Mere liv i samtalen

Forandringskatalog 2008

Mere liv i samtalen

Udarbejdet af:
Joan Andersen og Anne Marie Madsen, Randers Social- og Sundhedsskole, Randers

November 2008

Rapporten kan rekvireres hos:
Joan Andersen
E-mail: Joan.Andersen@sosuranders.dk
Tlf.: 8641 6900

Design og layout: Center for Kvalitetsudvikling, Region Midtjylland

Tryk: Grafisk Service

Kataloget er en del af VEGA projektet: "Mere liv i gamles hverdag"
se http://knudramian.pbwiki.com/VegaSamtalen

Projektet er finansieret af Helsefonden.

Indhold

Indledning 4
Indsamling af eksempler 5
Vurderingspanel 5
Tema 1: At stille sig til rådighed, når livet føles svært..... 6
Praksisbeskrivelser til tema 1:..... 7
1. Samvær med en ulykkelig dement mand..... 7
2. Samtale med en dame, der var konfus 8
3. Samtale om at savne 9
4. Samtale om sorg 10
5. Når drøm og virkelighed blander sig 11
6. Hus til salg 12
7. Jeg stoler på dig 13
8. En fortrolig samtale ved nattetid.....14
Tema 2: At tilbyde hjælp så den ældre forbliver "herre i sit eget liv".....15
Praksisbeskrivelser til tema 2: 16
1. Motivation og mening 16
2. At samarbejde med borgeren om medicin 17
3. Værdighed 18
4. Selvbestemmelse 19
5. At bestemme selv - med mulighed for at ændre mening 20
6. At se mening i at genoptage en gammel hobby.....21
7. Samarbejdsmøde med ægtefælle 22
8. Træt af livet 23
Tema 3: Fortællinger, der skaber meningsfyldt samvær mellem ældre og medarbejdere 24
Praksisbeskrivelser til tema 3: 25
1. To generationer taler om prævention 25
2. Rejseminder 26
3. Husker du.....27
4. Fortælleglæde.....28
5. 3 blade, kaffe og hygge.....29
Tema 4: At magte egen og andres afmagt 30
Bilag 1. Støttespørgsmål og beskrivelsesskema.....31
Bilag 2. Vurderingsskema 32

Indledning

Samværet mellem den ældre og hjælperen skaber livet i hverdagen. Det værdifulde liv skabes, når både den ældre og hjælperen møder og åbner sig for hinanden som mennesker.

De praksisbeskrivelser vi har modtaget viser, at givende, meningsfulde samtaler, imellem den afhængige borger og den professionelle hjælper, er kendetegnende ved, at både borgeren og hjælperen har oplevet dem som betydningsfulde, - har givet begge parter en oplevelse, der har rørt dem. Der har altså været tale om ægte og nærværende samtaler for begge parter.

Vi kan også se på eksemplerne, at når medarbejderen giver sig tid til at skabe ro og rum, skabes der mulighed for, at den ældre oplever mere kvalitet i hverdagen, hvad enten det drejer sig om:

- en følelse af afveksling
- en følelse af værdi
- en afklaring
- har lettet, hvis den ældre har været ked af det
- har givet bedre humør
- har skabt fællesskab
- har givet og aktiveret minder
- har skabt forbindelse imellem fortid og nutid
- har skabt forbindelse imellem den ældre og hjælperens liv

I praksisbeskrivelserne kan vi se, at der er tale om situationer, hvor den ældre og medarbejderne åbner sig mod hinanden.

Vi har valgt at inddele praksisbeskrivelserne i 4 forskellige temaer:

Tema 1 ”At stille sig til rådighed, ”når livet føles svært””
Tema 2 ”At tilbyde hjælp så den ældre forbliver ”herre i eget liv””
Tema 3 ”Fortællinger, der skaber meningsfyldt samvær mellem ældre og medarbejdere”
Tema 4 ”At magte egen og andres afmagt”

I det følgende vil de enkelte temaer blive kort beskrevet, herefter følger de eksempler der knytter sig til temaet.

Indsamling af eksempler

Indsamling af eksemplerne, der indgår i forandringskataloget er bl.a.indsamlet på kurser afholdt af Social og sundhedsskolen. På kurserne deltager social og sundhedsassistenter og social og sundhedshjælpere i foråret 2008. Eksempler der indgår, er beskrevet af kursister der bl.a. har deltaget i følgende kurser: Mere liv i Leve- og bomiljø for ældre, Demenskurser og Vejlederkurser. Derudover har nogle enkelte social- og sundhedshjælperelever også givet deres bidrag til kataloget.
Kursisterne/eleverne er bekendt med at eksemplerne indgår i projekt "Mere liv i samtalen", der er et delprojekt af "Mere liv i hverdagen" (Bilag 1).

Vurderingspanel

Herefter er samtlige eksempler blevet vurderet (bilag 2) (bilag 2) af et vurderingspanel.
Vurderingspanet består af:

- Birgit Andreasen, Lindevænget,Randers
- Lisbeth Groot Aktivitscentret Bakkehuset, Randers
- Janne Skriver, Randers Kloster, Randers
- Anne Marie Madsen, Randers Social og sundhedsskole
- Joan Andersen, Randers Social og sundhedsskole

De eksempler "Vurderingspanelet" valgte er samtaler, hvor samtalen bliver oplevet givende både af den ældre og medarbejderen.
Disse samtaler rummer den særlige kvalitet, at de bidrager til "mere liv i hverdagen" både for ældre og medarbejderne, hvilket vurderingspanelet finder betydningsfuldt i forhold til at samtalen bidrager til at skabe glæde, nærvær og gøre samværet mere interessant for begge parter.

I samværet og samtaler med ældre indgår afhængighed, som en betingelse. Den ældre, der er afhængig af hjælp og medarbejderen, der er afhængig af måden arbejdet tidsmæssigt er organiseret. Samværet og samtalen kan i hverdagen blive præget af, hvorledes parterne følelsesmæssigt og praktisk håndterer og rummer afhængighed som vilkår i samarbejdet.
Der var eksempler, hvor medarbejderen evnede at beskytte sig selv, hvorimod det var svært at finde eksempler, hvor hjælperen også anerkendte og rummede den ældres afhængighed.
Vurderingspanelet ønsker at finde gode eksempler på samtaler under overskriften: "At rumme egen og andres afmagt"

Valgte eksempler er opdelt i følgende temaer:

- "At stille sig til rådighed, når livet føles svært"
- "At tilbyde hjælp så den ældre forbliver "herre i eget liv""
- "Fortællinger, der skaber meningsfyldt samvær mellem ældre og medarbejdere"
- "At magte egen og andres afmagt"

Der er nærmere beskrevet i Eksempelkataloget.

Tema 1
”At stille sig til rådighed, når livet føles svært”

Det er almindeligt kendt, ja et grundvilkår, at vi med alderen er udsat for mange tab, tab af ægtefælle, familie og nære venner eller tab af fysiske funktioner eller tab af noget så konkret som en kær bolig. Det er således en udfordring for den ældre at håndtere eller forlige sig med de mange tab.

At rumme andre menneskers svære følelser kan være svært. At have øje for, hvornår en borger har brug for nærvær kan også være svært.

Hvad skal der til, for at den ældre borger har lyst til og tør åbne sig for medarbejderen?

Praksisbeskrivelserne viser eksempler på samtaler, hvor ældre fortæller om tab. Samtaler der illustrerer, hvad der sker, når medarbejdere, har blik for, sanser og er nysgerrige på, hvad der gemmer sig bag de ældres forskellige udtryksformer: vrede, ked-af-det-hed, forvirring, tavshed, stemmeføring, blikket i øjnene o.s.v.

Der knytter sig følgende praksisbeskrivelser til tema 1:

- ”Samvær med ulykkelig dement mand”
- ”Samtale med dame, der er konfus”
- ”Samtale om at savne”
- ”Samtale om sorg”
- ”Når drøm og virkelighed blander sig”
- ”Hus til salg”
- ”Jeg stoler på dig”
- ”En fortrolig samtale ved nattetid”

Praksisbeskrivelser til tema 1:

1. ”Samvær med en ulykkelig dement mand”

Hvad? Hvad går oplevelsen ud på? Overskrift på oplevelsen?
Dement mand - ulykkelig og grædende

Hvordan? Hvordan gør man?

- Gik ind til ham og lukkede døren bag os.
- Spurgte ind til hvad han var ked af
- Holdt i hånd
- Lod ham tale
- Lod ham mærke at jeg havde tid
- Lod ham græde
- Gav et knus

Erfaring? Hvad kommer der ud af det? Hvilken forskel har vi oplevet?
På selve dagen oplevede jeg en mand, som følte sig hørt på og blev i bedre humør. Jeg oplevede også, at han er meget kontaktsøgende og bliver meget vred, hvis han ikke får kontakten. De fleste andre kollegaer har haft episoder, som kræver skriftlig dokumentation. Jeg tror, at den opnåede tillid, jeg har, har gjort at jeg ikke har haft de værste/største konflikter med ham.

Kontaktperson, arbejdssted, adresse, mail, telefon:
Heidi Gammelby, Område Åbakken, afd. C, Bakkevænget 1, 8900 Gjerlev J, 8240 2526 eller 8711 7511.

2. ”Samtale med en dame, der var konfus”

Hvad? Hvad går oplevelsen ud på? Overskrift på oplevelsen?
Samtalen foregik i boenhedens opholdsrum. Kvinden, der er dement, kom ud fra hendes lejlighed efter sin middagssøvn. Hun var meget konfus og vidste ikke hvad hun skulle eller gøre. Jeg var klar over, at jeg skulle forsøge at få hende til at slappe af, føle sig tryg og finde frem til noget, der kunne interessere hende. Kvinden rakte hånden ud efter mig og spurgte: hvad skal jeg her?

Hvordan? Hvordan gør man?
Jeg gik langsomt hen til hende, sagde hej, fortalte hende hvad tid på dagen det var og at det var tid til en kop kaffe. Jeg fik hende til at sætte sig i sofaen. Jeg vidste at det var vigtigt kun at stille få og ledende spørgsmål og ikke stille hvorfor - spørgsmål. Jeg vidste, at hun var glad for kaffe. Kvinden drak både kaffe, fik kiks og kage og så Matador.

Erfaring? Hvad kommer der ud af det? Hvilken forskel har vi oplevet?
Kvinden blev mere afslappet og kom til at beskæftige sig med noget, hun kunne li’ og som gjorde hende glad. Jeg blev også glad over, at det lykkedes.

Kontaktperson, arbejdssted, adresse, mail, telefon?
Stine Nikoline Bruun Jørgensen.

3. ”Samtale om at savne”

Hvad? Hvad går oplevelsen ud på? Overskrift på oplevelsen?
En ældre mand på 95 år er meget vred og skælder personalet ud. I perioder på dagen bruger han nødkaldet flittigt, og når vi kommer, kan han ikke huske, hvorfor han ringede.
Han er også grov overfor de øvrige beboere og råber efter dem.

Hvordan? Hvordan gør man?
Jeg iagttager ham og tænker at jeg har oplevet hans vrede i andre perioder. Jeg er ovre hos X i hans lejlighed, og nu vil han ikke selv spise sin øllebrød. Jeg oplever, at det ikke er p.gr.a. hans stive fingre, men ser nogle ængstelige øjne. Jeg hjælper ham, bagefter tager jeg ham i hånden og spørger ham, hvordan det går. Han svarer ikke. Jeg bliver siddende lidt. Nu kigger han ud af vinduet og peger på flaget, som er hejst på halv stang. Jeg siger: Du savner måske din kone, som er død? Han svarer ikke, men er meget trist. Jeg siger: Det må også være svært, når alle ens jævnaldrende næsten er døde. Han nikker. Jeg siger: Det er også hårdt, når yngre dør og jeg, at det nu er 10 år siden, at din søn er død. Nu begynder han at græde, og han holder mig i hånden.

Erfaring? Hvad kommer der ud af det? Hvilken forskel har vi oplevet?
Næste gang der er dødsfald ved vi som personale, at X har brug for ekstra omsorg, så han ikke behøver at bruge f.eks. nødkald for at få denne opmærksomhed.

Kontaktperson, arbejdssted, adresse, mail, telefon:
Sigrid Korsager, Åbrovej 40, 8586 Ørum Djurs, JEK@km.dk, 8638 1085.

4. ”Samtale om sorg”

Hvad? Hvad går oplevelsen ud på? Overskrift på oplevelsen?
Da jeg kom ind til fru X så jeg, at hun sad og græd ved det lille bord i køkkenet.

Hvordan? Hvordan gør man?
Jeg satte mig ned, tog hendes hånd, så på hende og spurgte, hvad er du ked af, fortæl mig det. Hun så mig ind i øjnene og sagde: jeg savner min mand meget. Jeg satte mig selv i stedet og tænkte: hvor må det være svært at være alene og så savne sin mand. Jeg tror, hun kunne se og høre, at jeg var meget nærværende.

Erfaring? Hvad kommer der ud af det? Hvilken forskel har vi oplevet?
Kvinden tørrede sine tårer væk og et lille smil viste sig. Både hun og jeg havde glæde af samtalen. Jeg var stolt over at have vundet hendes tillid. Kvinden var glad og lettet over at få talt ud med én der ville lytte.

Kontaktperson, arbejdssted, adresse, mail, telefon:
Social og sundhedshjælperelev: Svendsen, Praktiksted, Område Rosenvænget, Randers.

5. ”Når drøm og virkelighed blander sig”

Hvad? Hvad går oplevelsen ud på? Overskrift på oplevelsen?
X kaldte via sin kalder grædende på personalet. X havde set sin datter i drømme i mange nætter, men så var der en lang periode, hvor X ikke havde set hende. Troede der var noget galt.
X havde ikke sagt farvel til datteren, som døde i København. X kunne ikke nå derover. X kom heller ikke til begravelsen.

Hvordan? Hvordan gør man?
Jeg gav mig god tid og spurgte til hende. X fortæller grædende om hendes oplevelser ved datterens død. Jeg blev berørt af X's svære og chokerende situation. Jeg tror, det var godt for X at få talt om de følelser/frustrationer, hun var fyldt af. X fik det bedre efter samtalen – ”åndede lettet op”. Jeg oplevede, at X blev glad og fik lettet byrden.
Jeg selv var tilfreds og glad, fordi jeg tror, jeg fik sagt det rigtige.

Erfaring? Hvad kommer der ud af det? Hvilken forskel har vi oplevet?
Jeg oplevede, at den tid (30 min) var dejligt for X. Det var ”hendes tid”.

Kontaktperson, arbejdssted, adresse, mail, telefon:
Camilla Wollin Bager, Møllegården, Klynge AM, 8370 Hadsten, klynge A, 8964 1770.

6. ”Hus til salg”

Hvad? Hvad går oplevelsen ud på? Overskrift på oplevelsen?
En beboers hus er sat til salg. Det var en nyhed og den var ”centrum” i avisen.

Hvordan? Hvordan gør man?
En fra personalet sad ved computeren og lyttede til samtalen. Beboeren spurgte om, hvad personalets mening var til salget. De ville gerne have dagvagten Malene med i samtalen. Malene læste avisudklippet op og de snakkede om det. Det var både hyggeligt og sørgmodigt. Dette fordi huset var beboerens ”eneste ene”. Huset betød alt for hende. Beboeren var meget trist over, at huset blev sat til salg, - mere trist end da hun kom til Møllegården. Jeg fornemmede, at det fyldte meget i hendes hverdag.

Erfaring? Hvad kommer der ud af det? Hvilken forskel har vi oplevet?
Jeg oplevede, at det var dejligt, at vi kunne snakke med hende om noget vigtigt, i stedet for at tale om noget der ikke var betydningsfuldt for beboeren.

Kontaktperson, arbejdssted, adresse, mail, telefon:
Malene Hjortshøj Pedersen, Møllegården, klynge A, 8370 Hadsten, Møllegården A, 8964 1770.

7. ”Jeg stoler på dig”

Hvad? Hvad går oplevelsen ud på? Overskrift på oplevelsen?
En beboer kalder på nattevagten og fortæller ”at hendes afdøde datter sad på skabet”. Beboeren fortæller, at hun ikke har det godt.
Jeg oplevede, at hun havde brug for mig. Med mange ting er hun relevant, men her smutter virkeligheden for hende. Jeg er overbevist om, at beboeren virkelig kan se sin afdøde datter.

Hvordan? Hvordan gør man?
Jeg lytter og siger, det er godt du kan tale med din datter. Beboeren taler meget og siger, jeg er glad for, at der er nogen, der stoler på mig. Glemmer helt, at hun kaldte på mig for at få hjælp til at gå på toilettet.
Glad for at det var nat og jeg havde tid.

Erfaring? Hvad kommer der ud af det? Hvilken forskel har vi oplevet?
Beboeren nævner tit samtalen for mig. Hun er også opmærksom på, når jeg er på arbejde. Jeg oplever, at hun er glad for mig og jeg har ingen diskussioner med hende. Den her samtale har haft stor indflydelse på mit samarbejde med hende, ligesom det har fået min kollega til ikke at blive irriteret over, når hun kalder om natten. Nu har min kollega et andet billede af beboeren.

Kontaktperson, arbejdssted, adresse, mail, telefon:
Merete Wolfram, Møllegården, 8370 Hadsten, nattevagt, 2085 4728, Hammelvej1@mail.dk.

8. ”En fortrolig samtale ved nattetid”

Hvad? Hvad går oplevelsen ud på? Overskrift på oplevelsen?
En beboer kommer hjem fra en fest. Beboeren taler almindeligvis ikke om private forhold, men måske stemningen efter festen og et par glas rødvin var med til at X havde lyst til/brug for at snakke.

Hvordan? Hvordan gør man?
Jeg havde ro og god tid til samtalen. Samtalens indhold var nogle svære oplevelser X havde haft med sin familie. På grund af fortrolighed vil jeg ikke uddybe indholdet, - men uenigheder opstår jo selv i de bedste familier.
Jeg kan ikke huske indledningen på samtalen, men da samtalen kom i gang havde jeg en klar fornemmelse af, at det var en svær situation for X og jeg følte med hende.
Beboeren fortalte og jeg lyttede. Jeg gav X medhold i, at det må have været en svær situation.

Erfaring? Hvad kommer der ud af det? Hvilken forskel har vi oplevet?
Jeg tror, X syntes det var dejligt at få luft, at sige det højt, der var svært og at der var én der havde tid til at lytte.
Når jeg ser tilbage på samtalen, mener jeg også, at somme tider forsøgte at hjælpe X til at se ”situationen fra den anden side”. Dette i et forsøg på at gøre det lettere for X at acceptere familiens handlinger.
Jeg oplevede det dejligt, at X var glad for samtalen.
X sov godt, - ”byrden var lettere at bære”.

Kontaktperson, arbejdssted, adresse, mail, telefon:
Mette Blak, Møllegården klynge B, Østervangsvej 60, 8370 Hadsten,
metteblak@hotmail.com, 8964 1775.

Tema 2:
"At tilbyde hjælp så den ældre forbliver "herre i sit eget liv"

Ingen professionelle hjælpere er i tvivl om, hvad der skal til for at yde den ældre borger den bedst mulige pleje og omsorg ud fra faglig korrekte overvejelser.

Derimod kan det være svært at respektere den ældres evt. nej eller manglende forståelse for, hvad "der er bedst for den ældre". Så hvad skal der til for at tilbuddet om hjælp af den ældre netop opleves som et meningsfuldt tilbud?

Praksisbeskrivelserne peger på, at det er vigtigt, at medarbejderen evner at forbinde faglige idealer med den ældres egen oplevelse af, hvad der er betydningsfuldt. Evnen til at fange og forstå den ældres livssituation og hvad der giver den ældre drivkraft bliver hermed central.

Der knytter sig følgende praksisbeskrivelser til tema 2:

- ""Motivation og mening"
- "At samarbejde med borgeren om medicin"
- "Værdighed"
- "Selvbestemmelse"
- "At bestemme selv – med mulighed for at ændre mening"
- "At se mening i at genoptage en gammel hobby"
- "Samarbejdsmøde med ægtefælle"
- "Træt af livet"

Praksisbeskrivelser til tema 2:

1. ”Motivation og mening”

Hvad? Hvad går oplevelsen ud på? Overskrift på oplevelsen?
BB og jeg sidder på sengekanten. BB er på aflastning efter lang indlæggelse og sengeleje.
Middel: gangtræne/fysisk, psykisk, social rehabilitering.
Mål: kunne gå og komme hjemHvordan Hvordan gør man?
Sætter mig sammen med BB. Hører hvad BB siger: ”Tror ikke det nytter”, ”ingen lyst til sin fremtid ….”
Ikke lyst til gangtræning, men: ”Hvem der for h… kunne gå over til lænestolen og få en smøg!!”
Så der startede vi.

Erfaring? Hvad kommer der ud af det? Hvilken forskel har vi oplevet?
Der er værdi og energi i BB’s egne mål.
Vi er tilbøjelig til at tale om langsigtede mål og bruge fagsprog(træne/gangtræne)
Oplevet at flere af beboerne ikke vil/kunne træne – men vil godt gå!

Kontaktperson, arbejdssted, adresse, mail, telefon:
Birte Kolind Christensen, Åbakken, afd. A, Bakkevænget 1 A, 8900 Gjerlev J.,
8240 2514 eller 8711 7512.

2. ”At samarbejde med borgeren om medicin”

Hvad? Hvad går oplevelsen ud på? Overskrift på oplevelsen
Borgeren:
En kvinde som jeg kommer fast hos, hun er meget svagtseende, bor alene, temmelig isoleret. Hun er ikke speciel social anlagt, lidt ”eremitagtig”. Har dog noget netværk i form af få gode bekendte og sparsom familie. Har en velmedicineret skizofreni.

Situationen:
En dag beder hun mig om at putte hendes antidepressive medicin i doseringsæskerne. Ifølge hende er de blevet seponeret. Jeg må naturligvis ikke docere medicin, men undersøger sagen ved at kigge i medicinlisten, hendes medicin og det der allerede er doceret. Og her kan jeg se, at der ikke er ændret i hendes medicin. Det fortæller jeg hende naturligvis. Hun virker overrasket og fortæller så, at hun de sidste dage har følt sig trist, og har hidset sig op over ganske små ting, der ikke betyder noget. Jeg gav hende meget anerkendelse for at hun betroede sig til mig om, hvordan hun føler det (hun er temmelig lukket m.h.t. at vise følelser). Vi talte længe om hendes humør/hendes situation. Jeg bad afslutningsvis om lov til at nævne vores samtale for sygeplejersken og information videre til egen læge for at han skulle tage stilling til evt. andet/anden dosis antidepressiv medicin.
Borgeren gav udtryk for, at det lettede meget at få sat ord på mange af de tanker/følelser, hun gik rundt og tumlede med.

Hvordan? Hvordan gør man?
Lytter først og undersøger dernæst sagen og finder ud af, hvad der er ”opad og nedad” – fakta.
Sætter sig dernæst stille og roligt ned i øjenhøjde med borgeren, fortæller hvad man har erfaret. Møder borgeren dér hvor hun er med forståelse og empati. Kommer med forslag til, hvordan borgeren kan få hjælp og få det bedre.

Erfaring? Hvad kommer der ud af det? Hvilken forskel har vi oplevet?
Borgeren føler sig lettet og har det allerede bedre ved samtalen/besøgets afslutning. Forskellen for mig, når jeg går derfra, er følelsen af glæde over den tillid, der blev vist mig, at jeg kan hjælpe et medmenneske af med en del af den frustration, hun følte. At jeg kan være noget for hende. Gøre en forskel i hendes dagligdag, som er fuld af mange belastninger.

Kontaktperson, arbejdssted, adresse, mail, telefon:
Anne-Grethe Skals Andersen, Områdecenter Lillerup Team 3, Lyngparken, Lyngvej 3, 8420 Knebel, 5129 1941.

3. ”Værdighed”

Hvad? Hvad går oplevelsen ud på? Overskrift på oplevelsen?
Beboerens behov for hjælp er forskellig fra dag til dag. Nogle dage skal der meget til under spisningen og andre dage kan han stort set selv.

Hvordan? Hvordan gør man?
Under turen op til spisebordet tager jeg en snak med ham om, hvad han skal have hjælp til i dag, så vi ikke tager den snak ved spisebordet, hvor alle kan lytte med.

Erfaring? Hvad kommer der ud af det? Hvilken forskel har vi oplevet?
Personalet tænker over hans værdighed. Det betyder meget for mig at andre ikke ser hans ”handicap” (hvilket også betyder meget for ham) under måltidet.
Beboeren har glæde af det selv, fordi vi ikke sidder under måltidet og snakker om, hvor meget hjælp han skal have. Alle kan så bedre koncentrere sig om samtalen ved bordet.

Kontaktperson, arbejdssted, adresse, mail, telefon:
Ellis Nielsen, Møllegården 60, klynge B, 8370 Hadsten, 8964 1775.

4. ”Selvbestemmelse”

Hvad? Hvad går oplevelsen ud på? Overskrift på oplevelsen?
Fru X vil ikke i bad. Mine kollegaer er heldige, hvis de får hende overtalt engang hver 3. uge.
Min samtale med fru X foregår efter at hun er kommet op at sidde på sengekanten. Jeg sætter mig ved siden af hende.

Hvordan? Hvordan gør man?
Vi taler lidt sammen om lidt af hvert. Jeg lytter mest. Vi taler bl.a. om bad og shampoo. Fru X taler mest om, hvordan hun selv badede som barn og ung. Jeg finder posen med shampoo og sæben frem. Efter ca. 5 min tager hun selv initiativ til at hun vil i bad.
I situationen tænkte jeg, at det var andre tider dengang og at jeg efter badet skulle huske at hjælpe med at rulle hendes hår op.
Da jeg skulle gå sagde fru X mange tak og vinkede.

Erfaring? Hvad kommer der ud af det? Hvilken forskel har vi oplevet?
Selvom jeg havde fået at vide, at fru X ikke ville i bad, så skulle der kun 5 min samtale til for at det lykkedes.

Kontaktperson, arbejdssted, adresse, mail, telefon:
Gitte Glavind, Bjerregravgruppen, 8644 5182.

5. ”At bestemme selv - med mulighed for at ændre mening”

Hvad? Hvad går oplevelsen ud på? Overskrift på oplevelsen?
Borgeren kan ikke længere selv håndtere at lave aftensmad. Når hun så gør det, ender det med, at maden brænder på eller at det mad, hun tilbereder, er for gammelt.

Hvordan? Hvordan gør man?
Der er gjort mange dårlige forsøg på at overbevise borgeren om, at en madordning vil være den rigtige løsning for hende. Hun har under disse samtaler følt sig forfulgt, og hun har givet udtryk for, at vi(plejepersonalet) bare var ude på at komme til at kontrollere, hvornår hun skulle spise og hvad hun måtte få at spise. En dag lykkedes det at få borgeren til at forstå, at hendes hverdag ikke ville ændre sig væsentligt, da hun jo i forvejen oftere og oftere købte morgen og middagsmad og engang i mellem også sin aftensmad. Vi snakkede om de fordele, der var ved at tilmelde sig madordningen, så som at maden kommer færdig ind ad døren eller man kan spise med andre i en spisegruppe, hvis man skulle have lyst til dette. At eftermiddags- og aftenkaffe også er en del af ordningen, at hun kan få brød og pålæg i eget køleskab, og dermed ikke være bange for at skulle sulte. Borgeren er meget positiv stemt og vi aftaler en prøveperiode på 1 mdr. Grunden til at jeg syntes, at borgeren skulle tilmelde sig madordningen er: At hun kun vil modtage hjælp fra nogen. At hun let kunne komme til skade eller ved uheld starte en brand, når hun glemte at hun var ved at lave mad.

Erfaring? Hvad kommer der ud af det? Hvilken forskel har vi oplevet?
Jeg tror, at borgeren var bange for, at vi som plejepersonale, skulle kontrollere og bestemme hvad og hvornår hun skulle spise og her igennem ville hun miste sin selvbestemmelsesret og sin selvstændighed.
I dag trives borgeren og er utrolig glad for at være med i madordningen og hun siger, at det er en skam, at hun ikke gjorde det noget før.
Det der for mig at se gjorde udslaget, så borgeren tilmeldte sig ordningen var:
At vi aftalte en prøveperiode med fortrydelsesret.
At borgeren var i godt humør, da vi tog samtalen.
At der var tid til samtalen.
Så i dag kan vi sige, at denne samtale førte til, at begge parter i sagen fik noget godt ud af det. Borgeren får nu en sund og varieret kost, der ikke er brændt på eller er fordærvet. Og vi møder ikke op til brændte gryder eller en borger, der er syg efter at have spist fordærvet mad.

Kontaktperson, arbejdssted, adresse, mail, telefon:
Birgit Andresen, Område Lindevænget, Randers, bra@randers.dk, 8915 2161.

6. ”At se mening i at genoptage en gammel hobby”

Hvad? Hvad går oplevelsen ud på? Overskrift på oplevelsen?
Ældre kvinde, der sidder i kørestol. Deltager ikke i nogen former for aktiviteter udenfor hjemmet. Har intet netværk eller nogen besøgsven. Får tiden til at gå med at læse blade og se tv. Vores samtaler har strakt sig over et længere stykke tid.

Hvordan? Hvordan gør man?
Jeg, hjælperen, har spurgt ind til hendes livshistorie, hvad hun har lavet før og hvad hun har haft af interesser. Kvinden har fortalt, at hun før i tiden har strikket meget, men at det nu er flere år siden.
Jeg så noget garn på et bord og tænkte: kvinden skal jeg prøve at motivere. Så derfor forsøgte jeg at komme med forslag til, hvad hun kunne strikke. Der gik flere dage, hvor vi talte om det, hun begyndte selv at overveje og så kom hun i gang.

Erfaring? Hvad kommer der ud af det? Hvilken forskel har vi oplevet?
Kvinden blev aktiv. Hun snakker meget om strikketøjet. Strikker om aftenen, når hun kigger tv. Jeg synes, at kvinden har fået mere indhold i dagligdagen. Hun genoplever minder, hun føler sig til gavn

Kontaktperson, arbejdssted, adresse, mail, telefon:
Olcay, Stadion Allé 3, Fårup, 8642 2600.

7. ”Samarbejdsmøde med ægtefælle”

Hvad? Hvad går oplevelsen ud på? Overskrift på oplevelsen?
Møde med en mand, hvis kone, der er svært dement. Konen bor hjemme, men er hos os i dagtimerne, når han er på arbejde. Jeg oplever at manden har svært ved at samarbejde, da han er skeptisk og har lidt forståelse for sin kones sygdom.

Hvordan? Hvordan gør man?
Vi indkaldte til et møde, hvor egen læge også deltog. Satte os ned med det formål at skabe tillid. Ved først at lytte til hvilke erfaringer han har, og hvordan han oplever situationen. Vi fortæller om, hvad vi oplever og kan komme med forslag til løsninger, og hvad vi kan tilbyde af hjælp. Der blev skabt en virkelig god stemning og der er nu tillid, som er grundlag for en god dialog.

Erfaring? Hvad kommer der ud af det? Hvilken forskel har vi oplevet?
Der er mere åbenhed. Han fortæller nu mere åbent om, hvad han oplever, når han er sammen med sin kone. Vi kan nu sammenligne vores erfaringer og danne os et billede af, hvordan konen har det, og sætte ind med hjælp.
Vi har nu et godt samarbejde med manden til fordel for hans kone.Kontaktperson,

Arbejdssted, adresse, mail, telefon:
Elsebeth White, Vorup Plejehjem, Oasen, Bøsbrovej 70, 8900 Randers, 8915 3221.

8. "Træt af livet"

Hvad? Hvad går oplevelsen ud på? Overskrift på oplevelsen?
En ældre kvinde der er på aflastning virker livstræt og vil herfra. Et valg hun har truffet inden hun kom. Hun følte ikke, at der var noget at leve for. De første 14 dage under opholdet nægtede hun at spise trods utallige tilbud. Hun drak vand/mælk og spiste bolsjer og slik. I de 14 dage prøvede vi at komme med mange gode argumenter for, at hun skulle starte med at spise og få lidt mod på livet igen.
Pga. mangel på optimal næring er hendes kræfter også derefter. Hun er sengeliggende og vil ikke op.

Hvordan? Hvordan gør man?
Begyndte at komme godt ind på hende. Fik mange gode snakke om vind og vejr, imens øvre og nedre toilette foregik. Det gik hun med til. Begyndte at spørge mere ind til, hvorfor hun ville herfra. Kvinden svarede kort: at livet ikke er værd at leve i hendes alder. Satte mig ind i hendes valg. Hvis det var det, hun ville, måtte vi respektere dette. Gav hende de forskellige lyspunkter i hendes liv, som er værd at leve for: hendes søn, hendes børnebørn, at hun mentalt er ved sine fulde fem.
Hun begyndte at tale om, at hun var tør i munden og de bolsjer hun tog ikke hjalp. Fik forklaret at god kost og hvad der hører til ville kunne rette op på problemet. Kvinden overvejede, det jeg havde sagt. Jeg forklarede også, dette at drikke vand og spise bolsjer kunne medføre, at hun skulle ligge i sengen i lang tid.
Da hun var meget obs. på, at hun fik sine piller og væske, måtte der jo være et lille håb om ikke helt at ville herfra. Spurgte om hun ikke ville have en lille portion yoghurt til morgenmad. Hentede morgenmaden og var både skeptisk og spændt på, om hun ville spise den.

Erfaring? Hvad kommer der ud af det? Hvilken forskel har vi oplevet?
Senere samme dag takkede hun for morgenmaden og indrømmede, at det gjorde godt. Trods stædighed gik hun dog med til at prøve at få lidt mod på livet igen.
Vores samtale var givende for hende, idet hun blev taget alvorligt i forhold til hendes valg. Der var empati i vores samtale og hun kunne mærke, at vi var bekymrede for hende. Hun blev respekteret for det, hun var.
Er stadigvæk på aflastningsstuen. Men med mere livsmod end før. Kan selv mærke at hun har flere kræfter. Spiser til alle måltider og er begyndt at gå fra seng til stol med smil på læben. Er kommet langt ved egen samt personalets hjælp.

Kontaktperson, arbejdssted, adresse, mail, telefon:
Birgit Andresen, Område Lindevænget, Randers, bra@randers.dk, 8915 2161.

Tema 3:
”Fortællinger, der skaber meningsfyldt samvær mellem ældre og medarbejdere”

Fortællinger skaber sammenhæng i vores liv, en måde at forbinde fortid med nutid og fremtid. Samtidig er det en måde, hvor vore personlige oplevelser tillægges betydning.

Hvordan udvikler vi fortælleglæden hos både de ældre og blandt medarbejderne til fælles bedste? Og hvilken betydning kunne denne glæde få for hverdagslivet?

Praksisbeskrivelserne viser at personlige fortællinger er med til at skabe fællesskab, forener og skaber glæde i samværet mellem de ældre og medarbejderne. Samværet kan også være med til at skabe forbindelse mellem den ældre og medarbejderens liv. Alle parter oplever en stemning af optagethed og glæde. I stedet for at gøre noget ”for den anden”, altså den ældre, gøres noget sammen.

Der knytter sig følgende praksisbeskrivelser til tema 3:

- ”To generationer taler om prævention”
- ”Rejseminder”
- ”Husker du”
- ”Fortælleglæde”
- ”3 blade, kaffe og hygge”

Praksisbeskrivelser til tema 3:

1. ”To generationer taler om prævention”

Hvad? Hvad går oplevelsen ud på? Overskrift på oplevelsen?
Ung hjælper spørger ind til det lydbånd, som den ældre lytter til. Den ældre fortæller om et trekantsdrama og på den måde udvikler samtalen sig til at handle om uønsket graviditet og prævention, familie, børn og hvordan det var at være ung før hen.

Hvordan? Hvordan gør man?
Samtalen foregik inde hos den ældre selv, hvor vi sad og snakkede overfor hinanden. Det var en speciel oplevelse for begge parter og grænseoverskridende. Samtalen siger noget om respekt og tillid parterne imellem.

Erfaring? Hvad kommer der ud af det? Hvilken forskel har vi oplevet?
Sjov og speciel oplevelse, at den ældre kvinde kunne snakke med mig som 18 årig om dette emne.
Gensidig interesse.

Kontaktperson, arbejdssted, adresse, mail, telefon:
Ida Wollin Bager, Møllegården, Klynge A, 8370 Hadsten, 8964 1770.

2. ”Rejseminder”

Hvad? Hvad går oplevelsen ud på? Overskrift på oplevelsen?
En beboer har været syg og sengeliggende. Beboeren er blind. Beboeren ligger i øvrigt ofte i sengen p.gr.a. depressive tendenser. Samtalen foregår inde ved sengen.

Hvordan? Hvordan gør man?
En hjælper har fortalt beboeren, at hun skulle på week-end ophold. Da hun kommer tilbage på arbejdet spørger beboeren til opholdet. Hjælperen fortæller i ”billedsprog” og beboeren lever sig så meget ind i fortællingen, at hun nærmest kan mærke varmen. Beboeren begynder selv at fortælle meget om sine rejser. Men da hun begynder at fortælle om sine rejser, kan hun se alle billederne fra sine egne rejser inde i hovedet. Beboeren sidder med lukkede øjne og fortæller, at hun nærmest kan mærke sommersolen i sit ansigt.

Beboeren fortæller, at det er dejligt at opleve gamle minder, fordi hun både kan gense og genopleve sine rejser, nu når hun nu ikke rigtig kan komme ud og se/opleve nye rejser.

Erfaring? Hvad kommer der ud af det? Hvilken forskel har vi oplevet?
Brug af billedsprog kan aktivere både tanker og billeder. Det var godt for beboeren at genopleve gode minder så levende og nærværende. At det var muligt for beboeren at finde positive ressourcer i sig selv i stedet for at være hæmmet p.gr.a. sit manglende syn. Beboeren kvikkede op og kom ud af sengen. Hjælperen oplevede, at det var rart, at der skulle så lidt til (en fortælling) for at give en positiv effekt – stimulere beboerens ressourcer.

Kontaktperson, arbejdssted, adresse, mail, telefon:
Merete Svarrer, Møllegården, Østervangsvej 60, 8761 8225 eller 8761 8227.

3. ”Husker du”

Hvad? Hvad går oplevelsen ud på? Overskrift på oplevelsen?
En mand, der kommer fra landet og som lider af demens, kigger på billeder fra landet i bogen ”Husker du”. Han genkender mange ting, som giver ham ro. Gamle campingblade kan også interessere.

Hvordan? Hvordan gør man?
Han taler om landet, stalden og markerne - får et glimt i øjet og er overrasket over at man kan tale med om landbrug, som han kan genkende. Malke, harve med heste, ude i marken. Kan mærke at samtalen er god – god fornemmelse nyder at tale om gamle dage. Beboeren kan også fortælle og komme med udtryk vi som personale ikke kender. Og beboeren fortæller, hvad udtrykkene betyder. Fordyber sig i samtalen.

Erfaring? Hvad kommer der ud af det? Hvilken forskel har vi oplevet?
Et eksempel på hyggestund som både beboeren og personalet har glæde af. At samtaler kan give fordybelse.

Kontaktperson, arbejdssted, adresse, mail, telefon:
Solvej Carstens, Møllegården, Østervangsvej 60, 8761 8235.

4. ”Fortælleglæde”

Hvad? Hvad går oplevelsen ud på? Overskrift på oplevelsen?
Alle - beboere og ansatte i en boenhed - sidder i fælleskøkkenet til morgenkaffe.

Hvordan? Hvordan gør man?
Jeg, - hjælperen – spurgte ind til én af beboernes sønner. Dette resulterede i, at fru X fortalte om en masse gode minder og oplevelser med hendes familie. Vi lyttede alle meget aktivt, for det var meget spændende og hun var rigtig god til at fortælle og kan li’ det. Hun lyste op.

Erfaring? Hvad kommer der ud af det? Hvilken forskel har vi oplevet?
Fru X fik en rigtig god start på dagen, - det gjorde vi faktisk alle sammen. Der var en rigtig god stemning på afdelingen resten af dagen og fru X strålede som en sol resten af dagen.
Da jeg gik hjem fra arbejde, havde jeg det rigtig godt med mig selv og var faktisk rigtig stolt over, at jeg havde fået samtalen i gang.

Kontaktperson, arbejdssted, adresse, mail, telefon:
Natalie Møller Nielsen, Kollektivhuset, Viborgvej 98, 8900 Randers.

5. ”3 blade, kaffe og hygge”

Hvad? Hvad går oplevelsen ud på? Overskrift på oplevelsen?
Samtalen foregik i kvindens eget hjem ved hendes spisebord. Kvinden spiste morgenmad og jeg sad imens og kiggede i blade.

Hvordan? Hvordan gør man?
Sammen fandt vi vittigheder, opskrifter og andet. På et tidspunkt fik jeg øje på et blad, der handlede om hareskår. Da jeg spurgte, hvorfor hun havde dette blad liggende, rettede kvinden mig: det hedder læbeganespalte. Hun fortalte så, at hendes datter som lille havde haft læbeganespalte. Hun fandt billeder af datteren frem. På den måde kom vi til at snakke om børn, børnebørn og svigerbørn.

Erfaring? Hvad kommer der ud af det? Hvilken forskel har vi oplevet?
Det var hyggeligt at snakke om hendes familie. Kvinden, der var syg, fik også mulighed for at øve sig i at snakke. Kvinden virkede lettet og glad for at fortælle om sin familie. Kvinde smilede under hele samtalen og hun smilede også, da jeg gik.
Jeg selv var meget glad og jeg kørte glad hjem.

Kontaktperson, arbejdssted, adresse, mail, telefon:
Stine Rasmussen, Bakkegården, Lodsagervej 8 A, Udegruppe, 2825 7108.

Tema 4:
”At magte egen og andres afmagt”

Det er et menneskeligt grundvilkår at være afhængige af andre. Når omfanget af afhængighed stiger, opstår oplevelse af hjælpeløshed og afmagt. Den ældre, der bliver mere og mere afhængige af professionel hjælp, og medarbejderne, der er underlagt stramme tidsmæssige rammer, kan således i dagligdagen blive ramt af afmagt.

Disse følelser er en daglig udfordring i samarbejdet mellem ældre og hjælpere.

Hvordan kan vi som medarbejdere videreudvikle vores evne til at være i de situationer, hvor vi enten vi selv føler afmagt eller hvor borgeren tilsyneladende uberettiget opfører sig ”umuligt”?

Arbejdsgruppen mener, at det er betydningsfuldt at finde eksempler på gode praksissituationer, der beskriver denne faglige udfordring. Vi har i vores materiale fundet eksempler på samtaler, hvor hjælperen evnede at beskytte sig selv, hvorimod det var svært at finde eksempler, hvor hjælperen også anerkendte borgerens afmægtighed.

Der knytter sig ingen praksisbeskrivelser til tema 4.

Vi vil derimod opfordre til, at deltagerne fra egen praksis beskriver situationer, der anerkender begge parters følelser af afmagt.

Bilag 1. Støttespørgsmål og beskrivelsesskema

En positiv fortælling om en samtale du har haft med et ældre afhængigt menneske. Beskriv så nøje du kan:

- Hvem var til stede? Husk at anonymiser!
- Hvad drejede samtalen sig om?
- Hvor foregik samtalen?
- Hvad skete der?
- Hvad gjorde du?
- Hvad gjorde den anden?
- Hvad tænkte du?
- Hvad følte du?
- Hvad tror du den anden tænkte og følte?
- Hvordan viste det sig at samtalen var givende?
- Hvem havde glæde af, at det virkede godt?
- Hvordan virkede det på dig, at det virkede?
- Hvordan tror du det virkede på den anden?

Prøv herefter at komme med forslag til en kort overskrift, som siger noget om samtalen.

Skabelon til beskrivelse af en praksisoplevelse - samtalen:

Hvad
Hvad går idéen ud på? Overskrift til ideén?

Hvordan
Hvordan gør man?

Erfaring
Hvad kommer der ud af det? Hvilken forskel har vi oplevet?

Data
Kontaktperson, arbejdssted, adresse, mail, telefon.

Bilag 2. Vurderingsskema

Hver samtale giver du point i forhold til udsagnet: denne idé/samtale er betydningsfuld og realistisk at arbejde videre med i projektet: ”Samtale gir mere liv i hverdagen.”

Tema: Tid fremmer samtale	1	2	3	4	5	6
Giv tid til den almindelige samtale						
Værdighed						
Mere tid giver bedre forståelse for den enkelte						

Tema: Livstræt	1	2	3	4	5	6
Ensomhed						

Tema: Følelser der fylder	1	2	3	4	5	6
Samvær med en ulykkelig dement mand						
Samtale med en dame der er konfus						
Samtale om at savne						
En klump i halsen (??)						
Sorg						
En vred borger får ny hjemmehjælp						

Bilag 2

Når drøm og virkelighed blander sig						
Ensomhed						
At sætte grænser						
Strejke						

Tema: Oplevelser og erindringer, der er svære	1	2	3	4	5	6
Hus til salg						
Jeg stoler på dig						
En fortrolig samtale ved nattetid						
Ild i brødristeren						

Tema: Samtaler om fortid og nutid	1	2	3	4	5	6
To generationer taler om prævention						
Rejseminder						
Husker du						
Fortælleglæder						
3 blade, kaffe og hygge						
Minder og gamle dage						

Bilag 2

Tema: Målrettede faglige samtaler	1	2	3	4	5	6
Motivation og mening						
Ud og i gang						
At samarbejde med borgeren om medicin						
Værdighed						
At se mening i at genoptage en gammel hobby						
Træt af livet						
At bestemme selv						

Tema: Møder med pårørende og andre fagpersoner	1	2	3	4	5	6
Samarbejdsmøde med ægtefælle						
Samarbejde mellem sygehus og hjemmepleje						