teknikleri)

- 1. Yapılama**
- 2. Yakından İlgilenme**
- 3. Konuşmaya Açık Davet**
- 4. Asgari Düzeyde Teşvik**
- 5. Duyguların Yansıtılması**
- 6. İçeriğin Yansıtılması**
- 7. Kişiselleştirme**
- 8. Özetleme**
- 9. Paylaşırma**
- 10. Bağlama**
- 11. Sessizlik**

Geçen Ders Hakkında

Yapılama: İlk görüşmede danışmanın/hemşirenin danışana/bireye/hastaya danışma ile ilgili bilgi verme aşamasıdır.

Yakından İlgilenme: Danışana insan olarak saygı duyulduğunu ve söylediklerine önem verildiğini iletir. **Danışanın kendine güvenini arttırmak ve güvenli bir ortam oluşturmak için kullanılır.**

Konuşmaya Açık Davet: Danışanın kendisini daha iyi anlatabilmesi amacıyla açık uçlu sorular sorma becerisidir.

Geçen Ders Hakkında

Asgari Düzeyde Teşvik: Danışmanın/hemşirenin en az düzeyde konuşup, danışanın/bireyin/hastanın konuşmaya sevk edilmesidir.

Duyguların Yansıtılması: Danışanın/bireyin/hastanın duygularının açıklığa kavuşturulmasına ilişkindir. Duyguların yansıtılması, duyguların belirginleşmesine yardımcı olur.

İçeriğin Yansıtılması: Danışanın söylediklerinin içerik açısından açıklığa kavuşturulmasıdır. Sürekli olarak söylenenlerin aynısını tekrarlamak süreci mekanikleştirir. Dikkat edilmesi gereken bu husus duyguların yansıtılması için de geçerlidir.

Haftalık Akış

12. Terapötik İletişim ve Hemşirelik Yaklaşımları

1. Hemşirenin Kendini Tanıması
2. Hemşirenin Başkalarını Tanıması
3. Terapötik Hasta-Hemşire İlişkilerinde İlgı ve Güven Duygusu
4. Empati, Saygı, Sevgi, Bağımlılık-Bağımsızlık Kavramları ve Hemşirelik
5. Değişik Durumlardaki Hastalar ve İletişim.
- Öfkeli, Kültür Şoku Yaşayan, Anksiyetesi Olan, Stresli, Kriz Yaşayan, Beden İmajı Bozulmuş Olan, Ağrı Çeken, Yalnızlık ve/veya Ümitsizlik Çeken, Ölümü Yaklaşan Hastalar ve İletişim
6. Danışman Olarak Hemşire

Haftalık Öğrenim Kazanımları

12. Terapötik İletişim ve Hemşirelik Yaklaşımları

1. Hemşirenin kendini tanımasının önemini bilir, açıklar
2. Hemşirenin başkalarını tanımasının önemini bilir, açıklar
3. Terapötik hasta-hemşire ilişkilerinde ilgi ve güven duygusunu açıklar
4. Empati, Saygı, Sevgi, Bağımlılık-Bağımsızlık kavramları ve hemşireliği bilir, açıklar
5. Değişik durumlardaki hastalar da iletişimi bilir
- Öfkeli, Kültür Şoku Yaşayan, Anksiyetesi Olan, Stresli, Kriz Yaşayan, Beden İmajı Bozulmuş Olan, Ağrı Çeken, Yalnızlık ve/veya Ümitsizlik Çeken, Ölümü Yaklaşan Hastalarda İletişimi bilir
6. Danışman olarak hemşirenin görevlerini bilir, açıklar

Hemşirelikte Terapötik İletişim ve Hemşirelik Yaklaşımları

1. Hemşirenin Kendini Tanıması

İnsanın başkalarının davranışlarını ve tutumunu anlayabilmesi için **önce kendini anlaması ve tanıması** gerekmektedir.

Ben Kimim ?

İnsan,“biyopsikososyal” bir varlıktır.

-Ben aynı zamanda ruhsal bir varlığım.-

Neden Buradayım?

Şu An Ne Yapıyorum?

Hemşirelikte Terapötik İletişim ve Hemşirelik Yaklaşımları

Hemşireler hem kendi iç dünyalarının hem de dış dünyadaki olayların farkında olabilmelidirler.

Kendini tanıyan bir hemşire gerçek duygu ve düşüncelerinin farkında olup, yaşamı boyunca, gerek kişisel gerekse mesleki yönden kendini yönlendirebilmekte ve başarıya ulaşabilmektedir.

Günlük yaşamda ve görevimi yaparken özellikle zorluklarla karşılaştığımda hangi duygularım ve düşüncelerim ön planda?



Hemşirelikte Terapötik İletişim ve Hemşirelik Yaklaşımları

Hemşirelerin görev, yetki ve sorumluluklarını huzurlu, mutlu, coşkulu ve doyumlu bir biçimde yerine getirebilmeleri için;

- kendi değerlerini,
- duygularını,
- sorumluluklarını

tanıması, bilmesi ve ayrıca

➤ iletişimi tekniklerini ustaca kullanabilmesi gerekmektedir.

Hemşirelikte Terapötik İletişim ve Hemşirelik Yaklaşımları

Dış görünüşüm; Uysal mı?, Saldırgan mı?, Güvenilir mi?....

- Hemşirenin diğer bireylerle ilişki kurmada başarılı olup olmadığını anlayabilmesi için **önce kendini ne ölçüde ve nasıl o insanlara gösterdiğini bilmesi gerekir.**
- Postürü, duruşu, iletişim esnasında bıraktığı mesafe, yüz ifadesi, göz teması, ses tonu , jestleri nasıldır?

Hemşirelikte Terapötik İletişim ve Hemşirelik Yaklaşımları

Güven Verici (Assertiv) Görünüş

- Vücut postürleri dik olup, kendilerinden emin bir görünüşleri vardır.
- Rahat ve dengeli hareket ederler. Açık ve arkadaş canlısıdırlar.
- Diğerlerinin gözlerinin içine bakarak konuşurlar, ancak bakışları rahattır.
- Yumuşak ve rahat olan ses tonları güçlü duygularını aksettirir.
- İletişim mesafesini ayarlayabilirler.



Hemşirelikte Terapötik İletişim ve Hemşirelik Yaklaşımları

2. Hemşirenin Başkalarını Tanıması:

İnsanlar farklı kişilik yapılarına sahiplerdir.

Çocukluk dönemlerindeki ilişkilerin niteliği, yetiştikleri ortamın farklılığı, genetik faktörler ve birçok değişkenin de etkileriyle **kişilik gelişimleri olumlu, olumsuz etkilenecek farklı kişilik yapılarına sahip olurlar.**

Bu farklılık aynı durum karşısında farklı reaksiyonlara ve davranışlara neden olur.

Hemşirelikte Terapötik İletişim ve Hemşirelik Yaklaşımları

Bilinmesi gereken en önemli husus; onlar daha çocukken farklı dönemlerde kendilerini duygusal olarak doyuma ulaştıran davranış biçimini farklı farklı öğrenmişlerdir.

Hemşirelik bakımının bir amacı da; bireylerin sağlıklarını geliştirme ve hastalık halinde iyileştirmede rol alabilmeleri, katılımcı olabilmeleri için davranışlarını değiştirmelerine yardım etmektir.

Bu değişiklik oluşturulurken insan kişiliğinin çeşitliliği ve kişiliği hazırlayan geçmişin değişikliği göz önünde tutulursa **hemşirenin günlük ilişkilerinde rutinden söz edilmemesi gerektiğini söyleyebiliriz.**

Hemşirelikte Terapötik İletişim ve Hemşirelik Yaklaşımları

Hemşireler, bireylerin farklı davranışlara sahip olabileceklerini göz önünde bulundurmalı ve kendisi de bunlara aynı davranış biçimini göstermemelidir.

- Bireyler aynı biçimde düşünemez ve olaylar karşısında aynı biçimde reaksiyon veremezler.
- Aynı koşullarda aynı durumda bulunan iki kişinin aynı olaya nasıl reaksiyon vereceği önceden bilinemez.

Hemşirelikte Terapötik İletişim ve Hemşirelik Yaklaşımları

Hastaların Reaksiyon Biçimini Etkileyen Faktörler:

- Hastalığa karşı olan bireysel reaksiyonu
- Hastalık hakkında inanç ve tutumu
- Hastayı destekleyen bireylerin (aile fertleri, arkadaş) yaklaşımı
- Maddi olanakları

Hemşirelikte Terapötik İletişim ve Hemşirelik Yaklaşımları

Eğer hasta aldığı ilacın kendisine iyi gelmeyeceği inancında ise ne söylenirse söylensin ilacını içmeyecektir. Bu durumdaki hasta ile konuşur, nedenini araştırır, bu inanca etki eden duygularını anlarsa yaklaşımları daha farklı ve yararlı olacaktır.*

*Hemşireler iletişimlerinde rutinin dışına çıkabilirlerse yani hastalarını farklı kişiliklerde olabileceklerini kabul eder ve tanırlarsa verecekleri bakımda da daha başarılı olacaklardır.

Hemşirelikte Terapötik İletişim ve Hemşirelik Yaklaşımları

3. Terapötik Hasta-Hemşire İlişkilerinde İlgı Göstermek ve Güven Duygusu

İlgı Göstermek: Hastanın hastaneye, servise gelmesiyle başlar.

- “Hoş geldiniz” demek,
- Kendinizi ve bakım ve tedavisinden sorumlu olan diğer görevlileri tanıtmak,
- Temiz bir odada temiz bir yatağa yatırmak,
- Çevresine uyumunu sağlamak

hasta ile ilgilendiđinizi ve onu önemsedięinizi gösterir.

Hemşirelikte Terapötik İletişim ve Hemşirelik Yaklaşımları

İlgi göstermek güven duygusunun oluşumunda önemli bir yaklaşımdır.

Güven Duygusu: Terapötik bir hasta hemşire ilişkisinin özü güven vermektir.

Güven duyulmuyorsa iletişim yüzeysel olacaktır.

Hastalar bilgili, becerili, insan ilişkileri olumlu hemşirelere güvenirler.



Hemşirelikte Terapötik İletişim ve Hemşirelik Yaklaşımları

4. Empati, Saygı, Sevgi, Bağımlılık-Bağımsızlık Kavramları ve Hemşirelik

Empati: İnsan ilişkilerinde önemli bir yeri vardır. Hastanın duygu, düşünce ve isteklerini paylaşma yani bir eş duyumdur.

Empati derin bir anlayışı gerektirir.

Hemşirenin empatik olması, bunun hastaya yansıması ve bunun doğru algılanması önemlidir.

Sempati ile karıştırılmamalıdır.

Sempatik davranışta objektif olma ve terapötik yaklaşım söz konusu değildir.

Hemşirelikte Terapötik İletişim ve Hemşirelik Yaklaşımları

Saygı: Saygı bireyin kendini ilgiye, tanımaya ve onura layık bulduğunu hissettirir.

Her birey hasta olsun ya da olmasın kendisine saygı gösterilmesini, değer verilmesini bekler.

Öz saygısı olan hemşireler hastalarına saygı göstermek konusunda sorun yaşamazlar.

- Soğuk ve iyi pişirilmemiş yemek vermek,
 - Başkalarının yanında giysilerini değiştirmesini istemek,
 - Uyuduğu sırada gürültüyle odaya girmek, ışığı açmak
- gibi eylemler hastaya kendini iyi hissettirmeyen saygı sorunlarıdır.

Hemşirelikte Terapötik İletişim ve Hemşirelik Yaklaşımları

Sevgi: En çok ihtiyaç duyulan ve onsuz yaşanmayacak bir duygudur.

Hemşireler;

- **Sabır,**
- **Hoş görü,**
- **Nezaket,**
- **İncelik,**
- **Güler yüz**



göstererek sorumluluklarını yerine getirebilirlerse eğer sevgi duygusunu aktarabilirler.

Dikkat !Tüm ilişkilerde ve duyguların aktarımında denge sağlamak önemli bir yaklaşımdır.

Hemşirelikte Terapötik İletişim ve Hemşirelik Yaklaşımları

Bağımlılık- Bağımsızlık: Kendi gereksinimlerini gideremeyen hastalar kendilerini hemşireye ve / veya bakım veren kişiye bağımlı hissederler.

Hemşirelerin iyileşme sürecinde hastalarını **bağımsızlığa teşvik** etmeleri önemlidir.

Bağımsızlığa yol alma sürecinde hastaların **hemşirenin ilgi, yardım ve desteğine ihtiyaçları olduğu göz önünde** bulundurulmalıdır.

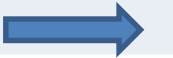


Hemşirelikte Terapötik İletişim ve Hemşirelik Yaklaşımları

5. Değişik Durumlardaki Hastalar ve İletişim

Öfkeli Hasta: Sakin kalabilmek en önemli koşuldur.

Yapılması Gerekenler	Nedeni
<ul style="list-style-type: none">• <u>Duygularınızı kontrol altına alınız.</u>	Mantıklı düşünmenize olanak sağlar. Bu da hastaya yapacağınız yardımın etkinliğini
<ul style="list-style-type: none">• <u>Sakin sakin konuşunuz.</u>	
<ul style="list-style-type: none">• <u>Gerektiğinde odayı bir süreliğine terk ediniz.</u>	Odadan çıkmakla hastanın sakinleşmesini ve kolay iletişimi sağlamış olursunuz.
<ul style="list-style-type: none">▪ <u>Hastanın davranışlarına, beden hareketlerine dikkat ediniz.</u>	Yumruklarını, dişlerini sıkması, hızlı hızlı yürümesi fiziksel şiddet uygulayabileceğinin göstergesi olabilir.



Hemşirelikte Terapötik İletişim ve Hemşirelik Yaklaşımları

<u>Hastanın duygularını ifade etmesine olanak tanıyınız.</u>	Duyguların boşalımı, kızgınlık ve gerilimin sözel dışı vurumu duruma daha mantıklı yaklaşmasını sağlayabilir.
<u>Hastanın öfke kaynağını araştırınız</u>	Nedeni bilmek çözümü kolaylaştıracaktır
<u>Hastanızın kendi bakımına katılımını sağlayınız.</u>	Yardımsız kalma ve bağımlı olmayı azaltacaktır
<u>Gereken kontrol ve sınırları koruyunuz.</u>	Hastanın oto kontrolünü sağlayarak iletişimi olumlu etkileyecektir.
Hastaya bağırmanız, kavga etmeyiniz. Yaklaşmanız ve dokunmanız.	Kızgınlığı artabilir, fiziksel saldırıya neden olabilirsiniz.
Kapıya yakın durmayı tercih ediniz.	Fiziksel saldırıda dışarı çıkmanız kolay olur.
<u>Asla üstünlük taslamayınız.</u>	<u>Aşağılanmak öfkeyi artırarak dışı ya da içe dönme nedeni olabilir.</u>
<u>Hastanın duygularını hiçe saymayınız.</u>	<u>Öfke kaynağını bulmanızı engeller.</u>

Hemşirelikte Terapötik İletişim ve Hemşirelik Yaklaşımları

Kültür Şoku Yaşayan Hasta:

- İletişim çift yönlü tutulmalıdır.
- Hastanın etnik kökeni, kültür özelliklerini öğreniniz.
- Alışkanlıklarını, geleneklerini, değerlerini, inançlarını öğreniniz.
- Sağlık, hastalık, ölüm ile ilgili inançları, beden imajı ile ilgili görüşleri, yemek alışkanlıkları, ekonomik, sosyal ve ruhsal desteğinin olup olmadığı ile bilgileri öğreniniz.
- Hastanın ailesi ile de terapötik ilişkiyi etkili kılabilmek için görüşmeyi göz ardı etmeyiniz.
- Ortak yönler üzerinde durunuz.
- Farklılıkların bakım verirken bir soruna neden olmayacağını uygun bir dille paylaşınız.

Hemşirelikte Terapötik İletişim ve Hemşirelik Yaklaşımları

Anksiyete Yaşayan Hasta:

Hildegard E. Paplau'ya Göre İletişim Adımları(5) :

1. Anksiyeteyi yaratan enerji otomatik olarak davranışa (öfke, ağlama gibi) dönüşür.

Bu durumda **hastaya konuşma olanağı verilmelidir.**

Söylediklerini onaylamadan dinlenmelidir.

“Diyordunuz ki”, “devam ediniz” gibi.



Hemşirelikte Terapötik İletişim ve Hemşirelik Yaklaşımları

Anksiyete Yaşayan Hasta:

Hildegard E. Paplau'ya Göre İletişim Adımları :

2. Huzursuzluk, güçsüz hissetme görülür, endişeli olduğunun farkında değildir.

Anksiyetesini fark etmesi sağlanmalıdır.

“Neden sıkılıyorsunuz?”, “endişe mi duyuyorsunuz?” gibi.

Önce inkar edebilir, şüphe duyabilir, sonuçta “evet” diyebilir.

“Evet” dediği zaman üçüncü adıma geçilmelidir.

Hemşirelikte Terapötik İletişim ve Hemşirelik Yaklaşımları

Anksiyete Yaşayan Hasta:

Hildegard E. Paplau'ya Göre İletişim Adımları :

3. Anksiyetesi ve onu rahatlatan davranış arasında ilişki kurması sağlanmalıdır.

Rahatlatıcı davranışı fark etmesi önemli bir aşamadır.

Hemşirelikte Terapötik İletişim ve Hemşirelik Yaklaşımları

Anksiyete Yaşayan Hasta:

Hildegard E. Paplau'ya Göre İletişim Adımları :

4. Beklentileri giderilmediği için anksiyetesi olabilir.

Düşüncelerini, isteklerini ve arayışlarını formüle etmesi için yardımcı olunmalıdır.

Hemşirelikte Terapötik İletişim ve Hemşirelik Yaklaşımları

Anksiyete Yaşayan Hasta:

Hildegard E. Paplau'ya Göre İletişim Adımları :

5. Beklentileri karşılanmayabilir.

Beklenti;

önemli midir?,

acil midir?,

ertelenebilir mi?,

değişebilir mi?

Hemşirelikte Terapötik İletişim ve Hemşirelik Yaklaşımları

Sonuç olarak hastaya şu yönlerden yardımcı olunur:

- **Anksiyeteli olduğunu fark etmesi,**
- **Anksiyetesi ve onu rahatlatan davranış arasında ilişki kurması,**
- **Beklentilerini fark etmesi, bunun kendisini nasıl etkilediğini bilmesi,**
- **Sonuçta olabilecek değişikliği değerlendirebilmesi.**

Hemşirelikte Terapötik İletişim ve Hemşirelik Yaklaşımları

Stresli Hasta:

- Hemşireler önce kendilerini, etkilendikleri stresörleri tanımaları gerekir.
- Hemşireler hastalarını ve onların etkilendikleri stresörleri de çok iyi tanımaları gerekir.
- Stres, stresle başa çıkma yolları, stres faktörlerini ortadan kaldırma ve bu bilgileri uygulayabilme yetisine sahip olunmalıdır.

Hemşirelikte Terapötik İletişim ve Hemşirelik Yaklaşımları

Stres için Öneriler:

- **Nefes Egzersizleri,**
- **Gevşeme Teknikleri,**
- **Egzersiz,**
- **Düşünceleri Durdurma,**
- **Yürüyüş,**
- **Yatmadan Önce Masaj,**
- **Ilık Süt,**
- **Banyo,**



Hemşirelikte Terapötik İletişim ve Hemşirelik Yaklaşımları

Kendine Güven ve Sorun Çözme Yeteneğini Geliştirme İçin Öneriler;

- Sorunun farkına varmasını sağlama,
- Olumlu davranış değişikliğini destekleme ve diğerleri.

Hemşirelikte Terapötik İletişim ve Hemşirelik Yaklaşımları

Kriz Yaşayan Hasta:

Hastalık, hastane ortamı, iş kaybı, ekonomik sorunlar gibi nedenlerle bireyin biyolojik, psikolojik ve sosyal bütünlüğünü tehdit eden beklenmedik olaylar durumsal krizlerin oluşmasına neden olur.

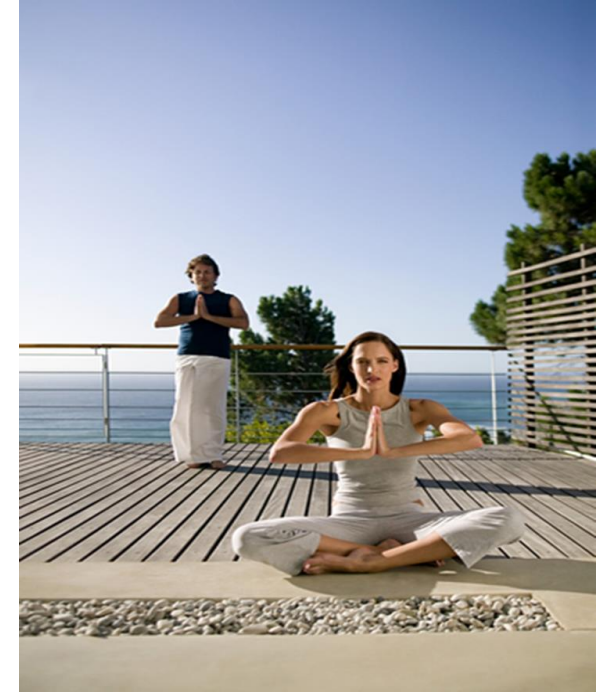
Kuramcılara göre kriz periodunun **4- 6 haftalarında** birey daha az savunucu olup değişiklikleri daha kolay kabul edebilir.

Bu dönem iyi değerlendirilmelidir.

Hemşirelikte Terapötik İletişim ve Hemşirelik Yaklaşımları

Kriz çözümlerinde hemşire-hasta ilişkilerinde dengeleme faktörleri önemlidir;

1. Krizi ortaya çıkaran olay ve bireyin sorunu algılayış biçiminin saptanması,
2. Bireyin dayanma gücü ve başa çıkma yolları,
3. Bireyi destekleyenlerin belirlenmesi.



Hemşirelikte Terapötik İletişim ve Hemşirelik Yaklaşımları

Beden İmajı Bozulan Hasta İle İlişkiler:

- Kriz giderici yaklaşım,
- Benzer sorun yaşayan/yaşamış olan kişilerin deneyim ve bilgilerinden yararlandırma,
- Hareketsizlik, yatağa bağımlılık çevre ilişkilerini azaltabileceği için perdelerin, kapıların açılarak ilişki alanını genişletme,



Hemşirelikte Terapötik İletişim ve Hemşirelik Yaklaşımları

Beden İmajı Bozulan Hasta İle İlişkiler:

- **Gereksinimlerini kendisinin karşılayabilmesi için cesaretlendirme** (utanç, değersizlik duygularının yenilmesinde, güven duygusu oluşturmada, ilişkileri güçlendirmede olumlu etki yaratacaktır),
- Kabul süreci boyunca ve yeni bir bakış açısı elde edinceğe değin **sabır ve anlayışla destek olma,**
- **Ailenin de bakıma katılmasını sağlama.**

Hemşirelikte Terapötik İletişim ve Hemşirelik Yaklaşımları

Ağrılı Hasta:

- Hastalık nedeniyle veya yapılan girişim ya da ameliyat sonrası gibi durumlardan sonra beklenen ağrılarda zaten **tedavi programına göre hareket** edilecektir.
- Ağrının değişik nedenlerle olabileceği asla unutulmamalı ve daima **hekimle işbirliği** yapılmalıdır.
- Ağrılı hastada hemşirenin en önemli girişimi **ağrıya neden olan korku ve endişelerin giderilmesi** üzerine olmalıdır.



Hemşirelikte Terapötik İletişim ve Hemşirelik Yaklaşımları

Yalnızlık Duygusu Yaşayan Hasta:

- Terminal dönem hastaları,
- Tbc,
- AIDS,
- Hepatit gibi enfeksiyon hastalığı olan hastalar,
- Baş- boyun ameliyatı gibi büyük ameliyatlardan sonra uzun süreli sabit pozisyonda yatmak zorunda olan hastalar,
- Ağır yanık hastaları,
- Yoğun bakımda uzun süreli kalan hastalar,
- Yalnız ve yaşlı hastalar,



Hemşirelikte Terapötik İletişim ve Hemşirelik Yaklaşımları

Gözlenen duygu, tutum ve davranışlar;

- Gruptan ayrı olmayı tercih edebilirler,
- Yalnızlıklarını sözel olarak ifade ederler ya da içe kapanırlar,
- İletişim kurmak istemeyebilirler, bu nedenle göz temasları zayıf olabilir,
- Sıkıntılı, durgun, hüzünlü, mutsuz bir görüntü sergileyebilirler.

Hemşirelikte Terapötik İletişim ve Hemşirelik Yaklaşımları

Yapılması gerekenler: Hastayı fark ettiğimizi anlamasını sağlamak, ilgi göstermek, iletişime teşvik etmek, duygularını paylaşmada özenli davranmak korku ve yalnızlıklarını gidermede önemli rol oynayacaktır.

- Olabildiğince aynı hemşirenin bakım verebilmesi sağlanmalı,
- Kesinlikle güven verici bir iletişim kurulmalı,
- Bağımsız yapabilecekleri her türlü aktivite desteklemeli. Teşvik edilmeli,
- Her gün düzenli olarak belirli bir süre (5-15 dakika gibi) zaman ayırarak konuşma ortamı hazırlanmalı, konuşmasa da bu süre içinde ilgi gösterilmeli,
- Mümkünse diğer hastalarla iletişimi sağlanmalı,
- Aile desteği sağlanmalı.

Hemşirelikte Terapötik İletişim ve Hemşirelik Yaklaşımları

Ümitsizlik Duygusu Yaşayan Hasta:

Ca, AIDS, Tbc, Kalp ve Akciğer hastalığı olanlar, bazı kronik hastalığı olan hastalar, terminal dönem hastaları genellikle ümitsizlik duygusu yaşarlar.

Gözlenen duygu, tutum ve davranışlar;

- Konuşmada azalma,
- Sık sık esneme,
- Göz temasında azalma,
- Konuşurken başını başka tarafa çevirme,
- “Yapamam”, “bunun ne önemi var ki?” gibi ümitsizlik ifadeleri kullanma,

İştahta azalma, kilo verme,
Motivasyon düzeyinde düşme,



Hemşirelikte Terapötik İletişim ve Hemşirelik Yaklaşımları

Yapılması gerekenler:

- Hasta ile konuşmak için zaman ayrılmalı, konuşmasa da **yanında bulunmak** ümit verebilir,
- Kişisel özellikleri, başarıları ile ilgili konularda konuşması ile ilgili **cesaretlendirilmeli** ve geri bildirimde bulunulmalı,
- **Tedavisinin olumlu olacağına dair dikkat çekilmeli**, örneğin: “yarın size yeni bir tedavi uygulanacak ve kendinizi daha iyi hissedeceksiniz” gibi.



Hemşirelikte Terapötik İletişim ve Hemşirelik Yaklaşımları

Yapılması gerekenler:

- Hastanın hoşlandığı aktiviteleri **bağımsız yapabilmesi** için cesaretlendirilmeli ve **uygulaması** sağlanmalı,
- Rahat uyuması için ısı, ışık, ses gibi **fiziksel ortam özellikleri düzenlenmeli**,
- **Aile ile işbirliği** yaparak hastaya **destek olmaları** sağlanmalı.
- **Hemşireler hastalarına ümit veren bir motivasyon unsuru oldukları zaman ümitsizlik azalacaktır.**

Hemşirelikte Terapötik İletişim ve Hemşirelik Yaklaşımları

Ölümü Yaklaşan Hasta:

- Doğmak kadar ölmek de yaşamın doğal bir bölümüdür.
- Dinler ve çoğu öğretilerde iki hakikat olduğundan bahsedilir; doğum ve ölüm.
- Ancak bunun gerçek anlamda insanlar tarafından idrak edilmesi zordur ve çoğu zaman mümkün olmamaktadır.
- Bu durum hastanın tedavi ve bakımından sorumlu herkes için geçerlidir.
- Hemşirelerin ölüm hakkında kendi duygularını bilmesi ve tanıması önemlidir.



Hemşirelikte Terapötik İletişim ve Hemşirelik Yaklaşımları

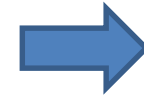
Hasta;

- Öleceğine inanmak istemeyebilir, bir yanlışlık olduğunu düşünebilir (inkar dönemi, kabullenmeme),
- Haksızlık olarak görebilir , “neden ben?” biçiminde düşünebilir (öfke),
- Depresyona girebilir,
- Kabullenir.
- Ölüm esnasında kendini güven içinde hissetme ihtiyacı vardır.
- Son olarak yapmak istedikleri olabilir.
- Bazı hastalar/insanlar da ölümü bir rahatlama, mutlu son olarak kabul ederler.
- Bazen hasta ailelerinde de hasta gibi inkar, öfke ve daha sonra kabullenme dönemleri görülebilir, bu dönemlerde eleştirel yaklaşım gösterebilirler.

Hemşirelikte Terapötik İletişim ve Hemşirelik Yaklaşımları

Yapılması gerekenler:

- Öncelikle kendi duygularımızı tanımak gereklidir.
- Sınırlı süresi kalmış olan hastamıza zaman ayırma konusunda cimri olmamalıyız.
- Hasta ile iletişimimizi sürdürme girişimi çekingenliğini, izolasyon duygusunu, korkusunu azaltacaktır. Onu dinlemek önemlidir.



Hemşirelikte Terapötik İletişim ve Hemşirelik Yaklaşımları

Yapılması gerekenler:

- Yalan söylememek, tahmin yürütmemek gerekir.
- Başucunda fısıltı ile konuşmak, konuşulmasına izin vermek onu son anlarında üzebilir.
- Hasta ve/veya ailesinden gelen eleştiriler anlayışla karşılanmalıdır.
- Gerekli fiziksel girişimler sabırla yerine getirilmelidir.

Haftanın Özeti

Güven Verici (Assertiv) Görünüş

Vücut postürleri dik olup, kendilerinden emin bir görünüşleri vardır.
Rahat ve dengeli hareket ederler. Açık ve arkadaş canlısıdırlar.
Diğerlerinin gözlerinin içine bakarak konuşurlar, ancak bakışları rahattır.
Yumuşak ve rahat olan ses tonları güçlü duygularını aksettirir.
İletişim mesafesini ayarlayabilirler.

Haftanın Özeti

Dış görünüşüm; Uysal mı?, Saldırgan mı?, Güvenilir mi?....

Hemşirenin diğer bireylerle ilişki kurmada başarılı olup olmadığını anlayabilmesi için **önce kendini ne ölçüde ve nasıl o insanlara gösterdiğini bilmesi gerekir.**

Postürü, duruşu, iletişim esnasında bıraktığı mesafe, yüz ifadesi, göz teması, ses tonu , jestleri nasıldır?

Haftanın Özeti

Hastaların Reaksiyon Biçimini Etkileyen Faktörler:

- Hastalığa karşı olan bireysel reaksiyonu
- Hastalık hakkında inanç ve tutumu
- Hastayı destekleyen bireylerin (aile fertleri, arkadaş) yaklaşımı
- Maddi olanakları

Soru ve Öneriler

Konu ile ilgili bir makale inceleyiniz.

Önerilen Haftalık Çalışmalar

Konu ile ilgili bir makale inceleyiniz.

Kaynaklar:

Acar N V : Yeniden Terapötik İletişim. Nobel Akademik Yayıncılık Eğitim Danışmanlık Tic. Ltd. Şti, 10. Baskı, Ankara, 2014.

Ay F A :Sağlık Uygulamalarında Temel Kavramlar ve Beceriler. Nobel Tıp Kitapevleri Ltd. Şti, İstanbul, 2012.

Bir Sonraki Ders Hakkında

Konu:13.Etkili İletişim İçin Öneriler

*İletişim güçtür,
iletişimi etkili kullanabilenler,
kendilerinin dünya deneyimlerini ve dünyanın onlar üzerindeki deneyimlerini
değiştirebilirler.*

Anthony ROBBİNS

Katılımınız için

Teşekkür ederiz.

Ekolojik, Ekonomik ve Sosyal Sürdürülebilirlik için

İstanbul Gelişim Üniversitesi

