



Samvaro och samtal om minnen från förr

Följeforskning av ett projekt kring
livsfrågor på äldreboende

Lisbeth Lindahl
Mars 2019



Göteborgsregionen (GR) består av 13 kommuner som har valt att jobba tillsammans. Vi driver utvecklingsprojekt, har myndighetsuppdrag, forskar, ordnar utbildningar och är storstadsregionens röst i Västsverige, bland mycket annat. I våra nätverk träffas politiker och tjänstepersoner för att utbyta erfarenheter, bolla idéer och besluta om gemensamma satsningar. Allt för att regionens en miljon invånare ska få ett så bra liv som möjligt.

Göteborgsregionen 2019
Arbetsmarknad och social välfärd
Box 5073, 402 22 Göteborg
gr@goteborgsregionen.se
www.goteborgsregionen.se

Lisbeth Lindahl
Mars 2019

Innehåll

| | |
|---|-----------|
| Bakgrund..... | 4 |
| Syfte..... | 5 |
| Metod..... | 6 |
| Resultat..... | 7 |
| Hur genomfördes projektet kring livsfrågor?..... | 7 |
| Upplägget..... | 7 |
| Rekrytering av deltagare till samtalscirkeln | 8 |
| Temat | 9 |
| Samtalsregler och rollen som samtalsledare..... | 9 |
| Hur har samtalscirkelarna upplevts av deltagarna? | 10 |
| Vad upplevdes vara värdet av samtalscirkel kring livsfrågor? | 11 |
| Deltagarnas perspektiv | 11 |
| Personalens och chefens perspektiv..... | 11 |
| Vad kan man lära av det här projektet? | 14 |
| Hur kan lärdomar implementeras i ordinarie verksamhet? | 15 |
| Samtalscirkelns betydelse i ljuset av andra aktiviteter | 16 |
| Sammanfattande diskussion | 18 |
| Det viktiga mötet – möjligheten till bekräftelse..... | 19 |
| Referenser | 21 |

Bakgrund

Det är ovanligt att äldreomsorgen fokuserar på vårdtagares existentiella behov. På äldreboenden kommer de existentiella frågorna vanligtvis in genom att Svenska kyrkan håller gudstjänst med jämna mellanrum. För övrigt finns det sällan några organiserade aktiviteter som berör djupare frågor kring livet och existensen, även om detta tema kan komma upp i spontana samtal mellan enskilda vårdtagare och personal.

Äldre människor har levt ett långt liv och har ofta ett behov av att dela med sig av sina berättelser, men de har inte alltid ett forum att göra det i. Många upplever ofrivillig ensamhet på äldreboende (Socialstyrelsen, 2016), som åtminstone delvis kan förklaras med brist på detta samtal. Enligt Erik H Eriksons teori om människans åtta åldrar, handlar den sista utvecklingskrisen om att kunna omfamna sig själv och sina erfarenheter (jagets integritet) eller fastna i bitterhet och förtvivlan över hur livet blev (Erikson, 2004). Samtal kan hjälpa en att knyta ihop trådarna från sitt liv.

År 2017 sökte en enhetschef i Göteborg utvecklingsmedel för ett kompetensutvecklingsprojekt på äldreboende. Som en del av detta projekt ville hon förstärka personalens kompetens i att möta äldres existentiella frågor. Delprojektet kallades för "Samtalscirklar – livsberättelser" och FoU i Väst på Göteborgsregionen fick i uppdrag att genomföra följeforskning av den här satsningen. Följeforskningen startade hösten 2017 och utgick från en ansats som handlar om att följa processer i ett projekt för att kunna bidra till lärdomar (Brulin & Jansson, 2009; Ellström, 2009).

Projektet förväntades bidra till ett arbete mot bättre kvalitet för de boende och en möjlighet att förstärka yrkesrollen som undersköterska. En målsättning var att skapa redskap i äldreomsorgens uppdrag att *"minska ensamhet och forma meningsfulla mötesplatser"* samt bidra till undersköterskans *"arbetstillfredsställelse i en uppgift av mer renodlad existentiell karaktär"* (Göteborgs Stad, 2017, sid. 4).

Syfte

Syftet med följeforskningen var att beskriva hur projektet genomfördes, och belysa vad samtalscirkorna upplevdes ha för betydelse för de boende och för personalen.

Följeforskningen skulle även belysa hinder och möjligheter att ta sig an frågor av mer existentiell karaktär på äldreboendet, och reflektera över ansvarsgränserna mellan äldreomsorgen, närstående och civilsamhället när det gäller detta. Följande frågeställningar låg till grund för följeforskningen:

- Hur genomfördes projektet kring livsfrågor?
- Hur har samtalscirkorna upplevts av deltagarna?
- Vad upplevs vara värdet av samtalscirkor kring livsfrågor?
- Vad kan man lära av det här projektet?
- Finns det hinder för arbetet med livsfrågor på äldreboende? I så fall vilka?
- Vilka möjligheter finns att arbeta med livsfrågor på äldreboende?
- Hur kan man arbeta med det existentiella perspektivet utifrån äldreomsorgens uppdrag?
- Hur kan lärdomar implementeras i ordinarie verksamhet?

Metod

Följeforskningen har genomförts med hjälp av kvalitativ metod. Datainsamlingen har bestått av sex intervjuer med fem deltagare, fyra intervjuer med personal och en intervju med chef. Dessutom har observationer genomförts av tre samtalscirkel.

Fem deltagare (4 kvinnor, 1 man) medverkade i sex intervjuer. En deltagare intervjuades vid två tillfällen (termin 1 och 2). Intervjupersonerna var mellan 70 och 86 år (70, 73, 79, 85 och 86 år) och bodde på somatiskt våningsplan (2 personer) eller demensvåning (3 personer). Intervjuerna genomfördes under alla tre terminer som projektet pågick och samtliga intervjupersoner bedömdes av undersköterskorna som höll i samtalscirkeln kunna delta i intervju. Intervjuerna var cirka en halv timme långa, var inplanerade i förväg och genomfördes i intervjupersonens lägenhet.

En intervju genomfördes med chefen för äldreboendet när projektet var nytt. Intervjun handlade om hur projektet var relaterat till den övriga verksamheten på boendet och om hennes förväntningar på projektet. Undersköterskorna intervjuades i par vid upprepade tillfällen (5 gånger) under projektets gång. Vid ett par tillfällen deltog även de präster som var samtalsledare i uppföljningsmöten vilket gjorde det möjligt att ställa frågor även till dem. Analysen baseras på intervjuer, uppföljningsmöten, material från projektet samt information från kortare avstämningar via telefon och mejl med personal och chef.

Alla intervjuer spelades in på band efter godkännande från intervjupersonerna. Bandinspelningarna har fungerat som stöd för minnet och för att hämta direkta citat. För övrigt har noggranna anteckningar gjorts efter varje intervju. Materialet från intervjuer och observationer har analyserats med hjälp av kvalitativ metod och mer specifikt innehållsanalys där jag har sökt efter betydelsebärande teman i intervjun (Graneheim & Lundman, 2004). Analysen har utgått från ett socialkonstruktivistiskt perspektiv på kunskap (Berger & Luckman, 1967).

Preliminära resultat har återförts till projektets personal och chef en gång per termin. I syfte att bidra till ökade kunskaper om åldrandet ur ett psykosocialt perspektiv genomfördes en föreläsning till all personal på äldreboendet.

Resultat

Hur genomfördes projektet kring livsfrågor?

Upplägget

Projektet pågick i tre terminer från hösten 2017 till och med hösten 2018. Under denna tid förändrades upplägget och innehållet litegrann. Inför uppstarten planerades samtalscirkeln vid tre mötestillfällen mellan enhetschefen, prästen och undersköterskorna. Undersköterskorna hade två timmars frilagd tid för att planera och genomföra varje samtalscirkel, inklusive att hämta och lämna deltagarna vid deras lägenheter¹. Första terminen leddes samtalet av en terapeututbildad präst från Svenska kyrkan. Den andra terminen fick projektet stöd från två andra präster på grund av att den första prästen hade bytt tjänst. De nya prästerna alternerade i rollen som samtalsledare. Mot slutet av den andra terminen kände sig dock undersköterskorna mogna att själva ta över rollen som samtalsledare, vilket de fortsatte med under termin tre.

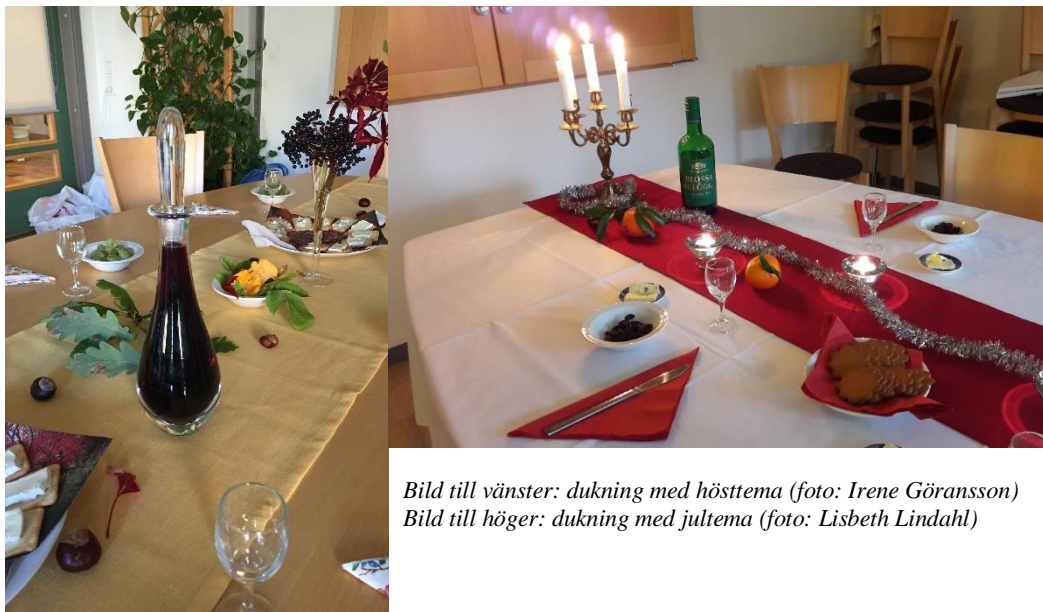
De undersköterskor som var direkt involverade i projektet var en man och en kvinna med lång erfarenhet från arbete i äldreomsorgen. En av dem har en specialistutbildning inom demens och en särskild roll på boendet som handledare. Förutom dessa undersköterskor var övrig personal på boendet indirekt involverade genom att vara informerade om projektet. Chefens roll var att vara initiativtagare till projektet, att informera och förankra projektet internt, delta i projektmöten och se till att det fanns tid och utrymme för undersköterskorna att arbeta med projektet. Den övriga personalen på äldreboendet var informerade om projektet och tog på en personaldag del av en föreläsning om åldrande ur ett psykosocialt perspektiv.

Samtalscirkeln² träffades fem torsdagar per termin mellan klockan 11 och 12. Eftersom äldreboendet saknar en större lokal för aktiviteter användes personalrummet som plats för samtalet. Personalrummet var stängt för utomstående under denna tid. Miljöns utformning påverkar förväntningarna om vad som ska äga rum. Sociologen Goffman (2014) kallar detta för setting. Det var något som projektgruppen hade tänkt på. Bordet i personalrummet dukades vackert inför varje samtalstillfälle utifrån ett tidstypiskt tema. Deltagarna bjöds på lite vin, kex och ost³. Tanken med att duka vackert och att bjuda på vin var att skapa en situation som skapade ett avbrott från vardagen. Klädseln hos dem som bjuder in är också en del av miljön. Prästerna var civilklädda, även om den första prästen hade sin prästkrage på för att visa vem hon var. Personalen hade sina vanliga arbetskläder. Deltagarna fick själva välja en plats runt bordet och sen behålla den platsen för att skapa ”trygghet och kontinuitet”. Samtalsledarna hade också bestämda platser.

¹ Sista terminen kom flera deltagare själva eller med hjälp av personal från den våning som de bodde på.

² Termin 2 ändrades namnet på aktiviteten till ”samtalsstund” eftersom den inte längre byggde på att samma deltagare var med vid varje tillfälle. Jag har dock valt att behålla ”samtalscirkel” som ord för att förenkla läsningen.

³ Personalen drack druvjuice.



*Bild till vänster: dukning med hösttema (foto: Irene Göransson)
Bild till höger: dukning med jultema (foto: Lisbeth Lindahl)*

Rekrytering av deltagare till samtalscirkeln

Första terminen gjordes en riktad inbjudan till cirka åtta personer. Andra terminen öppnade de upp för alla som ville att vara med och inkluderade även personer med lindrig demens. Tredje terminen behöll de den öppna inbjudan och tog även bort kravet på att anmäla sig i förväg, för att de märkte att det förfarandet inte fungerade⁴.

Första terminen var det fem personer som tackade ja till att vara med (1 man, 4 kvinnor) men endast fyra av dem deltog. Andra terminen var det sju personer som deltog (3 män, 4 kvinnor). Tredje terminen var det sju personer som deltog (1 man, 6 kvinnor).

Kravet på deltagarna för att kunna delta i samtalscirkeln varierade mellan terminerna. Första terminen ville de ha en sluten grupp där det var möjligt att ha ett förtroligt samtal. Detta ställde krav på att deltagarna skulle kunna hålla sig till samtalsreglerna och förvalta det som berättades i cirkeln, vilket begränsade vilka som kunde vara med. De andra terminerna släppte de på det kravet. Deltagarna kunde komma en eller flera gånger som det passade dem. Deltagarna informerades också om att de kunde lämna rummet om det av någon anledning inte kändes bra. Det hade hänt vid något tillfälle.

Första terminen gjordes en riktad inbjudan till personer som bedömdes ha förmåga till och glädje av att delta, vilket innebar att personalen fick anstränga sig litegrann för att motivera de här personerna att vilja vara med. De som tackade nej, gjorde det för att de upplevde att de inte hade tid, eller för att de inte tyckte att samtalsgrupp var något för dem. I början hade de också som ambition att gruppen skulle ha någorlunda jämn könsfördelning, men märkte ganska snart att det var färre män än kvinnor som tackade ja. Det är fler kvinnor som bor på äldreboende generellt sett, så det kan vara en utmaning att få med det fåtalet män som bor där.

Andra och tredje terminen fick alla som ville vara med, men max åtta personer per gång för att det skulle bli ett bra samtal.

⁴ Deltagarna hade ibland glömt av om de hade anmält sig eller inte. De behövde en påminnelse samma dag.

För att inkludera fler deltagare sattes lappar upp på anslagstavlan och undersköterskorna gick runt och informerade på våningarna över en kopp kaffe. De upplevde att det hade blivit lättare att få deltagare till samtalscirkeln när den hade blivit inarbetad. Men trots att de gick ut med en öppen inbjudan den andra och tredje terminen var det delvis samma personer som fortsatte som hade varit med tidigare.



Informationsblad om samtalsstunden.

Teman

Innehållet varierade mellan terminerna. Första terminens samtalscirkel hade ett givet tema för varje träff som samtalsledaren hade tänkt ut. Den första gången pratade de om hur samhället såg ut när de föddes. Andra gången handlade om barndomen, den tredje gången om tonåren och så vidare utifrån livsloppet. Termin två bestämde prästerna ett tema för samtalet utifrån en fråga som de trodde kunde väcka intresse, exempelvis "människovärdet". När undersköterskorna tog över rollen som samtalsledare utgick de mer från teman som var aktuella för den tid som de befann sig i, till exempel valborg, sommaren, alla helgona-helgen, lucia och jul. Dessa teman väckte olika tankar och känslor hos deltagarna, som en av undersköterskorna reflekterade kring:

Förra gången pratade vi om Allhelgona, men det blev lite väl tungt och sorgligt.

Samtalsregler och rollen som samtalsledare

Första terminen pratade de om regler för samtalet vid första cirkeltillfället. De tog upp att det som sades skulle stanna i rummet, att allas tankar var lika mycket värda och att de

skulle tala en i taget och inte avbryta varandra. Undersköterskorna uppskattade prästens förmåga att bjuda in till samtal, vilket sen kom att stå som en modell för dem själva.

(– Tycker ni att det märks att det är en präst som leder samtalet?) Nej, nej. Vi tre [prästen och undersköterskorna] sitter tysta. Hon lägger liksom lite frön på bordet... Berättar på olika sätt så att de kommer igång. Jag vet inte, hon har en förmåga att ställa frågorna på ett sådant sätt; 'Hur hade du det i barndomen?'

Samtalsledarens roll var även att hjälpa till så att alla som ville kunde komma till tals.

Hur har samtalscirkelarna upplevts av deltagarna?

Samtalscirkeln uppskattades av alla deltagare även om en av deltagarna som intervjuades efter att ha varit med den första terminen, upplevde att det hade varit för mycket fokus på svårigheter. Hen slutade efter tre tillfällen (men återkom terminen efter). En annan intervjuperson menade att hen hade berättat klart om sig själv. Jag tolkade det som en tydlig ambivalens inför att öppna sig och lämna ut delar av sin berättelse till andra på boendet. En av deltagarna uttryckte det så här när jag intervjuade hen den andra terminen.

Nej, nu tycker jag att jag har berättat min historia och mitt liv... som både varit tråkigt och roligt. Så nu vet jag inte hurdant... men det är klart, man kan lyssna på andra och deras grejjer. Men jag tror faktiskt inte att jag... tyvärr, för mitt huvud börjar spöka lite granna. (– Tror du inte att du vill vara med längre?) Jo, jag kan vara med och sitta och lyssna, men jag kommer aldrig till att prata lika mycket som jag gjort de andra gångerna. Annars vill jag vara med, det är så trevligt att sitta och prata.

Vad upplevdes vara värdet av samtalscirkelns kring livsfrågor?

Deltagarnas perspektiv

Det deltagarna beskrev att de fick ut av samtalscirkeln kan sammanfattas i två punkter. De tyckte att det var ”intressant, avkopplande och lärorikt” och ”roligt att lära känna andra mellan våningarna”. De tyckte att det kändes givande att få lyssna på de andras berättelser.

Han hade väldigt mycket intressanta grejjer som hade hänt och så var hon ju så pass klar i huvudet att det gick ju faktiskt bra att prata med han.

En deltagare som relativt nysst hade flyttat till äldreboendet tog upp att det kändes bra att vara tillsammans på det viset, för att det minskade hans upplevelse av ensamhet. Han kände ingen på sin våning och bodde med personer som hade mycket sämre hälsa. Just det faktum att de möttes över våningsgränserna i cirkeln uppskattades av flera personer.

För alla känner inte alla och det är svårt att lära känna folk. Jag har ju bott här ett tag och har aldrig haft svårt för folk.

Alla uppskattade att det var fint dukat vid samtalscirkeln och att det serverades vin och ost. Flera sa att de skulle vilja träffas oftare. När jag frågade om de hade några synpunkter på att det var en präst som ledde samtalet (termin 1 och 2) tyckte de flesta att det inte var något problem. Men en av dem berättade att han hade flytt från sitt hemland på grund av religiöst förtryck och ogillade präster av det skälet.

Personalens och chefens perspektiv

Undersköterskorna trodde att deltagarna upplevde samtalscirkeln som rolig, trevlig, och något att se fram emot. De tog även upp att det kunde kännas befriande att få berätta för personer som lyssnar utan att värdera.

Som att släppa en sten från sina axlar. Det betyder mycket att få berätta för andra som inte värderar.

De lyfte även fram betydelsen av att få berätta sin historia utan att bli avbruten. Prästen som var med den första terminen menade att det kunde kännas skrämmande att bli tagen på allvar och lyssnad på, men hoppades att samtalet även kunde få viss terapeutisk verkan.

... att det har sått ett frö som väcker något inombords som kan finnas där och gro och gör att man kan ta tag i saker.

Han reflekterade kring om de äldre hade ett behov av att prata på det här viset, och om samtalscirkeln passade alla. Undersköterskorna associerade till att många är fostrade i att behålla sina familjehemligheter, vilket i så fall hindrar dem från att kunna öppna sig.

Efter termin tre beskrev personalen att samtalscirkeln också hade lett till att deltagarna hade lärt känna personer som bodde på andra våningar. De märkte det genom att de satte sig i närheten av varandra när de deltog i andra aktiviteter på boendet.

För undersköterskornas egen del hade projektet lett till att de hade lärt känna varandra. De hade också växt i den egna yrkesrollen i och med att de hade lärt sig hålla ett gruppsamtal av det här slaget. De kände sig hedrade att få ta del av de äldres berättelser och tyckte att samtalscirkeln kändes meningsfull och givande även för egen del.

Jag känner mig upprymd när jag går från det här mötet. Det här är en viktig stund och jag lär mig nya saker.

I början av uppdraget bad jag enhetschefen berätta vad hon tänkte att det existentiella perspektivet handlar om och vad hon hade för förväntningar på projektet. Hennes tankar kring vad projektet skulle bidra med handlade om att de äldre skulle få tillfälle till reflektion kring sig själv och sitt liv, kanske göra bokslut över sina liv, vilket kan bidra till att de mår bättre.

De existentiella frågorna handlar om att få göra ett bokslut. 'Det här blev jättebra och det här blev inte bra'. Att vara lite förlåtande mot sig själv. Sitter man ensam bryter man ju inte sina tankar, utan det är samma tanke som snurrar hela tiden och där tänker jag att det är nyttigt att mötas. Min kärna blir helare och helare och jag kan må lite bättre... Många sitter tysta och kanske behöver få hjälp med att reflektera. Man har många gånger inte så mycket energi utåt, men samtidigt tror jag att man har ett väldigt starkt inre liv.

Observationer vid tre samtalscirklar

Termin 1: En av undersköterskorna leder samtalet på grund av att prästen har fått förhinder. Samtalet kretsar kring jul och lucia och väcker barndomsminnen från dessa högtider. Deltagarna pratar om traditioner i hemmet och i skolan och traditioner som har tagits över av de egna barnen. De associerar till ljusa och svåra stunder, tider av sjukdom och känslor av utanförskap.

Termin 2: En präst leder samtalet utifrån människovärdet som tema. Temat väcker associationer till skottlossningar och ondska. Kyrkans syn på handlingarna kommer upp. Samtalet kommer in på våldtäkt, dödsstraff, vittneskonfrontation och varför människor blir kriminella. Samtalsledaren pratar relativt mycket själv. En deltagare berättar om svåra saker som hen varit med om. Samtalsledaren kommer in på kampen mot hämnd, hat och bitterhet och den kristna förlåtelsen. Alla kommer inte till tals i samtalet.

Termin 3: Undersköterskorna leder samtalet. En av dem börjar samtalet med att ta upp att hen kunde ha skilda värderingar från sina föräldrar under uppväxten. Har de också tänkt på att det var annorlunda förr? Gruppen associerar till praktiska skillnader mellan nu och då. De minns när de fick TV, olika TV-program och regler kring tittandet. De som har svårt att göra sig hörda får hjälp med att komma in i samtalet. De pratar om hur mammorna tvättade kläder på den tiden, om de hade tvättmaskin, olika tvättmedel och när de fick modern standard i bostaden. Någon minns utedasset hos mormor och olika dofter.

Några av dem har vuxit upp i närheten av äldreboendet och har minnen från en damm där de åkte skridskor på vintern och när en börjar prata om en skola visar det sig att ytterligare en hade gått där. De kommer in på att bli bestraffad som barn, klasskillnader, att få kläder och få åka och bada för att man var fattig. En av dem gillar att prata mycket och berätta roligheter som får de andra att skratta. Hen delar med sig av det som har varit svårt och roligt. De kommer in på temat husdjur som de har haft eller har idag.

Vad kan man lära av det här projektet?

Projektet kring livsfrågor på äldreboende var ett sätt att undersöka om en samtalscirkel kan vara ett lämpligt forum för att låta personer på äldreboende få reflektera kring frågor om sig själva och sina liv. Samtalscirkel visade sig vara ett uppskattat sätt att mötas på och få dela värld med andra under en timme, men också att det upplägg som de hade från början blev för svårt. Projektgruppen hade en annan tanke med vad samtalet skulle ge under den första terminen, vilket exkluderade många av de boende eftersom det upplägg de hade då ställde krav på att deltagarna skulle vilja och kunna berätta om sig själva. Många människor, och framför allt i den äldre generationen, är inte vana vid att prata om sig själva på det viset, vilket försvårade rekryteringen till cirkeln.

När den terapeututbildade prästen inte längre fanns kvar som samtalsledare tog samtalscirkeln en annan vändning. Den blev något annat i händerna på de nya samtalsledarna. Jag tror att detta beror på att samtalsledare väljer teman som känns bekväma och intressanta att prata utifrån. Kanske var det detta som bidrog till att innehållet kom att variera över tid. Prästerna som ledde samtalet den andra terminen valde att fokusera på existentiella frågor som till exempel människovärdet och yttrandefriheten, vilket är abstrakta teman, medan undersköterskorna ofta valde mer neutrala ämnen som har med den yttre ramen i människors liv att göra – årstidsbundna händelser och högtider. En annan intressant förändring som ägde rum när undersköterskorna tog över rollen som samtalsledare, kanske i kombination med att gruppen blev större, var att samtalet kom att styras mer av de boende själva. Samtalet blev mer av ett sam-tal där olika talare flikade in i varandras utsagor, jämfört med hur det var i början då deltagarna pratade en i taget medan de övriga lyssnade. Tempot och energin i rummet förändrades också med detta.



En katt som bor på äldreboendet. Bild: Lisbeth Lindahl

De mer neutrala teman som undersköterskorna utgick från kunde väcka alla möjliga associationer, både till personliga erfarenheter och till det mer allmängiltiga, vilket gjorde att temat livsfrågor hamnade lite mer i bakgrunden när de tog över som samtalsledare.

Jag tolkar det som att samtalet kom att bli mer av en kollektiv akt den sista terminen jämfört med de mer individuella reflektionerna under den första terminen. Den tredje terminen kom samtalscirkeln att bli ett trevligt samtal mellan personer från olika våningar kring nu och då, dem själva och världen runtomkring. Samtalet bidrog säkert till kognitiv stimulans och till att etablera relationer mellan personer som inte kände varandra sedan tidigare. När samtalscirkeln även inkluderade boende med demenssjukdom utökades gruppen och samtalet blev mer dynamiskt.

Intervjuerna som gjordes med deltagare i början av projektet, vittnade om att det kunde kännas svårt att öppna sig för andra. En av dem hade valt att avbryta sin medverkan, men kom senare tillbaka när upplägget förändrades. En annan intervjuperson gav uttryck för ambivalenta känslor inför att berätta om sig själv. Detta är inte svårt att förstå om vi betänker att deltagarna bor tillsammans med dem de möter i cirkeln och i princip inte kan välja att ta sig därifrån. Hur nära inpå vill man släppa sina grannar?

Hur kan lärdomar implementeras i ordinarie verksamhet?

Det är alltför vanligt att förändringar genomförs inom ramen för tidsbegränsade projekt och att de lärdomar som har gjorts under projekttiden inte kan tas till vara i den ordinarie verksamheten (Johansson, Löfström & Ohlsson, 2000). Så är det inte med det här projektet. Det kommer att vara möjligt för personalen att fortsätta hålla den här samtalscirkeln inom ramen för den ordinarie verksamheten eftersom den inte kräver så mycket resurser. Undersköterskorna som har medverkat i projektet är också intresserade av att fortsätta.

I samtal med chefen för det äldreboende som ingick i projektet har några processer identifierats som kan användas för att förstärka det existentiella perspektivet på äldreboendet inom ramen för det ordinarie arbetet, befintliga policyer och strukturer. Här är bemötandet mellan personalen och de boende det absolut viktigaste. Personalen bör arbeta för att etablera en relation till varje individ som gör att individen känner sig värdefull och lyssnad på. Det är en grundläggande aspekt av det existentiella perspektivet, eller som enhetschefen för äldreboendet uttryckte det:

Att få samtala på tu man hand är den viktigaste aktiviteten vi har. Man behöver hjälp med att gå på toaletten, behöver hjälp med matsituationen. I alla de här mötena, det är där det händer.

Om personalen också lär känna och sätter sig in i vem den boende är och har varit identitetsmässigt kan de hjälpa hen att behålla sin självuppfattning, hitta acceptans och utveckla tillitsfulla band till omgivningen. Tre processer i den ordinarie verksamheten kan användas för att integrera det existentiella perspektivet.

- Kontaktpersonalen – alla som arbetar som kontaktpersoner bör arbeta med att bekräfta, få tid och möjlighet till att samtala med den eller de personer som de har ansvar för⁵.

⁵ Idealt sett borde de boende ha möjlighet att välja en ny kontaktman om hen inte känner att kontakten fungerar.

- Levnadsberättelsen – alla som flyttar in bör få en levnadsberättelse. Alla som arbetar med en boende bör läsa den och göra sitt yttersta för att lära känna henne eller honom.
- Reflektionen – vilket är ett möte som undersköterskorna håller i själva. Konsten att lyssna och samtala kan vara ett ämne som tas upp vid dessa möten och bidrar till fördjupad kunskap hos all personal.

Undersköterskorna som håller i samtalscirkeln skulle kunna bidra med sina kunskaper om konsten att lyssna och samtala till övrig personal. Denna färdighet är en förutsättning för att etablera kontakt och skapa en relation till de boende. Förmågan varierar sannolikt inom personalgruppen, men är något som alla kan lära sig.

Till uppdraget hör även att lyfta fram eventuella hinder för att arbeta med det existentiella perspektivet. Brist på kontinuitet och höga sjuktal⁶ är faktorer som försvårar arbetet med kontaktpersoner. Det är svårt att hinna med aktiviteter som inte är helt nödvändiga när det saknas personal. Det kan också finnas normer och värderingar som hindrar personal från att fokusera på den här delen av omsorgen. Hur dessa ser ut på just det här äldreboendet känner jag dock inte till.

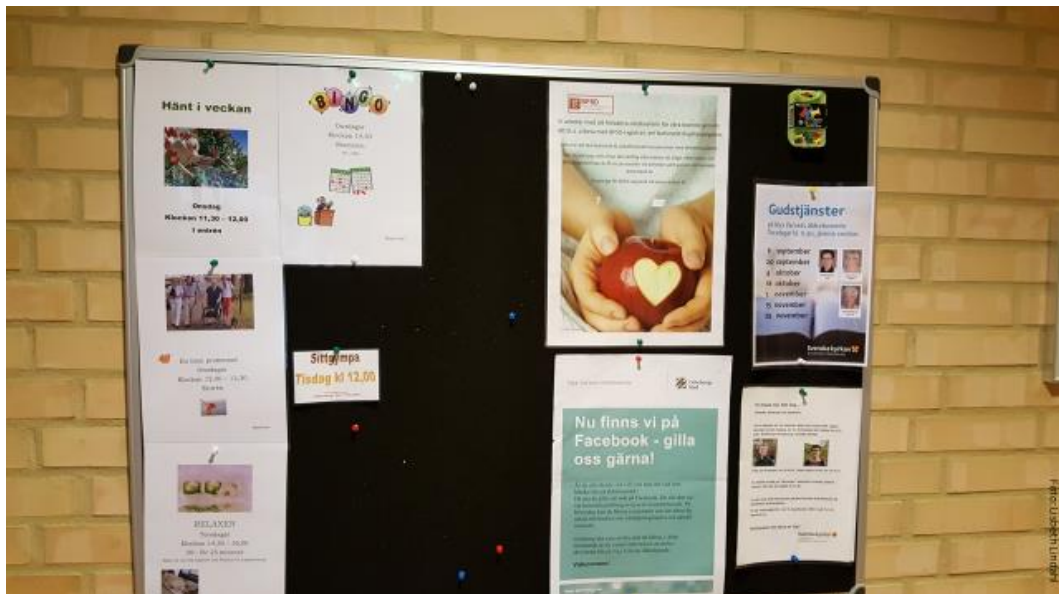
Samtalscirkelns betydelse i ljuset av andra aktiviteter

Samtalscirkelns betydelse bör betraktas i ljuset av vilka andra aktiviteter som finns på äldreboendet. Några av dem som jag intervjuade deltog i många andra aktiviteter: bingo, gudstjänst, gympa med mera. Andra deltog mer sporadiskt i aktiviteter och såg samtalscirkeln som ett alternativ till ”att gå ut och röka”. Att delta i aktiviteter brukar minska känslan av ensamhet⁷. Ju fler aktiviteter som finns på ett äldreboende desto lättare är det att hitta något som passar en. En möjlighet är att låta de boende få vara med och bestämma vilka aktiviteter som ska finnas på äldreboendet för att skapa en större delaktighet⁸.

⁶ De är inte högre på detta boende än på andra ställen men bidrar ändå till att det blir svårt med personalkontinuiteten.

⁷ Jag har fått frågan om det inte är så att äldre ska få lämnas i fred om de inte vill vara med på aktiviteter. Det är självklart så att det finns äldre vars resurser är så begränsade att orken inte finns till detta. Äldre som på grund av sitt hälsotillstånd är sängliggande, där det kan handla om vård i livets slutskede. Men om det handlar om personer som drar sig undan som skulle må gott av att delta i en aktivitet, är det bättre att försöka motivera och hitta något som hen vill göra (enskilt eller i grupp) för att minska passivitet och känslan av meningslöshet.

⁸ Jag utvärderade försöksperioden med intraprenader i Göteborgs Stad där detta genomfördes på ett äldreboende som drevs på intraprenad (Lindahl, 2016)



Anslagstavla på äldreboendet som informerar om pågående aktiviteter. Foto: Lisbeth Lindahl

Sammanfattande diskussion

Det här projektet utforskade möjligheterna att utveckla det existentiella perspektivet och, mer konkret, utveckla ett samtal kring livsfrågor med personer som bor på ett äldreboende. Projektet knyter an till äldreomsorgens mål i Göteborgs Stad att skapa en meningsfull vardag. Projektet skulle bidra till att fylla ett behov som antogs finnas hos de boende, bidra till minskad ensamhet och även till kompetensutveckling för personalens del. Det existentiella perspektivet med frågor av djupare mening som handlar om livet (och döden) är sällan något som tas upp i diskussionen om äldreomsorgens uppdrag. Det är även ovanligt att detta tema är i fokus för aktiviteter av olika slag, mer än i de samkväm som Svenska kyrkan erbjuder äldreboenden runt om i landet. Därför var det särskilt intressant att genomföra följeforskning av det här projektet.

Projektet genomfördes i form av en samtalscirkel med boende under ett och ett halvt år (tre terminer) på ett äldreboende som ligger i en socioekonomiskt välsituerad del av Göteborg. Två undersköterskor (en man och en kvinna) med lång erfarenhet från äldreomsorgen medverkade under hela projekttiden och tog successivt över rollen som samtalsledare. I början var det präster från Svenska kyrkan som hade den rollen. Antalet deltagare ökade över tid. I början var det fyra och på slutet sju personer som deltog i cirkeln. Fokus för samtalen varierade något över terminerna, och även sättet att samtala på. Projektet utvecklade cirkeln från en sluten till en öppen grupp där även personer med demenssjukdom bjöds in, och samtalen blev mer lättsamt när undersköterskorna tog över som samtalsledare.

Deltagarna som intervjuades upplevde samtalscirkeln som intressant, avkopplande och lärorik. De upplevde även en samvaro med andra över våningsgränserna som de annars sällan har möjlighet att uppleva. Samtal är något annat än bingo och gympa. Samtal ger möjligheter att minnas och beröras på ett djupare plan. Det kan bidra till stärkt identitet i en livssituation som för många kännetecknas av förlust av hälsa, plats och relationer (Tudor-Sandahl, 2011).

För undersköterskorna som arbetade i det här projektet innebar det att de fick en möjlighet att ta del av de äldres berättelser. De fick även möjlighet att växa genom att utveckla sin förmåga i samtalskonst, efter att ha lett samtal med de boende i grupp. Efter projekttidens slut kommer samtalscirkeln att kunna fortsätta inom ramen för det ordinarie arbetet på äldreboendet.

I utvärderingsuppdraget ingick att diskutera frågan om huruvida de existentiella frågorna hör till äldreomsorgens uppdrag. Har äldreomsorgen ett ansvar för detta perspektiv? Svaret på den frågan är att det är lite oklart vilket handlar om hur vi tolkar de mål som har formulerats för verksamheten.

Om äldreomsorgen ska arbeta mer med detta perspektiv bör verksamheten ges förutsättningar i form av tid och utbildning. Det finns annars en risk för att skapa upplevelser av otillräcklighet om fler uppgifter läggs på undersköterskan som redan idag ska kunna hantera allt från trycksår, nutrition, munhälsa, palliativ vård till omvårdnad. Utbildning behövs för att samtal av psykologisk och existentiell karaktär kan väcka känslor som behöver hanteras professionellt. Annars kan dessa samtal upplevas som en känslomässig belastning. Undersköterskorna har inte handledning.

Vi bör även ställa äldreomsorgens ansvar för dessa frågor i relation till den roll som närstående och trossamfunden har. Är det inte framför allt någon av dessa parter som de äldre bör samtala med? Problemet är bara att alla äldre inte har kontakt med närstående. Dessutom är det långt ifrån alla äldre som är bekväma med att vända sig till Svenska kyrkan. Bland de äldre som har flyttat hit från andra länder finns personer som har flytt från religiöst förtryck eller har en annan tro än den kristna. Om det existentiella perspektivet ska erbjudas av externa organisationer blir frågan om äldreomsorgen i så fall bör samverka även med andra religiösa samfund för att tillgodose detta behov?

Om vi vänder på frågan, så finns de existentiella frågorna i verksamheten vare sig man vill eller inte. Frågan är hur äldreomsorgen kan och bör arbeta med det?

Det viktiga mötet – möjligheten till bekräftelse

Så här i ljuset av att ha följt det här projektet över tid funderar jag över om de som bor på äldreboende har ett behov av att prata om de stora livsfrågorna eller sig själva på ett djupare plan. Varför var det i så fall så svårt att rekrytera deltagare den första terminen när fokus låg mer tydligt på detta? Det kan finnas en ovana vid att prata om sig själv och en rädsla för att öppna sig för andra som skapar hinder. Det kan upplevas för svårt att prata om sådant som väcker negativa känslor. Frågan är också om de boende vill öppna sig för grannar och personal som de är beroende av.

Så som jag tänker kring detta projekt idag tror jag att det först och främst är viktigt att äldre får möjlighet att möta andra äldre i ett samtal. Samtalscirkeln erbjöd det. Samtalet, både att få berätta och lyssna, är en grundläggande del av att vara människa. Därmed inte sagt att alla är tränade på det eller har en vana i att berätta om sig själv.

Genom att delta i en samtalsstund som återkommer utifrån givna ramar, utvecklas en tillit till att prata med andra i en ordnad form. Då kan man som deltagare välja att dela med sig eller inte. Och för dem som tycker det är svårt att prata finns det en möjlighet att sitta med och lyssna aktivt för att kunna delta i samvaron på det viset.

Samtalet med de andra på boendet visade sig skapa en känsla av samvaro – ett möte med andra som befinner sig i samma livsfas och i samma situation. Det är något annat än att enbart prata med personal. Samtal blir ett sätt att dela värld med andra, bidra till normalisering och stimulans. Mötet med andra kan minska känslan av ensamhet, förutsatt att man känner sig lyssnad på.

Personalens förmåga till och möjlighet att etablera samtal med de boende handlar, som jag ser det, om förmågan att relatera. Det relationsbaserade arbetssättet är en viktig förutsättning för att kunna fördjupa det existentiella perspektivet. Personalen som var involverade i det här projektet hade förmågan att möta de äldre på ett lyhört sätt och utvecklade vidare färdigheter i samtalets konst i sin roll som samtalsledare. Att vidareutvecklas i konsten att samtala tror jag att all personal skulle ha nytta och glädje av.

Varför är detta viktigt? Äldre människor som har flyttat till ett äldreboende har gjort det på grund av sitt hälsotillstånd. Denna förflyttning är vanligtvis den sista flytten i livet och får därför symbolisk betydelse, som ett steg närmare livets slut. Det är sällan ett lätt beslut att ansöka om plats på ett äldreboende. Att flytta dit kan väcka känslor av sorg, även om det för många upplevs tryggt att ha närhet till personal. Att bo på äldreboende

handlar om att anpassa sig till nya rutiner och att hitta sin plats i ett nytt socialt sammanhang – det är den sista socialisationen (Rönmark, 2014). De andra som bor på våningen och personalen som arbetar där, blir den nya kretsen av personer att förhålla sig till. Samtidigt är det personer som man inte själv har valt. Det är inte alltid så lätt att utveckla en tillit till sin nya omgivning. Om tilliten och relationerna saknas ökar känslan av ensamhet. Att få hjälp att prata om sina upplevelser och få kontakt med andra över våningsplanen tror jag kan minska denna känsla.

Referenser

- Berger, Peter. & Luckman, Thomas. (1967). *The social construction of reality: a treatise in the sociology of knowledge*. New York, Anchor books.
- Brulin, Göran. & Jansson, Sven. (2009) "En ny programperiod, en ny utvärderingsansats!" I: Svensson, L., Brulin, G., Jansson, S., Sjöberg, K (red). *Lärande utvärdering genom följeforskning*, kap Lund: Studentlitteratur.
- Ellström, Per-Erik. (2009) Användning och nytta av utvärderingar: ett lärandeperspektiv. I: Svensson, L., Brulin, G., Jansson, S., Sjöberg, K (red). *Lärande utvärdering genom följeforskning*. Lund: Studentlitteratur.
- Erikson, Erik H. (2004). *Den fullbordade livscykeln*. Stockholm: Natur och kultur.
- Goffman, Erving (2014). *Jaget och maskerna: En studie i vardagslivets dramatik*. Lund: Studentlitteratur.
- Graneheim, U. H., & Lundman, B. (2004). Qualitative content analysis in nursing research: concepts, procedures and measures to achieve trustworthiness. *Nurse Education Today*, 24(2), 105-112.
- Göteborgs Stad, Västra Göteborg (2017). *Ansökan om stimulansmedel från Nämnden för Arbetsmarknad och Vuxenutbildning (NAV) för utvecklingsprojekt med syfte att skapa ett mer hållbart arbetsliv*.
- Johansson, Staffan., Löfström, Michael., & Ohlsson, Östen. (2000). *Projekt som förändringsstrategi. Analys av utvecklingsprojekt inom socialtjänsten*. Stockholm: SNS Förlag.
- Lindahl, Lisbeth (2016). *Från bra till bättre. Utvärdering av intraprenader i Göteborgs Stad*. Göteborg: FoU i Väst/GR, november 2016.
- Rönmark, Lars (2014). *Sista socialisationen. Berättelser om livskraft på äldreboendet*. Borås Högskola: FoU Sjuhärad Valfärd. 2014. Nr 33.
- Socialstyrelsen. (2016). *Så tycker de äldre om äldreomsorgen 2016. En rikstäckande undersökning av äldres uppfattning om kvaliteten i hemtjänst och särskilt boende*.
- Tudor-Sandahl, Patricia (2011). *Den fjärde åldern*. Stockholm: Brombergs förlag.