



# SPROGSTØTTE



Håndbog for tosprogede elever i social- og  
sundhedsuddannelsen på SOSU C

## 1. Indledning

Når du starter som elev i social- og sundhedsuddannelsen begynder du også på en sproglig udvikling. Du begynder at læse i din nye lærebog, du taler og diskuterer med dine elevkammerater, du lytter til og taler med dine lærere, og du skriver projekter og opgaver. Når du kommer i praktik, taler du med alle mulige forskellige mennesker, borgere, praktikvejledere, pårørende og kolleger. Sproget er som en muskel – jo mere vi bruger det, jo større og stærkere bliver det. Og derfor vil du også opleve, at dit sprog i løbet af uddannelsen vil blive bedre, større og stærkere. Du vil også opleve, at det ind i mellem er svært, og derfor er det vigtigt, at du hele tiden arbejder med dit sprog og giver det opmærksomhed. Når du er opmærksom på, hvordan andre bruger sproget, kan du lære af det. Når du er opmærksom på, hvordan du selv bruger sproget, og hvordan andre forstår de ting du siger og skriver, lærer du også noget af det.

Som tosproget elev kan det være rart at have tid til at arbejde med sproget, og det er der i sprogstøtteundervisningen. Denne håndbog kan du bruge, når du deltager i sprogstøtteundervisningen i løbet af din uddannelse. Du kan også bruge den til at arbejde med selv eller sammen med dine elevkammerater.

Øvelserne og opgaverne handler mest om at bruge sproget i praktikken. Derfor kan du måske bedst bruge bogen og opgaverne, når du er i praktik. Bagerst i bogen er der nogle ordlister, hvor du selv kan skrive forklaringer og betydninger på de vigtige fagord. Der er også en liste over programmer på nettet, som du kan bruge for at øve dig. Til sidst er der en liste med litteratur og bøger, som kan være gode for dig at bruge.

God fornøjelse og god arbejdslyst

Laura Trojaborg, tosprogsvejleder SOSU C

## Indhold

1. Indledning .....	2
Indhold .....	4
2. Ordforråd til personlige kompetencer .....	6
3. At forstå praktikmålene .....	9
Mål A .....	9
Mål B .....	11
Mål C .....	13
Mål D .....	13
Mål E .....	14
Mål F .....	15
Mål G .....	16
Mål H .....	16
Mål I .....	17
Arbejdsmetode .....	18
4. Forståelse af dine samarbejdspartnere .....	22
Forberedelse til praktikken .....	22
Når du modtager instruktioner .....	22
Når du selv taler, kan du være opmærksom på: .....	23
Hvis du synes, at du har svært ved at forstå når andre taler: .....	23
Logbog .....	24
Forstå borgerne .....	25
Forstå personalet .....	26
Når andre skal forstå dig .....	27
5. Uddannelsessamtaler i praktikken .....	28
Forberedelse af forventningssamtalen .....	29
Forberedelse af midtvejssamtalen .....	31
Forberedelse af slutevaluering .....	32
6. Dagligdags hyggesnak .....	33
7. Instruktionssprog .....	39
8. Høflighed i kommunikationen på dansk .....	41
Kommunikation med forskellige samtalepartnere .....	43
Variation i sproget .....	47
9. Dialoger mellem hjælper og borger .....	48
Om morgenen .....	48
Finde tøj frem om morgenen .....	52

På badeværelset.....	54
Samtale mellem to social- og sundhedshjælpere .....	56
– om observation af en borger .....	56
10.Deltagelse i møder .....	58
11. At skrive rapport .....	60
Skriv disse rapporter færdige .....	61
12.Logbogsopgaver.....	62
Skriv om en observation og hvad du vil gøre.....	62
Øvelser i at bruge den rigtige ordstilling .....	63
Refleksionscirkel.....	66
At beskrive borgerens humør eller tilstand.....	67
At beskrive menneskers karaktertræk - personlighedstræk ....	69
At beskrive et menneskes udseende/fysik.....	70
At beskrive en borgers ressourcer .....	71
Arbejde med begreber .....	72
Øvelse med det eller der .....	73
13. Etik i sproget .....	75
14. At forberede sig til eksamen i grundfag/områdefag.....	77
Det gode oplæg.....	78
15.Ordlister.....	81
Verber til instruktionssprog.....	81
Centrale begreber fra målene for praktikuddannelsen .....	83
Ordforråd til personlig pleje .....	88
16. Programmer på nettet i andetsprogsdansk .....	96
17. Litteratur.....	98

## 2. Ordforråd til personlige kompetencer

I social- og sundhedsuddannelsen arbejder du med at udvikle dine kompetencer. Og i uddannelsesmappen er der mål for dine personlige kompetencer og faglige kompetencer. For når du arbejder som social- og sundhedshjælper har du brug for begge dele. Du har brug for at bruge dine personlige kompetencer som tålmodighed, nysgerrighed, selvstændighed, samtidig med at du bruger dine faglige kompetencer – det vil sige, at du ved noget om hygiejne, sundhed, sygdomme og menneskers behov. Hvis du f.eks. skal have en borger i bad, er det vigtigt, at du ved hvordan man gør, og du skal også have tålmodighed til, at han måske er lang tid om at komme ud på badeværelset og komme i gang.

Her kan du forklare, hvad faglige kompetencer er og hvad personlige kompetencer er.

### **Kompetencer:**

-faglige:

- personlige:

## **Diskuter med din sidemand og find eksempler på følgende kompetencer/evner**

Personlige kompetencer:

### **Initiativ**

Hvordan viser du initiativ?

### **Selvstændighed**

Hvorfor er det vigtigt, at sosu-hjælperen er selvstændig?

### **Ansvarlighed**

Hvordan viser du at du er en ansvarlig elev?

### **Kommunikation i professionel praksis**

Hvad er forskellen på, når du kommunikerer professionelt og privat?

### **At opbygge gode samarbejdsrelationer**

Har du nogle ideer til og oplevelser med, hvordan man gør det?

### **Indsigt i egne læreprocesser**

Hvordan ved du, om du lærer bedst på den ene eller anden måde?

### **Nysgerrighed**

Hvornår er nysgerrighed positivt, hvornår er det negativt?

### **Kreativitet**

Hvordan er du kreativ som sosu-hjælper?

### **Åbenhed**

Hvordan viser du åbenhed over for dine samarbejdspartnere?

### **At kunne handle hensigtsmæssigt i uforudsete situationer**

Giv et eksempel på en uforudset situation i dit arbejde, og hvordan du ville handle hensigtsmæssigt

### **Evne til at anvende evaluering og selvevaluering**

Hvordan evaluerer du andre og dig selv?



### 3. At forstå praktikmålene

Målene for dine praktikperioder bliver beskrevet i din uddannelsesmappe fra s. 61-70. Det er selvfølgelig vigtigt for dig at forstå målene så godt som muligt, så du ved, hvad du skal lære i din praktik. Målene er beskrevet med meget lange sætninger og rigtig mange svære ord, så de er ikke så nemme at forstå. Her er en række spørgsmål til hvert mål, som du kan arbejde med for bedre at forstå målene. Du kan også bruge "Lærebog i praktikken", som gennemgår hvert mål grundigt og har masser af spændende opgaver til alle målene.

#### Mål A

Som social- og sundhedshjælper skal du:

**I samarbejde med borgeren arbejde støttende, vejledende og igangsættende i forhold til borgerens dagligdag og deltagelse i aktiviteter, så borgerens livsudfoldelse og livskvalitet understøttes og styrkes.**

Kig på det første mål og arbejd med følgende spørgsmål. Du kan svare på dem i din logbog.

1. Hvad er forskellen på livsudfoldelse og livskvalitet?
2. Hvorfor er aktiviteter vigtige for både livsudfoldelse og livskvalitet?

3. Hvilke aktiviteter kan du f.eks. lave sammen med borgeren?
4. Hvordan arbejder du støttende?
5. Hvordan arbejder du vejledende?
6. Hvordan arbejder du igangsættende?
7. Kan du forklare mål A i en simpel sætning?

**Målet indeholder emner du skal have kendskab til og viden om – altså den teoretiske del.**

### **Praktik 1**

1. Sundhedsfremme er:
2. Sygdomsforebyggelse er:
3. Hvordan inddeler man aktiviteter?
4. Hvordan kan du bruge Maslows behovspyramide med borgeren?
5. Hvilke tegn på normal aldring ser du hos de borgere du arbejder med?
6. Hvorfor skal du vide noget om WHO – og hvad er det?
7. Hvad ved du om samarbejdsredskaber?
8. Hvilke forskellige former for motivation kan du bruge?

### **Praktik 2**

1. Hvilke livsformer findes der?

2. Hvilke livsstilssygdomme kender du?
3. Kan du forklare, hvordan aktiviteter påvirker livskvaliteten?
4. Hvad ved du om regeringens folkesundhedsprogram?
5. Og hvad med kommunens sundhedsplan?

## **Mål B**

Som social- og sundhedshjælper skal du:

Observere fysiske, psykiske og sociale forandringer og symptomer på ændret sundhedstilstand hos borgeren samt vurdere, planlægge gennemføre og evaluere elementære sygeplejeopgaver med udgangspunkt i den enkelte borgers ressourcer og selvbestemmelsesret.

### **Forandringer=**

1. Giv et eksempel på en fysisk forandring, som du har observeret hos en borger.
2. Giv et eksempel på en psykisk forandring, som du har observeret hos en borger.
3. Giv et eksempel hos en social forandring hos en borger.

### **Symptomer =**

### **på ændret sundhedstilstand =**

4. Giv 3 eksempler på symptomer på ændret sundhedstilstand hos borgeren

**Vurdere =**

5. Når du har observeret, at der er forandringer hos borgeren, hvordan vurderer du så, hvad der er nødvendigt at gøre?  
Giv nogle eksempler

**Planlægge =**

**sygeplejeopgaver =**

**evaluere=**

6. Hvordan planlægger du dine sygeplejeopgaver?
7. Hvordan evaluerer du dit arbejde og borgerens tilstand?

**Ressourcer =**

**Selvbestemmelsesret=**

**Tage udgangspunkt i =**

8. Beskriv hvordan du tager udgangspunkt i borgerens ressourcer og selvbestemmelsesret. Giv nogle eksempler
9. Hvorfor er det vigtigt?

## Mål C

Som social- og sundhedshjælper skal du:

Vurdere, planlægge, udføre og evaluere omsorgsopgaver og personlig og praktisk hjælp ud fra hensigtsmæssige miljøvalg og med respekt for borgerens ressourcer og i den sammenhæng forholde sig til kommunens kvalitetsstandarder.

1. Som social- og sundhedshjælper laver du sygeplejeopgaver, omsorgsopgaver, personlig og praktisk hjælp – prøv at diskutere forskellen på disse opgaver.
2. Kan du beskrive hvordan du vurderer og planlægger omsorgsopgaver hos borgeren? Tænk på en borger og brug ham eller hende som eksempel.
3. Kan du beskrive, hvordan du evaluerer dine opgaver hos denne borger?
4. Forklar hvad hensigtsmæssige miljøvalg betyder og fortæl, hvordan du tager hensyn til miljøet i dit arbejde.
5. Hvordan viser du respekt for borgerens ressourcer?
6. Kender du til din kommunes kvalitetsstandarder? Beskriv hvad de går ud på.

## Mål D

Som social- og sundhedshjælper skal du:

Formidle informationer om såvel kommunale som private servicetilbud samt vejlede den enkelte borger om tilbud i nærmiljøet ud fra borgerens muligheder, ønsker og behov.

1. Hvad betyder det at formidle?
2. Hvad er forskellen på kommunale og private servicetilbud – nævn de private servicetilbud du kender og de kommunale servicetilbud du kender.
3. Hvad betyder det at vejlede?
4. Hvordan finder du ud af, hvad borgerens muligheder, ønsker og behov er? Giv et eksempel på det, hvis du har prøvet det.
5. Hvis du har prøvet at formidle informationer om servicetilbud, så giv et eksempel

## **Mål E**

Som social- og sundhedshjælper skal du:

Arbejde du fra lokale institutioners værdigrundlag og voldspolitik samt forholde sig til disses betydning for eget uddannelsesforløb og social- og sundhedshjælperens rolle og arbejdsområde.

1. Hvad er et værdigrundlag? Har du læst dit praktiksteds eller din kommunes værdigrundlag?
2. Hvis du har læst værdigrundlaget, kan du så fortælle, hvad dit praktiksteds værdier er?
3. Passer de til dine egne værdier, når du arbejder?
4. Hvad er en voldspolitik, og hvad synes du man kan bruge den til?

5. Kan du forklare hvad tavshedspligt og underretningspligt er?
6. Hvad betyder det at sige til og fra?

### **Mål F**

Som social- og sundhedshjælper skal du:

Arbejde med redskaber til elektronisk kommunikation, der anvendes lokalt, med henblik på kommunikation, formidling og videnssøgning og udvikle færdigheder i at forholde sig kritisk til informationerne.

1. Giv nogle eksempler på, hvad elektronisk kommunikation er.
2. Hvilke former for elektronisk kommunikation bruger man på dit praktiksted?
3. Hvad synes du er vigtigt, når man dokumenterer sit arbejde? Hvilke erfaringer har du med at skrive om dit arbejde og dine borgere?
4. Hvad er videnssøgning, og hvordan og hvor søger du viden på nettet?
5. Hvordan ved du, om de informationer du finder er gode nok? – hvordan forholder du dig kritisk til informationerne?
6. Bruger du kommunens intranet og hjemmeside?

## Mål G

Som social- og sundhedshjælper skal du:

Kommunikere og dokumentere faglige overvejelser og begrundelser til borgere, pårørende, kolleger og andre samarbejdspartnere samt indgå i tværfagligt samarbejde

1. Hvad vil det sige at have faglige overvejelser?
2. Har du prøvet at begrunde dine beslutninger og handlinger over for borgere og pårørende – hvordan gik det?
3. Hvorfor er det vigtigt at begrunde, hvad man gør?
4. Deltager du i faglige diskussioner på dit praktiksted? – hvis nej, hvorfor ikke, hvis ja, hvad synes du om det?
5. Hvad betyder tværfagligt samarbejde?
6. Hvordan dokumenterer du dit arbejde på praktikstedet?
7. Har du nogen gode erfaringer med, hvordan man gør?
8. Kan du fortælle om, hvad du synes der er vigtigt, når man dokumenterer sit arbejde?

## Mål H

Som social- og sundhedshjælper skal du:

Alene og i samarbejde med andre tilrettelægge, udføre og reflektere over arbejdet med udgangspunkt i det psykiske og fysiske arbejdsmiljø, herunder med særligt henblik på forebyggelse af vold på arbejdspladsen.

1. Hvad er forskellen på psykisk og fysisk arbejdsmiljø?



2. Kan du nævne noget, der gør arbejdsmiljøet bedre, og noget der gør arbejdsmiljøet dårligere?
3. Hvordan kan du som hjælper være med til at få et godt både psykisk og fysisk arbejdsmiljø?
4. Hvem skal du tale med, hvis dit arbejdsmiljø er dårligt?
5. Har du prøvet at svar på spørgsmålene i en APV?
6. Har du lært noget om, hvordan man forebygger vold i arbejdet som social- og sundhedshjælper?
7. Ved du, hvad der sker, hvis der opstår vold på dit praktiksted?

## Mål 1

Som social- og sundhedshjælper skal du:

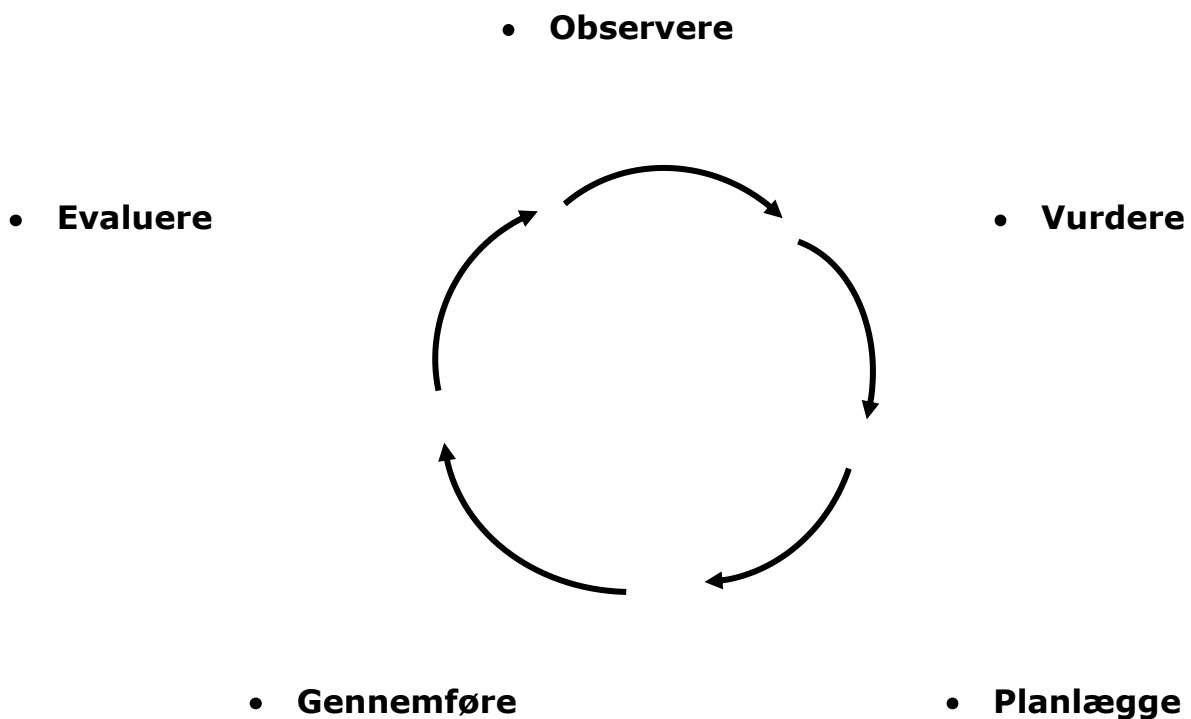
Vurdere og anvende hensigtsmæssige arbejdsbevægelser, personforflytninger og hjælpemidler i forhold til den enkelte borger og i forhold til regler og lovgivning på området.

1. Hvad har du lært om arbejdsbevægelser?
2. Hvilke hjælpemidler har du prøvet at bruge, og hvordan synes du de hjælper dig og borgeren i arbejdet?
3. Har du oplevet at en borger havde brug for et hjælpemiddel, som han ikke havde? – hvad gjorde du i denne situation?
4. Kan du beskrive de vigtigste principper for personforflytninger?
5. Er der noget, man skal passe særligt på, når man forflytter borgeren, og er der noget man ikke må gøre?

6. Har du oplevet, at en borger havde et hjælpemiddel, som der egentlig ikke var brug for eller som ikke passede rigtigt til dig eller borgeren?

### Arbejdsmetode

I målene i din uddannelsesmappe bruges ordene observere, vurdere, planlægge, gennemføre og evaluere hver gang, man beskriver sosu-hjælperens arbejdsopgaver. Man kan sige, at det er en form for arbejdsmetode, du skal vænne dig til at bruge, når du arbejder som social- og sundhedshjælper.



**Beskriv med eksempler, hvad ordene betyder.**

Hvordan observerer du?

Hvad observerer du?

Hvordan vurderer du?

Hvad vurderer du?

Hvordan planlægger du?

Hvad planlægger du?

Hvordan evaluerer du?

Hvad evaluerer du?

Bøj ordene i nutid, førnutid, datid, førdatid  
 Brug retskrivnings- og betydningsordbogen til at tjekke bøjnings-  
 formerne med.

Navneform	Nutid + r	Førnutid Har + -t /uregelmæssigt	Datid -ede -te	Førdatid Havde + -t /uregelmæssigt
At observere				
At vurdere				
At planlægge				
At gennemføre				
At evaluere				



Skriv sætninger med ordene, hvor du bruger alle bøjningsfor-  
merne

At observere:

At vurdere:

At planlægge:

At gennemføre:

At evaluere:

## 4. Forståelse af dine samarbejdspartnere

### Forberedelse til praktikken

Tænk over, hvad præcis du har svært ved i forhold til dansk og skriv det ned i dine noter til forventningssamtalen. Gør dem opmærksom på, at du vil arbejde med at udvikle dit danske sprog og bed dem om at hjælpe dig med det.

Forbered dig grundigt til forventningssamtalen, hav et skriftligt oplæg med til vejlederne. Præsenter dig selv og dine kompetencer. Du kan bede om at få nogle kommunikative opgaver i løbet af praktikken, hvor du øver dig i at kommunikere med borgere og andre samarbejdspartnere. Du kan også bede din vejleder om at få lov til at følge hende eller en anden og observere, hvordan de kommunikerer med borgerne. Efterfølgende kan I tale om det til et vejledningsmøde. F.eks. om hvordan man instruerer borgeren, hvordan man hyggesnakker, hvordan man afleder borgeren, hvordan man trøster, hvordan man motiverer.

### Når du modtager instruktioner

Det er en god idé at gentage, hvad din vejleder har sagt, eller svare med et spørgsmål, så du er sikker på, at du forstår 100 %. Gætte er godt, men kontroller dit gæt: hvis du forstår et eller to ord i en sætning, spørg da til det. F.eks. vil du hente rullebordet med vaskefadet på?

Hvad skal jeg hente? Skal vi bruge vaskefadet?

Aftal med din vejleder, at I fra starten værner jer til at 'kontrollere' at I forstår hinanden. At I gentager vigtige beskeder og instrukser, eller bedre endnu, genfortæller dem med egne ord. F.eks. Når du er færdig med hr. Petersen, vil du så gå ind og se om fru Hansen har spist sine piller? (kan du genfortælle denne sætning med dine egne ord?)

Det er vigtigt, at du forstår instruktionen, før du går i gang med opgaven. Det er altid bedre at forebygge misforståelser. Hvis der alligevel opstår en misforståelse, er det vigtigt at tale om, hvad der gik galt bagefter.

### **Når du selv taler, kan du være opmærksom på:**

- hvis du har accent, tal langsomt, tydeligt og højt, især til borgerne.
- Brug kropssprog og tonefald som hjælp
- Sørg for at kigge direkte på dem du taler med, øjenkontakt hjælper.
- Hav din notesbog/logbog på dig.
- Det gør ikke noget, at man må sige noget igen på en anden måde.

### **Hvis du synes, at du har svært ved at forstå når andre taler:**

- Undgå baggrundsstøj
- Undgå stressede situationer
- Undgå mange beskeder på én gang

- bed om at få en kort introduktion til, hvad hjælpemidlerne og andet hedder.
- Vær opmærksom på, om du forstår humor.
- Spørg, hvis personalet taler indforstået om noget.
- Hvis du ikke har lyst til at spørge hele tiden, kan du skrive dine spørgsmål ned i din logbog, og 'gemme' dem til vejledningsmødet.

### **Logbog**

Skriv så meget som muligt i din logbog, både spørgsmål, nye ord og refleksioner. Saml på ord og udtryk og tal om dem med din vejleder. Du kan lære rigtig mange nye ord i din praktikperiode, men det kræver at du hele tiden er opmærksom på sproget og arbejder med det.

1. Hvad kan du gøre for at forstå borgerne bedst muligt?
2. Hvad kan du gøre for at forstå personalet bedst muligt?
3. Hvad kan du gøre for at dine samarbejdspartnere bedst muligt forstår dig?

Nedenfor kommer nogle enkle råd og forslag.



## Forstå borgerne

- Hav **øjeblik** med borgeren
- Vær i **øjnehøjde** med borgeren
- Kig på borgerens **kropssprog**
- Kig på borgerens **mimik**
- Kend borgeren på forhånd – sørg for at du ved så meget som muligt om borgeren før du begynder samarbejdet, så kan du bedre gætte dig til, hvad borgeren mener.
- Stil spørgsmål til borgeren om familie, venner, interesser, vaner, problemer.
- Tal med borgerens pårørende
- Hvis du ikke forstår, hvad borgeren siger: var der et ord i sætningen du kendte? Så hæft dig ved det ord og spørg ind til det. F.eks. hvis du hører: "blalablballa gardiner". Spørg da: "hvad mente du med gardinerne?" hvis du stadig ikke forstår det, kan du prøve at vise borgeren, hvad du tror, han mente. Hvis du tror, at han mente, at du skulle trække gardinerne fra, så prøv at gå hen og gøre det, og så kan borgeren sige ja eller nej. Det vil sige, at kropssprog kan hjælpe dig og borgeren til at forstå hinanden.
- Du kan også bede borgeren om at sige det en gang til lidt langsommere.
- Hvis du gætter dig til, hvad borgeren siger, er det altid en god idé at tjekke dit gæt. F.eks.: "Jeg tror du sagde, at jeg gerne må trække gardinerne fra, er det rigtigt?"
- Sørg for at have en lille notesblok, hvor du kan skrive ned, når du hører nye ord eller udtryk, som borgeren bruger. Nogle borgere har ressourcer til at forklare dig det, men du

kan også spørge dine kolleger, venner, vejledere og andre. De fleste mennesker bruger tit de samme ord og udtryk, og hvis du skriver dem ned, kan du langsomt blive bedre til at forstå borgerens måde at formulere sig på.

## Forstå personalet

- Når du er sammen med dine kolleger er det sjældent på tomandshånd. Der vil ofte være en borger eller andet personale, der også taler på samme tid.
- Hvis du skal have en rigtig vigtig besked fra din vejleder, eller I skal tale om et fagligt emne, er det en god ide at bede om I kan være et sted, hvor der ikke er for meget larm og støj.
- Når din vejleder har givet dig en vigtig besked, er det altid en god idé at tjekke din forståelse. F.eks.: "Du vil gerne have, at jeg går en tur med fru Petersen i eftermiddag?" Det giver både dig og din vejleder en bedre sikkerhed, hvis I aftaler at I sørger for at forstå hinanden bedst muligt.
- Når du sidder i møde med dine kolleger, er det også en god ide at tage din notesblok med og skrive ned, når du hører noget, du ikke forstår. Du er altid velkommen til at stille spørgsmål, men det er ikke altid der er tid til at svare. Hvis du skriver ned, kan du bedre få en forklaring senere.
- Pausesnak med dine kolleger er guld værd. Hvis du deltager i snakken lærer du dem bedre at kende og du værner dig til deres måde at tale på.

- Hvis du har svært ved at forstå hvad de siger, når alle taler i munden på hinanden, prøv da at få en samtale med den, der sidder lige ved siden af dig.
- Du kan også bede dem om at tale langsommere og tydeligere eller sige det samme på en anden måde.
- Forvent ikke at du forstår alle fra den første dag. Din forståelse af dine samarbejdspartnere bliver bedre jo bedre du kender dem.

### **Når andre skal forstå dig**

- Tal tydeligt og langsomt
- Brug mimik og kropssprog
- Brug gerne simple sætninger over for borgerne
- Husk øjenkontakt og øjenhøjde
- Inviter din samtalepartner til at udtrykke om hun har forstået dig. Det kan du gøre med mimik og med ord.
- Brug tid på at forberede dig mundtligt, hvis du skal sige noget på et møde eller til en vejledningssamtale. Du kan forberede dig ved at øve udtalen af de svære ord, få nogle til at lytte til dig, stå foran spejlet og kig på dig selv, når du taler, optag dig selv og lyt til din udtale.
- Du kan også forberede dig på at tale med dine kolleger i pausen. Tænk over hvilke emner de typisk taler om, og arbejd med dit ordforråd under dette emne. F.eks. hvad ved du om vejret? Hvilke udtryk og ord kender du? Kan du fortælle noget om vejret?
- Sørg for at du og din vejleder kan være et fredeligt sted uden stress og larm, når I har samtaler.

- Lyt til lydfilerne til din lærebog, her kan du høre, hvordan fagordene udtales.
- Hvis du vil øve dig på egen hånd i udtale, findes der nogle programmer på nettet, som du kan bruge gratis (se bagerst i denne bog).

## 5. Uddannelsessamtaler i praktikken

Som elev i social- og sundhedsuddannelsen skal du blive god til at tage ansvar for din uddannelse. Det gør du blandt andet ved at øve dig på at evaluere andre og dig selv. Det foregår til dine uddannelsessamtaler, som du har både i teoriforløb og i praktikforløb. I praktikken har du 3 samtaler: forventningssamtale, midtvejssamtale og slutevaluering. Her er forslag til, hvordan du kan forberede dig til de 3 samtaler.

I din uddannelsesmappe (s. 56- 58) kan du læse mere om de 3 samtaler og også se forslag til, hvordan du forbereder dig. I "Lærebog i praktikken", kan du også finde flere spørgsmål, som du kan forberede inden samtalerne.

## Forberedelse af forventningssamtalen

Forventningssamtalen er vigtig, fordi det er her du præsenterer dig selv og dine forventninger og ønsker til praktikforløbet.

Du skal forberede dig skriftligt og gerne aflevere et papir med dine stikord til vejlederne og dem, der deltager til samtalen.

Efter samtalen skal du skrive et referat, hvor du skriver, hvad I har talt om og hvilke aftaler I har lavet til samtalen.

1. Præsentation af dig selv. **Hvem er du?** F.eks. alder, uddannelsesbaggrund, erhvervserfaring, familieforhold.
2. Præsentation af dine kompetencer. **Hvad kan du?** Hvorfor har du valgt denne uddannelse?, hvilke kompetencer har du som kan bruges i faget som social- og sundhedshjælper?
3. Faglige interesser. **Hvad interesserer dig?** Er der noget af det, som du har arbejdet med på skolen som interesserer dig rigtig meget, og som du håber at kunne arbejde med i praktikken?
4. Forventninger til praktikvejleder og kolleger. **Hvad har du brug for?** Hvordan vil du gerne vejledes? Vil du gerne have, at din vejleder læser din logbog hver dag eller en gang om ugen? Håber du på, at dine kolleger også kan vejlede dig? Vil du gerne have vejledningssmøde en gang om ugen? Kan du lide at få kritik og feedback? Hvis du skal starte i 2. praktik er det en god ide at fortælle, hvad du skal arbejde

videre med, måske er der noget du ikke nåede i første praktik.

5. Bekymringer. **Hvad er du nervøs for?** Er der noget du er nervøs for eller du har brug for støtte eller hjælp til, er det en god idé at sige det til forventningssamtalen.

### **Forberedelse af midtvejssamtalen**

Samtalen hjælper dig til at finde ud af, hvor langt du er nået, og hvor meget du har lært indtil nu. Til samtalen evaluerer du både dig selv, din vejleder og dit praktiksted.

Samtalen handler også om, hvordan du trives på dit praktiksted, så derfor skal du tænke over:

Hvordan er mit samarbejde med min vejleder?

Hvordan er mit samarbejde med det faste personale?

Hvordan er mit samarbejde med borgerne?

Du må også stille dig selv spørgsmålet

”Hvad kan jeg nu?”

For at finde svar på dette spørgsmål, kan du stille dig selv nogle flere spørgsmål:

- Hvilke arbejdsopgaver har jeg haft, og hvad har jeg lært af dem?
- Hvor langt er jeg nået med de 9 praktikmål? (reg.nr. 6.5)
- Hvordan har jeg udviklet mine personlige kompetencer? (reg.nr. 6.1)

Til sidst skal du tænke over, hvad du synes du mangler, eller hvad du kunne tænke dig at arbejde videre med i resten af praktikforløbet.

### **Forberedelse af slutevaluering**

Ved slutevalueringssamtalen er det primært din vejleder, som tager stilling til, hvor langt du er nået med målene og om praktikstedet mener, at du er parat til at gå videre i uddannelsen.

Men det er en god idé at forberede sig til samtalen og tænke over:

1. Hvordan har dit forløb været generelt?
2. Er der noget, du vil fortælle om, som var rigtig godt?
3. Er der noget, du vil fortælle om, som var mindre godt
  - og hvordan kunne det gøres bedre?
4. Hvordan gik dit samarbejde med vejlederen?
5. Hvordan gik dit samarbejde med kollegerne?
6. Hvordan gik dit samarbejde med borgerne?
7. Hvor langt synes du, at du er kommet med målene?
8. Har du udviklet dine personlige kompetencer?
9. Hvad synes du, du skal arbejde videre med i uddannelsen?
  - Og har du forslag til, hvordan du kan arbejde videre med det i næste praktik?



## 6. Dagligdags hyggesnak

Hyggesnak er en vigtig del af hverdagen som social- og sundhedshjælper. Mange borgere har brug for en lille snak, og dine kolleger vil også gerne snakke i pausen. Når vi hyggesnakker viser vi hvem vi er og lærer samtidig noget om andre. Hyggesnak kan også være en måde at bløde op på situationen og gøre samværet mere hyggeligt. Når man f.eks. yder personlig pleje til en borger, kan det være rart også at tale om noget andet mens det står på, da man på denne måde kan aflede opmærksomheden fra 'det ubehagelige' til noget mere rart. Hyggesnak har i hvert fald fire gode egenskaber.

Hyggesnak:

- kan aflede opmærksomheden fra noget 'ubehageligt' til noget rart
- kan gøre situationen hyggelig
- kan betyde at man lærer hinanden bedre at kende
- er 'sproglig træning' for dig
- stimulerer borgerens hjerneaktivitet, holder borgeren i gang

Også i forhold til dine kolleger, er det vigtigt at du deltager så meget du kan i den daglige pausesnak. Sådan kan de lære dig at kende, og du vil også lære mere om dem ved at tale om hverdagsting.

Men hvad skal man tale om?

Nedenfor kan du skrive nogle af de udtryk, som du hører og bruger til daglig.

Nogle af de mest almindelige emner til dagligdags hyggesnak er:

**- Hvordan det går.** Det er altid godt at spørge til, hvordan borgere har det – har han/hun sovet godt eller om han har haft det godt siden i sidst så hinanden. Er borgeren glad/trist til mode?  
Skriv flere eksempler her:

---



---



---



---



---

**- Vejret.**

F.eks. Dejligt vejr i dag, hvad? Solen skinner dejligt i dag. Øv, hvor er det gråt og vådt i dag, det er da godt, at vi har vores gode humør.

Skriv flere eksempler her:

---



---



---



---



---

**- Fjernsynet.**

F.eks. Så du \_\_\_ i går? Følger du med i \_\_\_? Jeg hørte i tv-avisen i går at...

Skriv flere eksempler her:

---



---



---



---



---

- **Bolig.**

Hvad hænger der på væggen hos borgeren? Kig på borgerens vægge og bliv inspireret til noget at tale om. Det kan være malerier, billeder, plakater, fotografier, andre minder, der kan fortælle noget om borgerens liv. Det kan også være, at der er noget nyt i stuen du kan kommentere, eller du kan snakke lidt om nogle af møblerne. F.eks. Sikke en flot ny stol du har fået. Hvor er det nogle flotte gardiner, har du selv syet dem?

Skriv flere eksempler her:

---



---



---



---



---

- **Børn og familie.**

Hvis der hænger familiebilleder i borgerens hjem er det oplagt at spørge til familien. Og når man først har lært hinanden bedre at kende, vil man altid kunne spørge til børn og børnebørn, og om

de har været på besøg for nylig. F.eks. hvordan går det med din søn? Har du haft besøg i weekenden? Er det dit barnebarn på billedet der?

Skriv selv flere eksempler her:

---



---



---



---



---

- **Aktiviteter.**

Hvad man skal i weekenden/har lavet i weekenden eller ferien. Hvis du skal noget spændende i weekenden eller ferien er det oplagt at fortælle borgeren om det. Eller hvis du lige har oplevet noget spændende, er det også en god ide at fortælle om det. Du kan også spørge til borgerens aktiviteter – f.eks. havde I en god bustur i sidste uge? Hvordan gik det på dagcenteret i går?

Skriv selv flere eksempler her:

---



---



---



---



---

- **Tøj.**

Man kan tale om det tøj borgeren har på eller skal have på. Man kan tale om hvordan tøjet ser ud, hvordan det føles at have på,

om det passer til vejret og lejligheden – skal borgeren have finere tøj på eller skal hun have hverdagstøj på. Hvad kan borgeren bedst lide at gå med – hvor er tøjet købt, har borgeren fået det som gave. Nej, har du fået nye bukser? Hvor er denne her trøje bare lækker, er den ikke dejlig varm?

Skriv selv flere eksempler her:

---



---



---



---



---

- **Mad.**

Hvad skal man have at spise i dag, eller har man fået noget godt at spise i går? Kunne du lide maden til festen i går? I dag skal vi have flæskesteg til frokost!

Skriv selv flere eksempler her:

---



---



---



---



---

- **Kendte mennesker.**

F.eks. kongehuset eller kendte skuespillere. Mange ældre mennesker følger med i, hvad der sker i kongehuset, og nogle synes også det er spændende at læse og tale om kendte skuespillere.



Så du det kongelige bryllup i fjernsynet i går? Har du hørt at Frederik og Mary skal have et barn til?

Skriv selv flere eksempler her:

---

---

---

---

---

## 7. Instruktionsprog

Når man samarbejder med en borger om f.eks. personlig pleje, er kommunikationen enormt vigtig. Borgeren skal kunne forstå dine instruktioner, så hun kan hjælpe til så meget som muligt. Det kan være meget forskelligt, hvordan borgere bedst forstår og udfører instruktioner, men som udgangspunkt er det ikke en god idé at give ordrer. Løft foden, spred benene osv. Det er altid godt at give beskeden som et spørgsmål, så inviterer man til dialog og til at borgeren kan få tid til at tænke over det han/hun skal. Nogle borgere har brug for at få meget direkte beskeder. Så man skal altid vide, hvordan borgeren bedst forstår beskeder, før man går i gang. Nogle borgere kan kun forstå, hvad de skal, hvis man siger det fuldstændig lige ud – f.eks. børst dine tænder, vend dig om.

### **Du kan bruge udtryk som:**

Vil du være sød at...

Vil du være rar at...

Kan du...

Vil du...

Jeg vil gerne bede dig om at...

Nu må du gerne

Prøv at...

1. Forestil dig en situation, hvor du skal give borgeren tøj på?  
Fra inderst til yderst. Hvad vil du sige?

2. Forestil dig en situation, hvor du er på badeværelset med borgeren, og du skal guide borgeren til øvre toilette. Hvad vil du sige?
3. Forestil dig en situation, hvor du skal sengebade en borger. Hvad vil du sige til borgeren?
4. Forestil dig en situation, hvor du vil have borgeren til at børste tænder selv, og bagefter skal du børste protesen. Hvad vil du sige til borgeren?
5. Forestil dig en situation, hvor du skal have en borger, der ikke selv kan gå fra sengen og over i kørestolen. Du bruger en stålift. Hvad vil du sige til borgeren?
6. Se på tegningerne fra Hjælperleksikonet s. 24-38 og overvej, hvordan du vil instruere borgeren i de forskellige situationer. Hvordan vil I få borgeren til at gøre det, som er nødvendigt for at I kan flytte borgeren?



## 8. Høflighed i kommunikationen på dansk

Høflighedsfraserne på dansk kan virke mindre tydelige end på andre sprog. Mange undrer sig over, at vi ikke har et ord for 'please' eller 'bitte'. 'Venligst' kan i nogle tilfælde virke for formelt og egner sig bedre til skriftsproget. For at undgå modstand i samarbejdet med den ældre, er det vigtigt at være høflig invitere til samtale.

- Undgå bydeform, f.eks. 'løft armen', 'rejs dig op'
- Tiltaleformen 'De', hr., fru og efternavn bruges sjældnere og sjældnere, men nogle ældre mennesker kan foretrække det.
- Spørgsmålsform ved instruktioner virker mere indbydende og høfligt. f.eks. 'kan jeg få dig til at løfte armen?', 'vil du rejse dig op?'
- Modalverber er med til at 'gradbøje' høfligheden. Alt efter hvor høflig eller formel man har lyst til at være kan man bøje modalverberne, og man kan også vælge at sætte dem sammen for at opnå en endnu højere grad af høflighed.  
F.eks.:  
Kan du løfte armen nu?  
Kunne du løfte armen nu?  
Kunne jeg få dig til at løfte armen nu?  
Ville du kunne løfte armen nu?
- Udtrykkene 'vil du være rar at... ', 'vil du være sød at... ', 'nu må du gerne... ' er gode at bruge meget.

- Ligesom høflighedsfraser som 'velbekomme', 'god appetit', 'god weekend', 'god arbejdslyst', 'selv tak' osv.
- Tonefald og stemmeføring lægger en stemning hen over indholdet af sproget og kan medvirke til, at man kan virke mere eller mindre høflig og imødekommende. Med tonefaldet bestemmer man om samtalen bliver energisk og glad eller monoton og træt. Med et venligt og blidt tonefald er det muligt at give en instruktion i bydeform uden at virke uhøflig og kommanderende.
- Kropssprog og mimik betyder mange gange meget mere end de ord vi siger. Derfor er det vigtigt også at være opmærksom på, om dit kropssprog er åbent og venligt. Kropssproget kan også bruges som hjælpe og supplement til de ord du siger, så du er sikker på at din samtalepartner forstår, hvad du mener.

### Kommunikation med forskellige samtalepartnere

Der er stor forskel på, hvordan vi formulerer os alt efter, hvem vi taler med. Der er stor forskel på professionel, personlig og privat kommunikation. Her er en lille øvelse, hvor du kan tænke over og arbejde med, hvordan du vil sige den samme ting til flere forskellige personer.

	Til vennerne	Til konen/manden	Til chefen	Til kollegaen	Til borgeren
Du vil fortælle, hvad du har lavet i weekenden, hvordan vil du sige det?					
Du vil gerne have fri på næste fredag, hvordan vil du spørge?					
Du er lidt træt af dit arbejde,					

hvordan vil du fortælle om det?					
Du vil bede den anden om at lukke døren, hvordan vil du spørge?					
Du synes det er svært at samarbejde med en borger, hvordan vil du forklare det?					
Du vil gerne give din mand en god gave, hvordan vil du spørge om råd?					
Dit barn er syg, hvor-					

dan vil du spørge om gode råd til behandling?					
Du skal på ferie, og mangler ideer til, hvor du skal tage hen, hvordan vil du spørge?					
Du vil gerne have, at den anden rydder op efter sig, hvordan siger du det?					
Du vil gerne have den anden med ud at gå en tur, hvordan					

spørger du?					
Du vil gerne fortælle, at den anden har en plet på skjorten, hvordan siger du det?					
Du synes, at den anden lugter af sved, hvordan siger du det?					
Find selv på flere...					

### Variation i sproget

Find på andre måder at sige:

*Jeg skal rede din seng.*

*Jeg reder lige din seng. Må jeg godt rede din seng nu?*

*Jeg ordner sengen, mens du går på toilettet. Jeg vil gerne rede din seng. Er det i orden at jeg reder din seng nu?*

1. *Jeg skal hente din morgenmad.*
2. *Jeg skal sætte din bluse rigtigt.*
3. *Jeg skal flytte dynen.*
4. *Jeg skal vaske din bagdel.*
5. *Jeg skal finde dit tøj.*
6. *Du skal børste tænder.*
7. *Du skal i bad nu.*
8. *Jeg skal skifte dit sengetøj.*
9. *Hvad vil du gerne have til morgenmad?*
10. *Har du det dårligt?*
11. *Jeg skal gøre rent på badeværelset.*

- Skriv en dialog mellem hjælper og borger, der handler om, at du som hjælper gerne vil gøre rent i borgers hjem. Borgeren har ikke de rigtige rengøringsmidler, og du skal forklare, hvad du skal bruge og hvorfor.
- Skriv en dialog mellem hjælper og borger, der handler om, at borgeren skal i bad. Borgeren har ikke lyst til at komme i bad, og du skal prøve at motivere borgeren til det.

## 9. Dialoger mellem hjælper og borger

Her er tre dialoger mellem hjælper og borger som eksempler på, hvordan en samtale forløber. Måske kan du kende noget af det?

Læg mærke til, hvilke ord og udtryk i dialogerne du også selv bruger, eller som du har hørt din vejleder bruge. Det kan også være, at der er nye udtryk, som du kan bruge fremover.

Stregerne under ordene i den første dialog er trykstreger – det vil sige, at de markerer rytmen i sætningen. Prøv at øve dig i at læse sætningerne op, så du følger rytmen. I de to næste dialoger kan du selv sætte trykstreger.

### Om morgenen

H: Godmorgen Fru Petersen, har du sovet godt?

B. Godmorgen, nej, jeg har ikke sovet så godt i nat.

H: Nå, hvorfor ikke?

B. Fordi jeg lå og vendte og drejede mig i flere timer, før jeg endelig faldt i søvn.

H: Var der noget du spekulerede på?

B: Ja, jeg spekulerede på, om min datter mon kom i dag med min nye frakke.

H: Jamen det tror jeg da nok, at hun gør. Jeg kan se, at det står i din kalender.

B: Ja, men man ved jo aldrig, om der skulle komme noget i vejen.

H. Skal vi prøve at ringe til hende?

B. Ja, det ville være dejlign.

H: Ok, jeg finder lige hendes nummer.

B. Tak skal du have.



H: Godmorgen Kirsten, det er Birthe, din mors social- og sund-  
hedshjælper.

D: Godmorgen Birthe, er der noget galt med min mor?

H: Nej nej, men hun vil bare gerne være sikker på, at du kom-  
mer i dag med hendes nye frakke.

D: Ja, det gør jeg, ved 5-tiden.

H: Ok, det siger jeg til hende. Hej hej, vi ses.

Kirsten kommer i dag ved 5-tiden.

B: Åh, det var vel nok dejligt.

### **Lidt grammatik...**

Kender du ordklasserne?

#### **Navne**

Fru Petersen

Birthe

Kirsten

#### **Pronominer/stedord**

Jeg

Du

Hun

Man

Hende

Hendes

Din

Min

Noget

### **Substantiver/navneord**

Nat

En datter

En frakke

En kalender

Et nummer

En mor

En social- og sundhedshjælper

### **Adverbier/biord**

I nat

I flere timer

Endelig

Mon

Da nok

Jo aldrig

I dag

Lige

Bare gerne

Vel nok

### **Udtryk**

godmorgen

Falde i søvn

Komme noget i vejen

Ok

Tak skal du have

er der noget galt

Nej nej

Være sikker på noget

Ved 5-tiden

Hej hej, vi ses

Åh

### **Verber/udsagnsord**

At sove, sover, sov, har/havde sovet

At vende, vender, vendte, har/havde vendt

At dreje, drejer, drejede, har/havde drejet

At spekulere på, spekulerer, spekulerede, har/havde spekuleret

At komme, kommer, kom, har/havde, er/var kommet

At tro, tror, troede, har/havde troet

At gøre, gør, gjorde, har/havde gjort

At kunne, kan, kunne, har/havde kunnet

At se, ser, så, har/havde set

At stå, står, stod, har/havde stået

At vide, ved, vidste, har/havde vidst

At skulle, skal, skulle, har/havde skullet

At prøve, prøver, prøvede, har/havde prøvet

At ringe, ringer, ringede, har/havde ringet

At ville, vil, ville, har/havde villet

at være, er, var, har/havde været

at finde, finder, fandt, har/havde fundet

at have, har, havde, har/havde haft

at sige, siger, sagde, har/havde sagt

### **Finde tøj frem om morgenen**

H: Godmorgen Elsie, har du sovet godt?

B: Ja tak, dejligt

H: Før vi går på badeværelset, finder vi lige noget tøj til dig, ikk?

Det er ret koldt i dag, så vi må hellere finde noget tøj, der er lidt lunt.

B: Ja, jeg vil gerne have den grønne cardigan på igen i dag.

H: Jeg kan se, at den er lidt snavset, skal vi ikke finde en anden?

B: Hvad med den blomstrede, er den ren?

H: Ja, den hænger lige her, helt nyvasket, den tager vi.

Og hvad så med et par bukser, de mørkeblå?

B: Ja, de passer fint til den blomstrede trøje.

H: Ok, og så skal vi også have noget rent undertøj.

B: Ja, jeg vil gerne have den her uldne undertrøje på, den er så dejlig lun.

H: God idé, vi skal jo sørge for at holde dig varm.

Så mangler vi bare en skjortebluse og nogle strømper.

B: Hvad med den hvide skjorte, kan jeg ikke have den inden under den blomstrede trøje?

H: Jo, det vil være rigtig pænt.

Hov, du har ingen rene strømper i skuffen, det var da mærkeligt.

B: Nå, har jeg ikke det, jeg fik ellers vasket i går.

H: Jeg prøver lige at løbe ud og se, om dit vasketøj er kommet op fra kælderen.

Ja, her var det. Men du har ikke så mange par strømper, det kan være vi skal bede Charlotte om at købe nogle flere til dig.

B: Ja, det vil hun nok gerne.

## **Tøj**

Her kan du skrive alle de ord for tøj, som du kender og lærer.

Kvinder (særligt tøj kun for kvinder):

Mænd (særligt tøj kun for mænd):

Farver:

Materialer:

Vinter:

Sommer:

Overtøj:

Undertøj:

Sko og støvler:

### **På badeværelset**

H: Nå. Fru Sørensen, så skal vi i gang med morgentoiletten.

B: Åh ja, det skal jo gøres.

H: Vil du være sød at sætte dig her på badebænken foran spejlet, så kan du ordne ansigtet og tænderne.

B: Ja, selvom jeg ikke synes det er så sjovt at kigge på det gamle fjæs inde i spejlet.

H: Du skal nok blive køn, når vi er færdige med det hele.

B: Skal jeg starte med tænderne?

H: Ja, her er tandbørsten og tandpastaen, så går jeg lige ind og reder din seng imens.

B: Jeg er færdig nu, og nu kan jeg mærke at jeg trænger frygteligt til at komme på toilettet.

H: Okay, så tag fat i min arm her, så kan du lige dreje dig over på toilettet.

H: Jeg henter noget mere toiletpapir imens. Jeg kan se, at du ikke har så meget tilbage.

B: Vil du hjælpe mig tilbage til håndvasken nu?

H: Ja, her har du nogle klude, så kan du vaske dig i ansigtet og under armene.

B: Skal vi ikke se at få rettet det hår?

H: Ja, og vil du have lidt creme i ansigtet?

B: Ja, det er så dejligt at få creme på her om morgenen.

H: Skal du have lidt på øjnene?

B: Ja, jeg vil gerne have den blå øjenskygge på og så lidt læbestift.

H: Værsgo, hvor er du fin nu.

B: Tak, og så må jeg vist også hellere se at få noget tøj på.

H: Ja, jeg henter lige det tøj vi fandt frem før.

1. Hvilke ting og hjælpemidler bruger du på badeværelset?

2. Hvad er vigtigt, når du taler med borgeren på badeværelset?

3. Hvordan sikrer du, at borgeren ikke føler sig blufærdigheds-  
krænket på badeværelset?

4. Synes du det er en god idé at hyggesnakke, mens man er på  
badeværelset med borgeren?

## **Samtale mellem to social- og sundhedshjælpere – om observation af en borger**

1: Jeg tror, at Erik er ved at få et tryksår på hælen

2: Hvorfor tror du det?

1: Fordi han er helt rød og hudløs, og så ligger han jo ned det meste af tiden.

2: Synes du vi skal ringe til sygeplejersken?

1: Ja, det synes jeg helt klart.

1: Tror du det vil hjælpe, hvis jeg prøver at aflaste hans hæl med en pude?

2: Ja, helt sikkert. Men der skal nok mere til.

2: Jeg synes, at salven virkede ret godt, da Henning havde et begyndende sår i sidste uge.

1: Ok, så gør jeg alle tre ting. Jeg tror på, at vi nok skal komme såret til livs.

Kig på samtalen. Hvornår bruger vi 'synes' og hvornår bruger vi 'tror'?

Hvad er forskellen på disse to sætninger?

Jeg tror, at filmen er god.

Jeg synes, at filmen er god.

Skriv selv nogle sætninger, hvor du bruger tror og synes.



**Fortæl om en observation af en borger.**

Her skal du bruge ordene 'tror' og 'synes'. Tror, når det er noget du tror, men ikke er helt sikker på, og synes, når det er din personlige mening, som selvfølgelig er fagligt begrundet.

**Observation:**

Hvad er problemet?

**Vurdering:**

Hvad mener du, at problemet kan være tegn eller symptom på? Hvad tror du er årsagen til problemet, og hvilke konsekvenser tror du problemet kan have for borgeren? Hvordan synes du, at problemet påvirker borgeren?

**Planlægning**

Hvad tror du vil virke godt på borgeren, og hvad synes du I skal gøre?

**Evaluering**

I evalueringen af arbejdet med borgeren kan du fortælle om, hvad du synes virkede godt eller dårligt. Hvis det I gjorde ikke virkede efter hensigten, kan du fortælle, hvad du så tror, vil virke.

Skriv det hele ned i din logbog.

## 10. Deltagelse i møder

Under uddannelsen til social- og sundhedshjælper skal du deltage i møder på den afdeling, hvor du er i praktik. Det er vigtigt, at du som elev øver dig i at deltage aktivt i møderne. At deltage aktivt vil både sige at lytte aktivt og at sige noget. Til møderne skal du afgive rapport, det vil sige at fortælle om dine observationer – videregive dine observationer.

Her er nogle eksempler på, hvordan du kan formulere dig:

### Indledende

- Jeg vil gerne fortælle noget om fru Petersen...
- Må jeg have lov at fortælle noget nu?
- Det er vigtigt for mig at sige at fru Petersen...
- Her til morgen var fru Petersen...
- Jeg synes at...
- Jeg tror at...
- Skriv selv flere:

### Kommentere det de andre siger

- Efter min mening...
- Jeg synes at...
- Må jeg have lov at give min mening?
- Hvis jeg skulle sige det, kunne vi godt...
- Måske kan vi prøve at...
- Var det ikke en ide at...

- Må jeg foreslå at...
- Skriv selv flere:
- 

### **Stille spørgsmål til det de andre siger**

- Mener du at...
- Jeg er ikke helt med, mener du at...
- Hvad vil det sige at...
- Når du siger måske, mener du så...
- Kan du forklare det for mig igen?
- Jeg er ikke sikker på, at jeg forstår...
- Skriv selv flere:

### **Stille spørgsmål til en beslutning**

- Er det så meningen at vi skal...
- Hvornår skal vi gå i gang med det?
- Hvad tid på dagen gør vi det?
- Hvorfor er det vigtigt at...
- Hvordan gør vi det bedst?
- Hvilke borgere har brug for det?
- Skriv selv flere:

## 11. At skrive rapport

Som elev skal du også øve dig på at skrive rapport. Det hedder også advis, skrive i Care eller Unique eller at skrive i borgerens samarbejdsbog. Men det handler om, at du skal skrive om, hvad du har observeret hos borgeren, og hvad du har lavet hos borgeren.

Din rapport skal være neutral og må ikke handle om dine følelser. Du må gerne komme med dine synspunkter, men de skal være fagligt begrundede. Du skal altid huske at skrive dit navn på.

- I rapporten skriver du dine observationer omkring borgeren.
- Rapporten skal også indeholde tidspunkt for, hvornår du har set borgeren, hvor længe du har været der og hvad du har gjort.
- Rapporten kan indeholde instruktioner til andre hjælpere, f.eks. aften- eller nattevagten.
- I rapporten kan du også skrive om, hvordan du synes jeres handlinger over for borgeren virker, altså en slags evaluering.
- Rapporten skal være så kort og præcis som muligt. Derfor bruger man mange forkortelser som f.eks.: bb, obs på, øjendr., pt, mm, sygepl. Prøv at kigge i dine borgeres rapporter efter forkortelser og øv dig i at forstå og bruge dem.



## Skriv disse rapporter færdige

1. I dag har bb været meget....
2. Da jeg kom til bb i morges, var hun...
3. Bb havde haft smerter hele natten, da jeg kom til hende i morges, så...
4. I eftermiddags fik bb pludselig et ildebefindende, og vi...
5. Bb modtog heller ikke i dag tilbud om bad...
6. På bbs venstre hæl har jeg bemærket et rødt mærke, obs på at...
7. Bb mangler undertøj og strømpebukser, er bestilt i dag og...
8. Bbs morgenble var meget våd, og sengen måtte skiftes. Obs på at...
9. Efter frokost var bb mere træt end normalt, og hun sov i tre timer. Obs på at...
10. Bb har i dag fået vasket hår og klippet negle, hun mangler...



## 12. Logbogsopgaver

Det kan være svært at komme i gang med at skrive logbog på den 'rigtige' måde. Det vil sige at skrive, så du lærer noget af det du skriver. Det kan gøres på forskellige måder og her er nogle forslag til, hvordan du kan komme i gang og finde den måde, der passer dig bedst.

### **Skriv om en observation og hvad du vil gøre.**

Observation – hvad har du lagt mærke til hos borgeren?

Handling – hvad vil du gøre?

- Hvorfor tror du det vil hjælpe?

Evaluering – kan du efter noget tid se fremskridt hos borgeren?

## Øvelser i at bruge den rigtige ordstilling

### Inversion

Inversion betyder omvendt ordstilling. Det betyder at verbet kommer før subjektet i sætningen. Vi kalder det omvendt, fordi vi normalt har subjekt før verbum.

**1.** Vi har inversion i en hovedsætning, hvis sætningen begynder med et adverbium eller et objekt.

Et **adverbium** beskriver tid, sted eller måde.

#### Tid

Jeg arbejdede hårdt i går.

S      V                  A

I går arbejdede jeg hårdt.

A      V      S

#### Sted

Jeg lærer meget på skolen.

S    V                  A

På skolen lærer jeg meget.

A      V      S

#### Måde

Jeg kunne desværre ikke komme.

S    V                  A

Desværre kunne jeg ikke komme.

A V S

**Objektet** står normalt efter subjekt og verbum, men nogle gange rykker vi det frem for at fremhæve det.

Jeg har tabt min pung.

S V O

Pungen fik jeg igen, men pengene var væk.

O V S S V

**2.** Vi har inversion i en hovedsætning, hvis det er et spørgsmål.

Jeg har det godt.

S V

Har du det godt?

V S

**3.** Vi har inversion i en hovedsætning, hvis den kommer efter en bisætning.

Vi drikker en kop kaffe sammen, hvis du kommer i morgen.

S V



Hvis du kommer i morgen, drikker vi en kop kaffe samme

V S

- Skriv en lille tekst i din logbog, hvor du bruger tidsadverbier. F.eks. I dag, i går, nu, for længe siden, sidste år, fremover, først, bagefter.
- Skriv en lille tekst i din logbog, hvor du bruger stedsadverbier. F.eks. på skolen, på mit praktiksted, derhjemme, her i Danmark, i andre lande, i byen.
- Skriv en lille tekst i din logbog, hvor du bruger mådesadverbier. F.eks. desværre, naturligvis, selvfølgelig, heldigvis, sandsynligvis.
- Skriv nogle sætninger, hvor objektet står først i sætningen.
- Skriv en lille tekst i din logbog, hvor du stiller spørgsmål til din elevkammerat, til din vejleder, til din lærer, til en borger.
- Skriv en lille tekst i din logbog, hvor du bruger bisætninger med hvis, når, da, selvom – efterfulgt af hovedsætninger med inversion. (F.eks.: Hvis en borger hoster, har han måske brug for hostesaft. Når vi drikker kaffe, taler vi tit om gamle dage. Da hr. Hansen var ung, gik han lange ture hver dag. Selvom jeg taler med accent, kan fru Petersen forstå alt hvad jeg siger.)

## Refleksionscirkel

Du kan også bruge refleksionscirklen, når du skriver i din logbog.

### 1. Beskrivelse af situation

- Hvad skete der?
- Hvad gjorde jeg?
- Hvad sagde jeg?

### 6. Konklusion

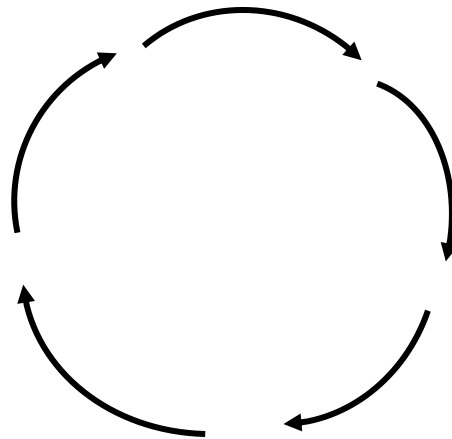
- Hvad har jeg lært?
- Vil jeg gøre det samme næste gang?

### 2. Følelser/tanker i situationen

- Hvad tænkte jeg?
- Hvad følte jeg?
- Hvorfor?

### 5. Analyse

- Hvilke teorier?
- Hvordan brugte du dem?
- Er der andre teorier, du kunne bruge her?
- Hvilke fagord havde du brug for?
- Hvilke fagord skal du lære?



### 3. Hvordan reagerede borgeren/kollegaen?

- Hvordan så borgeren/kollegaen ud?
- Kropssprog?
- Hvad sagde borgeren/kollegaen?

### 4. Evaluering

- Hvad var godt?
- Hvad var mindre godt?
- Hvorfor?
- Hvordan gik kommunikationen?
- Forstod du hvad borgeren/kollegaen sagde?
- Hvordan kunne kommunikationen gå bedre?

## **At beskrive borgerens humør eller tilstand**

### **Hvad er det modsatte af:**

Glad

Lykkelig

Munter

Frisk

Veloplagt

Åben

Veltilpas

Nærværende

Smertefri

Rask

Klar i hovedet

Energisk

**Hvad er det modsatte af:**

Irritabel

Trist

Deprimeret

Træt

Udkørt

Udmattet

Sløj

Konfus

Forvirret

Aggressiv

Mut

Opgave: Vælg en borger du har mødt i denne uge og beskriv hendes/hans humør og tilstand

## At beskrive menneskers karaktertræk - personlighedstræk

### Hvad er det modsatte af:

Loyal

Ærlig

Social

Distræt

Fleksibel

Retfærdig

Tålmodig

Kollegial

Hjælpsom

Omsorgsfuld

Kærlig

Varm

Tænksom



Sirlig

Opgave: Vælg en borger eller en kollega du har mødt i denne uge og beskriv hendes/hans karaktertræk

Opgave: Find mindst fem egenskaber/karaktertræk, der beskriver en god social- og sundhedshjælper.

### **At beskrive et menneskes udseende/fysik**

#### **Hvad er det modsatte af:**

Smuk

Køn

Stærk

Høj

Slank

Tynd

Undervægtig

Ung

Bleg

Rynket

Opgave: Vælg en borger/kollega, du har mødt i denne uge og beskriv hendes eller hans udseende.

### **At beskrive en borgers ressourcer**

Bevægelighed

Koordination

Koncentration

Overblik

Udholdenhed

Gangfunktion

Kræfter

Motorik

Hukommelse

Tidsfornemmelse

Selvtillid

Selvfølelse

Selvkritik

Synssans

Høresans

Lugtesans

Smagssans

Balance

Kommunikative kompetencer

Social kontakt

Prøv at forklare disse ord. Kender du et ord, der betyder det samme eller det modsatte?. Prøv at lave en sætning med ordet.

1. Interview din sidemand om en borgers ressourcer.
2. Skriv en beskrivelse af denne borgers ressourcer.
3. Tjek hinandens beskrivelser. Har I forstået hinanden rigtigt, passer beskrivelsen? Hvordan er sproget?

### **Arbejde med begreber**

#### **Find et begreb, der dækker alle tre ord:**

Chokolade – bolsjer – lakrids=

Sommer – efterår – vinter=

Maj – juli – september=

Regn – blæst – solskin=

Stol – bord – sofa=



Kørestol – lift – støttestrømper=

Halsbetændelse – forkølelse – influenza=

Diabetes – demens – gigt=

Søvn – sult – tørst=

Islam – kristendom – jødedom=

Lugte – smage – høre=

Husmor – lønarbejder – selvstændig=

Du kan arbejde med begreber på denne måde. Hvis du gerne vil have styr på et begreb, så prøv at arbejde med, hvad det indeholder. F.eks. begrebet kommunikation: lytte, tale, kropssprog, mimik, tonefald.

Prøv at skriv nogle begreber ned i din logbog og skriv, hvad de indeholder.

## **Øvelse med det eller der**

### **Indsæt 'det' eller 'der' i hullerne**

\_\_\_ er tidligt om morgenen, og Birgit skal op og i bad. \_\_\_ kommer en social- og sundhedshjælper om lidt og hjælper hende, og \_\_\_ er hun glad for. \_\_\_ er ikke så nemt at klare sig selv

mere, når man er over 90, og \_\_\_ er meget man glemmer hele tiden. For eksempel glemte hun i går at tage underbukserne på før bukserne, og \_\_\_ gjorde det hele meget besværligt.

\_\_\_ ringer på døren, og Birgit råber til Gülshan, at døren står åben. \_\_\_ regner i dag, så Gülshan er drivvåd. \_\_\_ må være hårdt at cykle så meget rundt, tænker Birgit, og går ud og tænder for kaffemaskinen, så de kan få en kop kaffe, når de er færdige med badet.

"Åh, hvor jeg glæder mig til \_\_\_ bliver forår", siger Gülshan, da hun kommer ind ad døren. "Ja, \_\_\_ bliver dejligt", svarer Birgit. "\_\_\_ er så mange, \_\_\_ bliver syge af det her vejr, så \_\_\_ bliver virkelig løbet stærkt for tiden", siger Gülshan, og Birgit kan mærke, at hun har travlt, og at de måske ikke når kaffen i dag. Hvor er \_\_\_ ærgerligt, tænker Birgit og prøver at lade som ingenting. "\_\_\_ står en ny shampoo ude i gangen, vil du ikke tage den med ud på badeværelset?", spørger hun i stedet Gülshan, som har fået det våde regntøj af. De går sammen ud på badeværelset, og \_\_\_ er skønt at mærke det varme vand fra bruseren og blive rigtig ren og frisk. "\_\_\_ kommer en anden hjælper i morgen", siger Gülshan, da de er færdige. "\_\_\_ bliver byttet lidt rundt, fordi vi skal dække ind for dem, \_\_\_ er syge". Det ærgrer Birgit, at \_\_\_ kommer en anden i morgen, for hun er så glad for Gülshan. \_\_\_ bliver desværre ikke tid til kaffe i dag.

### 13. Etik i sproget

Der findes tabuer overalt, hvor vi møder andre mennesker. Disse tabuer er ofte svære at tale om, og vi må tænke en ekstra gang over, hvordan vi får det sagt. Etik er den måde vi skelner mellem rigtigt og forkert, og vores sprog fortæller meget om vores etik og er et vigtigt redskab til at arbejde etisk. Med andre ord, vores sprog er en af de måder vi udfører vores etik på.

Du har en kvindelig borger, der har uønsket hårvækst i ansigtet. Hvordan vil du spørge om du må fjerne det?

Du har en kollega, der altid har dårlig ånde. Vil du fortælle din kollega det?

Du har en borger, der er meget ensom. Hvordan vil du fortælle de pårørende om det?

En beboer på et plejehjem er død, og en af de andre beboere var meget nær ven med ham. Hvordan vil du fortælle beboeren om den andens død?

Du skal holde op på dit arbejde, og du skal fortælle dine faste borgere gennem flere år, at du stopper, hvordan vil du gøre det?

Du har en dement borger, der konstant leder efter sin afdøde kone. Vil du fortælle borgeren at hans kone er død for flere år siden, eller vil du sige noget andet til ham?

Du har en borger, der sætter stor pris på at bo i eget hjem. Hun har tidligere sagt, at det skulle blive over hendes lig at flytte på plejehjem. I den seneste tid er hendes ressourcer blevet så kraftigt svækkede, at hun er nødt til at flytte på plejehjem. Hvordan vil du give hende den besked?

Opgave: Beskriv et etisk dilemma du har været i.

## 14. At forberede sig til eksamen i grundfag/områdefag

- Tænk over, hvordan du bedst læser og husker. Det er vigtigt, at du giver dig selv de bedste betingelser for at forberede dig til eksamen.
- Begynd med at læse målet for det fag, du skal til eksamen i.
- Find ud af, hvad du synes du er god til, og hvad du er mindre god til og målret din læsning efter det.
- Find dine notater, papirer og alt, hvad du har fra undervisningen i faget og læs det igennem igen.
- Læs de relevante kapitler i lærebogen. Du kan også lytte til den cd, der hører til lærebogen. Skriv nye notater, eller brug de gamle du har fra undervisningen. Men læs aldrig uden at skrive notater. Lav en liste til dig selv med de vigtigste ord og begreber – det er vigtigt at du til eksamen kan bruge de ord, der hører til faget.
- Hvis du har skrevet projekt eller lavet et case-arbejde, hvor der var fokus på faget, så brug dine erfaringer herfra.
- Kig i din logbog og se om du har nogle erfaringer fra praktikken, som du kan bruge.
- Find en eller to af dine klassekammerater og lav en læsegruppe, hvor I kan hjælpe hinanden. Øv jer i at lave små oplæg for hinanden om de forskellige emner.
- Når der opstår spørgsmål undervejs i din læsning, så skriv dem ned med det samme, så du kan stille dem til læreren og klassen, når I mødes på skolen. Du kan ikke huske dine spørgsmål, hvis du ikke skriver dem ned.

- Du kan søge flere informationer på skolens bibliotek, men pas på, at du ikke får for meget materiale – det kan hurtigt blive uoverskueligt.
- Brug al den hjælp du kan få på skolen. I åbent læringscenter kan du få hjælp til konkrete opgaver. Specialpædagerne kan vejlede dig, hvis du f.eks. har brug for ekstra tid til eksamen. Skolens psykolog kan hjælpe dig, hvis du har eksamensangst.
- Hvis du skal op i en case, trækker du casen dagen før eksamen.
- Du må forberede dig sammen med dine klassekammerater, og det er en god ide at bruge hinanden.
- Brug lang tid på at læse casen og vær sikker på, at du forstår den 100 %.
- Vælg de problemer du vil fokusere på og arbejd koncentreret med dem.
- Tænk over, om du kan tage noget med til eksamen, der supplerer dit mundtlige oplæg. Det kan f.eks. være hjælpemidler, plancher, billeder, eksempler på kostplan.
- Husk at slappe af en gang imellem, når du forbereder dig til eksamen! – det er godt for hjernen.

## Det gode oplæg

1. Vælg et emne fra dit projekt, som du vil fortælle om.
2. Stil hv-spørgsmål til dit emne. Hvis emnet er sund kost til diabetikere, kan du f.eks. spørge:

- hvad er sund kost til diabetikere?
  - hvilke kostråd er de vigtigste?
  - Hvordan vejleder du borgeren?
  - Hvorfor er det vigtigt, at borgeren følger kostrådene?
3. Lav en logisk rækkefølge ud fra spørgsmålene og lav tre-fem overskrifter og skriv stikord under punkterne. Dette er en disposition.
  4. Vælg om du vil lave en planche, små kort eller et papir, som du bruger under dit oplæg.
  5. Vælg om du vil have andre ting, billeder eller materiale med, som kan støtte dit mundtlige oplæg.

- Pas på, at du ikke skriver af fra bøger. Du må gerne have citater, men oplægget skal være med dine egne ord kombineret med de relevante fagord.

- Sørg for at dine stikord er korte og præcise og vælg ord, som du ved du kan udtale.

- Øv dig på de sværeste ord – vær sikker på, at du ved hvad ordene betyder.

- Øv dig på hele dit oplæg, få gerne nogle til at lytte og give feedback.
- Tænk over de praktiske ting – er det bedst for dig at stå op, sidde ned, bruge tavlen eller andet, når du er inde til prøven.



## 15. Ordlister

Herunder kommer nogle ordlister, som du kan udfylde og på denne måde arbejde med at forstå og bruge de særlige ord, som bliver brugt meget i social- og sundhedsarbejdet og i uddannelsen.

### Verber til instruktionssprog

Infinitiv    nutid    datid    før-nutid    før-datid    byde-  
form

At læne sig tilbage/frem					
At løfte					
At rejse sig					
At strække					
At bøje					
At vende					

At dreje					
At sætte sig					
At lægge sig					
At tage (noget) på/af					
Skriv selv flere					

## Centrale begreber fra målene for praktikuddannelsen

Egenomsorg, egenomsorgsprincippet: Forklar ordet her:

Skriv et eksempel eller en sætning, hvor du bruger ordet:

Sundhedsfremme:

Eksempel:

Forebyggelse, sygdomsforebyggelse

Eksempel:

Arbejde igangsættende, arbejde aktiverende:

Eksempel:

Borgerens livsudfoldelse:

Eksempel:

Borgerens ressourcer:

Eksempel:

Fysiske symptomer:

Eksempel:

Psykiske symptomer:

Eksempel:

Sociale forandringer:

Eksempel:

Selvbestemmelsesret:

Eksempel:

Motivere, arbejde motiverende:

Eksempel:

Hygiejniske principper:

Eksempel:

Elementære sygeplejeopgaver:

Eksempel:

Hensigtsmæssige miljøvalg:

Eksempel:

Ændret sundhedstilstand:

Eksempel:

Kommunens kvalitetsstandarder:

Eksempel:

Kommunale og private servicetilbud:

Eksempel:

Formidle informationer:

Eksempel:

Værdigrundlag:

Eksempel:

Loyal over for arbejdsstedets beslutninger:

Eksempel:

Elektronisk kommunikation:

Eksempel:

Faglige overvejelser:

Eksempel:

Faglige begrundelser:

Eksempel:

Tavshedspligt:

Eksempel:

Oplysningspligt:

Eksempel:

Psykisk og fysisk arbejdsmiljø:

Eksempel:

APV:

Eksempel:

Vise overblik:

Eksempel:

Være fleksibel og selvstændig:

Eksempel:

Hjælpeidler:

Eksempel:

Forflytnings- og arbejdsstillinger:

Eksempel:

## Ordforråd til personlig pleje

Ubestemt form	Bestemt form	Flertal	Funktion
En håndsæbe	Håndsæben	Håndsæber	Jeg bruger håndsæbe til at vaske hænder med
Flydende sæbe			
Creme			
Koldcreme			
Zinksalve			
En barberskraber			
En engangsskraber			
En skraber			
En barbermaskine			
Barberskum			
En vatpind			
En engangshandske			
Noget tandpasta			
En tandbørste			
En protesetandbørste			
En tandprotese			
En tandstik			
Et uridom			



En urinpose			
Et par netunderbukser			
Et kateder			
En ble			
En toiletstol			
En bækkenstol			
Et bækken			
En spatel			
En neglebørste			
En neglefil			
En neglesaks			
En tre-i-en			
En vasketøjskurv			
En vaskebalje			
Et vandfad			
Et engangslommetør- klæde			
En engangsvaskeklud			
En kam			
En børste			
En engangskapsel			
En plejeseng			
Sengetøj			
Sengelinned			
Et lagen			
Et dynebetræk			
Et hovedpudebetræk			



Et stiklagen			
Et sengetæppe			
En dyne			
En hovedpude			
Et hovedgærde			
En fodende			
Et hjørne			
En sengehest			
En fold			
En sengegælde			
En kittel			
En uniform			
En brusetablet			

## Udtryk

Infinitiv/basisform	Nutid + r	Før-nutid Har + t Før-datid Havde + t	Datid + -ede + -te	Betydning
At skifte sengetøj	Jeg skifter sengetøj	Jeg har skiftet sengetøj Jeg havde skiftet sengetøj	Jeg skiftede sengetøj	Jeg lægger rent sengetøj på – skifter det beskidte ud med rent
At løfte sengen lidt op				
At hæve sengen				
At tage sengen lidt op				
At elevare sengen				
At sænke sengen				
At tage sengen ned				
At sænke hovedgærdet				
At løfte hovedgærdet				
At slå sengehe-				

sten op/ned				
At løsne lagenet				
At lufte dynen				
At rulle lagenet sammen				
At lægge det rene lagen på				
At ordne hjørnerne				
At bremse/låse sengen				
at rede seng				
At komme om på siden				
At holde i sengehesten				
At holde i sengegalgen				
At vende sig om på siden				
at komme ud af sengen				
At stå op				
At svinge benene ud af sengen				
At hælde sæbe i vandet				
At rede hår				

At vaske forne- den/foroven				
At børste tænder				
At være hudløs				
At gabe op				
At have dårlig ånde				
At forebygge in- fektion				
At undgå fugtig- hed				
At observere hud- forandringer				
At skubbe negle- båndene ned				
At klippe negle				
At ordne negle				
At tørre mellem tæerne				
At have ømme gummer				
At storkne (blod)				
At hele (sår)				



## Ældre danske navne

Her er en liste over de navne, som dine borgere typisk kan have.

Du kan bruge listen som en udtaleøvelse.

### Kvinder

Emma	Ingrid
Yrsa	Margrethe
Doris	Elly
Ellen	Elvira
Else	Rosa
Hilda	Agnes
Tove	Andrea
Gerda	Margit
Åse	Lis
Birgit	Karen
Ruth	Karin
Meta	Elisabeth
Marie	Eleonora
Inger	Miriam



Mænd

Vagn	Ernst
Birger	Einer
Werner	Volmer
Preben	Åge
Arne	Erik
Valdemar	Fritjof
Evald	Vilhelm
Tage	Karl
Jørgen	Hans
Torben	Ole
Mogens	Ulrik
Poul	Willy
Ove	Egon
Børge	

## 16. Programmer på nettet i andetsprogsdansk

Når du skal finde programmerne, er det nemmeste at google programmets navn frem for at skrive det lange link.

**Lexin billedtema.** Et ordforrådsprogram med billeder og lyd.

Her kan du øve din udtale:

<http://lexin-billedtema.emu.dk/billedtema/dansk.html>

**Danmark til daglig.** Et program der både handler om uddannelse og arbejde i Danmark med lyd og øvelser:

[http://www.nyidanmark.dk/bibliotek/multimedier/interaktive\\_resourcer/2007/danmark\\_til\\_daglig/index.html](http://www.nyidanmark.dk/bibliotek/multimedier/interaktive_resourcer/2007/danmark_til_daglig/index.html)

**Dansk på arbejde.** Et program der handler om arbejdskultur og om hvad der bliver forventet af nye medarbejdere:

<http://www.dansk-paa-arbejde.dk/>

**Vort fællessprog.** Et program med grammatikøvelser og oversættelse af grammatikforklaringer til mange forskellige sprog:

<http://vfs.dansk.nu/>

**Fjern-uv.** Et program med grammatikøvelser og forklaringer opdelt i de forskellige ordklasser:

<http://fjern-uv.dk/index.php>



**Irsam.dk:** Et program med gode ordlister om alt fra familie til arbejde og øvelser hertil. Desuden mange links til interessante sider på nettet:

<http://www.irsam.dk/hovedside.aspx?id=2>

**Dansk her og nu.** Godt basisprogram med lytteøvelser:

[www.danskherognu.dk](http://www.danskherognu.dk)

Den største ordbog på nettet. Gå ind under Den danske ordbog på denne side. Du kan også slå faste udtryk op under Korpus:

[www.ordnet.dk](http://www.ordnet.dk)

**Andre sider der er gode og sjove at se på:**

[www.ligetil.nu](http://www.ligetil.nu)

- En side med letlæselige avisartikler, som man også kan få læst op.

[www.dr.dk/tosprog](http://www.dr.dk/tosprog)

- En side med kendte tosprogede danskere, der udtaler sig og sjove øvelser.

[www.sproget.dk](http://www.sproget.dk)

- Dansk sprognævn's side med quizzer og mulighed for at stille spørgsmål om sproglige problemstillinger.

[www.morfarudtryk.dk](http://www.morfarudtryk.dk)

- En sjov side med masser af slang og frække vittigheder.

## 17. Litteratur

Bente Kofoed, Inge Laursen m.fl.: Lærebog i praktikken. Munks-  
gaard.

Lisbeth Thorborg: Dansk udtale. Synope.

Lisbeth Thorborg: Ind i samtalen. Synope

Mette Toft: Kaffeslabaras

Bodil Jeppesen og Grethe Maribo: Det kommer. Alfabet

Birte Langgaard: Ordet er frit. Gyldendal

Merete Biørn og Hanne Hesseldahl: Øvebog i dansk for udlæn-  
dinge. Alfabet

### Biblioteket

Gå på biblioteket og spørg efter bøger og andet, som du kan læ-  
se. Det giver god træning! – børnebøger er også gode for dig og  
dit barn.

### Film og tv

Ældre danske film, f.eks. Far til fire serien. Du kan låne nye og  
gamle film på biblioteket.

Matador

Krøniken