higher education & training

Department:
Higher Education and Training
REPUBLIC OF SOUTH AFRICA

# NASIENRIGLYN

## NASIONALE SERTIFIKAAT

## MEDIESE PRAKTYK N6

(Tweede vraestel)

**22 September 2020**

**Hierdie nasienriglyn bestaan uit 8 bladsye.**

Kopiereg voorbehou

## AFDELING A

## VRAAG 1

1.1 1.1.1 groepterapie

1.1.2 selfmoord

1.1.3 regressie

1.1.4 teruggetrokke volwassenes

1.1.5 fisiese agteruitgang

1.1.6 biologiese toerieë

1.1.7 isolasie

1.1.8 persoonlikheid

1.1.9 aard

1.1.10 versorging

(10 × 2) (20)

1.2 1.2.1 Waar
1.2.2 Onwaar
1.2.3 Onwaar
1.2.4 Onwaar
1.2.5 Waar
1.2.6 Waar
1.2.7 Onwaar
1.2.8 Waar
1.2.9 Onwaar
1.2.10 Waar

(10 × 2) (20)
**[40]**

**TOTAAL AFDELING A: 40**

## AFDELING B

Sien slegs DRIE vrae in hierdie afdeling na.

## VRAAG 2

2.1
- Kulturele faktore
- Vorige ervarings
- Die betekenis van die situasie
- Aandag
- Vrees, angs, of ander emosies
- Verwagtinge
- Psigogeniese pyn
- Genetika
- Gender
- Gesindheid
- Langtermyngesondheidsprobleme
- Hanteringsmeganismes
- Religieuse oortuigings/spiritualiteit/gebed
- Sosiale faktore
- Toegang tot 'n ondersteuningstelsel/iemand wat omgee

(Enige toepaslike 7 × 1) (7)

2.2
- Indien moontlik, loop elke dag 'n paar uur in die saal rond of reël om saam met 'n besoeker of personeellid te loop.
- Indien die dokter lang bedrus aanbeveel, verander elke 1–2 uur van posisie, en beweeg die bene en enkels. 'n Personleellid kan gevra word om te help.
- Indien lang tydperke in die bed bestee word, vra die personeel om, indien moontlik, die koppenent in 'n regop posisie te lig, eerder as om die hele tyd plat te lê.
- Sit so spoedig moontlik en so gereeld moontlik in 'n stoel.
- Indien moontlik, geniet maaltye uit die bed uit.
- Indien moontlik, probeer om 'n roetine te handhaaf, bv. trek elke oggend aan.
- Gebruik 'n loophulpmiddel indien een aanbeveel word.
- Lees boeke of tydskrifte, of luister na oudioboeke of poduitsendings.
- Skryf briewe, hou 'n dagboek of doen een of ander skryfaktiwiteit.
- Doen maklike handwerk/stokperdjies, bv. brei.
- Pak legkaarte of doen woordspeletjies.
- Praat met mense/besoekers.
- Luister na musiek.
- Eet gereelde etes en versnaperinge, en drink genoeg water.
- Praat met 'n dokter of gesonheidswerker indien jy enige vrae het.

(Enige toepaslike 8 × 1) (8)

2.3
- Ontkenning is 'n hanteringsmeganisme vir sommige mense, en kan tot 'n sekere mate nuttig wees.
- Pasiënte mag dalk hul siekte vir persoonlike redes van vriende en familie wegsteek.
- 'n Pasiënt mag die siekte ontken omdat hy/sy bang is vir die stigma – Hoe ander die siekte ervaar; Wat hulle dink dit veroorsaak; Sal hulle die pasiënt anders hanteer as hulle sou uitvind?
- Die pasiënt mag die siekte ontken uit vrees dat dit sy/haar beroep of werksvooruitsigte mag beïnvloed – Sal hulle nie bevorder word nie? of Sal hulle as gevolg van die siekte nie aangestel word nie?
- 'n Pasiënt mag die siekte ontken uit vrees dat ander hom/haar sal bejammer.
- 'n Pasiënt mag die siekte ontken om nie vir ander 'n las te wees nie.
- Gesonde mense verkies om nie aan hul mortaliteit herinner te word nie, en pasiënte is dalk bang dat hulle in hospitale of instellings uit die daaglikse lewe verwyder word.
- Die pasiënt mag dalk nie gereed wees om die newe-effekte van die behandeling te aanvaar nie, bv. haarverlies of verlies aan beweeglikheid.
- Die pasiënt mag dalk net tyd nodig hê om die diagnose te verwerk en by die nuwe situasie aan te pas. (Enige toepaslike 5 × 1) (5)

**[20]**

**VRAAG 3**

3.1
- Koëldood
- Om van 'n hoë plek af te spring
- Bloedlating (sny polse of 'n slagaar)
- Koolstofmonoksiedvergiftiging
- Hang
- Verdrinking
- Dwelm/alkohol-oordosis
- Elektrokusie
- Versmoring
- Motorbotsing
- Vergiftiging
- Hipotermie
- Immolasie
- Rituele selfmoord bv. seppoekoe/hara-kiri (Enige toepaslike 7 × 1) (7)

3.2
- Aanvaar meer verantwoordelikheid en vervul jou dagtake
- Vermy 'n gekerm en gekla
- Stel doelwitte en streef daarna om dit te bereik
- Hou op om verskoning te maak en om ander vir jou tekortkomininge of situasie te beskuldig
- Hou moed
- Laat ander toe om te wees wie/wat hulle wil wees
- Vermy 'n geskinder en om ander sleg te maak
- Wees regverdig teenoor ander mense
- Laat jouself toe om emosioneel en rasioneel te dink, en leer om 'n gesonder balans te handhaaf
- Leer om jou gevoelens, gedagtes en behoeftes duidelik oor te dra
- Plaas ego en trots opsy
- Leer om onbevooroordeeld te wees
- Hou op aandag soek
- Tree gereeld uit jou eie gemaksone uit
- Vermy materialisme en verbruikersbewustheid
- Wees eerlik teenoor jouself en ander
- Leer om jou humeur te beteuel
- Leer om jou tekortkominge en swakhede te erken en probeer om dit te verbeter
- Aanvaar die foute wat jy gemaak het en neem verantwoordelikheid daarvoor
- Wees eerlik oor hoe jy oor jou verhoudinge voel en skat jou verhoudings met ander na waarde
- Leer om te weet wat jy wil hê en nie wil hê nie
- Moenie gedurig na eksterne erkenning soek nie
- Leer om konstruktiewe kritiek te aanvaar
- Doen goed om ander te ondersteun
- Bly kinderlik en erken die belangrikheid van kinderlike eienskappe
- Repsekteer ander
- Bestee tyd saam met mense met volwasse persoonlikhede (Enige 8 × 1) (8)

3.3
- Beroepskeuse beïnvloed individuele beskikbaarheid van geld/finansiële welstand, aangesien verskillende beroepe verskillende verdienstepotensiaal het
- Dit beïnvloed hoeveel vrye tyd 'n individu het om aan ander belangrike aspekte van die lewe te bestee
- Dit kan verhoudings beïnvloed, bv. of 'n mens genoeg tyd het om saam met geliefdes te bestee, hoeveel tyd mense vir mekaar het, of 'n individue moet trek, of geliefdes tevrede is met die beroep of nie
- Beroepskeuse beïnvloed geestes- en emosionele welsyn omdat dit bepaal aan hoeveel spanning iemand blootgestel word en hoe die persoon dit hanteer
- Beroepskeuse kan gevoelens van selfwaarde en waardigheid beïnvloed; of 'n mens tevrede is en of werk persoonlike waarde uitbeeld, ens.
- Dit kan persoonlike identiteit en status in 'n gemeenskap beïnvloed, afhangende van die waarde wat aan die werk wat gedoen word, geheg word
- Dit beïnvloed die mate waartoe iemand in staat is om kreatiwiteit uit te druk en na meer selfbewustheid streef (Enige toepaslike 5 × 1) (5)

**[20]**

## VRAAG 4

4.1
- Uitbreiding van die sin van self
- Goeie verhoudinge met ander
- Selfrespek/selfaanvaarding/emosionele sekuriteit
- Realistiese persepsies
- Sinvolle werk en diens/vaardighede en werkopdragte/ probleemgesentreerdheid
- Self-insig/selfbewustheid
- Humor
- 'n Saambindende lewensfilosofie/religieuse sentiment

(Enige toepaslike 7 × 1) (7)

4.2
- 'n Dokter of kliniese sielkundige moet gespreek word en sal die volgende doen:
  - die pasiënt ondersoek en assesseer
  - 'n verwysing gee
- Daar word dan aansoek gedoen om toelating tot 'n geestesinstelling en die volgende moet ingedien word:
  - die verwysing
  - die pasiënte se geskrewe instemming
  - 'n kopie van die pasiënt se identiteitsdokument (ID)
- Die aansoek kan deur 'n eggenoot/bloedverwant/vennoot/assosiaat/ouer of voog ingedien word
- Die aansoek moet deur 'n ouer of voog ingedien word indien die pasiënt jonger as 18 jaar is
- Indien 'n eggenoot/bloedverwant/vennoot/assosiaat/ouer of voog nie bereid is om die aansoek in te doen nie, onbekwaam of nie beskikbaar is nie, kan 'n gesondheidsorgverskaffer die aansoek indien
- Indien die geestestoestand 'n gevaar vir die samelewing inhou, kan 'n hof die pasiënt met of sonder toestemming laat opneem

(Enige toepaslike 8 × 1) (8)

4.3
- Chroniese pyn beïnvloed 'n mens se vermoë om daaglikse aktiwiteite uit te voer
- Dit kan 'n negatiewe invloed op verhoudings hê
- Dit kan interaksie met ander en sosiale aktiwteite bemoeilik
- Dit kan maak dat 'n mens geen energie het nie
- Dit kan veroorsaak dat jy vir lang tydperk onaktief is, wat weer tot toename in gewig en siekte kan lei wat die algemene gesonheid beïnvloed
- Dit kan jou werkprestasie beïnvloed, of tot verlies van jou werk lei, wat persoonlike finansies kan beïnvloed
- Dit kan 'n negatiewe uitwerking op geestesgesondheid hê, kan 'n mens se gemoed beïnvloed of dit kan tot depressie aanleiding gee

(Enige toepaslike 5 × 1) (5)

**[20]**

## VRAAG 5

5.1 Die volgende word in die sillabus aangedui, maar aanvaar enige ander/nuwe, relevante organisasies ook:

- Die Departement van Gesondheid
- Die Nasionale Raad vir Geestesgesondheid
- Kinderklinieke
- Beroepsleiding
- Versorginginstellings
- Spesiale skole
- Huweliksberaders (Enige toepaslike 7 × 1) (7)

5.2

- Wees kalm en moenie gespanne wees/voorkom nie
- Praat met slefvertroue om die pasiënt op sy/haar gemak te laat voel
- Vertel wat hulle van die behandeling kan verwag
- Wees daarvan bewus dat elke adolessent verskillend is en verskillende behoeftes mag hê
- Moenie dat hulle afhanklik voel as hulle onafhanklikheid verkies nie
- Laat hulle toe om sekere goed vir hulself te doen, indien dit moontlik is, om 'n onafhanklikheidsin toe te laat, as dit is wat hulle wil hê
- Wees versigtig om hulle nie soos kinders te hantreer nie
- Indien moontlik, gee toegang tot boeke, televisie, elektroniese speletjies, ens.
- Speel musiek om angs teen te werk
- Moenie 'n bohaai maak as 'n vriend/vriendin kom kuier nie
- Wees sensitief en taktvol
- Toon ware empatie
- Bied soveel privaatheid moonltik
- Wees veral taktvol aangaande bedpanne/kataters/urienesakkies en ander goed waaroor adolessente verleë voel
- Verskaf gesondheidsinligting wat hulle sal help om bemagtig en in beheer te voel
- Verduidelik hoe instrumente en toerusting werk om hulle te help om meer gemaklik te voel (Enige toepaslike 4 × 2) (8)

Kopiereg voorbehou

5.3
- Erge depressie en 'n gevoel dat daar nie uitkomkans is om die emosionele pyn te verlig nie
- Ander geestessiektes, bv. skisofrenie of verbeelde stemme wat iemand aanspoor om selfmoord te pleeg
- Trauma, veral verskeie traumatiese insidente, of diagnose met PTSA
- Alhokol-/middelmisbruik wat tot impulsiwiteit en verhoogde risiko lei om op drange te reageer as wanneer 'n mens nugter is
- Verlies of vrees van verlies, bv. die einde van 'n verhouding, akademiese mislukking, of finansiële probleme
- 'n Gevoel van hulpeloosheid en 'n geloof dat die situasie nie kan of sal verander nie
- Sommige mense beskou selfmoord as 'n manier om waardigheid en beheer terug te kry, of om chroniese pyn of terminale siekte te oorkom
- Gevoelens van waardeloosheid en dat 'n mens vir ander 'n las is
- Sosiale isolasie wat dikwels met ander risikofaktore soos depressie en middelmisbruik saamhang
- 'n Kreet om hulp, bedoel nie regtig om selfmoord te pleeg nie
- 'n Gebrek aan behoorlike hanteringsmeganismes, of 'n gebrek aan toegang tot ander hulpbronne
- Toevallige selfmoord, bv. weens outoërotiese asfiksiasie

(Enige toepaslike 5 × 1) (5)
**[20]**

**TOTAAL AFDELING B: 60**
**GROOTTOTAAL: 100**

Kopiereg voorbehou