

Adding value to the daily lives of vulnerable elderly people

Paper presented at 21st Nordic Congress of Gerontology
Copenhagen June 10 -15th 2012



Adding values to the daily lives of the vulnerable elderly person.

Knud Ramian,

Inger-Lise Dyrholm,

Marianne Elbrønd,

VEGA-netværket

The Danish Gerontological Society

Paper presented at 21st Nordic Congress of Gerontology , Copenhagen

June 10 – 15th 2012

Abstract

Background:

At a time when care for the elderly is under pressure, life-extending medical interventions are given the highest priority. Subsequently, quality of life (QOL) may suffer. For 17 years VEGA, a collaborative trans-national research network, has worked on a model for social aging. The model focuses on QOL which is dependent on a person's ability to obtain, through specific everyday life situations (SDS), those things he or she values.

Objective:

The objective of this study is to investigate this model of social aging across VEGA studies and to determine how SDS studies may improve the QOL of vulnerable elderly people.

Procedure:

This study comprises a meta-analysis of case-based studies on SDS conducted in the VEGA network over the past two decades. The case studies make it impossible to generalise to large populations, but they do render possible a discussion of the model of social aging and its contribution to the understanding of the values that contribute to QOL in the everyday lives of elderly people.

Results:

The meta-analysis demonstrates that the SDS studies manage to capture personal SDS values and possible threats against them. SDS research has given rise to a number of suggestions for ways to improve valued aspects of a person's SDS. Due to their focus on SDS, these suggestions are useful to frontline workers and may be implemented without high costs.

Conclusion:

The SDS studies regard QOL as dependent upon a person's ability to obtain in his or her everyday life those things that are valued. The VEGA studies disclose many ways in which elderly care can be improved and, when implemented, add QOL to the everyday lives of vulnerable elderly people and thus reduce social aging.

VEGA-netværket

VEGA-netværket er et samarbejde i gerontologien mellem praksis, uddannelse og forskning, der sammen udvikler praksisrelevant gerontologisk viden. Der er løbende 5 - 8 institutioner knyttet til netværket. VEGA blev skabt i 1994 og er organisatorisk forankret i Dansk Gerontologisk Selskab. Netværkets aktiviteter finansieres via deltagernes organisationer og fondsstøtte.

VEGA-netværket udvikler praksisrelevant viden ved at have fokus på:

- 1) gamle voksne (older adults) hverdage. VEGA har tilværelsens grundstof 'tiden' som genstand.
- 2) viden om det personlige, det der giver indsigt i den enkeltes liv

Det er VEGA's opfattelse, at kvaliteten i ældreplejen bestemmes af dens evne til at bidrage til gode dage i den enkelte gamle voksne liv. Vi lever livet i tidsrum - dagen er bare et af dem. Begrebet "Livskvalitet" bliver således knyttet til kvaliteterne i forskellige tidsrum.

Den livs-vigtige opgave

Specielt når vi taler om omsorgen for gamle voksne, hvis hverdag er afhængig af andre, har vi brug for at kunne svare på spørgsmålet: Hvad er en god dag for Fru Jensen? Hvis vi ikke har svaret på det spørgsmål, har vi et kvalitetsproblem. For hvordan kan vi bidrage til et godt liv, hvis vi ikke ved, hvad det består af? De gode dage er ældreplejens 'livs-vigtige opgave' set fra Fru Jensens perspektiv.

Den overlevelses-vigtige opgave

Gamle voksne hvis hverdag er afhængig af andres hjælp, befinder sig altid i en sårbar situation. Deres hverdag er i konstant risiko for at blive løbet over ende af en ældrepleje, der efter bedste evne og givne betingelser forsøger at hjælpe dem. Det er et vilkår. Organiseringen af et 24-timers hjælpesystem, der har fokus på overlevelsesvigtige opgaver vil let og næsten umærkeligt komme til at nedprioritere de livsvigtige opgaver, hvis ikke der er tilstrækkelig opmærksomhed på dem.

Kvalitetsudvikling i ældreplejen

Kvalitetsudvikling er med de ovenstående definitioner det arbejde, der udføres for at skabe værditilvækst i den enkeltes hverdag. Socialgerontologien kan bidrage med at udvikle begreber til beskrivelse og forståelse af hverdagen. De kan hjælpe praksis til at fokusere på kvaliteterne i hverdagen og mulighederne for at forbedre dem.

Metode:

Denne artikel sammenfatter nogle af resultaterne fra et ikke afsluttet metastudie, som omfatter alle VEGA-netværkets projekter.

Analysemetoden har bestået i projekt for projekt at finde svar på følgende spørgsmål:

Hvordan forløber den enkeltes hverdage? Hvorfor? Hvad forandrer dem? Hvad er positive og negative værdier til hverdagslivet? Hvordan bidrager svarene til en forståelse af social aldring?

Metastudiet vanskeliggøres af, at projekterne ikke er designet med henblik på tværgående besvarelse af disse spørgsmål, som er inspireret af den phronetiske forskning (Flyvbjerg, 2009) (Flyvbjerg, 2001).

Den første del sammenfatter projekternes forsøg på at beskrive og forstå hverdagen og de værdier, som er knyttet til den. Anden del sammenfatter projekternes forsøg på at skabe værditilvækst i hverdagen. Tredie del præsenterer en model for social aldring og diskuterer, i hvilket omfang VEGA-projekterne kan bidrage til en forståelse af social aldring.

VEGA's fokusområder og metoder

VEGA's fokus på livets tidsrum betyder, at når andre forsker i ernæring eller kost udvikler VEGA viden om tidsrummene: måltider eller madlavning. Når nogen beskæftiger sig med motion eller træning beskæftiger VEGA sig med tidsrummene: udendørsliv eller gåture. Når sociale relationer eller kontakt studeres med VEGA-optik, bliver det til studiet af tidsrummene: samvær og samtaler.

Deltagerne i VEGA-projekterne har gennemført en række projekter og studier, der allesammen har forskellige af livets tidsrum i fokus.

Det er forståelsen af den enkeltes gode dage, der gør det muligt at bidrage til dem. Den naturlige forskningsstrategi har været det praksisorienterede udforskende casestudie (Dul & Hak, 2008)s. 229-252.

Praksisorienteringen betyder, at projekterne har til formål at løse problemer i praksis fx at give praksis begreber til at forstå hverdagslivet med.

Casestudier muliggør studiet af komplekse fænomener som hverdagens tidsrum i deres naturlige kontekst. (Flyvbjerg, 2009) (Flyvbjerg, 2001). De fleste af VEGA-projekterne har da også valgt forskellige udgaver af casestudiet til deres undersøgelser (Elbrønd, 2005). Udforskende casestudier gør det muligt at understøtte udviklingen af hypoteser om hverdagen, men tillader ikke generaliseringer til større populationer.

1. At se, beskrive og forstå hverdagslivet

VEGA-netværkets første og vigtigste opgave er at synliggøre hverdagslivet og dets betydning. I VEGA skelner vi mellem det levede og det oplevede liv. Hverdagslivet har så let ved at forsvinde fra bevidstheden, da det er selvfølgeligt og banalt - selvom det er ryggraden i vores livsførelse.

Det har derfor været en særlig opgave i VEGA-projekterne at udvikle begreber, der kan synliggøre hverdagen og metoder der kan hjælpe praksis med at bruge disse begreber til at forstå den enkelte hverdage.

Hverdagsliv i og omkring boligen

”Hverdagsliv og bolig” var et af de første projekter i VEGA-netværket. Det var et komparativt casestudie af hverdagslivet i og omkring boligen for 16 relativt raske ældre voksne mellem 70 – 80 år (A. Andersen & Relsted, 1999). Gruppen rummede mænd og kvinder, enlige og gifte, der alle kunne klare sig selv. De repræsenterede også forskellige livsformer: lønarbejderen, husmoderen og den selvstændige. Undersøgelsen blev gennemført af lærere ved en ergoterapeutuddannelse. Den havde til formål at finde og beskrive prototyper på hverdagsaktiviteter i boligen og deres betydninger. Nogle af hovedresultaterne beskrives i det følgende:

Dagens tidsplan ligger fast, men betydninger er varierer

Undersøgelsen samlede fortællingerne om dagens gang, samværstider og alenetider. Det individuelle viste sig i specielt i de betydninger, der knyttede sig til tidsrummene. Det blev fx tydeligt omkring måltiderne. De havde en særlig betydning, når man var to. Blandt de enlige havde måltiderne meget forskellige betydninger. Der var kvinder, som da de blev alene med glæde sparede tid på husholdningsopgaverne og mænd, der pludselig fik bidrag til deres selvværd og struktur i deres hverdag ved at lave mad. Forklaringerne på disse individuelle forskelle i betydning kunne findes i samspillet mellem deres generations historie, deres livshistorie og den aktuelle livssituation.

Betydningen opstår i samspillet

De enkelte tidsrums betydning afhang også af deres rolle i hele livsmønsteret. Fortællingerne om alenetiderne viser, hvordan alenetidens betydning hænger sammen med resten af livsmønsteret. I et aktivt udadvendt liv har alenetiden betydning som afveksling, men alenetiderne kan også være det mest betydningsfulde, hvor man dyrker sine interesser, mens samværstiderne bliver afveksling. Endelig kan alenetiden betyde en uønsket tid fyldt med savn i et liv med mange tabte samværstunder og interesser.

Det afhængige og det uafhængige hverdagsliv

Undersøgelsen fandt på tværs af alle fortællingerne en stærk fælles værdi i at have et uafhængigt hverdagsliv. Selv i et liv med skavanker, der stiller krav til omlægning af daglige aktiviteter var det at kunne klare sig selv en stærk positiv værdi, der gav betydning til mange andre dele af hverdagen.

Livserfaringerne rummer strategierne for livsførelsen.

Fortællingerne om boligen gennem livet, viste hvordan livserfaringerne udnyttes i livsførelsen. De 4 af de 16, der var flyttet i ældrebolig, hørte alle til en gruppe med regelmæssige flytninger gennem livet. For dem var den seneste flytning kun en del af et tilbagevendende mønster i deres livs- og bolighistorie. De havde medbragte strategier for at skabe hverdag i nye omgivelser.

En bid af ældres hverdagsliv

Måltidet var genstand for en anden af de første undersøgelser i VEGA-netværket (Bundgaard & Christensen, 2000). Måltidet er vigtigt og derfor også en vigtig del af livet i og omkring boligen, men kan blive vanskeligt at opretholde. Undersøgelsen omfattede interviews med 12 personer i alderen 68 – 89 år og som klarede sig selv. Denne undersøgelse af måltidet havde udgangspunkt fra en ergoterapeutuddannelse. Den understøttede mange af fundene fra den tidligere undersøgelse "Hverdagsliv og bolig".

De enkelte tidsrum er knyttet til hinanden

Undersøgelsen rummede mange fortællinger om, hvordan måltidet er indlejret i dagene ved skabe og strukturere andre meningsfyldte tidsrum med gøremål over hele dagen. Der skal skabes tid til planlægning, indkøb, tilberedning udover selve spisningen og opvasken. Måltidet er et kompleks af tider – ofte en sekvens af tider hvor noget går forud for eller følger efter noget andet. Måltidets stærke 'indlejring' i en tidsmæssig sekvens peger på, hvor meget fylde i hverdagen, der tabes, når det selvstændige måltid forsvinder og erstattes af offentlige frysesevice. Undersøgelsen er et socialpolitisk argument for at give støtte til madlavning.

Tidsrummene indeholder et kildevæld af betydninger

I denne undersøgelse understregedes vigtigheden i at kortlægge betydningerne, hvis man skal forstå hverdagslivet. De enkelte dele af måltidskomplekset blev tillagt forskellig værdi af de enkelte. Tilberedningstiden har selvfølgelig betydning for maden, men rummer også mulighed for i varierende grad at opleve glæde ved at

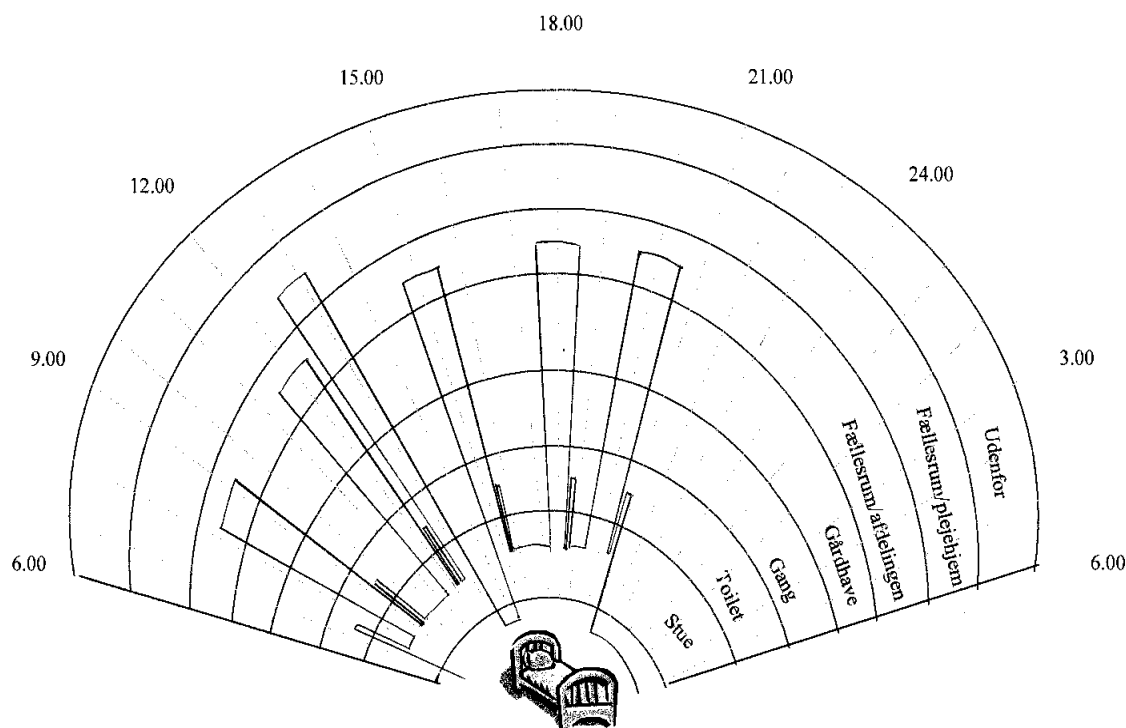
udfolde kreativitet, nyudvikle og variere. Der var glæder ved oplevelsen af selvstændighed og identitet, forventning, sanseoplevelse og velvære. De andre tilknyttede tidsrum indeholdt andre værdier. Specielt var tiden brugt til indkøb fyldt med betydninger.

Der var dog også helt andre fortællinger om helt andre betydninger som glæden ved at være sluppet for husmoderrollen og glæden ved at komme nemt om ved madlavningen.

Dagens løb i det afhængige hverdagsliv

Undersøgelsen "Det afhængige hverdagsliv" omfattede en dags observationer af 28 personer mellem 69 og 96 år, hvis hverdage var afhængige af hjælp. Dagen efter blev de 28 interviewet om dagens forløb (Elbrønd, 2000, 2001). Data blev indsamlet af 16 lærere fra en social-og sundhedsskole. Undersøgelsen muliggjorde en synliggørelse af forløbet i en afhængig hverdag og den udviklede begreber til forståelse af, de udfordringer hjælperne har når de tager del i andres dage.

Hverdagsbevægelser



Figur 1 Eksempel på 'Søren's' hverdagsvifte

Undersøgelsen bygger i vidt omfang videre på begreberne fra de tidligere projekter. Et særligt metodisk bidrag fra projektet var skabelsen af hverdagsviften. Se figur 1.

Den illustrerer ganske enkelt, hvor og hvordan tiden forløber på en almindelig dag. Til hver af dagens stunder knytter der sig, som vi tidligere har, set betydninger, som det er vigtigt at kende til. Det var disse betydninger, der blev kortlagt i undersøgelsen gennem den efterfølgende dialog.

Beskrivelse af en dag

Kortlægningen i hverdagsviften peger på tre nyttige begreber til beskrivelse og forståelsen af en hverdag:

Dagens orden

er forløbet af dagens begivenheder, der f.eks. knytter sig til dagens opdeling i morgenstund, middagsstund, eftermiddag, aften mv. og den kronologiske rækkefølge af forskellige begivenheder. Der kan være forskellige betydninger knyttet til dagens orden.

Tidens fylde

Tidens fylde handler om det tiden bruges til – gøremål, samværstid, alenetid, ventetid, spildtid. Der kan som tidligere nævnt være stærkt indlejrede stunder. Dvs tider som indeholder konsekvenser af tidligere tider eller har følger for efterfølgende stunder. Der kan være forskellige betydninger knyttet til stunderne i tidens fylde.

Det daglige råderum

Det daglige råderum handler om en persons samspil med de konkrete omgivelser og vedkommendes mulighed for at råde over og beherske dem.

I det daglige råderum er der forskellige dimensioner:

Det *oplevede* råderum er personens evne til sansemæssigt og intellektuelt at afdække et konkret råderum og til at opfatte barrierer og muligheder i omgivelserne.

Det *reelle* råderum er personens aktuelle fysiske formåen og mulighed for ved egen hjælp at bevæge sig og overvinde afstande samt håndtere ting og forhold i omgivelserne.

Det *betingede* råderum er personens aktuelle evne til og mulighed for at få andres hjælp eller bruge hjælpemidler til at overvinde barrierer og udnytte muligheder i omgivelserne.

- Det *sociale* råderum dækker over personens muligheder for at indgå i sociale sammenhænge.

- Det *ønskede* råderum dækker over personens vilje til at udnytte de øvrige råderum.

Ikke overraskende kan der være forskellige betydninger knyttet til dagens orden.

Hverdagsviften kan anvendes med andres tidsenheder f.eks. uger eller måneder. De begreber, der anvendes til at synliggøre egenskaber ved dagens forløb: dagens orden, tidens fylde og de personlige råderum synes velegnede til at indgå ved analysen af andre tidsrum af både kortere og længere varighed. Råderummet knytter sig til begrebet "Det uafhængige liv" som blev beskrevet i "Hverdagsliv og bolig".

Samspil med hjælperne

Observationerne i undersøgelsen omfattede også samspillet mellem de ældre og deres hjælpere. De gamle voksne var meget opmærksomme på samspillet med hjælperne. I det afhængige hverdagsliv bliver hjælperne og den verden de repræsenterer aktive deltagere i hverdagen

På baggrund af observationer og interviews viste der sig tre begreber som kunne belyse forhold, der påvirker samspillet mellem modtagere og givere af hjælp.

Tydning

Tydning handler om menneskers sansning, forståelse og vurdering af situationen fx de betydninger der knytter sig til en situation eller en handling. Hjælperen, der tørrer støv af, er måske ikke opmærksom på, at den måde billederne står på har en særlig betydning.

Timing

Timing handler om menneskers brug af tid og tagen hensyn til hvornår, hvilken tid bruges til hvad. Hjælpen vil uundgåeligt gribe ind i og blive en del af dagens orden. Den rummer betydninger for de involverede. Hvis der ikke er en fælles forståelse af hvad der gøres hvornår, kan det være konfliktskabende.

Tempo

Tempo handler om den fart, tilværelsens forskellige gøremål kan gøres i. Det er vigtigt, at der er en fælles forståelse af, hvor lang tid ting må tage og hvor lang tid, der er til rådighed.

Det kan påvirke samspillet positivt, hvis der er en fælles forståelse af tydning, timing og tempo.

Om at få øje på det store i det små

VEGA-projekternes første udfordring har været at udvikle begreber, der egner sig til at beskrive det individuelle ved gamle voksnes hverdage, og begreber, som kan bidrage til en forståelse af dette individuelle.

Vi stillede i indledningen spørgsmålene: Hvordan forløber hverdagslivet? Hvorfor? Hvad kan forandre det? Hvad rummer hverdagslivet af positive og negative værdier?

Begreber til beskrivelse af hverdagslivet?

Der har været beskrevet forskellige tidsrum: samværstider og alenetider, udeliv, samtaler, aften- og natteliv. Dagen har sammen med måltider tiltrukket sig mest opmærksomhed, men mange andre tidsrum mangler stadig analyse.

Der er udviklet en række begreber som egner sig til beskrivelse af tidsrum. En række af de beskrivende begreber: 'Dagens orden', 'Tidens fylde' og 'Råderummene' er begreber, der kan anvendes i flere tidsformater. Det kan også give mening at lede efter morgenstundens orden, ugens og årets orden. Anvendelsen af 'Hverdagsviften' er en god metode til at indfange disse aspekter.

Værdier kan findes overalt

Det viser sig, at de helt store forskelle i hverdagens tidsrum skal findes i de individuelle betydninger, der er knyttet til hverdagens tidsrum. Begrebet 'værdier' er ofte anvendt - også i flere af VEGA-projekterne. Desværre er begrebet 'værdi' meget anvendeligt, men anvendes også meget forskelligt. Desværre er vores analyse af begrebet endnu ikke særlig skarp.

Værdier refererer her til at et givet tidsrum kan rumme positive og negative kvaliteter, som er i overensstemmelse med dens enkeltes ønsker og behov.

Beskrivelsen af værdierne er fascinerende. Det er utroligt så mange værdier, der kan være forbundet til et tidsrum. Omkring måltidet blev der dokumenteret over 30 forskellige værdier.

Det ser ud som om mennesker forsøger at få tilgodeset deres værdier i hverdagen med de kræfter de har og indenfor de muligheder, der byder sig til i den aktuelle situation. En del af hverdagens mestring er at fylde tiden med noget, som er nødvendigt, nyttigt, glædeligt, styrkende, osv. Kort sagt betydningsfuldt. De passer også på det, som de vil undgå.

Betydningsbegrebet kan knyttes til alle typer tidsrum. Der kan ledes efter betydninger i ugerne, i foråret og i året. Nogen gange er betydninger måske ikke engang tydelige for de personer, der lever livet. Måske skal de tales frem.

Livskvaliteterne findes i hverdagslivet.

VEGA-netværkets opfattelse af livskvalitet hænger sammen med erkendelse af de mange kvaliteter, der kan rummes i et tidsrum. Hvis ikke livskvaliteterne findes i det konkrete levede liv - hvor findes de så?

Der er ønsker, værdier og behov knyttet til dagens orden. Der kan være et ønske om en måske særlig form for orden og forudsigelighed i den. Der skal være 'orden' i tingene, og der skal være 'orden' omkring de mennesker, man omgiver sig med i sin hverdag.

Der er ønsker, værdier og behov knyttet til tidens fylde. Der skal være plads til det betydningsfulde og i den rigtige variation. Der er ikke megen fylde i tom tid på det forkerte sted med de forkerte mennesker.

Der er ønsker, værdier og behov knyttet til dagens råderum. Vores muligheder for at skabe orden og fylde afhænger af de muligheder, som vi selv råder over eller som vi kan mobilisere. Det kan være sværere at skaffe sig variation og fylde i hverdagen, hvis man er bundet til en seng eller bange for at gå uden for sin dør.

Det banale er resultatet af et meget komplekst samspil

Når hverdagene skal forklares kan man stille hvorfor-spørgsmålet for eksempel både til dagens orden, fylde og råderum. Vil vi man forstå måltidet formes det i et yderst komplekst samspil mellem historien og den aktuelle livssituation. Måltidet kan være påvirket af generationens kønsroller. En selverhvervende fraskilt vil have en personlig livshistorie hvor aftensmaden er det vigtigste. I den aktuelle livssituation kan bolig, familie, interesser, netværk og funktionsevne hver sætte deres præg på måltidet. Dette komplekse samspil skaber de muligheder og begrænsninger der er omkring måltidet og resten af hverdagslivet.

Svaret på hvorfor-spørgsmålene er ikke noget man kan 'vide om', men nogle af forklaringerne kan opdages i det enkelte liv ved hjælp af en række pejlemærker.

Hvad forandrer hverdagslivet?

Der er blevet samlet mange eksempler på forandringer i hverdagene i de første projekter. Forandringer kan komme udefra. Det har været tabet af ægtefælle, venner, helbredsproblemer, der har skabt ændringerne. I en høj alder er der ofte flere forandringer på spil samtidig. Hvis konen, der har været centrum i familie- og vennelivet dør, kan der pludselig sidde en mand tilbage med alt for meget alenetid. Man er sjældent helt alene om at drive et livsmønster. Udover de konkrete forandringer i tidens orden, fylde og råderum kan bruddene trække betydninger ud af mange dele af hverdagen. Hvis manden dør kan det daglige måltid blive betydningsløst. Husmoderollen indskrænkes, når der ikke nogen at holde hus for eller med.

Kan begreberne anvendes i praksis?

Skal plejepersonalet kunne skabe værditilvækst i hverdagen skal plejepersonalet interessere sig for den. Men det er ingen selvfølge, da mange andre hensyn kan flytte fokus væk fra hverdagen. Det har derfor været en naturlig udfordring at udvikle undervisningstilbud, der kan hjælpe praktikerne til at forholde sig undersøgende til den enkelte hverdag. Tre projekter har haft dette sigte.

”Vanddråbe-strategien” afprøvede et uddannelsesforløb for elever på Social-og sundhedsskolerne (Elbrønd, Højlund, & Østergaard, 2002).

”Den Rummelige ældrepleje - med fokus på ældre med anden etnisk baggrund end dansk var et udviklings- og efteruddannelsesforløb, der udnyttede VEGA-begreberne (Elbrønd, Le, & Thorvardarson, 2009)

Også ved visitationssamtaler er der behov for at have interesse for hverdagslivet og det er udviklet i VICO-metoden (J. Andersen, 2008; J. L. Andersen, 2004).

2. At skabe kvalitetstilvækst i hverdagslivet

En del af VEGA-netværkets projekter har været forsøg på at skabe værditilvækst i hverdagen. Et projekt har handlet om at genskabe den selvstændige madlavning efter at den er ophørt (Højlund, 2005). Et projekt har handlet om at udnytte en eksisterende have som tilbud til demente (Philipsen, Rohde, & Grenaa, 2009). Dette afsnit handler om erfaringerne fra de nyeste VEGA-projekter, der har haft til hensigt at skabe værditilvækst i hverdagen hos ældre voksne, hvis hverdag er afhængige af andres hjælp.

Mere liv i gamles hverdag

Projektet ”Mere liv i gamles hverdag”, der blev gennemført i perioden 2007-2010, havde til formål at undersøge om frontpersonalet kunne skabe værditilvækst i hverdagslivet. Fire forskellige projekter på fire forskellige praktikeruddannelser havde hver deres fokus:

- 1) Mere madlavning
- 2) Mere udeliv
- 3) Mere aftenliv
- 4) Bedre samtaler.

Projekterne var fælles om at anvende en modificeret form for ”The breakthrough series model” (Ramian & Dyrholm, 2008).

Der blev i samarbejde med praktikere og eksperter udviklet kataloger med afprøvede forslag til mulige forbedringer på de fire fokusområder,

I det fleste af de i alt 17 deltagende afdelinger arbejdede man med PDSA-cirklen² () som redskab til gennemførelse af forsøg på ændringer. Det er en metode, der understøtter, at der hele tiden tages ganske små skridt i en ønsket retning.

I projektets sidste fase har de involverede praktikere været aktive deltagere i formidlingen af deres erfaringer både på arbejdspladsen og på landsplan (K Ramian, 2010)

En sammenlignende analyse af de rapporterede resultater beskriver de områder, hvor der har fundet en værdi-tilvækst sted (Knud Ramian, 2010)

Øget deltagelse

Mange af initiativerne giver anledning til mere deltagelse i det der foregår. Øget deltagelse sker f.eks., når det er relevant og tilgængeligt for beboeren at være til stede, fordi der foregår noget, som det er interessant og nemt at være med i.

Udnytter man en mulighed for at sætte en sofa i køkkenet kommer der nogen og følger med i hvad der foregår. Udnyttelse af et rullebord til madlavning øger antallet af beboere, der kan deltage.

Sørger man for at der sker noget i haven vil interessen for at få en vinduesplads stige betragteligt. Efterlader man haveværktøjet i haven i stedet for at stille det væk har det vist sig at inspirere til deltagelse i havearbejde.

Mere kontakt

Det er lykkedes at skabe anledninger, der øger antallet af situationer, hvor kontakt og samtale fremmes. Udviklingen af fortrolighed har ført til markante værditilvækst.

Anledningen kan være en kurv med gamle forklæder fra før i tiden, en mælkejunge eller en gammel opskrift. En bålhytte, bænke og sofaer er steder der indbyder til samvær. Bænken er et sted, der giver ro og nærvær - og så skal man jo gå efter bænken for at sætte sig på den.

Laver man en arbejdsfordeling, hvor kun én af personalet går i køkkenet sammen med den/de beboere, som vil deltage fokuseres på samværet med beboeren, ikke med kollegaen.

Jævnlig fodbad ved sengetid er et eksempel på, hvor fortrolige samtaler kan udvikle sig.

Større råderum

Det personlige råderum øges, når den enkelte får flere muligheder for at vælge og

bidrage. Det kan være muligheden for at læse avis i sengen eller stå op og læse aviserne i en dagligstue sammen med andre.

Ejerskab opstår når beboerne selv udnytter råderummet og tager ansvaret for og initiativ til borddækning eller kartoffelskrælning, - eller tager aktivt stilling til menuplanen eller indkøbslisten. Der sker også, når beboere får mulighed for at selv medbringe egne stauder til landbohaven

Mere orden i tiden

Er der anledning til at skabe mere orden i tiden øges trygheden og forventningernes glæde bliver mulig.

Et ugeskema med rollefordeling muliggør at beboere der har faste opgaver kan glæde sig til at udføre disse og dermed bidrage med noget af den viden og erfaring, de har med sig. Der kan ved flere udendørsaktiviteter komme flere glæder ved at følge årets løb. Faste aftenstunder, med en snak om dagen i dag og dagen i morgen bliver noget, man kan glæde sig til i løbet af dagen

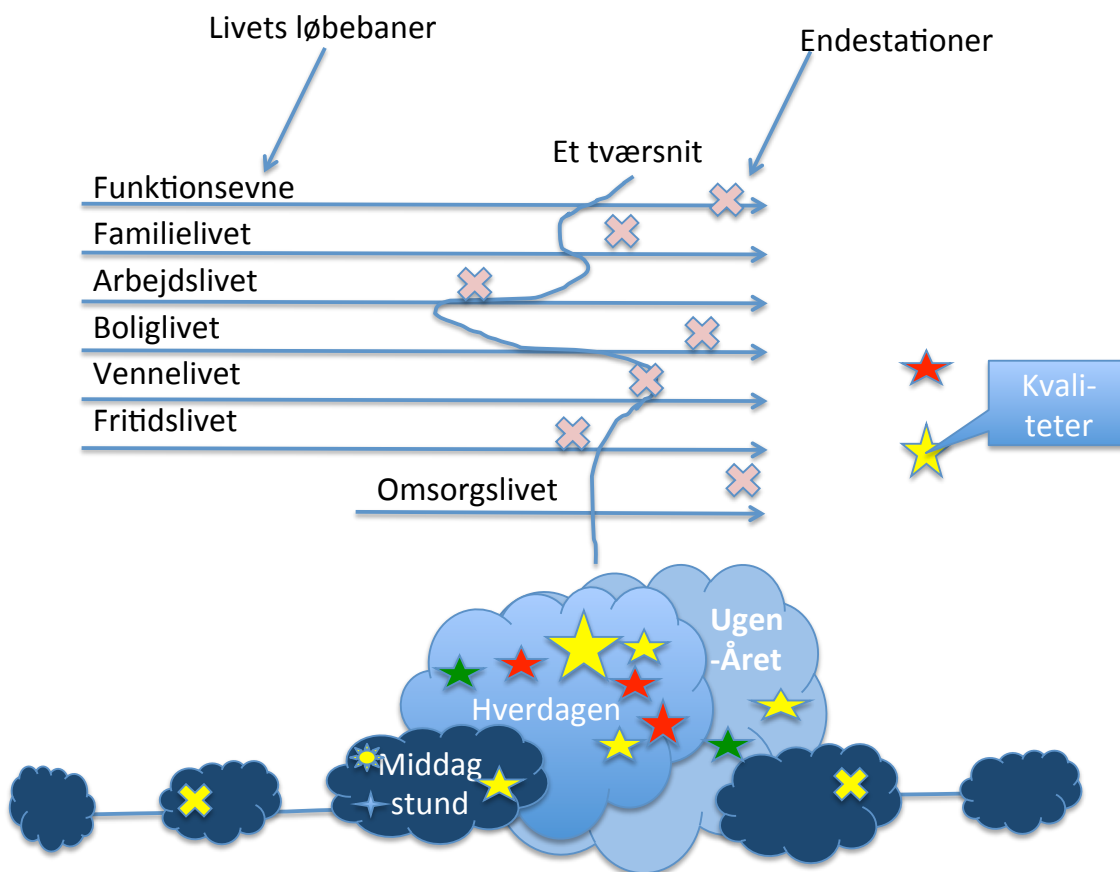
Alle de foregående eksempler er begreber som er isoleret for bedre at kunne få øje på dem. I virkelighedens verden spiller de sammen. Det bliver tydeligt, når fokus har været på enkelte beboere. Hvad enten det har været aftalte samtaler eller fodbad efter aftensmaden med efterfølgende servering af aften-the og ostemadder, aftale om at få redt eller glattet sin seng har nøgleingrediensen været et forudsigeligt fortroligt samvær med en stabil kontaktperson. Resultatet har ofte været omfattende og varig værditilvækst mange steder i de pågældendes hverdag.

Det er muligt at skabe værditilvækst

Hverdagene er fyldt med betydninger, men der er en risiko for at mange tidsrum tømmes for betydning, når kræfterne svinder og hjælpen tager til. Vi har konstateret, at der er mange muligheder for at skabe værditilvækst i hverdagen hos mennesker, der er afhængige af andres hjælp. Det har vist sig at kunne gøres for små midler, men metoden stiller betydelige krav til en aktiv ledelse. Projektets erfaringer er under fortsat implementering (Højlund & Le, 2010) (VEGA-netværket, 2012).

3. Hverdagen og den sociale aldring

Der er i VEGA-netværket udviklet en metamodel for individuel social aldring. Den har ikke karakter af teori, men fungerer som en samlende begrebsramme for tænkningen. Den hører hjemme blandt de socialgerontologiske livsløbsmodeller (Bengtson, 2002). Modellen er ridset op i figur 2 og vil kort blive gennemgået i det følgende.



Figur 2 En metamodel for individuel social aldring

Løbebanerne

Livsløbet ses som en række af sammenvævede forløb - vi kunne kalde dem for 'løbebaner' (careers). En løbebane er en sammenhængende kæde af begivenheder, der forløber over år på et udvalgt område af tilværelsen. Vi kan konstruere forskellige løbebaner i et liv. Vi kan fx. tale om familielivet, arbejdslivet, boliglivet, fritidslivet eller forældreløbebanen og venneløbebanen. På hver af disse løbebaner vil der i løbet af livet optræde forskellige begivenheder eller vendepunkter. De kan få indflydelse på begivenhederne på andre løbebaner. En flytning til en ny bolig kan have mange følger på de andre løbebaner.

Køreplanerne

Til løbebanerne hører der også en slags 'køreplan'. Det vil sige at bestemte begivenheder som regel indtræder på relativt faste tidspunkter i livsløbet. En kvindes familieløbebane kan indeholde en række af sammenhængende begivenheder. Hun finder sig en partner, føder børn, der kommer i skole, får uddannelse, flytter

hjemmefra, børnene finder sig partnere og føder børnebørn, der gør hende til bedstemor og måske bliver hun som enke og oldemor. For dette forløb kan der laves en individuel køreplan med omtrentlige årstal. Ser vi på befolkningsgrupper er der også ophobninger af bestemte begivenheder bestemte steder i livsløbet.

Der kan udvikles forventninger både hos personen selv og hos omgivelserne til, at disse køreplanen bliver normer, for hvornår bestemte begivenheder skal indtræffe. Køreplanen fødslen af første barn har ændret sig over årene og varierer fra social gruppe til social gruppe. Køreplanerne er med andre ord ikke fastlagte, men er under løbende forhandling og forandring.

Endestationerne - vejen til social aldring.

Til de fleste løbebaner er der knyttet en opfattelse om 'endestationer'. Endestationerne er det sted på en løbebane, hvor man ikke forventer at yderligere begivenheder indtræffer. Man er nået til enden af sin arbejdsløbebane, når man bliver pensioneret, og det ikke forventes at man genoptager erhvervsarbejde. Man er nået til enden af sin ægteskabelige løbebane, hvis man bliver enke. Man er kommet til enden af sin venneløbebane, når man ikke længere har levende jævnaldrene venner. Det er bevægelsen mod endestationerne vi vil kalde social aldring. Det varierer fra person til person, hvornår man kommer til de forskellige endestationer. Man kan blive ung enke eller gammel enke, man kan trække sig fra arbejdsmarkedet tidligt eller sent osv. Den sociale alder er ikke entydig. Det er som med biologisk aldring, ikke alle organer ældes med samme hastighed (viidik,2002).

Den sociale aldring slår ud i hverdagen.

Ser vi på en gammel voksens liv på et givet tidspunkt - kan vi aflæse den sociale alder på tværs af løbebaner og køreplaner. Livssituationen er samspillet mellem de aktuelle positioner på de forskellige løbebaner. Sammen med generationshistorien og den personlige livshistorie skaber denne yderst komplekse situation vilkårene for hverdagslivet.

VEGA-projekterne viser hvordan det hverdagsliv, der synes fyldt med banaliteter i virkeligheden udfolder sig i dette samspil, som formentlig er langt mere komplekst, end vi endnu har været i stand til at beskrive.

VEGA-projekterne viser, hvordan den enkelte sammen med de nærmeste forsøger at forme hverdagslivets tidsrum med betydninger, så ønsker, værdier og behov tilgodeses inden for de muligheder og begrænsninger som vilkårene byder på. Livsmønsteret er skabt.

VEGA-projekterne beskriver, hvordan der med alderen sker bevægelser mod endestationerne. Disse begivenheder kan nødvendiggøre en reorganisering, måske en nyorientering i hverdagslivet og dets betydninger. Det er den type af forandringer af

livsmønsteret, som vi har set i VEGA-projekterne.

Hverdage kan blive afhængige af andre menneskers indsats. Det bringer en ny køreplan ind i livet: Omsorgskøreplanen. Den rummer stationerne på omsorgens vej, der fastlægges af det offentlige og bliver et nyt sæt af vilkår, der kommer ind i 'forhandlingerne' om hverdagen. Det kan ske, at hverdagen gradvis tømmes for gøremål og værdier i en selvforstærkende proces. Hvis det opdages har det i VEGA-projekterne vist sig muligt, i et vist omfang at bremse denne sociale aldring ved at udvikle hverdagens tidsrum så de tilføres mere værdi.

<http://www.ihl.org/knowledge/Pages/IHIWhitePapers/TheBreakthroughSeriesIHIsCollaborativeModelforAchievingBreakthroughImprovement.aspx>

² Plan-do-study-act

Henvisninger

- Andersen, A., & Relsted, N. (1999). Ældres hverdagsliv & bolig. *Gerontologi & Samfund*, 15(2), 36-38.
- Andersen, J. (2008). Livsorienteret samtale - samtale i forandringsituationer. In P. Riis (Ed.), *Ældreomsorg - holdinger, omgangstone & Etik* (pp. 36-45). Odense: Ældreforum.
- Andersen, J. L. (2004). *VICO-metoden Casestudier af hverdagslivsorienterede visitationssamtaler*. Unpublished Speciale, Aalborg Universitet, Aalborg.
- Bengtson, V. L., E. O. Burgess, et al. (2002). Ingenting är mer praktisk användbart än en god teori. *Socialgerontologi*. L. Anderson. Lund. Studentlitteratur: 17-29.
- Bundgaard, K. M., & Christensen, B. T. (2000). En bid af ældres hverdagsliv. *Gerontologi og samfund*, 16(3), 62-63.
- Dul, J., & Hak, T. (2008). *Case study methodology in business Research*. Oxford: Butterworth-Heinemann.
- Elbrønd, M. (2000). Det afhængige hverdagsliv - Casebaserede studier af hverdage, som er et arbejdsmæssigt anliggende for andre. + bilagshefte. Herning: Social-og Sundhedsskolen.
- Elbrønd, M. (2001). At se hver dag i sammenhæng. *Gerontologi & Samfund*, 17(1), 12-14.
- Elbrønd, M. (2005). Hverdagsliv til arbejdsbrug. Samlet formidlig af VEGA-netværkets erfaringer gennem 10 år. Herning: Social- og sundhedsskolen i Ringkøbing Amt, .
- Elbrønd, M., Højlund, B., & Østergaard, P. (2002). Vanddråbe-strategien - Udvikling, afprøvning og evaluering af undervisningsforløb og lærings-og arbejdsstrategi til social- og sundhedshjælpere. Herning: Social- og sundhedsskolen i Ringkøbing Amt.
- Elbrønd, M., Le, T. D., & Thorvardarson, H. (2009). *Rummelig ældrepleje - med fokus på ældre med anden etnisk baggrund end dansk*. Herning: Social- og sundhedsskolen
- Flyvbjerg, B. (2001). *Making Social Science Matter*. London: Cambridge University Press.
- Flyvbjerg, B. (2009). *Samfundsvidenskab som virker*. København: Akademisk Forlag.
- Højlund, B. (2005). Hversdagsliv og livsretter. *Gerontologi*(1), 8-11.
- Højlund, B., & Le, T. D. (2010). Medarbejderdreven innovation giver nyt liv på plejecentre. *Gerontologi*, 26(4), 4-7.

Philipsen, D. W., Rohde, A.-D., & Grenaa, D. (2009). Et helt liv - også med udeliv. Retrieved May 22, 2012, from Vidensbaserings / Norgesminde Plejehjem

Ramian, K. (2010). Spredning af medarbejderdrevet innovation - Når frontpersonalet fortæller. Aarhus: VEGA-netværket.

Ramian, K. (Ed.). (2010). *Mere liv i gamles hverdag*. Århus: Center for kvalitetsudvikling, Region Midtjylland.

Ramian, K., & Dyrholm, I.-L. (2008). Mere Liv i gamles hverdag. Eller hvordan ældreområdet kan lave udviklingsarbejde i sparetider. *Gerontologi*, 24(dec), 4.

VEGA-netværket. (2012). Mere Liv i gamles hverdag. Retrieved February 16, 2012, from <http://knudramian.pbworks.com/MereLiv>.

Viidik, A. (2002). Boken om kroppens åldrande. Stockholm, Liber.

**Knud Ramian,
Inger-Lise Dyrholm,
Marianne Elbrønd,
VEGA-netværket
The Danish Gerontological Society**