

**Fortællinger om hvad der sker, når man gør noget ved
aften og nattelivet**

Karin Naldahl, University College Nordjylland i samarbejde med
personalet på

Fortælling om Klara

(Navnet er fiktivt af hensyn til beboerens anonymitet)

Klara er en kvinde på 90 år, som har boet på Ældrecenter i Himmerland i 2 år. Klara er meget indesluttet. Hun kommer aldrig ud af sin stue og ønsker heller ikke nogen ind på stuen, men holder både medbeboere og personale på afstand.

Planen

Indsatsen for Mere Liv i Klaras aften- og natteliv tager afsæt i, at personalet kommer ind til Klara et kvarter hver aften og snakker med hende om, hvordan dagen er gået. Samtidig oplyses Klara om, hvilken medarbejder der kommer næste dag og hjælper hende med den personlige pleje. Er det én, Klara godt kan lide, eller én hun bryder sig mindre om? Klara spekulerer over, hvem der mon kommer ind til hende, og det påvirker både hendes nattesøvn og hendes humør næste dag. Under snakken med Klara er det også aftenpersonalets mål at få lov at ordne Klaras seng, ryste hovedpuden, ordne dynen og glatte lagenet.

Planen efterfølges med stor succes: Klara får ro på sig selv og indvilliger efter et par uger i at komme en lille tur ud på gangen – når personalet har sikret sig, at det er på et tidspunkt, hvor der ikke er andre beboere på gangen.

Klara nyder sine ture på gangen, ser på blomster sammen med personalet og kommer gradvist helt hen i cafeteriet på sin spadseretur. Indledningsvis under forsikring om, at der ikke er medbeboere på gangen. Senere er det også OK at gå tur, selvom Klara og hjælperen rent faktisk møder en medbeboer.

Klara begynder selv at foreslå aftenhjælperen, at hendes lagen bliver ordnet eller at hun får klippet negle. Hun forslår også hjælperen om dagen at få skiftet sengetøj samme dag, som hun skal i bad og have vasket hår i stedet for at dele opgaverne over to dage. Noget Klara aldrig tidligere har villet. Tværtimod har hun altid haft megen modstand på begge dele.

De små successkridt - og historier fortsætter:

Klara nyder sine ture på gangen. Hun stopper ikke altid ved caféen, men vil gerne fortsætte til forhallen for derefter at gå ind i vagtstuen og se på tavlen, hvilke medarbejdere der kommer på arbejde dagen efter. Da hendes faste aftenhjælper kommer tilbage efter 14 dages ferie, sidder Klara helt ude på kanten af stolen for at fortælle hende, at hun har været faldet på badeværelset, men ”det var ingenting, bare lidt øm her og der”, og så er der også lige en regning, som hjælperen gerne skal se på.

Senere er det juletræet på gangen, der er spadsereturens mål, ligesom det er målet, at Klara får den jul, hun ønsker sig (deltage i fællesskabet med medbeboere og personale eller være hos sig selv på egen stue i overensstemmelse med det Klara helst selv vil). Klara ”vælger lillejuleaften” som sin juleaften i selskab med andre: Under sin spadseretur på gangen, hvor Klara og hjælperen ser på juletræet, begynder hjælperen at synge en julesang, tager Klara i hånden og sammen går de omkring træet, mens de synger.

Efter jul er spadsereturens mål en nystartet ”købmandsbutik” på ældrecentret. Her beder Klara hjælperen sørge for, at der også er vindruer at købe i butikken.

Klaras indesluttethed, hendes kontakt- og berøringsangst med afvisning af alle omkring sig har ændret sig markant: Klara nyder samværet, samtalen og gåturen med sine hjælpere, hun udviser

Vega Merlivos projekt, Aften –og Natteliv, Fase 2

interesse for sig selv og for verden uden for egen stue. Klara er ”kommet ind i livets strøm”^{1*}, og der er kommet liv i hendes hverdagsliv.

^{1*}: Virginia Henderson, Sygeplejens Grundlæggende Principper, Dansk Sygeplejeråd, 2000
Karin Naldahl, University College Nordjylland, i samarbejde med personalet hvor Klara bor
Den 13.03.09

Fortælling om Agnete

(beboerens navn er fiktivt af hensyn til anonymiteten)

Agnete er en kvinde på 87 år, som har boet i Plejebolig i Vendsyssel siden 2003. Agnete bliver nemt vred, råber og farer op både overfor medbeboere og personale. Når Agnete har været vred og opfarende, har hun svært ved at falde til ro igen, hvilket bl.a. betyder, at hendes nattesøvn bliver urolig og afbrudt.

.....

Indsatsen for Mere Liv i Agnetes aften- og natteliv tager afsæt i, at aftenpersonalet giver Agnete fodvask (ikke fodbad, da Agnete har sukkersyge). Tiltaget er valgt fra Forandringskataloget, fordi Agnete altid har nydt at komme i bad, få parfume på og være velsoigneret. I begyndelsen er Agnete overrasket over, at personalet vil vaske hendes fødder. ”Vil I virkelig det”? Efter fodvasken får Agnete fødder og ankler smurt ind i creme, senere kommer aftenhjælperen ind med the og madder til hende.

Agnete nyder sin fodvask. Efter et par uger siger hun, når personalet hjælper hende i nattøjet: ”Og bagefter skal jeg have fodbad”, ligesom hun smilende og glad fortæller dagpersonalet om sine aftenfodbade. Aftenpersonalet registrerer, at Agnete oftest er i godt humør efter at være påbegyndt sin fodvask. Hvis Agnete bliver vred og råbende i fællesarealet, er hun (modsat tidligere) let at hjælpe ind på stuen igen. Tilsvarende registrerer natpersonalet som helhed også mindre afbrudt nattesøvn hos Agnete, ligesom der er mærkbar ændring, hvis Agnete ”farer op”. Agnete er da både lettere at tale til ro og at hjælpe i seng igen. Agnete kan m.a.o. fortsat blive fanget i sin egen vrede, men er generelt mere smilende og talende; synger og fortæller historier.

Aftenpersonalet retter også deres opmærksomhed på om, der er tilstrækkelig kontakt med Agnete om eftermiddagen. ”Agnete skal ikke føle at hun er glemt, men at vi ser hende. Det kan gøres ved at stikke næsen ind til hende og sige hej og spørge, om hun vil have et glas saft eller at lade døren stå åben ud til fællesarealet og vinke ind til hende af og til. Eller være åben for andre måder for kontakt”.

De små successkridt -og historier fortsætter: Agnete ser nu gamle TV-film fra egen livsepoke (frem for actionfilm anno 2000), hun strikker, hører musik, hygger sig hos sig selv m.m.

.....

3 måneder efter, at fodvasken blev påbegyndt hos Agnete, skriver personalet i Forandringscirklen: ”Vores mål var at gøre Agnete mere glad og mere rolig om aftenen samt give hende mulighed for en bedre nattesøvn. Vi har nået målet. Agnete er mere glad og udadvendt i dagligdagen, hun sover oftere igennem om natten, er sjældent ”helt oppe i det røde felt”, hun kan fjante, synge, fløjte, fortælle om gamle dage osv. Vi har lært, at med få midler kan man gøre hverdagen bedre for et ældre menneske. Man kan skabe glæde og liv ved at investere 15 minutter med en bestemt, genkendelig dagsorden i et ældre menneskes liv. Bare være der og være der fuldt og helt kun for hende. Det har været fantastisk at se Agnetes udvikling”.

Fortælling om Ida

(beboerens navn er fiktivt af hensyn til anonymiteten)

Ida er en kvinde på 84 år, hun har boet på Ældrecenter i Himmerland de sidste 5 år. Ida flyttede til ældrecenteret sammen med sin mand, der pga tiltagende demens havde brug for hjælp døgnet rundt. Da Merlivos projektet går i gang, er Idas mand netop flyttet til en skærmet enhed på samme ældrecenter, og hun bor nu alene i deres lejlighed på centret. Ida søger ikke uden for sin lejlighed, og afslår at deltage i aktiviteter med de andre beboere. Ida er en af de beboere, der ikke stiller store krav og som klarer sig selv det meste af tiden, så i en travl hverdag er hun en af de beboere, som har mindst kontakt til personalet både i løbet af dagen og aftenen.

Indsatsen for mere liv i Idas aften -og natteliv består i, at en af personalet kommer ind til Ida hver aften inden sengetid for at snakke om, hvordan dagen i dag er gået og for at fortælle, hvem der er på arbejde, når hun vågner næste dag. Ud over at snakke om dagen, der er gået og fortælle om dagen i morgen, begynder personalet også at smøre Idas fødder ind, når hun er kommet i seng. Målet for indsatsen er, at Ida får en længere og bedre nattesøvn og samtidig forsøge at opnå en tættere kontakt til hende.

I starten synes Ida, at de kommer for sent ind til hende, og hun falder i søvn flere aftener under besøget, hvorefter besøget flyttes fra kl 20.00 til 18.30. Efter et stykke tid begynder Ida viser glæde over det daglige besøg inden sengetid, og Ida åbner op og snakke om sine bekymringer og sin sorg over tabet af sin mand, som hurtigt bliver mere og mere dement. Når Ida følges ned for at besøge sin mand, er hun også begyndt at hilse på personale og beboere, hvor hun før var flov over, at de skulle se hende i en kørestol.

Under en af samtalerne kommer det frem, at Ida før i tiden har været vant til at læse, og at hun nu, hvor hun ikke bor sammen med manden mere, godt kunne tænke sig at begynde på dette igen. Næste dag tager hun sammen med et personale ned på det lokale bibliotek for første gang i mange år, og begynder derefter at læse bøger, som hun hver uge personligt låner og afleverer på biblioteket med hjælp fra personalet.

Da Julen nærmer sig, snakker Ida med aftenvagten om, at hun er ked af at skulle have sin mand med hjem til datteren juleaften, da det vil resultere i, at både hun selv og manden efter blot en ½ time vil være nødt til at køre tilbage til plejecentret. Med hjælp fra aftenvagten får Ida taget den svære beslutning at holde jul hos sin datter uden ægtefællen, så hun kan nyde hele juleaften sammen med familien.

Uden de daglige samtaler ville Ida have været alene med de svære tanker og beslutninger, som er opstået med hendes mands tiltagende demens.

Idas søvnmønster har ikke ændret sig, men til gengæld er der kommet mere liv og glæde ind i hendes liv.

Personalet skriver i en forandringscirkel umiddelbart efter jul: ”Ida nyder virkelig at få sine fødder smurt ind dagligt, ligesom hun nyder de daglige samtaler, det ses i Idas øjne udover, at hun selv viser sin taknemmelighed gennem ord. Ofte får hun tårer i øjnene, når hun fortæller om, hvor godt hun har det lige nu, og for at hun har nogen at tale med om det vanskelige”.