

HelaHelgen



Mitt hem nu och i fortsättningen är här. Skulle jag flytta tillbaka skulle jag bli ensam, och jag hade inte orkat med allt annat heller. Jag kommer nog inte flytta på mig mer än några meter längre ner efter detta.



Det känns ingenting. Det blir när det blir. Tänk om man visste när, det vore inte roligt. Vi pratar inte om det, barnen och jag. De verkar tro att jag ska leva alltid.

Ur rapporten Sista socialisationen

HelaHelgen

■ ■ ”I 15 år har jag följt föräldrar och svärföräldrar in i den så kallade fjärde åldern, den period i slutet av livet när man inte på egen hand klarar av att leva ett vardagsliv. Jag har sett hur de behandlats i sjukvård, hem-sjukvård och på äldreboenden.”

■ ■ ”Jag har ingående tvingats fundera över vad det är för slags liv en gammal människa lever på ett äldreboende, hur människan förvandlas av att befinna sig i en institutionell miljö, hur mycket man själv kan bestämma över sitt liv i den sista livsperioden och hur mycket strukturer och arbetsrutiner på ett boende bestämmer i de gamla människornas liv.”

■ ■ Forskaren Lars Rönnmark stannade inte vid att vara en förtvivlad anhörig. Istället tog han initiativ till ett helt nytt sätt att arbeta inom äldrevården. Genom intervjuer och livsberättelser träder de gamla fram i ljuset och blir till individer. På köpet får omvårdnadspersonalen ett mer meningsfullt och givande arbete, och känner sig sedda, även de.



Lars Rönnmark tycker att omvårdnadspersonalen har stor kapacitet och är en outnyttjad resurs på landets äldreboenden. ”Det är fantastiskt att se hur de har tagit vara på den här möjligheten att jobba mer personcentrerat och lära känna de gamla.”

FOTO BENGT LAGERSTEDT

När de gamla får berätta

Ett värdigt liv på landets äldreboenden, med vård som utgår från de gamlas egna önskingar och behov. Det var utgångspunkten för lektor Lars Rönnmark när han startade FoU-cirkeln Sista socialisationen i Borås och Svenljunga.

Han är i gott sällskap, som det brukar heta. När regeringen nu utreder framtidens äldreomsorg har de fokus på ”den enskildes självbestämmande och välbefinnande”. Och regeringens äldreomsorgsplanerar menar att vården måste bli personcentrerad för att möta framtiden och det ökande antalet invånare över 80 år.

Startskottet för det utvecklingsarbete som Lars Rönnmark bedrivit i Borås och Svenljunga kommuner var två personliga erfarenheter. För att summera dem beskriver han sig själv som en ”förtvivlad anhörig och hoppfull teaterbesökare”.

Bemött på skiftande sätt

Som anhörig har han blivit bemött på de mest skiftande sätt inom äldrevården. Personal har månat om honom och



Livet flyter på och jag kan inte ändra på någonting. Personalen vet inte riktigt mina rutiner och jag vet inte riktigt vad jag ska anpassa mig efter här. Jag tror aldrig de har frågat om det är något jag ska bestämma. Någon uppmärksamhet, det behöver jag inte.

Ur rapporten Sista socialisationen

underlättat för honom, men han har också blivit avvisad, uppfattad som besvärlig och osynliggjord. Han har känt sig svag och hjälplös, han har blivit förfärad och ursinnig och haft känslor av hopplöshet och desperation.

Egentligen är de egna erfarenheterna inte det väsentliga. I sin rapport skriver han:

”När man som anhörig får sådana upplevelser vid ett kort besök, hur ska det då inte vara för de gamla som lever dagens alla timmar och återstoden av sina liv i en sådan social och psykologisk miljö?”

Han saknade en offentlig debatt om de gamlas livsvillkor. Men när Carin Mannheimers pjäs om livet på ett äldreboende, *Sista dansen*, sattes upp på Göteborgs stadsteater väcktes hans hopp. Äntligen skulle någon skildra de gamlas villkor på ett relevant och verklighetsnära sätt.

Föreställningen blev en besvikelse. Den tillförde inte några nya insikter om de sista åren i en människas liv, tyckte han, eller idéer om hur andra kan bistå de gamla. Istället rörde det sig om ren

underhållning, rollfigurer som var närmast karikatyrer av äldre, sexskämt och lustiga beteenden hos en demenssjuk.

–Det finns ett väldigt lidande som hon satte inom parentes. Det handlar om vad vi gör av den sista livsperioden. Ska vi göra den värdig att leva, eller hur hanterar vi den, frågar Lars Rönnmark retoriskt.

Var med på noterna direkt

Sista socialisationen är inte ett projekt, utan ett utvecklingsarbete som utgått från den ordinarie verksamheten. Att få pengar till FoU-cirkeln var inte särskilt svårt.

–I Svenljunga kommun var både politiker och förvaltning med på noterna direkt och finansierade det hela från den egna budgeten. I Borås fick man medel till medforskarnas verksamhet från Socialstyrelsen, berättar Lars Rönnmark.

Medforskare kallas omvårdnadspersonalen som varit med i cirkeln. De har fått lära sig att ta reda på mer om de gamla på äldreboendena för att kunna ge dem bättre vård.



Målet ett värdigt liv

■ Sista socialisationen var ett utvecklingsarbete som genomfördes på fem äldreboenden i Borås och Svenljunga 2011–2013. Syftet var att lära sig mer om hur gamla människor kan få hjälp att leva ett värdigt liv på äldreboenden.

■ Målet är att nå fram till en äldrevård som tar större hänsyn till varje individ och utgår från personens vanor, behov och önskemål.

Metoden gick ut på att omvårdnadspersonal intervjuade de gamla om deras liv och tillvaro, och därefter skrev ned deras livsberättelser. Det kallas för ett narrativt arbets-sätt.

Omvårdnadspersonalen kallades medforskare, eftersom det var de själva och inte några akademiskt skolade forskare som genomförde intervjuer och observationer.

■ Personalen ingick i två FoU-cirklar, som leddes av forskaren **Lars Rönnmark**, lektor vid Göteborgs universitet och verksam vid FoU Sjuhärad välfärd på Högskolan i Borås. Projektledare var **Marita Karlsson**, enhetschef i Svenljunga och **Marie Elm**, MAS, medicinskt ansvarig sjuksköterska, i Borås.

■ Alla medforskare intervjuade en boende var. Medforskare och cirkelledare tog fram frågorna tillsammans, och de sammanställdes i en frågeguide.

■ I Lars Rönnmarks rapport om Sista socialisationen finns elva personers livsberättelser med, utöver rapportering om själva cirkeln och dess arbets-sätt.

Fotnot: Socialisation betyder anpassning till gällande mönster eller rutiner. FoU står för forskning och utveckling.



REPORTAGE

PIA MATTZON text
pia@piamaz.se

ANTON HEDBERG foto
anton.hedberg@bt.se

BENGT LAGERSTEDT foto
bengt.lagerstedt@bt.se

blir äldrevården bättre

Metoden handlar inledningsvis om att ställa många och bra frågor. Då får de gamla möjlighet att berätta om sina egna önskemål och behov – men också att få visa sin personlighet, vilka de varit tidigare i sina liv.

– Man bör tänka på att den som flyttar in på ett äldreboende lämnar sin gamla livsform. Den har gett stöd för både identitet och livsmening, den innehåller rutiner och vanor, sådant man gör varje dag, säger Lars Rönnmark.

En omvälvande förändring

Att tvingas lämna allt det som man har byggt upp kring sig själv är omvälvande, menar han. En av de största förändringarna i en människas liv.

– Födelseögonblicket är en stor händelse i en människas liv, smärtsam och omvälvande. Det här är en motsvarighet vid livets slut.

På sätt och vis tycker han att Sista socialisationen gett honom och medforskarna kunskap om hur det är att gå tillbaka och sluta livets cirkel.

– En del av intervjuerna har handlat om att få kunskap om hur människan



Lars Rönnmark samtalar med Isaac Ferrira De Souza, en i personalen på Kapp-landsgatan 8.

FOTO BENGT LAGERSTEDT

packar ihop sitt liv. Det är dramatiskt och väldigt sorgligt.

Personlig kontakt nödvändig

Att det är omvårdnadspersonalen som intervjuar de gamla på boendena är hela vitsen med arbetssättet. Det är de som träffas dagligen och har en etablerad relation eller är på väg att få det. Den personliga kontakten dem emellan är helt nödvändig, för att de gamla ska känna förtroende nog att berätta om sig själva.

– När man lär känna individerna och får ta del av deras berättelser, får man hela människan, konstaterar Lars Rönnmark.

Först då ser man de individuella olikheterna. Och dessa har de diskuterat gång på gång i cirkeln, med utgångspunkt i en devis av Göteborgssociologen Bo G Eriksson: *Man föds som kopia och dör som original.*

– Om man tror att alla är lika standardiserar man hjälpen. Men om man förstår att de här människorna är olika, måste hjälpen personcentreras. Anpassas till varje individ.

HelaHelgen

■ ■ Fyra gånger har Märta Mårtensson flyttat sedan hon kom till äldreboendet Klockaregården i Svenljunga.

■ ■ Det går bra, tycker hon, även om det kunde ha varit lite mer plats för hennes vardagsrumsmöbler där hon bor nu.

”Nu ser vi mer till personen”

Men Märta Mårtensson är glad att hon har med sig dem och många minnesaker från ett långt liv tillsammans med maken Gunnar.

Hon sitter i soffan, någon hämtar bröllopsfotot i köket så att hon kan visa. Hennes klänning och slöja var extra långa som de oftast var på den tiden och böjlar vackert ut över golvet hos fotografen. Hon var 20, Gunnar 23.

– Vad är det de säger? Då var jag ung och vacker, nu är jag bara vacker!

Hon skrattar och vi andra också.

Gudrun Hylak är snart pensionär själv och hon är så glad att hon som omvårdnadspersonal fick vara med i Sista socialisationen och intervju Märta Mårtensson innan hon ska sluta jobba.

Även om det blev många frågor när de följde FoU-cirkelns frågeguide, tycker Märta Mårtensson inte att det var jobbigt, inte ens de frågor som var lite mer personliga eller svåra. Det var inte heller jobbigt att ställa såna frågor, tycker Gudrun Hylak.

– Nej, egentligen inte. Man känner litegrann var gränserna går, när man har lärt känna varandra.

Som alla andra som blivit intervjuade i Sista socialisationen fick Märta Mårtensson läsa sin egen livsberättelse när den var nedskriven. Det kändes bra.

– Ja, det var roligt, säger hon, men konstaterar sen med ett litet skratt att det var ännu mer intressant att läsa om de andra personerna i rapporten.

En kick på jobbet

I ett av matrummen på Klockaregården sitter fyra kvinnor runt ett bord. De bubblar nästan över av berättarlust och stolthet. Det råder inget tvivel om att deras medverkan i Sista socialisationen har betytt mycket för dem. Och även om de inte uttrycker det bokstavligen är deras budskap klart:

Omvårdnadspersonal inom äldreomsorgen är inte vana vid att få en kick på jobbet.

Men så kändes det inte alls från början. Tvärtom.

– Vi visste inte att det skulle bli så här stort. Vi tänkte ”men herregud, hur ska vi klara det här? Det hinner vi inte med”, säger Inga-Lill Thorén och de andra tre nickar och instämmer.

– I början trodde vi att vi skulle samla information till Lars Rönnmark och att det bara var han som skulle skriva.



Gudrun Hylak (till vänster) och Märta Mårtensson hade de flesta av sina pratstunder vid köksbordet i Märtas lägenhet på Klockaregården i Svenljunga. Där är det ljusst och trevligt att sitta, tycker de.

FOTO ANTON HEDBERG



Jag är så himla glad att jag fick vara med. Jag tycker att jag fått något i själva livet, inte bara yrkesmässigt.

Gudrun Hylak, omvårdnadspersonal på Klockaregården i Svenljunga.

Men när han sa att vi skulle göra det, ja, då fick vi en chock, säger Britt-Marie Lyckhede.

De sa nästan att de ville dra sig ur. De trodde inte att de hade kompetens nog för jobbet.

– Vi hade ju aldrig skrivit någonting, säger Britt-Marie Lyckhede.

– Nej, aldrig, inflikar Gunilla Ström.

– ...inte på den nivån, fortsätter Gudrun Hylak.

– Vi fick inte så mycket information i början heller, konstaterar Inga-Lill Thorén.

– Det kanske var tur, säger Gudrun Hylak, och alla börjar skratta.

Mest ett nöje

Lars Rönnmark peppade dem och gav dem mod. De fick också stöd av enhetschefen Marita Karlsson, som ledde FoU-cirkeln i Svenljunga tillsammans med honom. Men inte kunde de tro att de själva skulle bli så engagerade, menar Gudrun.

– Det var så himla roligt när vi kom ihop. Det var så klart jobbigt ibland när man skulle leverera, men annars var det mest nöje.

I rapporten beskriver Lars Rönnmark skillnaderna mellan äldreboende i en stad som Borås och en kommun som Sven-

ljunga – framför allt att personal i stan sällan möter boende som de känner sedan tidigare, medan det ofta är så i Svenljunga. Många gånger vårdar de en bekant, släkting eller arbetskamrat.

De positiva följderna av Sista socialisationen kom inte bara de gamla till godo, utan även medforskarna själva.

– Jag tycker att jag har fått en annan syn på vad äldreboende är, säger Inga-Lill. Jag ser mer till personen istället för att det bara är någon jag tar hand om. Man tar reda på mer vad de har gjort i livet och har absolut en annan empati.

Britt-Marie Lyckhede tycker också att hon pratar annorlunda med de gamla numera, till exempel inleder samtalen på ett annat sätt.

– Man har kanske fått sig en tankeställare, att man bara har jobbat på tidigare. Vi har inte tänkt på varför vi gör det vi gör. Men det har Lars frågat oss många gånger: ”Varför gör ni så?” eller ”Hur tänkte ni då?”.

Har gett råg i ryggen

Gunilla Ström tycker att hon lärt sig att acceptera de gamla som de är, mer än tidigare. Man får bemöta var och en med respekt utifrån hans eller hennes personliga vilja, förklarar hon.

– Och när man lär känna personerna bättre, förstår man mer vad de behöver för hjälp och vad man kan bistå med.

Gudrun Hylak tycker att FoU-cirkeln gett dem ”råg i ryggen” som personalgrupp. Det har blivit lite lättare att stå för sin åsikt och ta ett steg framåt när det behövs.

– Jag är så himla glad att jag fick vara med. Jag tycker att jag fått något i själva livet, inte bara yrkesmässigt.

Som omvårdnadspersonal känner de att de bär på stora mängder arbetslivserfarenhet, som sällan eller aldrig sprids vidare, undantaget när de får någon värdelev till sig då och då. Men genom FoU-cirkeln fick de både ett tillfälle att diskutera arbetsmetoder och yrkesroll och en möjlighet att sprida sin kunskap vidare genom rapporten.

Både omvårdnadspersonal och de gamla på boendena har blivit sedda. Av och genom varandra.

– Som en egen individ. Nu är mina inte längre i livet, men den tiden jag hade ihop med dem, den var underbar. Jag lärde mig verkligen mycket, säger Inga-Lill Thorén. ■

Fortsättning från föregående uppslag

Det finns många stereotyper av gamla, menar Lars Rönnmark, och dem ska man akta sig för. Alla gamla gillar inte dragspel och bingo, eller vill gå upp extra tidigt på morgonen.

Den individanpassade vården minskar också risken att de gamla blir sedda enbart som vårdtagare eller patienter, med behov som finns nedskrivna i planer som personalen ska följa. Sådan formar en människa på ett väldigt speciellt sätt, förklarar han.

– Då tappar man sin historia, blir bara föremål för vård och omsorg. Och de gamla vill ju ofta vara till lags, de kan till exempel tycka synd om hemtjänstpersonalen som kommer till dem med sina knappa tidsresurser.

Varje person har intervjuats vid flera



En typisk morgon brukar jag gå upp, göra i ordning mig och bädda sängen. personalen kan ibland komma lite väl tidigt, och då står man där i nattsärken. Det kan vara lite irriterande, men jag vill inte klaga.

Ur rapporten Sista socialisationen

tillfällen och intervjuerna har utmynnat i livsberättelser, som växer fram och skrivs ner parallellt. Medforskarna har också diskuterat med varandra och projektledningen om hur de kan jobba vidare. I två års tid träffades de varannan vecka.

Små detaljer förbättrar tillvaron

De gamlas behov och önskemål har blivit mer begripliga när de satts i sitt sammanhang inom en hel livsberättelse, menar Lars Rönnmark. Ofta handlar det om att förbättra tillvaron och välbefinnandet för de gamla med relativt enkla medel. Små detaljer kan tyckas ibland, när det handlar om att få sova lite längre på morgonen eller äta sin favoritbakelse, men de har stor betydelse, enligt honom.

– Jag tror att det handlar om de gam-

las känsla av kontroll. Att det de berättar betyder någonting, att det får innebörd och leder till förändring.

Lars Rönnmark oroas en del av att cirkelns berättande arbetssätt ska förväxlas med den typ av berättelse som redan är standard när någon flyttar in på ett äldreboende.

– Man gör en intervju och hämtar hem en ”livsberättelse”, ungefär som ett blodprov. Man plockar upp det som råkar komma fram just då, skriver ner det i genomförandeplanen och konstaterar: ”Här är din historia”.

Då finns det en stor risk att människans berättelse anpassas till genomförandeplanen, menar Lars, och därmed ombildas till vårdens berättelse om personen istället för hennes egen. Då förlorar den sin meningsskapande funktion.

■ ■ På Toftalyckan i Överlida bor Arvid Börjesson. Numera är han ensam, sedan hans fru gick bort. Han sitter vid köksbordet, i en höj- och sänk-

bar stol, rullatorn står bredvid. Gun-Britt Larsson var den i omvårdnadspersonalen som intervjuade honom för Sista socialisationen.

”Man ska få vara den man är”

Gun-Britt Larsson tar tag i bordskanten och vänder sig mot Arvid Börjesson.

–Du får väl tala om att du har gjort det här bordet.

–Nä, jag vill inte göra någon reklam...

Han pratar lite långsamt, men ler stort. Han gillar att skoja med folk. Som när han får frågan om hur det var att bli intervjuad.

–Ja, det var hånting hemskt!

Arvid Börjesson ser glad ut trots sin bestämda ton. Ännu gladare blir han när polletten någon sekund senare trillar ner hos oss runtomkring och vi börjar skratta med honom.

I Arvids två rum och kök finns fler möbler som han tillverkat själv. I sin ungdom arbetade han på möbelfabrik och som pensionär byggde han om den egna gården till snickerihall och tillverkade räckan för ett byggföretag. På väggen i vardagsrummet hänger nu hans stolthet, ett hörnskåp i ek. Ekeskåpet är limmat och har inte en enda spik, berättar Gun-Britt Larsson.

–Åjo, det är visst en, som håller dörren, inflikar Arvid Börjesson och skrattar igen.

I rapporten om Sista socialisationen har han fått ett annat namn. Han förstår inte vitsen med det, för han har inget emot att vare sig vara med i tidningen eller i rapporten. Men det bestämdes så, för att det skulle vara lika för alla. Och alla var inte heller lika pigga på att framträda med eget namn som Arvid Börjesson.

Har väckt många tankar

När han svarar lite mer på allvar om intervjuandet, tillstår han att det var intressant. Han och Gun-Britt Larsson har pratat många gånger vid köksbordet, men även när de stött ihop ute i korridoren.

Arvid Börjesson har lite svårt att sätta ord på deras relation, men Gun-Britt Larsson tycker att de kommit varandra ännu närmare än tidigare.

–Jag har känt Arvid och hans fru ända sedan de bodde i sitt hem, så jag har följt dem hela vägen. Jag var kontaktman för dem båda, förklarar hon.

Arvid Börjesson fick en stroke 1999, dessförinnan var han en väldigt aktiv man, berättar Gun-Britt.

–Och nu finns hans fru inte kvar, det känns nästan som en liten klump... Man blir väldigt sammansvetsade med



Gun-Britt Larsson och Arvid Börjesson har känt varandra i många år, men genom intervjuerna i Sista socialisationen kom de varandra ännu närmare. FOTO ANTON HEDBERG



Det viktigaste är att få ut det till alla. Det hjälper ju inte om bara vi som gått cirkeln jobbar så här, alla behöver ha samma synsätt. Då kan det bli en bra grej.

Gun-Britt Larsson, omvårdnadspersonal på Toftalyckan i Överlida.

varandra, när man följer människor så här.

Gun-Britt Larsson tycker att det har varit fascinerande att vara medforskare. Det har satt igång många tankar om hur saker och ting kan förändras inom äldreården.

Hon ifrågasätter om den som är gammal och behöver bo på ett äldreboende måste låta andra bestämma allt över dem, eller de kan få förbli den person som hon eller han var hemma.

–Alla måste få ha rätten till sitt eget liv. Man ska få vara den människa man är. Det är en viktig del. Att inte flytta in och bli ett paket.

Fråga om döden är svårt

Gun-Britt Larsson berättar också att en sak var svårare än allt annat i arbetet med Sista socialisationen.

–Det var att fråga honom om döden. Hur skulle jag tackla det? Och det visade sig att han inte ville svara och det måste man respektera.

Hon försökte ett par gånger till, men insåg att det inte skulle fungera. Hon ville inte riskera att Arvid skulle dra sig ur intervjuerna helt.

Det var tvärtom med den man som hennes kollega Heidi Larsson intervjuade. Nu finns han inte längre i livet, men

hon fick en sista, lång pratstund med honom dagen innan han dog. Han visste att han inte hade långt kvar.

–Han visste att han inte hade långt kvar. Och han hade inga problem med att prata om döden, det var nästan lite mäktigt att få höra hur han resonerade. Jag har jobbat här sedan 2002 och har aldrig hört någon som pratat så öppet om vad som kommer att ske. Och med det lugn han hade.

Han tyckte att det var synd att han aldrig fick se boken där han var intervjuad.

–Han var väldigt glad över att det var någon som var intresserad av vad han hade gjort. Och så tycker alla faktiskt, när man börjar prata om hur de haft det. Någon ser vem de är, säger Heidi Larsson.

På boendet har det funnits delade åsikter om arbetssättet som de har lärt sig i cirkeln. En del oroas av att det verkar ta mycket tid, och tid har de redan ont om.

–Fast det behöver inte vara så, utan detta spar tid, säger Heidi, och Gun-Britt nickar instämmande.

Viktigt att alla är med

Att delta i FoU-cirkeln har gett dem ett nytt helhetsperspektiv kring varje boende, som en egen individ. Och att personalen finns till för vårdtagarnas skull har fått en ny innebörd.

–Det betyder så otroligt mycket att man är lyhörd och lyssnar, säger Heidi Larsson. Om vi pratar, men mina tankar är någon annanstans, då känner de det. Man måste komma med följdfrågor och vara uppriktigt intresserad.

Det man vinner är tillit.

–Och man förstår varför de inte vill äta i matsalen, varför de inte vill duscha eller varför de kanske har svårt att lita på människor. Man bygger upp ett förtroende.

I förlängningen leder det här arbetssättet till bättre vård för de gamla, det är båda övertygade om.

–Det viktigaste är att man får ut det till alla. Det hjälper ju inte om bara vi som gått cirkeln jobbar så här, alla behöver ha samma synsätt. Då kan det bli en bra grej, säger Gun-Britt Larsson och tillägger:

–Men det är inte så lätt för oss att göra något själva. Några högre upp behöver också vara med. ■

–Vår erfarenhet är ju att de här historierna växer, allt eftersom. Det är ett förlopp, som växer mer vid tillit.

Är arbetssättet inom Sista socialisationen svaret på vad äldreministern och regeringen äldresamordnare efterfrågar när de talar om personcentrerad vård?

–Ja, jag tror att det här är ett klocker svar på det, säger Lars Rönnmark. Det är fantastiska lärdomar vi har gjort. Det här är ett sätt att konkretisera det som står i socialtjänstlagen från 2011 om den nationella värdegrunden, att de gamla ska få leva ett värdigt liv och känna välbefinnande.

Har väckt uppmärksamhet

I slutet av april fick han också kvitto på det från äldresamordnaren själv, Eva Nilsson Bågenholm.



Lars Rönnmarks initiativ är ett steg på vägen till ett värdigare liv för de gamla på landets äldreboenden. FOTO BENGT LAGERSTEDT

På sin blogg skriver hon: ”Det är ganska ofta som jag, i min roll som äldresamordnare, får mig tillsänt böcker. En bok som verkligen fångat mitt intresse är *Sista socialisationen – berättelser om livskraft på äldreboendet*. Detta är en bok som jag verkligen varmt kan rekommendera alla som arbetar i eller med äldreomsorg att läsa.” ■

Fotnot: På äldreboenden kallas de som bor där för boende, brukare eller vårdtagare. Lars Rönnmark har valt att kalla dem de gamla i rapporten, som en beteckning för människor som befinner sig i livets slutskede.

Rapporten finns att läsa som pdf på www.fous.se under rubrikerna Publicerat/Rapporter. I höst ska den presenteras på ett seminarium på FoU Sjuhärads välfärd.

HelaHelgen

■ ■ På äldreboendet Kapplandsgatan 8 i Borås finns 72 lägenheter. I hälften av dem bor demenssjuka.

■ ■ Många av de gamla på boendet är så kallat multisjuka – de har många sjukdomar, redan när de flyttar in.



Vårdarbetet har blivit roligare och mer meningsfullt sedan de lärt sig att intervjua och dokumentera de gamlas livsberättelser, tycker Lena Larsson och Khorshid Dost.

FOTO ANTON HEDBERG

”Nu jobbar vi som de gamla vill”

Så ser det ut på många äldreboenden runtom i landet. Antalet platser minskar och då måste de mest sjuka prioriteras först. Deras medicinska vårdbehov är stort.

Lena Larsson är samordnare på boendet och Khorshid Dost är omvårdnadspersonal. Båda har intervjuat varsin boende, en kvinna och en man. De finns inte längre i livet.

–Det var väldigt intressant att vara medforskare i Sista socialisationen, säger Khorshid. Det var lärorikt. Vi fick mycket kännedom om deras livssituation, tankar och känslor.

Förändrar personalen

Ibland spelade de in intervjuerna med diktafon och ibland skrev de.

–Du hade ju också servetter i fickorna som du skrev på, inflikar Lena Larsson.

–Ja, vid matbordet. När jag frågade och de svarade så skrev jag!

–Sedan plockade du upp alla dina servetter och skulle renskriva, säger Lena Larsson och båda skrattar.

När man lär känna de gamla bättre förändras man som personal, tycker Khorshid Dost.

–Ja, man känner med dem, när de berättat om sina liv. Man blir snällare och vill höja deras livskvalitet och välbefinnande. Man lyssnar mer på vad de berättar, säger hon.

–Jag tycker också att man får en ökad förståelse, fortsätter Lena Larsson. Nu ser vi hela personen, inte bara den som är sjuk.

Genom att de gamla berättar och personalen lyssnar och skriver ned deras



Khorshid Dost har varit medforskare i Sista socialisationen. Här samtalar hon med Rosa Gunterberg, på äldreboendet.

FOTO ANTON HEDBERG



Det är en viktig grej att lyssna till varje person. Då kan den som är gammal få bestämma och ha sitt egenvärde. Den behöver inte göra som alla andra, utan kan vara sin egen.

Lena Larsson, samordnare på Kapplandsgatan 8 i Borås.

berättelser, knyter man an till varandra, tycker Lena.

–Det blir ett möte på en annan nivå, ett förtroende. Det var ungefär som en nyckel som låste upp någonting.

Vilka råd ger ni till personal på andra boenden som vill prova det här? Hur ska de gå till väga för att det ska bli bra?

–Ta sig tid och vara på deras nivå, säger Lena. Fråga inte i springande fart, och stå inte upp, utan sitt ner. Ha ögonkontakt.

Ju mer man frågar desto bättre

Båda poängterar vikten av att ställa många frågor. Ju mer man frågar, desto fler och bättre svar får man. Givetvis med respekt för att en del inte kan eller vill berätta. Det gäller också att välja tillfället väl, när personen orkar och är någorlunda pigg.

Att ta hjälp av minnessaker och vardagsföremål som finns i intervjupersonens lägenhet är ett annat tips. Tavlor och fotografier är särskilt bra ”startare”, som får igång ett samtal.

–Och ta med dig lite fika och kaffe, fortsätter Khorshid.

–Ja, det är en utlösande faktor till samtal många gånger, att bjuda på någonting, säger Lena.

Khorshid och Lena har berättat om sitt arbete inom Sista socialisationen för sina kolleger när de haft värdegrundsmöten. Som samordnare har Lena Larsson också föreläst för annan omvårdnadspersonal i Borås Stad. Förutom tipsen ovan tryckte hon på hur viktigt det är att våga fråga, och därmed

även vara beredd på att ta emot sådant som kan vara jobbigt.

–Då kanske man behöver stanna en stund extra. Man kan inte bara släta över och låta det vara. Istället säga ”jag förstår att du är ledsen och arg, finns det något vi kan göra så att du mår bättre?”

Flera gånger påpekar Khorshid och Lena att den här metoden inte kräver massor med extra tid. ”Det är bara att ta det som ett arbetsätt”, som Lenar uttrycker det. Något att bära med sig i det vardagliga arbetet: Sätta sig ned, fråga, lyssna, ta en fika, dokumentera.

Visst kan det ur vissa aspekter kännas mer arbetsamt än det gamla sättet att arbeta medger de, men vinsten blir gamla som mår bättre. Och det kan leda till minskade vårdbehov, tror Lena och Khorshid.

–Det är en viktig grej att lyssna till varje person, säger Lena. Då kan den som är gammal få bestämma och ha sitt egenvärde. Den behöver inte göra som alla andra, utan kan vara sin egen.

Sprider kunskapen vidare

Även om äldreboendet redan tidigare förändrat sina rutiner kring de gamla, bort från det generella mot det mer individanpassade, visar arbetet inom Sista socialisationen att det går att göra ännu mer. Khorshid, Lena och de andra medforskarna på boendet har anammat sina nya kunskaper och sprider dem vidare bland kollegerna. Khorshid sammanfattar förändringen väl:

–Förut jobbade vi som man alltid gjort. Nu jobbar vi som de gamla vill, efter deras behov. ■