



HJEM

FERIE

MIT TEAM

Sygdom

MIT LIV

HISTORIEN OM MIG

MIN SYGDOM

ANSVAR STØTTE HJÆLP

AALBORG UNIVERSITETSHOSPITAL
- i gode hænder

© Maibritt Larsson, Tegnelaboriet.dk

Din forberedelse til samtale

Formål

Som ung er der mange tanker og spørgsmål, især når du også har en sygdom. Dine behandlere vil gerne tage en snak med dig om det, der er vigtigt for dig, så du både får den bedste behandling, og har et godt ungdomsliv trods sygdom.

En gruppe af unge har sammen med behandlere på Aalborg Universitetshospital sammensat nogle temaer, som kan være vigtige at tale om. Brug tegninger og spørgsmål som inspiration til at forberede og strukturere selve samtalen, så du får talt om det, der betyder noget for dig og dit liv.

Hvem deltager hvornår?

Som ung kan du have brug for at tale alene med din behandler uden dine forældre. Dine forældre kan også have brug for en samtale alene med behandlerne. Find ud af hvilken model, der giver mening for jer, fx:

1. Du taler alene med en behandler.
2. Først taler du alene med behandleren, og derefter taler I allesammen sammen.
3. I starter sammen, og derefter taler du alene med behandleren, og så samles I alle til sidst.
4. Dine forældre taler alene med behandleren.



HISTORIEN OM DIG

Lad dig inspirere af tegningerne og fortæl, hvad der fylder i dit liv.

- Hvordan oplever du dit liv med sygdom?
- Hvad er vigtigt for dig?
- Hvad er dine tanker om fremtiden? Håb, drømme og planer? Hvad vil du gerne undgå/opnå?



VIDEN OM SYGDOM, FERIE OG BEHANDLINGSMULIGHEDER

- Hvad ved du om din sygdom? Har du søgt på nettet eller talt med andre om din sygdom?
- Hvordan går det med sygdommen/behandlingen?
- Har du brug for mere viden om sygdom og behandlingsformer?
- Har du styr på, hvad du gør i forhold til ferie, fx. pillepas, forsikring og opbevaring af medicin?



MIT HJEM

- Hvordan bor du, og hvem bor du sammen med?
- Hvordan er dit forhold til dine forældre, eventuelle bonusforældre, søskende, bonus-søskende?
- Hvem kan du tale med om svære ting?



SKOLE, UDDANNELSE OG JOB

- Hvad betyder din sygdom i forhold til skole, uddannelse eller job?
- Hvordan tackler skolen/jobbet din sygdom?
- Oplever du stress?



MENTAL SUNDHED - SOCIALT SAMVÆR / ISOLATION

- Energi: Hvad laver du, når du har fri? Hvad giver dig energi og gør dig i godt humør?
- Venner: Hvordan går det i forhold til venner?
- Fester: Deltager du i fester? Hvordan har du det med at deltage?
- Sociale medier: Hvordan er din brug af sociale medier og computerspil?
- Trivsel: Hvordan er det at være dig for tiden?
- Tanker og følelser: Går du med ubehagelige tanker og følelser eller svære ting i dit liv?



MIG OG MIN KROP - KOST, RYGNING, ALKOHOL, MOTION OG SØVN

- Hvordan har du det med din krop?
- Hvad gør du i forhold til kost, motion, rygning, alkohol, stoffer og søvn?
- Skal du tage specielle hensyn i forhold til din sygdom?



SEKSUALITET, KÆRESTER OG PRÆVENTION

- Er der noget, der bekymrer dig i forhold til sex, kærester og prævention?



HJÆLP OG STØTTE FRA UNG TIL VOKSEN

- Hvad vil og kan du selv?
- Hvad skal dine forældre hjælpe dig med?
- Hvordan støtter behandlerne dig bedst?

Har du brug for tilbud i kommunen eller på din uddannelsesinstitution?

- Mentor
- Socialt netværk
- Ungerådgivning
- Patientforening
- Psykolog
- Andre tilbud?

