

Vår vision är att alla äldre ska känna
välbefinnande och delaktighet i samhället



Nestor

Forskning och utveckling för äldre

Bakgrund till projekt– Hemtjänstens arbete för äldres hälsa

- Hälsofrämjande insatser för äldre personer riktar sig sällan till de som har omfattande kroniska sjukdomar och funktionsnedsättningar. Hemtjänsten möter dessa personer i sitt dagliga arbete.
- Det finns en god potential för hemtjänsten att arbeta för att främja äldre personers hälsa
- Hälsofrämjande och förebyggande i socialtjänsten lyfts i policy och lagstiftning

Syfte

- Att utveckla och stödja arbetssätt i hemtjänsten som kan stödja äldre personers hälsa
- Att äldre personer som har hemtjänst ska uppleva en ökad subjektiv hälsa i sin vardag.
- Genom arbetssätt som tydliggör och stärker kompetens och yrkesidentitet bland medarbetare i hemtjänsten

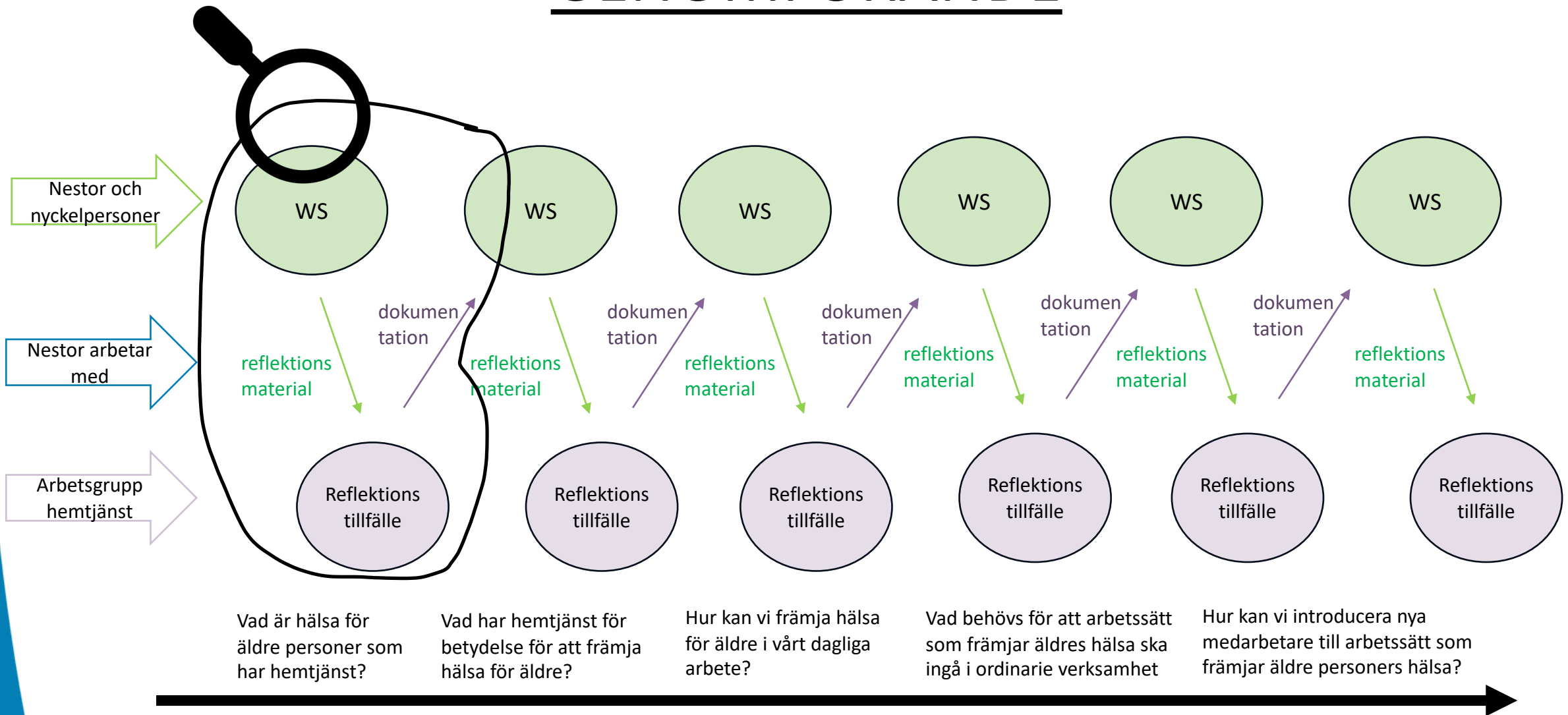
Grunda för hållbarhet: anpassa till lokala förhållanden

- Möten med ledning på äldreförvaltningen, och diskussion kring hur projektet kan förankras och spridas i kommunen
- Skapa en lokal styrgrupp för att stärka engagemang för och kunskap om projektet och för att stämna av med under processens gång.
- Planering av genomförandet (vilka ska vara med, tider för WS mm) med verksamhetsnära chefer och andra aktörer med inflytande över planeringen av det dagliga arbetet (t.ex samordnare)
- "Backa" om det visar sig att det lokala upplägget inte fungerar som planerat

Grunda för hållbarhet: förankring i arbetsgruppen

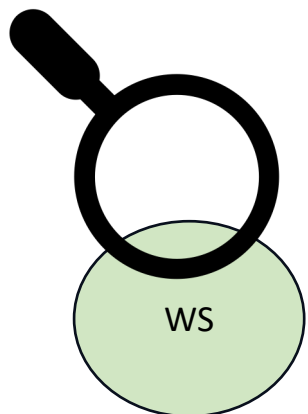
- Innehåll i workshoppar som bygger på deltagarnas reflektioner kring sina erfarenheter
- Deltagarna i workshopparna (nyckelpersoner) håller i reflektionstillfällen med kollegor för att förankra det som kommit fram i workshoppar i arbetsgruppen.
- Skapa gruppregler

GENOMFÖRANDE



ABSTRAKT

KONKRET



WORKSHOP

Nestors projektledare planerar workshop. Exempel på hur det går till:

Vad har hänt sen sist? Nyckelpersonerna berättar t.ex vad som hänt i arbetsgruppen av betydelse för projektet, hur har det gått att hålla reflektionstillfällen e.t.c

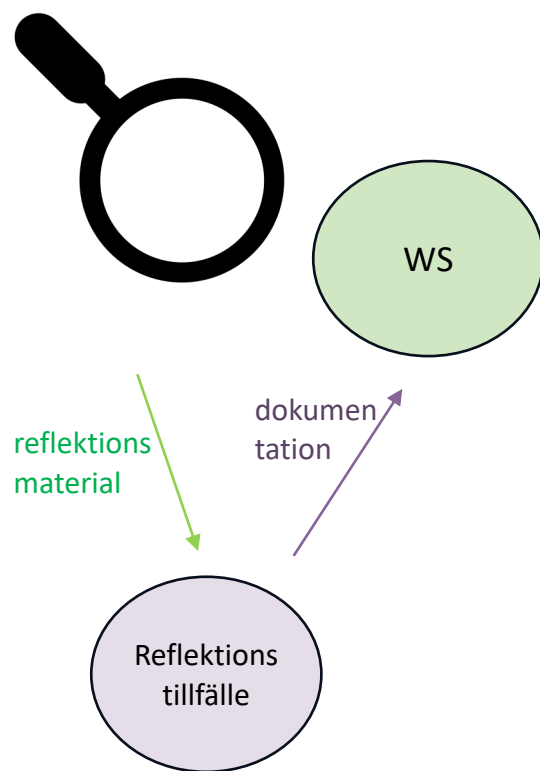
Inledande "ice-breaker" utgår från personerna, inte direkt kopplat till ämnet. T.ex mingel kring vad får dig att må bra, rita något som ger dig energi

Pass 1 Arbete i mindre grupper. Material och arbetssätt förberett av projektledare, t.ex fyll på ett stort papper som förberetts med tema/påstående/fråga

Paus. Fika, och under tiden snabbanalyserar/sammanställer projektledarna dokumentation från pass 1 och bygger in det i pass 2

Pass 2. Arbete i helgrupp. Öppen diskussion om hur det som kommit fram i pass 1 kan konkretiseras i hemtjänstens arbete. Projektledare dokumenterar på förberedda stora papper.

Utcheck. Vad tar vi med oss (nyckelpersoner och projektledare). Vad händer nästa gång?



Reflektionsmaterial. Projektledare sammanställer och analyserar material från senaste workshop och identifierar teman/frågor som är relevanta att arbeta vidare med. Utifrån detta formulerar projektledarna frågor som nyckelpersonerna kan använda vid reflektionstillfället. Instruktioner/vägledning för reflektionstillfället, som t.ex lyft fram att det är diskussionen som är viktig och att det inte finns några rätta svar.

Reflektionstillfälle. 2-3 nyckelpersoner håller i reflektionstillfället med hjälp av materialet projektledarna har utvecklat. Ett "hanterbart" antal medarbetare deltar, ca 3-8. Nyckelpersonerna dokumenterar innehållet vid reflektionstillfället skriftligt eller genom ljudinspelning.

Dokumentation och ny workshop. Projektledarna tar del av dokumentationen från reflektionstillfället och identifierar teman/frågor som är relevanta att arbeta vidare med. Planeringen av nästa workshop utgår från detta

Exempel på reflektionsmaterial

Vad vi kommit fram till hittills i workshopparna om vad en värdefull stund innebär.

I workshopparna har vi kommit fram till att lyhördhet är en viktig kompetens för att personalen ska kunna skapa en värdefull stund

Dagens uppgift: diskutera hur hemtjänst-medarbetare kan använda sig av att vara sig själva på ett professionellt sätt. Använd frågorna nedan

En värdefull stund innebär att

- stunden delas med någon som är känslomässigt närvarande
- den äldre känner att hen har ett värde
- göra något som genererar energi
- Det kan även vara en handling, utan social samvaro som betyder mycket för mottagaren.

Social samvaro ingår ofta i en värdefull stund

Lyhördhet kan användas i arbetet genom att

- Vara känslomässigt närvarande i situationen
- Uppmärksamma situationen här och nu
- Veta hur man kan locka fram energi och resurser hos den äldre personen
- Veta hur man fångar upp den äldre personens signaler för att kunna göra någonting värdefullt av det
- avgöra vad som är viktigast i stunden för den äldre personen, och prioritera utifrån det
- använda alla sina sinnen

Att berätta om sitt eget liv för den äldre personen kan bidra till en värdefull stund

- När och på vilket sätt kan vi berätta om något ur vårt eget liv så det bidrar till en värdefull stund och när och på vilket sätt är det inte professionellt? Ge exempel
- Diskutera hur ni skulle kunna stödja varandra att avgöra när och hur det kan bidra till en värdefull stund för den äldre, att ni berättar om ert eget liv i mötet med äldre personer som har hemtjänst

Utmaningar och lärdomar

- Vikten av att personer med ansvar för planering av det dagliga arbetet är involverade!
- Att hålla i reflektionstillfällen kräver förberedelse, efterarbete och engagemang, och bör helst göras i par. Det kräver kunskap att vara reflektionsledare
- Svårt att få det som ska hända mellan workshoppar (utan projektledare) att hända
- Förmedla tålamod och trygghet i att det abstrakta ska leda till något konkret
- Vad vet vi om hållbarhet över längre tid?
- Att få hela personalgruppen involverade och informerade. Något som behöver upprepas
- Vikten av att dokumentation sker på ett sätt som "ger" något (ex ljudfiler)
- Värdefullt att träffas över kommuner

Diskussion– vad kan vi lära oss?

- Hur vet vi att denna typ av projekt leder till något?
- Relevans för andra enheter än de som är direkt involverade?
- Hur kommuniceras resultatet/det som kommit fram ur projektet?
- Hur mycket tid/tålamod ska vi investera?
- Hur skapar man förtroende på alla nivåer?