

# Rapport från FoU-Norrbottnen

Rapport nr 50, 2008

  
KOMMUNFÖRBUNDET  
NORRBOTTEN

## Reminiscens

En metod i syfte att öka välbefinnandet  
bland äldre som bor inom särskilda  
boenden



Längst upp till vänster ett bindsle-halsring, till höger en skära och  
längst ner en fårsax

### Besöksadress

Vvarvsgatan 11  
971 28 Luleå

### Telefon

0920-20 54 00

### Fax

0920-942 49

### Hemsida

www.  
founorrbottnen.se

Ann-Sofi Larsson



**FoU Norrbotten**  
Forskning och Utveckling inom Socialtjänsten



## Sammanfattning

Syftet med projektet var att få kunskaper om införandet av minnesmetoden reminiscens kan leda till en meningsfullare tillvaro med såväl ökat välbefinnande som höjd livskvalité för äldre som bor på demensboende respektive äldreboende. Avsikten var också att ge personalen en metod att arbeta med, att tala med de äldre om hur det var förr i tiden har omsorgspersonalen alltid gjort, men att använda detta i avsikt att stärka de äldres identitet med ökat välbefinnande har man inte direkt satt i samband med dessa samtal. Syftet var även att anhöriga ska känna delaktighet, att deras kunskaper värdesätts och får betydelse.

Projektet genomfördes på två enheter, ett demensboende (8 träffar) och ett äldreboende (9 träffar). Reminiscens träffarna varade 1,5 timme och genomfördes en gång per vecka. På demensboendet deltog 4 personer och på äldreboendet 7 personer. Varje dag genomfördes två mätningar på respektive deltagare enligt en 5-gradig VAS-skala, för mätning av glädje och välbefinnande. Under varje träff genomförs en mätning av aktivitet enligt en 5-gradig skala. Under varje träff genomfördes observationer på respektive deltagare. Projektet utvärderas genom att anhöriga och personal besvarar ett antal enkätfrågor.

Resultatet visade att äldre personer som bor på demensboende såväl som på äldreboende och som deltog i reminiscens träffar visade en högre grad av glädje och välbefinnande, vilket tolkas som reaktion på en högre livskvalitet. De äldre upplevde reminiscens träffarna som meningsfulla, då de utifrån sin förmåga visade ett stort engagemang, utvecklade en stärkt självkänsla med stärkt säkerhet i gruppen. För att åstadkomma största möjliga engagemang hos personalen är det av stor vikt att de ansvariga lyfter upp verksamheter med socialt innehåll till ett högre värde. Resultatet visade också att personalens inställning till metoden varierar, vilket gör att utbildningsinsatser är nödvändiga för att öka omsorgspersonalens kompetens och möjliggöra att reminiscens metoden blir ett inslag i vardagsarbetet. En metod som stärker relationen mellan äldre personer och personal, och är ett bra tillfälle för personalen att få uppleva glädje och uppskattning i arbetet. Reminiscens metoden bidrog också till att anhöriga upplevde känslan av ökad delaktighet.

## Förord

Det har varit mycket intressant, givande och roligt att arbeta med projektet. Ett stort tack till alla äldre som deltog och alla anhöriga som varit delaktiga. Ett stort tack också till de projektmedarbetare som deltagit vid varje träff, ni har visat stort engagemang och haft en positiv attityd. Tyvärr kan jag inte namnge dessa på grund av att projektunderlaget är litet och detta skulle kunna påverka den enskildes integritet. Tack även till arbetsledarna och övrig personal som trots extra arbete, var positiva och såg till att det fungerade praktiskt. Även tack till de som hjälpt till genom att låna ut gamla bruksföremål, som varit i användning under projektidens gång. Ett tack till enhetschefen Berit Öströms som fungerat som min mentor i Pajala kommun och även till min arbetsgivare som gav mig tjänstledigt för att kunna bedriva projektet. Sist men inte minst ett stort tack till min handledare Marianne Forsgårde på FoU Norrbotten, som på ett professionellt sätt instruerat mig i arbetet.

Den största gåvan jag kan tänka mig att få av en  
en människa, är att bli sedd av henne, hörd av  
henne, förstådd och vidrörd av henne.

Den största gåvan jag kan ge, är att se, höra,  
förstå och att vidröra en annan människa.  
När så skett känner jag att vi har skapat kontakt.

/ Virginia Satir

Pajala  
Ann-Sofi Larsson  
2008-06-16

## Innehållsförteckning

Bakgrund	5
Inledning	5
Syfte	7
Frågeställningar	7
Kunskap om Reminiscensmetoden	7
Att arbeta med reminiscens	9
Projektet – Reminiscens	10
Deltagare boende på demensboendet	11
Deltagare boende på äldreboendet	12
Träffarnas innehåll	12
Träffarna på demensboendet – resumé	12
Träffarna på äldreboendet – resumé	15
Metod	18
Datainsamling	18
Urval	19
Metodiska reflektioner	20
Etiska överväganden	20
Resultat	21
Glädje och välbefinnande	21
Aktivitetsgrad i relation till glädje och välbefinnande	21
Individuell nivå av glädje och välbefinnande samt beteende – Demensboendet	22
Individuell nivå av glädje och välbefinnande samt beteende – Äldreboendet	25
Anhörigas upplevelser	31
Personalens upplevelser	32
Diskussion	33
Slutsatser	37
Referenser	38
Bilagor 1-4	

## Bakgrund

Min bakgrund är att jag har en anställning som undersköterska i hemtjänsten i Pajala kommun, från vilken jag för närvarande är tjänstledig. Åren 2004-2006 gick jag en 80 poängs kvalificerad yrkesutbildning i "Omvårdnad av demenshandikappade" och har efter den arbetat som projektledare. För närvarande arbetar jag dels med anhörigstödsprojektet Valo – Ljuset, där varaktiga stödformer för anhöriga som vårdar äldre i ordinärt boende ska utvecklas, dels med detta reminiscensprojekt, samt med viss handledning av personal som arbetar med äldre med demenssjukdomar och som gruppleddare för kommunens aktiverare.

I mitt arbete har jag ofta kommit i kontakt med människor med minnesproblem i olika omfattning. Under mitt arbetsliv har jag fått den erfarenheten att hur dåligt minne en person än har och hur illa personen i fråga än tycker om att vara beroende av hemtjänst, vilket också ibland leder till en avog inställning mot oss som personal, så har det alltid underlättat att nå dessa människor ifall man kunnat samtala kring deras erfarenheter tidigare i livet. Att vara intresserad, lyssna och ta del av deras erfarenheter gör att ett förtroende byggs upp, det blir lättare att få en god relation och därmed lättare att arbeta mot samma målsättning.

Också erfarenheter från mina tidigare arbeten på olika särskilda boenden har bidragit till att denna studie kändes relevant att genomföra. På de flesta boendeenheter är det hög aktivitet på morgonen, personalen har mycket att tänka på och många saker som ska göras, efter detta sprider sig ett stort lugn i väntan på nästa rusch i verksamheten, de äldre sitter och väntar, på vad?

Många av de gamla saknar meningsfullhet i tillvaron. "Enligt Antonovsky är meningsfullhet en drivkraft som gör både vård och omsorg mer hanterbar, då tillvaratas och växer såväl den enskilde som personalens resurser" (Westlund och Sjöberg 2005).

## Inledning

En humanistisk människosyn är grundläggande för vård och omsorg, vilket betyder att man skall skydda, bibehålla och höja människans självaktning. Man ska respektera människan som en unik självständig individ, som har rätt att besluta och delta i sin egen vård och omsorg. I den humanistiska människosynen ingår också inlevelse, kunskap och avsikt att vårda. Människan är en funktionell enhet, kropp och själ hör ihop, vård och omsorg ska ha detta som utgångspunkt (Armanius-Björclin, Basun m.fl. 2004).

I inledningen till det som kallas WHO: s grundlag finns ett avsnitt som kallas WHO: hälsodefinition. Denna definition från 1946 som är välkänd och ofta används, lyder så här: ”Hälsa är ett tillstånd av fullständig fysiskt, psykiskt och socialt välbefinnande och ej endast frånvaro av sjukdom och svaghet.” Även där betonas vikten av samverkan mellan kropp och själ och samverkan med personens miljö som likvärdigt, och att dessa har betydelse för människans hälsa (Jahren- Kristoffersen m.fl. 2005).

Många av de äldre som bor på särskilda boenden har minnesnedsättningar, detta kan bland annat bero på en demenssjukdom. Minnesnedsättningar bidrar ofta till att äldre tappar sin identitet och självkänsla, då kan det vara av största vikt att få prata om sin historia, att bli påmind om det liv som man levt och den betydelse man haft i livet, att få berätta och dela med sig av sina minnen och erfarenheter. I minnet kan den äldre gå tillbaka till den tid när hon/han var aktiv och frisk och detta förstärker upplevelsen av den egna identiteten.

Att arbeta inom äldreomsorgen innebär att man ska tillbringa dagen med människor som av någon anledning är i behov av hjälpinsatser för att klara av det vardagliga livet. Människor med olika bakgrund och som har olika behov. Att arbeta med ett rehabiliterande synsätt för att bevara de funktioner som finns kvar, är en viktig kunskap hos personalen. Det ger meningsfullhet och välbefinnande hos de äldre att känna att de fortfarande kan göra saker själv, men det är också viktigt för de äldre att även på det sociala planet kunna känna att deras erfarenheter värdesätts och att någon tar del av dessa kunskaper.

Genom att visa ett genuint intresse för det liv en person har levt, kan man hjälpa denne att återfå eller höja känslan av att vara unik, av identitet och självförtroende. Reminiscensen kan ses som en gemensam utveckling, en resa upplevd tillsammans (Gibson 1994).

För människor med minnesnedsättningar kan det vara svårt att prata om det som händer idag, det kan vara avslöjande och förstärka den redan låga självkänslan, att dra sig tillbaka och isolera sig kan därför kännas tryggare. Men minnet av det som hänt för länge sedan kan däremot hos dessa människor vara nästan helt opåverkat, trots att minnet för det som hänt nyligen är kraftigt försämrat.

En äldre person behöver få stöd från omgivningen för att kunna känna mening och helhet i sitt liv, framförallt om minnet sviktar. Att känna förtroende för sig själv och sin omgivning, att uppleva känslan av självbestämmande och att fortfarande kunna göra saker själv, stärker identiteten, detta är några av skälen till aktivering. Om aktiviteten är meningsfull för individen, ger den glädje för stunden och förhöjd livskvalitet (Armanius-Björnin, Basun m.fl. 2004).

Enligt SBU-rapport (2007) kan reminiscensterapi vara en bra metod för att hjälpa personer med demenssjukdomar att bevara och stärka sin självkänsla och identitet.

## Syfte

Syftet med projektet är att få kunskap om minnesmetoden reminiscens kan leda till en meningsfullare tillvaro med såväl ökat välbefinnande som höjd livskvalité för äldre som bor på demensboende respektive äldreboende. Syftet är även att personalen ska få en metod att arbeta med, och att anhöriga ska känna delaktighet.

## Frågeställningar

1. På vilket sätt påverkar reminiscensmetoden välbefinnande och livskvalitet äldre som bor på demensboende respektive äldreboende?
2. Kan personalen se detta som en möjlig metod att aktivt använda sig av på boendena?
3. Känner sig anhöriga mer delaktiga i arbetet med metoden?

## Kunskap om Reminiscens metoden

I Nationalencyklopedins ordbok beskrivs reminiscens som ”svag eller ofullständig” minnesbild. Den första som intresserade sig professionellt för reminiscens var psykiatrikern Robert Butler han såg det som en form av inventering av sitt liv, han skrev ”Att hämta fram och betrakta sina minnen är som att se sig själv i en spegel”. Man kan helt enkelt säga att det är en metod för att nå sina minnen, stimulera och utforska dem (Isacs och Wallskär 2004).

England och USA har varit föregångare vad det gäller utveckling och användning av metoden och det har blivit en vanligt förekommande aktivitet inom deras olika boendeformer, men nu sprids den till allt fler länder och områden. Metoden har använts framförallt i arbetet med äldre (Gynnerstedt och Schartau 2000).

Reminiscens innebär att tänka högt om gamla tider, att prata om sin historia, att nå sina minnen, på ett meningsfullt och personligt sätt. Metoden har till syfte att aktivt försöka väcka minnen från det förgångna, sådant som personerna varit med om tidigare i livet, att arbeta med historia, kultur och traditioner kan öka lusten att kommunicera. Målet med metoden är både att minnas och att dela med sig av gångna tider och erfarenheter. Att arbeta med reminiscens innebär också att utveckla känslan av tillhörighet, att utveckla förhållanden, att bevara identitet, att upprätthålla självkänslan, men är också ett sätt att kommunicera känslor och stimulera de funktioner som finns kvar. En metod som kan ge ökad meningsfullhet och därmed höjer livskvaliteten för de personer som deltar (Gynnerstedt och Schartau 2000).



En vanlig inställning bland många är att äldre människors minnesaktiviteter, deras tillfälliga eller oavbrutna samtal om det förgångna, är ett tecken på förvirring eller reduktion. Det är lätt hänt att beskriva en äldre människa med orden "hon lever i det förgångna" med tydligt negativa anspelningar. Även yrkesmänniskor i äldreomsorgen är präglade av detta. Men under de senare åren har de som är intresserade av metodutveckling i äldreomsorgen börjat förhålla sig till reminiscens på ett annat sätt, man har börjat förstå betydelsen av detta. Vi har även förbättrat sätten att ge gensvar, inte bara vad det gäller att visa respekt, utan i första hand att bidra till de äldres sociala och psykiska hälsa, till deras livskvalitet (Heap, 1995).

Erfarenheter från reminiscensarbete med personer som drabbats av en demenssjukdom visar att metoden kan ha en viktig funktion i att hjälpa vårdare att få ett bra förhållningssätt till den sjukes oro för att därmed med stöd och medkänsla kunna utveckla vårdplaner (Gibson 1994).

Reminiscens är ett lämpligt och nödvändigt arbete, att prata om sina minnen och förmedla tidigare erfarenheter är inte något planlöst prat för att fördriva tiden. Utan det är ett försvar mot angrepp på den egna identiteten, en tidpunkt i livet där känslan av den egna identiteten, egenvärdet och integriteten är allvarligt hotad, reminiscens är i hög grad integritets bevarande (Heap 1995).

Reminiscensmetoden kan hjälpa äldre med minnesproblem att skapa nya bekantskaper och behålla gamla och nära relationer, vilket i sin tur kan fördröja och till och med förhindra tillbakadragenhet och isolering. Metoden kan även leda till ökad medverkan, ökad spontanitet, mer social samvaro, möjlighet till kommunikation och en större självuppskattning. Förutom detta kan avståndet mellan den äldre och vårdaren minska (Gynnerstedt och Schartau 2000).

I vården av äldre med demenshandikapp har metoden blivit mycket uppskattad. Man möter personen med demenshandikapp på ett positivt sätt, intresset riktas mot något annat än personens handikapp. Uppmärksamheten riktas mot personen – inte mot symtom och problem, man går in för att möta personen här och nu med uppskattning (Isacs och Wallskär 2004).

Även äldre utan minnesproblem kan dra fördelar av reminiscensmetoden, det blir fler aktiviteter där äldre människor möts och detta stimulerar till samspel, i och med att isolering och ensamhet är ett betydande problem hos många äldre. Även nya värdefulla relationer kan skapas (Heap 1995).

Metoden kan vara till hjälp för att skapa nya kontakter och att bevara gamla relationer, vilket i sin tur kan leda till att isolering och tillbakadragenhet undviks. Studier har visat att människor som

reminiscerade i bra sammanhang också blir mer närvarande och koncentrerade i vardagen (Almberg och Jansson 2003).

Att arbeta med minnesmetoden reminiscens innebär inte att bota eller reparera minnesförmågan, målet är att ge välbefinnande för stunden, en stärkt självkänsla och att upptäcka att man trots sjukdom kan ha ett meningsfullt liv (Westius och Petersen 2006). I SBU: s rapport (2006) konstateras att en viss effekt kan ses av ökat välbefinnande och minskade grad av depression, vid reminiscens-terapi. Studierna har inte tillräckligt med underlag för att ligga till grund för evidensgradering.

Forskarna är oeniga om reminiscensmetodens effekter. Det förekommer inte heller särskilt ofta att det forskas om nya metoder inom äldreomsorgen. I Sverige är forskningen kring reminiscens-metoden ännu mycket liten (Gynnerstedt och Schartau 2000).

Att arbeta med Reminiscens

I arbetet med reminiscensmetoden används något som kallas för ”triggers” eller minnesväckare, igångsättare (Bilaga1) det kan exempelvis vara föremål från någons yrkesverksamma liv, från barndomshemmet, skoltiden. Det kan vara fotografier, något att smaka på, dofter, något att känna på eller något att lyssna till. Målsättningen är att så många sinnen som möjligt aktiveras, med hjälp av sinnen kan bortglömda minnen bli tillgängliga. Ett sätt att arbeta med denna metod, är att ha olika teman att samlas och samtala kring, exempelvis barndom, skoltid m.m. (Isacs och Wallskär 2004). Mötena ska helst hållas på samma veckodag och på samma tidpunkt, med jämna intervaller. Studien ska också ha en viss varaktighet. Det är av största vikt att projektet bedrivs i en lugn och behaglig miljö utan störningsmoment. Att man tar god tid på sig aldrig stressar och uppmuntrar alla till deltagande. Arbetet med reminiscens kan antingen göras ostrukturerat med en enskild person eller strukturerat med en planerad gruppverksamhet (Gynnerstedt och Schartau 2000).

Människor får aldrig tvingas in i reminiscensarbetet, deltagandet ska ske på frivillig basis. Det passar inte för alla, ska inte jäktas fram. Alla minnen är inte lyckliga, det kan även framkalla svunnen smärta, förlust eller svunnen glädje. Medgivande ska ges från anhörig/god man om inte den enskilde själv kan svara för sig (Gibson 1994).

Av personalen som arbetar med metoden reminiscens krävs att man försöker ta reda på så mycket som möjligt av deltagarnas levnadsberättelse, här kan anhöriga vara till stor hjälp. Det krävs också aktivt lyssnande, empati, känslighet och respekt bland annat för att kunna hantera de olika stämningarna som kan uppkomma under studien. Det är även fördelaktigt att ha kunskaper om historia, traditioner och kultur.

## Projektet - reminiscens

Projektet genomfördes på boendeenheterna tiden 2007-03-27 till 2007-06-05. Målet med projektet var att få kunskap om minnesmetoden reminiscens kan leda till en meningsfullare tillvaro med ökat välbefinnande och höjd livskvalitet hos äldre. Målet var också att personalen skulle få en metod att arbeta med samt att anhöriga skulle känna delaktighet.

För att uppnå målet har reminiscens träffar genomförts på två boendeenheter, en grupp på ett gruppboende för äldre med demenssjukdom och en grupp på ett äldreboende för personer med olika grader av omvårdnadsbehov. På demensboendet valde vi att ha träffarna på tisdagar mellan 13.00 och 14.30 och på äldreboendet på fredagar vid samma tidpunkt. På demensboendet var träffades förlagda i en deltagares lägenhet. På äldreboendet träffades vi i en samlingslokal på nedre plan i samma byggnad. Träffarna genomfördes i en lugn och behaglig miljö utan några störningsmoment. Med på träffarna var förutom de äldre, jag som projektledare och en projektmedarbetare från boendeenheten, en person som var känd av deltagarna.

Tillsammans med projektmedarbetaren på respektive boende gjorde projektledaren en genomgång av de levnadsberättelser som fanns att tillgå för varje enskild deltagare. Levnadsberättelserna blev utgångspunkt för de olika teman som vi skulle ha på våra träffar under projekttiden. På demensboendet planerades 8 träffar och på äldreboendet 9 träffar.

På båda boendeenheterna inleddes varje träff med att var och en av deltagarna personligen blev hälsad välkommen av projektledaren, därefter tog vi del av smakupplevelsen för den dagen. Lokalen var förberedd med att en del av de ”triggers” som skulle användas under träffen låg framme på ett angränsande bord eller liknande. Samma personer deltog vid varje träff, på båda boendeenheterna. Under projekttiden förekom någon enstaka sporadisk frånvaron hos de deltagande äldre.

I och med att vi inledde träffarna med någon smakupplevelse, blev detta ett naturligt sätt att inleda vår gemenskap och samtalen kom igång. Jag som projektledare fungerade som diskussionsledare, att få igång samtalen men också med uppgift att föra samtalen vidare. Vid varje träff betonades att deltagarna hade kunskaper som vi yngre saknade och att vi hoppades få ta del av deras lärdomar.

I gruppen på äldreboendet fanns några som var mer talföra än andra, där gällde det att styra samtalen så att även de som var tystlåtna fick möjlighet att uttrycka sig. Men det fanns även de som inte ville säga så mycket, men gärna lyssnade på vad andra berättade och verkar nöjda med det. Ambitionen var att respektera varje individs

personlighet, att komma ihåg att alla deltar efter sin förmåga och på sitt sätt.

Efterhand som träffen fortskred plockades olika ”triggers” fram, för att få igång samtal, ibland användes bara några ”triggers” och ibland behövdes det flera. Oftast visste alla vad det var och hade något att säga om föremålen, dofterna m.m. Många berättelser fick vi ta del av. En del föremål kunde väcka fysisk aktivitet, deltagarna kunde med kroppsspråk visa oss hur föremålet skulle användas. Vissa föremål kunde fungera som en utmaning, speciellt på äldreboendet, ”vad kan detta vara?”, föremålet gick från hand till hand, alla studerade och funderade, i regel var det oftast någon av deltagarna som kom på vad det var, till allmän glädje för alla.

Ibland kunde temat vara känsligt för vissa deltagare, de kunde reagera med att inte vilja fortsätta diskussionen, bli tysta, titta åt ett annat håll, rulla undan med rullstolen, att temat inte var ”bekvämt” kunde klart och tydligt tolkas i deras kroppsspråk. Ibland gick det att prata om det känsliga, ibland inte, det var olika från person till person och från gång till annan. Det var viktigt som ledare att inte vara rädd för de känslor som väcktes hos deltagarna och att våga bekräfta dessa, då det i sin tur kan leda till en inre ro hos den enskilde.

Varje träff var olik den andra, ibland flöt samtalet av sig självt, vi inledde med temat för dagen och det ena samtalet ledde till det andra, och ibland hamnade samtalet långt ifrån det ursprungliga ämnet. För det mesta var de ”triggers” som användes bra, men någon enstaka gång kändes det som att vi helt enkelt hade ”fel” föremål med oss. Men det viktigaste med reminiscens är viljan och lusten till att samtala, inte det ursprungliga temat, eller föremålen. Men både tema och ”triggers” kan vara till hjälp för att komma igång med samtalet. I slutet på träffen gjordes en kort sammanfattning av dagen ämnen och projektledaren tackade för allas deltagande, med en önskan om att snart få träffas igen.

Personalen på boendeenheterna fick en kort resumé om dagens tema och vad vi samtalat om efter avslutad träff.

#### Deltagare på demensboendet

Denna grupp består av fyra kvinnor, alla har olika grader av kognitiva funktionsnedsättningar, även om inte alla har en formell demensdiagnos. En av deltagarna har nedsatt hörsel och en är afatiker. En pratsam grupp och det som inte sades med ord uttrycktes via kroppsspråket, mycket klart och tydligt. Vi fick ta del av många roliga berättelser, glada skratt men även vemod under våra träffar. På demensboendet krävdes det mer av mig som diskussionsledare för att få igång ett samtal, men när man väl kom igång med samtalet så flöt det oftast på av sig självt. I den här gruppen var användandet av kroppsspråket mer tydligt.

Deltagare på äldreboendet

Denna grupp består av sju kvinnor, någon har en formell demensdiagnos, några utan formell demensdiagnos men med minnesnedsättningar. Även några utan minnesproblem fanns med i gruppen. På äldreboendet gick det oftast lätt att komma igång med samtalet, det var en blandad grupp med många olika personligheter, några pratsamma, någon tystlåten, några med underbar humor, en väl fungerande grupp och alla hade något att tillföra under träffarna. De var aktiva både verbalt och fysiskt.

Träffarnas innehåll

Tillsammans med projektmedarbetarna från de två boendeenheterna gjorde vi en planering med olika teman för våra träffar. På demensboendet valde vi teman som:

- Jordbruket
- Skolan
- Handarbeten
- Kaffestunden
- Kläder, skor och bröllop
- Bondepraktikan, odlingar, fritid
- Hygien, klädtvätt
- Matlagning, bakning

Och på äldreboendet såg valet av teman ut på detta vis:

- Jordbruket
- Skolan
- Kläder, skor
- Bastu, film
- Handarbeten
- Bondepraktikan, gamla ordspråk
- Andra världskriget
- Skolavslutningar, konfirmation

Träffarna på demensboendet – resumé

*Träff 1 – Jordbruket*

Triggers – stäva, filbunke, träslev, skära, mjölksil, ull, kardor, fårsax, fårskinnfäll, foton, och kalvdans som smakupplevelse (Bilaga 1a och 1b). Alla deltagarna var intresserade och deltog både verbalt och icke verbalt, någon visade hur man kardade ull, hur man använde fårsaxen, filbunken fick en av deltagarna att visa hur den var fylld med fil, hur man tog med slevan och åt av filen och ansiktsuttrycket och ögonen visad oss andra hur gott det var, allt visades med nästan enbart kroppsspråk. En tog tag i stävan och satte den mellan knäna för att visa oss hur det gick till när man mjölkade korna. Även den som inte kunde föra ett verbalt samtal var delaktig, lyssnade, smålog, tittade på fotografierna, visade med händerna att en del saknades i mjölksilen. En givande träff med många olika reaktioner, samtal, glädje, ögon som visade igenkännande, alla verkade trivas.

### *Träff 2 – Skolan*

Triggers – planscher, pennor, kriter, griffeltavla, böcker, kulram, karta, klocka, skrivhäftet och torkat älgkött och gammeldags fil som smakupplevelse. Samtalade om skolvägen, skoltiden, hur man tog sig till skolan någon hade åkt skidor, någon hade varit inackorderad under sin skoltid och vi pratade om den ledsamhet som följde när man var tvungen att lämna sin familj. Vi läste och bläddrade i böckerna, en av deltagarna var speciellt intresserad av en bok, bläddrade fram och tillbaka, var helt inne i boken, såg ut att läsa. Smakupplevelsen gjorde att samtalet kom in på hur man torkade kött, hur vanligt det var, hur man gjorde gammeldags fil, om det tjocka gräddtacket som bildades på filen och hur alla gärna ätit bara den, men det var förbjudet. En del av deltagarna satt och väntade på mig när jag kom till boende, hade även funderingar på egna grejer att ta med som vi kunde prata om, var positiva till verksamheten. Vi hade en lugn träff med samtal i olika riktningar, ingen oro. De som inte själva deltog i samtalet nickade, log och verkade glada. Den hemmagjorda filen var mycket uppskattad, till och med tallriken vaktades, ingen fick röra i den, alla åt med god aptit.

### *Träff 3 – Handarbeten*

Triggers – vävböcker, bandväv, vävspännare, skyttlar i trä och metall, strumpstickor, virknålar, broderier, mönster till monogram, dagens smakupplevelse var smörbakelser med kaffe. Samtalade om olika former av handarbeten som man gjort i sitt liv, förr var det ofta ett måste, ett arbete som var tvunget och inte alltid så roligt, blev en hobby senare i livet. Sakerna vi hade med idag var bekanta för alla, om de inte var verbalt igenkännande så såg man i ansiktsuttryck och ögonen att det var saker som man kände igen och använt sig av, en strykning på broderiet och ordet ”fint” uttalades, av den som annars hade svårt att uttala sig verbalt. Mycket bläddrande i vävböckerna med mönster till mattor som man kände igen. Enligt personalen hade våra träffar redan blivit uppskattat, frågor som ”När kommer flickan med de gamla grejerna” hade dykt upp, även dagens klädval var viktig. En del av deltagarna hade inte tidigare varit intresserade av att medverka i olika aktiviteter, vilket de nu gjorde med glädje.

### *Träff 4 – Kaffestunden*

Triggers – kaffekvarn, kaffebönor, burkar, mjölkflaska, korg för osttillverkning, sockertång, socker hacka, sockerlåda i trä (Bilaga 1b och 1c). Idag hade vi kaffe med kaffeost som smakupplevelse. Mycket samtal kring kaffet, vi hjälptes åt att mala kaffebönorna för att sedan koka kaffe tillsammans, det doftade gott av både nymalet och nykockt kaffe. Ett bra tema som väckte många minnen, vi fick ta del av många berättelser och mycket skratt. Att ett enda ord kan sätta igång minnesprocesser, det fick vi bevis för idag, någon nämnde ordet choklad och då började en av deltagarna berätta en lång historia i anknytning till detta. Vi fick också uppleva när mjölkflaskan hos en av deltagarna gav en stark reaktion, kramade flaskan, drack ur den, svalde trots att flaskan var tom, sa att den innehöll någon saft och glädjetårar kom fram, fick sedan veta av anhöriga att det tillverkats en speciell saft i barndomshemmet. Också reaktioner utan ord även denna

gång, igenkännande syns i ögonen och leenden. Alla är intresserade av att se och känna på sakerna vi har med oss.

#### *Träff 5 – Kläder, skor och bröllop*

Triggers – vadmalskläder, skor vanliga och näbbskor, vävda band till näbbskor, klänning, nattskjorta, väska, kataloger och bröllopfoton. Idag serverade vi vetelängd och kaffe. Dagens samtal handlade bland annat om tyget i vadmalskläder om man köpte eller gjorde detta själv, hur jobbiga dessa var att tvätta, pratade också om modet förr, vi studerade katalogerna ingående, tittade på vad som erbjöds och vad det kostade. Berättelser om gårdfarihandlare kom upp, vad dessa hade med sig i sina väskor till försäljning. Pratade också om vad man hade på sig till vardags och till fest. Tittade på deras egna bröllopfoton hur de var klädda då, presenter vid giftermålet m.m. Väskan vi hade med ledde minnena till en lärare som någon haft. Tyvärr blev det ett störningsmoment under träffen på grund av att läkaren besökte boendet just då och ville träffa några av deltagarna.

#### *Träff 6 – Odlingar, bondepraktikan, bärplockning och fritid*

Triggers – fotografier från egna trädgårdar, böcker, hink, becolja, såmaskin, och en sak i trä som ingen riktigt visste vad det var. Dagens smakupplevelse var hjortron, vinbär och klappgröt. Idag samtalade vi om saker som odlades i hemmen, det var framförallt grönsaker som morötter och majrovor, blommor var inget man prioriterades, men de blommor som ändå odlades var pelargonier, begonier och tagetes, någon hade varit speciellt duktig med pelargoner. Bärplockning var också något som alla hade gjort, det var både som nöje och som en del av hushållsarbetet, det var skönt att vara ute i skogen och att sedan sitta framför elden och koka sitt kaffe var helt oslagbart. Beckoljan påminde mer om höbärgningen och det arbete som detta innebar. Att det var vanligt med klappgröt på hösten efter att man plockat lingonen, de var något som alla var överens om.

#### *Träff 7 – Hygien, klädtvätt*

Triggers – tvättbräda, balja, vattenskopa, ”rysstvål”, såpa, basturuska, strykjärn, tvättåra och luskam. Idag bjöd vi på finska pinnar och kaffe. Samtal om hur kläder tvättades, tvätten kokades i lut och mattorna tvättades i såpa, tvätten sköljdes i sjön eller älven, en mycket kall syssla på vintern, Bastubadandet var också en viktig del av livet, dit hörde även basturuskan och där användes ”rysstvålen” Ett tema som fick igång många berättelser, flera spontana och glada historier om händelser i deras barndom. Praktiskt visades hur man använde tvättbrädan och tvättåran, även tips om hur viktigt det var att inte bränna hål i tyget med det tunga strykjärnet. Luskammen var något som allas mödrar hade använt flitigt, fanns i de flesta hem, men var dyr att köpa. En positiv träff med många glada skratt.

#### *Träff 8 – Matlagning och bakning, sång och musik, fritid*

Triggers – brödnagg (för rieska) som en av deltagarna tagit med, en fin sockertång, kokböcker, bakrecept, grytlappar (en deltagares) rånjärn, milospel, kortlek, CD-skiva med sånghäfte. Idag hade vi

halstrad strömming, mjukt hembakat bröd och gammaldags fil som smakupplevelse och vi avslutade med hembakade rån och kaffe. Jakt och fiske har varit en viktig del av livet, de hade framförallt fiskat mycket, gravad sik var en delikatess, fiskpalt åt man på våren. Köttsoipan gjordes på lammkött och på söndagsmorgon skulle alla äta risgrynsvälling. Många berättelser kring traditioner som fanns vad det gäller maten, vad som var brukligt att äta, beroende på tillgång av mat. Fick även noggranna beskrivningar på hur de saker vi hade med, sett ut i deras hem. Att rensa den halstrade strömmingen, gjordes av några precis som det gjort detta igår, de syntes att de var vana vid det. Vi lyssnade också på ett gammalt skillingtryck, som flera av dem kände igen och sjöng med. Vad det gällde spel, var det inget som de sa sig ha sysslat med på grund av deras kristna föräldrar, det var syndigt.

#### Träffarna på äldreboendet – resumé

##### *Träff 1 – Jordbruket*

Triggers – stäva, koskälla, filbunke, träslev, hästbjällror, skära, ull, kardor, fårsax och fårskinnsfäll. Kalvdans som smakupplevelse. En grupp med sju personer, en del mer pratsamma än andra. En givande träff med mycket prat, de flesta berättade spontant om sina erfarenheter, de andra berättade när man ställde direkta frågor till dem, men utvecklade inte samtalet vidare. Många av deltagarna var aktiva och visade oss hur sakerna användes, hur man mjölkade, kardade ullen, hur fårsaxen skulle ha en ylletråd i handtaget för att underlätta klippningen, ljudet från koskällan gav minnen om tiden när korna var ute i skogen på bete och var på väg hem för mjölkning, hästbjällran påminde dem om hur man åkte till kyrkan på julotta, och hur stämmingsfullt detta kunde vara. Kalvdans var mycket gott, vanligt förr men exklusivt idag.

##### *Träff 2 – Skolan*

Triggers – gamla skolböcker, en av deltagarna hade med sig skrivhäften, böcker, och ett skolförkläde från sin egen skoltid, griffeltavla, kriter, kulramar, planscher, en gammal tavla som hängt på en skola ”du skall icke svärja”. En annan av deltagarna hade med sig sitt eget skolfoto. Som smakupplevelse hade vi rieska med hemkärnat smör och kaffe till. Positiva deltagare som frågar om det skulle bli fest när de kommer till träffen, tyckte det såg så trevligt ut. Alla fick möjlighet att berätta just om sin egen skoltid, som kunde vara ganska olika, någon hade haft en lång skolväg 5 km enkel väg, det var långt och kunde vara kallt, inte fanns de några skolskjutsar då, under vintern kunde de åka skidor. Några hade varit tvungna att arbeta i ladugården innan de gick till skolan. Någon hade också varit på arbetsstuga. Spontana berättelser om händelser under skoltiden, om elaka pojkar och stränga lärare. Även samtal om hur jobbigt det var i skolan på grund av att de inte fick prata finska där, trots att de inte kunde något annat. Alla fick möjlighet att bidra med något under träffen. Glädje syntes så tydligt hos en av deltagarna, när denne kunde komma på vad ett speciellt ställe hette och delge oss detta. Även spontana kommentarer som ”det är roligt att få prata om gamla tider”.



### *Träff 3 – Kläder, skor, tvätt av kläder*

Triggers – gamla klänningar, vadmalsbyxor, näbbskor, vävda band till näbbskorna, pjäxor, fin skor, strykjärn, mangelbräda, tvättbräda, såpa, nattlinne, mössa och som smakupplevelse hade vi kaffe med smörbakelser. Återigen var det någon som upplevde att träffen var en fest, att det var roligt att komma dit. Många aktiva deltagare, visade hur mangelbrädan och tvättbrädan fungerade, nästan som en tävlan vem som skulle visa detta. Fick även se hur de vävda banden skulle sättas på näbbskorna. En rolig träff med mycket skojande och glada skratt, samtalen kom in på dans som de flesta tyckte hade varit så roligt, tango var bäst. Man städade ”rian” någon kom och spelade dragspel och sen dansade man, inte alltid så omtyckt av föräldrarna, för det var syndigt. Det var också viktigt att alla arbeten var gjorda innan man gick på nöjen. Smörbakelserna ledde till en diskussion om vilka som kunde göra dessa, mycket prestigeladdat ämne, på grund av att de alltid har ansetts att det bara är ”vissa” som är duktiga på detta.

### *Träff 4 – Bastu, film*

Triggers – tvättbalja, vattenskopa, ”rysstvål”, basturuska, luskam, fenom-skurmedel, såpa och en gammal film från orten. Dagens smakupplevelse var hembakad vetelängd med kaffe. De som var pratsamma delar med sig av sina erfarenheter och funderingar, de som var tystlåtna ger svar på frågor man ställer, inte mer. Men däremot kunde man se att även de som inte säger något är intresserade av vårt samtal och lyssnar på det som berättas, de småler igenkännande, skrattar, är glada och verkar tycka det är roligt. När vi tittar på filmen så var det speciellt en av deltagarna som känner igen en hel del av dem som deltog i filmen, berättade vad de heter och varifrån de kom. Lite oro i slutet, troligtvis på grund av en missuppfattning av tiden.

### *Träff 5 – Kaffestunden*

Triggers – Kaffekvarn, kaffeböner, kafferostare, burkar både kaffe och choklad, en korg för osttillverkning, sockerlåda i trä, sockertång och hacka, kokbok och som smakupplevelse kaffeost och kaffe. En av deltagarna som har minnesproblem uttrycker först av allt när vi startade träffen, ”Här har jag varit förut, ni var också med och vi satt precis på samma sätt då också” och det stämde exakt. Alla hjälptes åt att mala kaffebönorna och en av deltagarna hjälpte till att koka kaffet och blev så stolt när de andra tyckte att kaffet smakade gott. Fast koncentrationen låg på kokningen av kaffe så uppfattade personen ifråga diskussionen kring bordet om ”klarskinn” som det stod om i kokboken, visste exakt vad det var och hade även använt sig av detta, uttryckte detta både med kroppsspråk och verbalt. Fick ta del av många roliga och intressanta berättelser från deltagarna, bland annat hur språkförbristningar kunde leda till missuppfattningar och roliga situationer.

#### *Träff 6 – Handarbeten*

Triggers – vävskedar, skyttlar nyare och äldre modeller, vävböcker, broderier, garnvinda, garnhärva, vävspännare, nyckelhållare, mönsterböcker till virkning och stickning, smakupplevelse idag var vita pepparkakor eller Kangos kakor som de också kallas. Inte så stor grupp idag, många som var sjuka, men en spontan skara, som börjar känna igen sig, har förväntningar ”vad har ni nu hittat på”? Vi fick igång ett samtal om deras erfarenheter vad det gäller olika handarbeten, vad de själva gjort som ett måste och som nöje, kurser de varit med på. Gruppen är väldigt roade av att vi har med oss saker som de inte säkert vet vad det är, nyckelhållaren var en sådan, den gick runt från person till person alla studerade saken noggrant och funderade vad det kunde vara, ibland när någon i gruppen kom på vad det användes till och när man kunde bekräfta att de stämde, då öste gruppen beröm över den som kunnat detta och personen i fråga växte enormt. En av deltagarna har under veckan som gått visat mycket större öppenhet mot den medarbetare som är med i gruppen, pratat och berättat betydligt mer om sitt liv än tidigare.

#### *Träff 7 – Bondepraktikan, ordspråk*

Triggers – bondepraktikan, en bok med gamla ordspråk och spådomar om väder som är skriven på svenska och finska, som använts i våra trakter, en sak av trä som ingen riktigt visste vad det var, seldon till hästar. Dagens smakupplevelse var klappgröt och kaffe. Berättelserna gick åt många olika håll idag, en av deltagarna läser upp en lång ramsa som ingen hört förut, det gamla sättet att spå väder på hade alla vuxit upp med. Vi fick ta del av historier om barnafödande, höbärgningar, även av tragiska historier om drunkningsolyckor och barn som avlidit, rädsla för vatten och svaga isar. Det är flera i gruppen som blivit mer pratsamma med tidens gång, man upplever att de blivit säkrare i gruppen, en del säger inte så mycket men verkar trivas under träffarna. Detta är en grupp som gillar utmaningar, är väldigt intresserade av saker som vi inte vet vad det är, de vill så gärna hjälpa oss att lösa mysteriet och för det mesta så lyckas de, till stor glädje för alla.

#### *Träff 8 – Världskriget*

Triggers – ransoneringskort, fotogenkanna, oljelampa, böcker som handlade om kriget med fotografier, sånghäften, CD-skiva (Bilaga 1c). Idag hade vi gammeldagsfil, rieska och torkat älgkött som smakupplevelse. Ett tema som gav många historier och upplevelser. Berättelser om löss och hur de behandlades med sabadillättika i bastun och kammades med luskam, hur de känt sig skinnflådda på huvudet, och hur man knäppte loppor. Även om hur pratet gick kring flyktingar. De kom också ihåg när Pajala bombades, hur nära allting kom då. Idag deltog även de som inte annars var så pratsamma mer i samtalet, alla hade något de ville dela med sig av. I slutet spelade vi ett gammalt skillingtryck med en tragisk historia och Kostervalsen och då fick även gamla ben liv, två av deltagarna svängde om i en vals, sken som solar och resten sjöng glatt med. Även om det var många allvarliga samtal ämnen så fanns det ändå plats för skratt och skoj

under träffen. Även smakupplevelsen gav minnen om hur det var förr när deras egna mödrar gjort gammeldagsfil hemma.

#### *Träff 9 – Skolavslutningar, konfirmation, sommar*

Triggers – psalmbok, konfirmationshäfte, björklöv, becolja, hink, till smakupplevelse bjöd vi på en gräddbakelse med hjortron och kaffe till. Idag började vi med att prata om skolavslutningar, som inte hade varit så speciella, de hade kanske fått nya kläder till detta, då var konfirmationen av större betydelse, ett steg för att bli vuxen. Läste från ett konfirmationshäfte bland annat Fader vår, de kunde alla utantill som rinnande vatten. Några hade varit inackorderade hos någon familj under tiden de läste till konfirmationen. Sommarens aktiviteter gav mycket mer samtalsämnen, det hade varit en årstid med mycket arbete, men också med mycket glädje. Idag var alla delaktiga på något sätt, alla kunde bidra med några erfarenheter och upplevelser, en av deltagarna som inte annars var så pratsam, inledde själv ett samtal, något personen inte tidigare gjort. Deltagarna blev vemodiga när vi tackade för den här tiden och för de lärdomar som de delgivit oss. De uttryckte att det hade varit så roligt att få prata om gamla tider och spännande att se vad vi hade hittat på till varje träff, vilka saker vi skulle ha med, vad de skulle bli bjudna på.

## Metod

För att få kunskaper om effekterna vid användandet av metoden reminiscens valdes en kvantitativ ansats (Backman 1998). Två olika VAS-skolor användes för deltagarna under projekttiden. Anhöriga och personal fick besvara en enkät efter projekttidens slut. Observationer med en kvalitativ ansats (Backman 1998) genomfördes under träffarna.

## Datainsamling

### Mätning – glädje och välbefinnande

Dagligen, under de veckor som projektet genomfördes gjordes två mätningar med VAS-skalan (Visuell Analog Skala) på respektive deltagare. På demensboendet gjordes cirka 110 mätningar/deltagare och på äldreboendet cirka 120 mätningar/deltagare. Skalan mäter glädje och välbefinnande i 5 steg där ett betyder djupt olycklig/nedslagen och fem är mycket glad/på väldigt gott humör. Mätningarna genomfördes dagligen vid samma tidpunkt på förmiddagen 10.00 och på eftermiddagen 16.00 (Bilaga 2). Mätningarna gjordes av den ordinarie personal som var i tjänst under dagen, då de har bäst kännedom om personerna i fråga.

### Mätning – aktivitet som syns och hörs

Under varje träff gjordes en mätning på varje enskild deltagare med VAS-skalan som mäter grad av aktivitet som hörs eller syns. Skalan mäter aktivitet i 5 steg där steg ett betyder passiv/ingen aktivitet till

steg fem som betyder helt och hållet engagerad i verksamheten (Bil 3). På demensboendet gjordes 8 mätningar/deltagare och på äldreboendet 9 mätningar/deltagare. Mätningarna gjordes av projektledaren och projektmedarbetaren tillsammans efter varje avslutad träff.

#### Observationer

För att få en bild av deltagarnas upplevelser av arbetet med reminiscens gjordes observationer under träffarna av både projektledaren och projektmedarbetaren. Vi fokuserade på deltagarnas reaktioner, att observera olika kroppsspråk såsom ögon och ansiktsuttryck, kroppsliga reaktioner och det verbala. Efter varje träff sammanställde vi observationerna genom att vi diskuterade varje enskild deltagare, hur aktiv personen varit, vilka reaktioner vi sett, uttrycktes något med ögon, med ansiktsuttryck, via kroppsspråk eller verbalt, var personen bekväm i situationen, var ämnet känsligt, trivdes personen i sammanhanget eller inte, kom det reaktioner av glädje, sorg, igenkännande, oro m.m. Projektmedarbetarna var mycket viktiga i detta sammanhang, de hade kännedom om deltagarna och deras vardagliga beteende, vilket jag som projektledare inte hade, deras observationer var mycket värdefulla för projektarbetet. Materialet vi fick ihop via anteckningarna var sammanlagt 12 A4 sidor.

#### Enkäter

Ett frågeformulär (Bil 4) utformades för att efter projekttidens slut få kunskap om vad de berörda anhöriga/den enskilde hade för upplevelser eller uppfattningar om projektet. Projektledaren tog kontakt med anhöriga via telefon, berättade om enkäten, om syftet med denna. Enkäterna skickades ut och alla 11 anhöriga svarade på enkäten. Två av de enskilda deltagarna svarade på enkäten tillsammans med sina anhöriga.

För att få ta del av personalens åsikter om projektet utformades också ett frågeformulär för dem (Bil 4). Arbetsledarna på varje boendeenhet fick i uppdrag att dela ut enkäten bland sina anställda och uppmana dessa att svara på frågorna. På demensboendet svarade 8 av 10 personal, på äldreboendet svarade 14 av 29 personal, påminnelser skickades vid två tillfällen.

#### Urval

##### Särskilda boenden

I inledningsskedet träffade jag alla arbetsledarna i kommunens särskilda boenden på en arbetsledarträff, jag informerade om reminiscensmetoden, för att få veta vilka enheter som var intresserade av att delta i projektet. Arbetsledarna informerade i sin tur personalgrupperna om projektet samt frågade om intresse av att delta. Alla arbetsledare meddelade sitt intresse för att projektarbetet skulle göras hos dem. Därefter tog jag mig friheten att välja ut två boendeenheter, ett gruppboende för äldre personer med demenssjukdom och ett äldreboende. Valet grundade sig på att få med olika boendeformer för att kunna se om effekterna av reminiscensmetoden skiljde sig åt. Detta då ett rimligt antagande var att de som

bor på ett äldreboende kan vara kognitivt piggare än de som bor på ett demensboende.

När boendeenheterna var utsedda informerades personalgrupperna på respektive boende om projektet och reminiscens metoden. Önskemål framfördes om att någon i personalgruppen skulle delta i projektet som medarbetare och observatör. Under mötets gång utkristalliserades en personal i varje arbetsgrupp som var intresserad av att delta i projektarbetet.

#### Deltagare

Tillsammans med respektive personalgrupper valde vi ut vilka av de äldre som skulle erbjudas deltagande i projektet. Jag ansåg att personalen hade bästa kännedom om de boende och kunde göra detta urval. De huvudsakliga urvalskriterierna var att personer med minnesnedsättningar skulle delta, men jag uppmanade personalen till att inte vara rädda för att blanda personer med olika funktionshinder, exempelvis afasi eller personer med avvikande beteenden. Det kunde också vara bra med någon deltagare som inte hade några direkta minnesproblem för dessa kunde fungera som en bra resurs i gruppen för att få igång samtalen. Även personer som var nedstämda, tystlåtna och som inte deltog i andra aktiviteter på boendet, var tänkbara deltagare i projektet.

På demensboendet satte vi ihop en grupp på fyra personer och på äldreboendet en grupp på sju personer, en större grupp på äldreboendet på grund av att de som bor där förmodas vara piggare än de som bor på demensboendet.

#### Metodiska reflektioner

På grund av att mätningen med VAS-skalan genomfördes under begränsad tid, endast under projekttiden, så finns inte möjlighet att göra bedömningar på effekten av projektet på längre sikt. Bedömningen görs endast på effekten under projekttiden. På demensboendet avslutade en av deltagarna sin medverkan tidigare än de övriga, detta medförde att den personens mätvärden inte finns med i redovisningen. På grund av att en veckas mätresultat på äldreboendet kom bort och inte fanns att tillgå, så är det redovisade materialet på äldreboendet uträknat på 8 veckor istället för de 9 veckor som projektet ägde rum.

#### Etiska överväganden

De boende som kunde svara för sig själv fick information och erbjudande om att delta och dessa tackade ja. Alla anhöriga kontaktades via telefon av projektledaren för att informera om projektet och för få ett medgivande för dem som inte kunde svara för sig själv. De anhöriga var positiva till att deras närstående skulle delta i projektet och tackade ja till detta. Vikten av att få de anhörigas

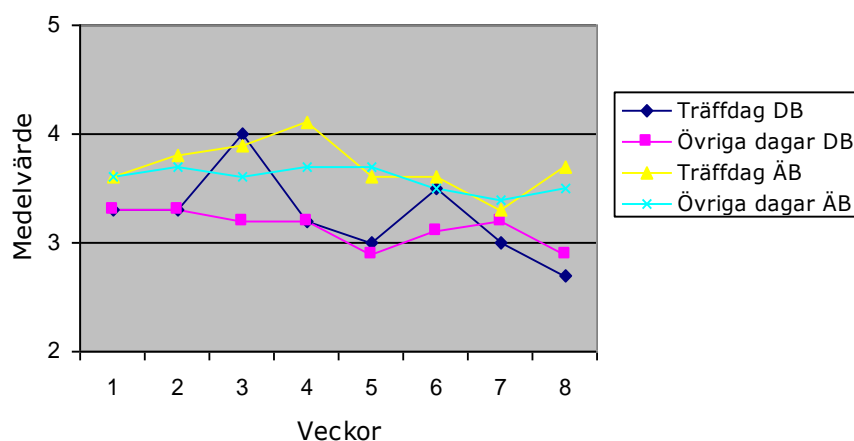
deltagande betonades, att få information om den närståendes tidigare liv, kanske kunde de hjälpa till med hjälp av ”minnesväckare” som exempelvis fotografier, saker som de äldre använt i sitt yrkesliv, i hemmet m.m.

## Resultat

Under denna del redovisas först resultatet för demensboendegruppens som äldreboendegruppens VAS-värden under träffdagar samt under veckans övriga dagar. Därefter visas gruppernas aktivitetsgrad i relation till VAS-värden. Efter detta visas respektive deltagares individuella VAS-värden samt iakttagelser gjorda under observationerna och slutligen redovisas enkätsvaren från anhöriga och personal.

### *Glädje och välbefinnande*

Inom såväl demensboendegruppen som äldreboendegruppen har träffdagarna något högre medelvärde av glädje och välbefinnande (VAS-värde), än under veckans övriga dagar. Under träffdagarna finns en tendens till större variation i graferna. Kurvan på VAS-värdet under övriga dagar har en jämnare nivå. Även en antydning till att gruppen på äldreboendet ligger högre i VAS-värden överlag jämfört med demensboendegruppen.

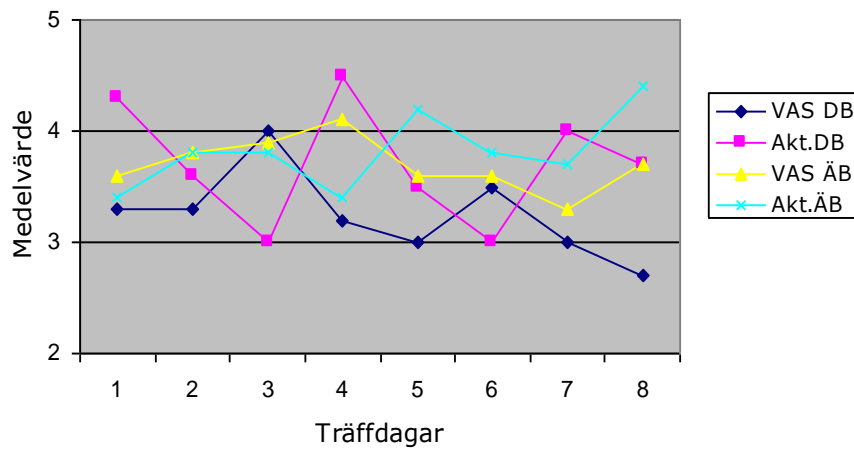


Figur 1. Demensboendegruppen (DB), Äldreboendegruppen (ÄB) förhållandet mellan medelvärdet i VAS-mätningen under träffdagar och veckans övriga dagar

### *Aktivitetsgrad i relation till glädje och välbefinnande*

Demensboendegruppen har större variation i aktivitetsgrad under träffdagarna, i medeltal 3,7. Äldreboendegruppen har något jämnare aktivitetsnivå, i medeltal 3,8 med en tendens till att nivån ökar under de sista träffarna. Inga synliga samband mellan grad av aktivitet och grad av glädje och välbefinnande (VAS-värde) kan ses. Resultatet

visar såväl varianter av hög grad av aktivitet tillsammans med lågt VAS-värde som det motsatta.

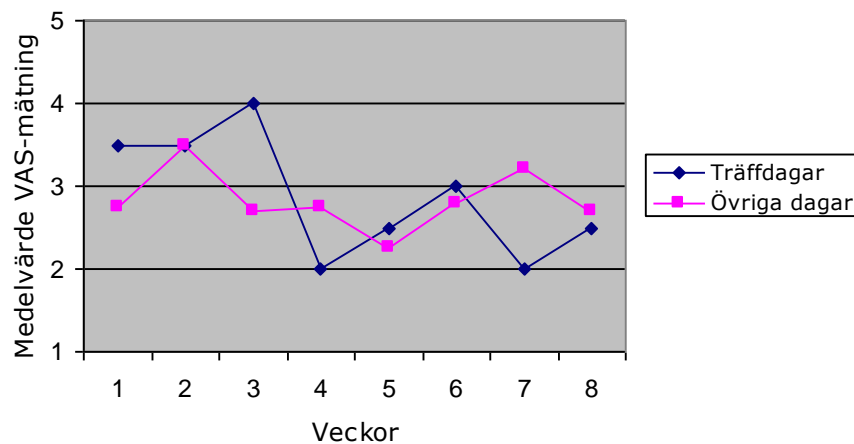


Figur 2. Demensboendegruppen (DB), Äldreboendegruppen (ÄB) förhållandet mellan VAS-mätning och Aktivitetsmätning under träffdagarna

*Individuell nivå av glädje och välbefinnande samt beteende – Demensboendet*

*Person 1*

Ganska stora variationer i nivå av glädje och välbefinnande under veckornas alla dagar, så även under träffdagarna. Hälften av träffdagarna genereras en högre nivå i VAS-värden än veckans övriga dagar.

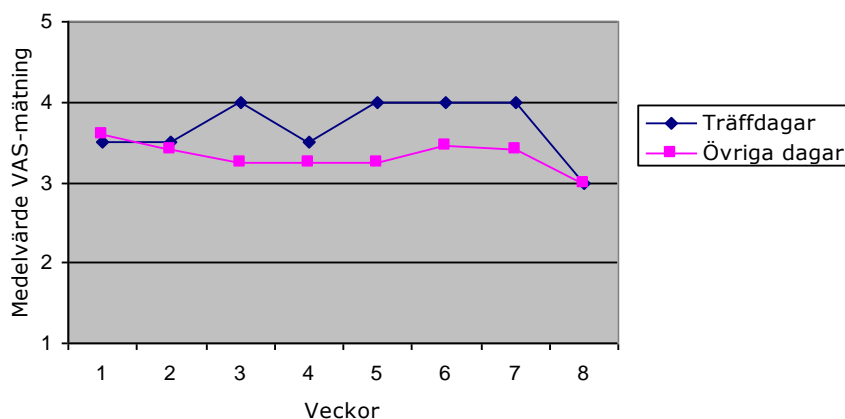


Figur 3. Person 1. Förhållandet mellan medelvärdet i VAS-mätning under träffdagarna och veckans övriga dagar

*Person 1* var osäker till en början, men visar tilltagande engagemang eftersom träffarna fortgår. Delger oss berättelser från förr, uttrycker att det är roligt att få tänka på annat. Ibland verkar temat känsligt blir fåordig, backar, ansiktet uttrycker missnöje. Vissa saker väcker intresse och ger ett ivrigt berättande, för att i nästa stund ge ett tyst deltagande. Vissa träffar medför mycket positivt deltagande med glädje och många skratt. I takt med att träffarna fortskrider visar personen ökad säkerhet, engagemang och glädje. Utstrålar förväntan inför träffarna.

#### *Person 2*

En stabil och jämn kurva i nivå av glädje och välbefinnande under veckornas övriga dagar, så även under träffdagarna, VAS-värdet ligger genomgående på en högre nivå under träffdagarna.



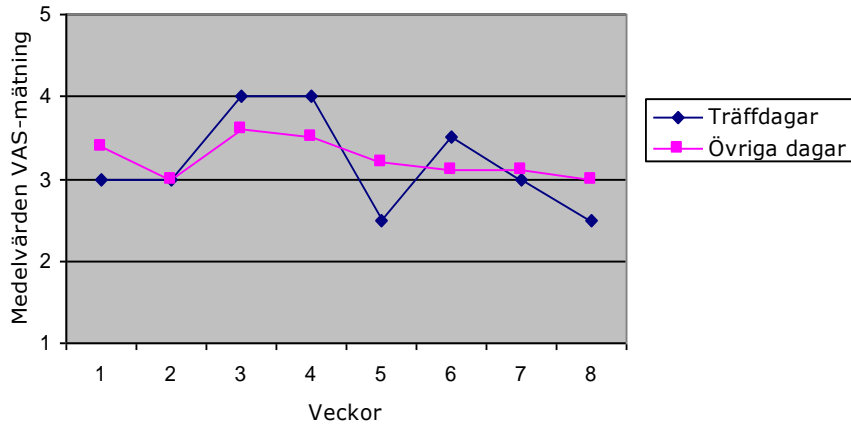
Figur 3. Person 2. Förhållandet mellan medelvärdet i VAS-mätning under träffdagarna och veckans övriga dagar

*Person 2* har nedsatt hörsel, använder kroppsspråket till stor del, men ger oss även muntliga historier. Visar med kroppen hur saker användes, ansiktet uttrycker hur gott något smakar, igenkännande syns i ögonen, tar en gammeldags mjölkflaska i handen, luktar i den, låtsas dricka, sväljer, kramar om flaskan, och får tårar av glädje i ögonen säger att det är saft i flaskan (vid samtal med anhöriga fick vi veta att det tillverkades en speciell saft av röda vinbär i barndomshemmet). Mycket glad under träffarna, ger ofta kommentarer till de saker vi använder hur de sett ut i deras hem, intresserad av sakerna studerar dessa noggrant visar hur de ska användas. Berättar om en fisketur och bakning i skolköket. Visar med hela kroppen hur hon älskar de smakupplevelser vi bjuder på, rensar den halstrad strömning som hon skulle ha gjort det igår, utan några problem.



*Person 3*

Relativt stabil grad av glädje och välbefinnande under veckornas övriga dagar, något större variationer under träffdagarna, tre träffar genererar en högre nivå.



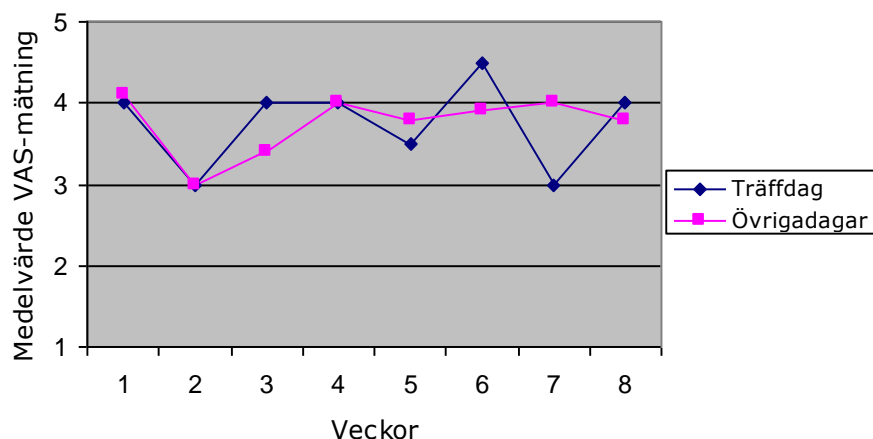
Figur 4. Person 3. Förhållandet mellan medelvärdet i VAS-mätning under träff dagar och veckans övriga dagar

*Person 3* är mycket aktiv, vill berätta, glad och positiv. Ett enda ord väcker minnen från förr, och leder till långa berättelser med glädje och stor inlevelse. Är mycket aktiv under verksamheten, pigg och framåt. Kan även visa oss hur saker används, kardor, fårsax m.m. Har tidigare deltagit i andra aktiviteter på boendet, men alltid blivit orolig efter ett tag och velat avsluta, inga tendenser till detta under denna satsning.

*Individuell nivå av glädje och välbefinnande samt beteende –  
Äldreboendet*

*Person 1*

En relativt jämn nivå av glädje och välbefinnande under veckornas övriga dagar, träffdagarnas nivåer är något mer varierande.

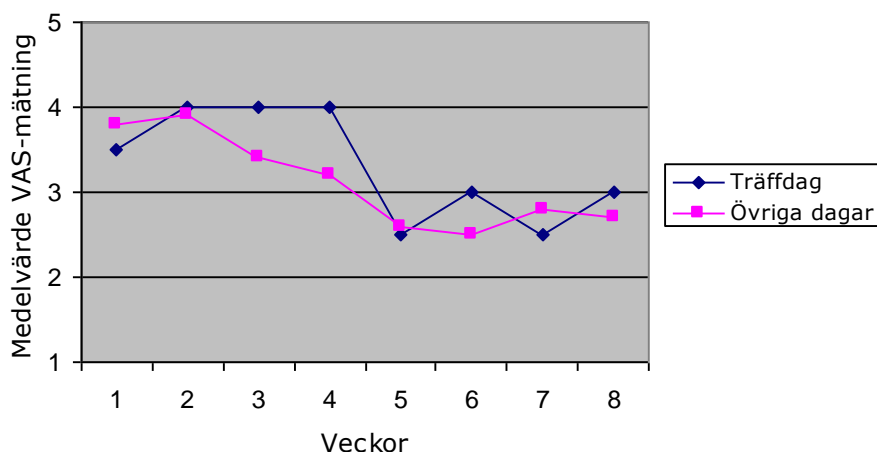


Figur 5. Person 1. Förhållandet mellan medelvärdet i VAS-mätning under träffdagar och veckans övriga dagar

*Person 1* är aktiv och pratsam men tappar lätt koncentrationen om hon inte är med i samtalet och detta leder till oro. Har mycket att berätta, är humoristisk, skrattar och skojar med oss och de övriga deltagarna. Ibland får vi ta del av riktigt långa historier med en hel del förvecklingar från barndoms hemmet. Vid en träff kom en kommentar att ”här har jag varit tidigare, ni var också här och vi satt likadant” och detta stämde. Uttrycker förväntningar ”vad har ni nu hittat på”. Är beroende av bestämda tider för att inte bli orolig. Lyssnar intresserat, tycker om musik, tar en sväng om när en vals spelas. En person med glimten i ögat som aldrig är svarslös.

### Person 2

Nivån av glädje och välbefinnande under veckans övriga dagar tenderar att gå konstant nedåt, efterhand påverkas även nivån på träffdagarna. De hälsoproblem som uppstod i slutet av projekttiden kan vara en möjlig orsak till nedgången i nivåer.

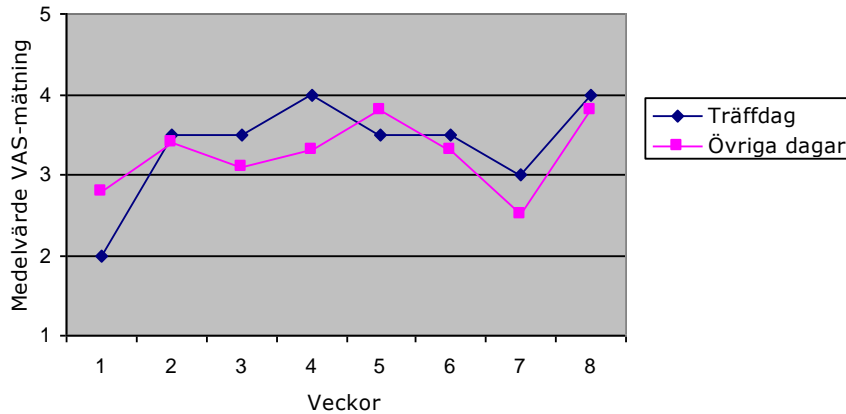


Figur 6. Person 2. Förhållandet mellan medelvärdet i VAS-mätning under träffdagar och veckans övriga dagar

Person 2 är inte så aktiv, men lyssnar intresserat till de andras berättelser, småler igenkännande, svarar vid tilltal, utvecklar inte samtalet vidare. Vid ett tillfälle kunde hon berätta vad en speciell plats heter, något ingen annan kom ihåg, när vi tackade för detta, såg man glädje i hennes ögon. Skrattar och verkar tycka det är roligt, trots passivt deltagande. Projektmedarbetaren säger sig ha fått en betydligt bättre kontakt med henne till vardags, hon har delgett henne berättelser ur sitt liv, vilket inte skett tidigare. Under projektets gång blir personen gladare, piggare, mer öppen, pratar mer och inleder även samtal själv. Verkar bli säkrare och tryggare i gruppen med tiden. En del hälsobekymmer uppstod dock under projekttiden.

### Person 3

Nivån av glädje och välbefinnande under veckans övriga dagar inklusive träffdagarna varierar något med en tendens till uppåtgående. De flesta träffdagarna har medfört en något högre nivå i VAS-värdet.

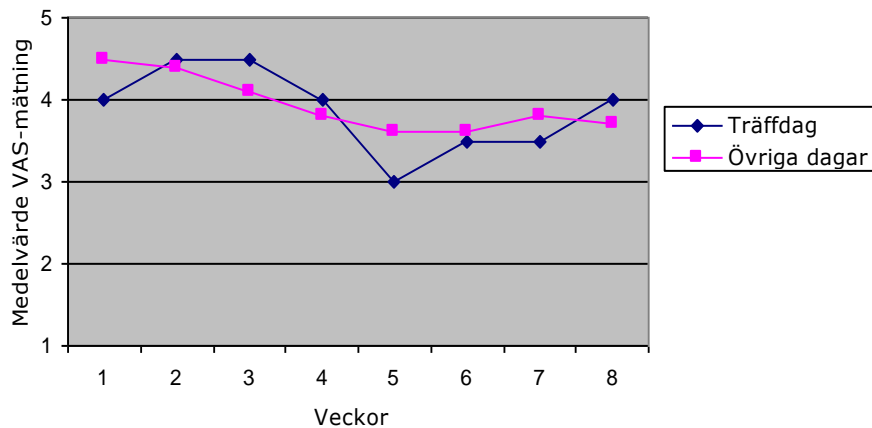


Figur 7. Person 3. Förhållandet mellan medelvärdet i VAS-mätning under träffdagarna och veckans övriga dagar

Person 3 verkar osäker till att börja med, inte bekväm i situationen. Ger en uppfattning om att vara tyst och nedstämd i början. Växer sakta in i verksamheten blir gladare och piggare. Efterhand får vi även ta del av berättelser. Uttrycker vid ett tillfälle ”att de här var roligt”. Även ett engagemang kan utläsas i ögonen, är positiv och skrattar gott. Blir mer aktiv eftersom projektet fortgår, blir mer pratsam kommer med spontana berättelser, Är verkligen med i det vi gör och gladare. Blir även gradvis mer aktiv kroppslig, visar ur saker används, studerar sakerna vi har med, med stort intresse. Hon har kunskaper som ingen annan av deltagarna har, blir mycket glad när detta uppmärksammas.

#### Person 4

En tendens till neråtgående i nivån av glädje och välbefinnande under veckans övriga dagar, även träffdagarna har en viss tendens till att följa detta mönster. Nedgången i nivå kan eventuellt ha orsakats av de hälsoproblem som uppstod under dessa veckor.

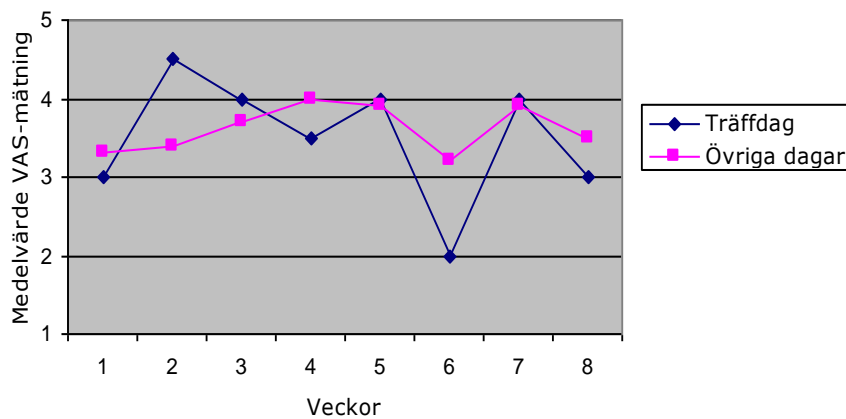


Figur 8. Person 4. Förhållandet mellan medelvärdet i VAS-mätningen under träffdagarna och veckans övriga dagar

Person 4 är inte så aktiv från början, behöver lite uppmuntran för att komma igång. Men blir efterhand mer aktiv och pratsam, har många berättelser att delge oss. Uttrycker ett flertal gånger att detta är roligt. Blir ibland lite avvaktande, men för det mesta mycket engagerad. Hälsoproblem försvårade deltagandet under en del av projektiden, men hon deltar ändå. Delger oss långa berättelser om tragiska händelser i barndomen. Mycket spontan och öppen i sina berättelser, är inte rädd för att berätta om sina egna tillkortakommanden. Vid en träff tar hon på eget initiativ med egna saker som vi pratade kring.

### Person 5

En betydligt jämnare nivå i glädje och välbefinnande under veckornas övriga dagar, med en avsevärt större variation under träffdagarna. Den sviktande hälsan kan vara en möjlig orsak till den markanta neråtgående nivån under träff 6.

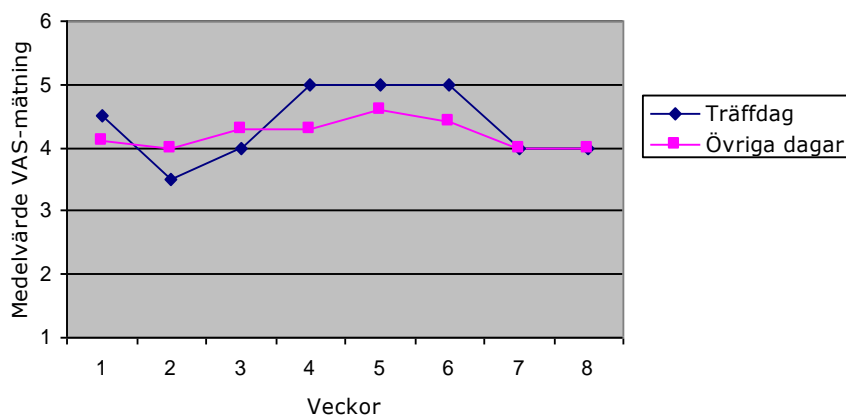


Figur 9. Person 5. Förhållandet mellan medelvärdet i VAS-mätning under träffdagar och veckans övriga dagar

Person 5 är mycket aktiv har kunskaper om många olika saker och delger oss detta både verbalt och kroppsligt. Ger gärna råd till de övriga i användandet av sakerna vi har med oss. Undersöker sakerna noggrant och intresserat, lyssnar intensivt, är positiv och glad. Berättar också om de moraliska aspekterna förr i tiden, inga nöjen innan arbetet är avklarat. Vid en träff deltog hon i kaffekokningen och var koncentrerad på detta, trots det uppfattar hon samtalet kring bordet och kunde delge oss alla vad "klarskinn" var för något. Stoltheten gick inte heller att ta miste på, då de övriga gav beröm för det goda kaffet. Medverkar med ett livligt deltagande, tog också en sväng om i valsens. En del hälsoproblem under projektiden.

### Person 6

En relativt jämn nivå av glädje och välbefinnande under veckornas övriga dagar, under hälften av träffdagarna tenderar nivån att vara något högre. Något större variation under träffdagarna.

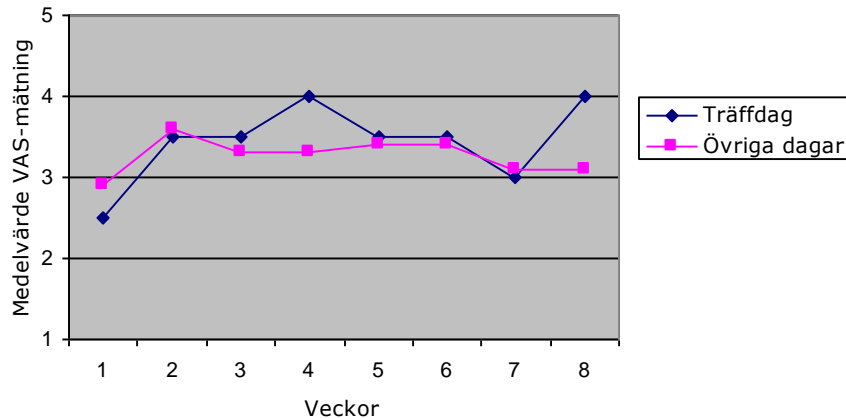


Figur 10. Person 6 Förhållandet mellan medelvärdet i VAS-mätning under träffdagar och veckans övriga dagar

Person 6 är helt och hållet engagerad under alla träffarna. Har mycket att berätta, är intresserad glad och pratsam. Deltar aktivt med egna saker från barndomen. Delger oss både roliga och vemodiga minnen. Blir ledsen när det är dags för avslutning, tycker att det är roligt att få prata om tider de själva har upplevt och att få delge oss detta. Blir rörd när vi tackar för de kunskaper vi fått ta del av under träffarna.

### Person 7

En relativt jämn nivå av glädje och välbefinnande under veckornas övriga dagar, inklusive träffdagarna. Tendenser till något högre värden under träffdagarna.



Figur 11. Person 7 Förhållandet mellan medelvärdet i VAS-mätning under träffdagarna och veckans övriga dagar

Person 7 uttrycker oro för vad som förväntas, är lite negativ men kommer ändå snabbt in i projektarbetet. Säger ofta att minnet är dåligt, men uppträder efterhand mer säkert. Är aktiv och intresserad, tar god tid på sig när hon tittar på någon sak, men visar hellre kroppsligt hur saker används än att prata om detta. Lite avvaktande till en början, men deltar efter hand mer och mer i samtalet. Lyssnar på de övriga, skrattar och skojar med. Ser ut att ha roligt, under en träff får vi ta del av en lång ramsa, som ingen av oss andra hört tidigare. Blir mycket glad när vi tackade för detta. Är förväntansfull och nästan otålig i väntan på att sakerna vi använder under träffen ska skickas vidare till henne.

#### *Deltagarnas egna upplevelser*

Av deltagarna (2) som själva kan delge sina tankar kring aktiviteten fanns en oro och tveksamhet i början, innan de kom in i aktiviteten. De upplevde träffarna som något intressant och positivt, att få ”prata om gamla tider som de själva upplevt var trevligt”, uttryckte en av deltagarna. De har förväntningar inför varje träff och tycker det var vemodigt när de tog slut.

#### *Anhörigas upplevelser*

De flesta anhöriga är positiva till reminiscens träffarna. De uttryckte att det är positivt med aktivering och speciellt när det handlade om saker deras närstående varit med om. De tycker även att det är roligt att deras närstående får göra något annat. Flera av de anhöriga uttrycker att deras närstående var positivare och gladare under projektiden. Även att den närstående blivit piggare, pratade mer, varit



lugnare och börjat ringa igen. En anhörig anser att den närstående var tröttare efter träffarna. Två anhöriga ser inga positiva men inte heller några negativa effekter av aktiviteten. En anhörig uttrycker att deras närstående blivit oroligare, under projekttiden. En av deltagarna sa till sin anhörige att det är "svammel" att prata om gamla tider, men den anhörige menar att det är bra sett i ett socialt sammanhang.

De flesta anhöriga känner sig delaktiga, i och med att de blivit kontaktade, informerade och tillfrågade. Genom att veta vad som pågår har de kunnat samtala med sina närstående om aktiviteten, de som kan, har berättat och delgett vad som hänt under träffarna. En anhörig sa "Från er sida har det fungerat bra". Tre anhöriga upplevde inte någon delaktighet, dessa anser att någon anhörig borde ha deltagit vid träffarna, för att ge stöd till den närstående. Det kom även förslag på att göra besök på hembygdsgården, som ett komplement till aktiviteten.

Några anhöriga anser, att då det gäller aktiviteter som denna, så borde dessa sättas in i ett tidigare skede. Deras närstående kanske kan ha haft mer behållning av det, ifall de inte varit så långt gångna i sin sjukdom. En anhörig önskade att reminiscens träffarna skulle bli ett kontinuerligt inslag i vardagen, då alla behöver aktiviteter även de som bor på ett äldreboende. Önskemål om mer utbildning och stimulans för personal som arbetar med äldre uttalas, för personalen är "guld värd". Det är lätt att bli hemmablind i sitt arbete, att inte se möjligheterna på sin arbetsplats, att små förändringar kan göra mycket i människors vardag.

#### *Personalens upplevelser – demensboendet*

All personal upplever reminiscens träffarna positivt. De upplevde att en del av de boende var gladare och upprymda efter träffarna. Det har gett samtalsämnen att diskutera kring, mer prat bland annat om deltagarnas ungdomstid. En verksamhet som gav bra effekt, de boende ser fram emot nästa träff, de äldre tycker om att prata om sådant de känner igen. Ingen i personalgruppen har upplevt några negativa effekter i samband med projektarbetet. En person uttryckte att metoden gav en bra effekt, men synd att de äldre glömmer.

På frågan om de själva kan tänka sig att arbeta med minnesmetoden så är alla positiva till detta, en person uttryckte att de behövde få kunskaper om tillvägagångssättet och även ha möjlighet att göra detta kontinuerligt.

Det som också påtalas är att det roligt att någon engagerar sig i de demenssjukas "trista" vardag. Det är bra med sådant där man pratar om saker som de äldre kommer ihåg, det ger omväxling i vardagen. Det är intressant att höra de äldre berätta, de är mer vakna och intresserade av omgivningen. Bra stimulans för de äldre. Roligt när det händer något och kommer in nya människor i verksamheten.

### *Personalens upplevelser – äldreboendet*

Fem av personalen uppger att de inte sett vare sig positiva eller negativa effekter av projektarbetet, att deltagarna befann sig i samma stadier som tidigare. Flertalet upplevde att det blivit mer prat efter träffarna och att de som deltagit tyckte att det var roligt att prata med andra om gamla tider. En person har uppfattat att en av de äldre blev mer social under projekttiden, efter avslut återgick den enskilde till sitt tidigare beteende. Hälften av dem som svarar upplever inte något negativt med projektarbetet. En i personalen uttrycker att deltagarna varit oroligare efter träffarna, två tycker att det inte har gett något.

På frågan om de själva kan tänka sig att arbeta med denna minnesmetod, och om inte varför? Svarade fyra direkt nej på detta, fem svarade nej men att det var på grund av att de inte känner till hur vi arbetar med metoden, tillvägagångssättet. Två uttryckte att allt nytt är positivt, men att de själva inte ville arbeta med detta, att andra passar bättre för det. Överlag verkade de flesta vara positiva till att arbeta med metoden, bara de får möjlighet att lära sig, får resurser och att inte kostnaderna blir för höga.

Det som också påtalas är att det är positivt den stund det varar men de äldre glömmer, att det är positivt för er som arbetar med projektet. Viktigt är att det pågår under en tid som passar i det dagliga arbetet och positivt att de äldre och personal lär känna varandra bättre. Det finns behov av mer personal, för att ha möjlighet att umgås och aktivera de äldre, för en meningsfullare tillvaro. Aktivering med exempelvis samtal och stimulans, terapi, sång och musik, massage och rehabilitering, bidrar till en högre livskvalitet. Alltid bra med något nytt, hade gärna deltagit.

## Diskussion

Syftet med projektet är att få kunskap om minnesmetoden Reminiscens kan leda till en meningsfullare tillvaro med såväl ökat välbefinnande som höjd livskvalité för de äldre som bor på demensboende respektive äldreboende. Syftet är även att ge personalen en metod att arbeta med och att öka anhörigas delaktighet.

Vid en jämförelse av demensboendegruppens som äldreboendegruppens grad av glädje och välbefinnande ser man att nivåerna på de övriga dagarna, på de båda boendeenheterna har en relativt jämn nivå. Under de dagar som träffarna äger rum är det större variationer i nivåerna, en markering som visar att något inträffat. Något utöver de invanda rutinerna, något som engagerar och som ger näring åt tankarna? I demensboendegruppen är det mer påtagligt. Hälften av träffdagarna visar en högre grad av glädje och välbefinnande. Vilket kan tolkas som ett ökat välbefinnande dessa dagar, ett mindre antal träffdagar visar en något lägre grad av glädje och välbefinnande. Resultatet visar också att boende på demensboendet överlag har en

lägre grad av glädje och välbefinnande i jämförelse med de boende på äldreboendet vilket leder till nya frågeställningar, kan detta vara sjukdomsrelaterat eller finns det andra orsaker?

I demensboendegruppen kan man se en betydligt större variation i aktivitetsgrad. En möjlig orsak kan vara att på äldreboendet finns fler möjligheter till aktivering, de har till exempel tillgång till en dagverksamhet för den som önskar, regelbundna allsångskvällar, på grund av detta kan de vara mindre känsliga för reminiscens träffarna. Det kan konstateras att trots att de som är boende på äldreboendet kan förmodas vara piggare, så ligger de båda boendeenheterna förhållandevis jämna i medelvärde på aktivitetsgrad. En tendens på uppåtående aktivitetsgrad kan dock ses i äldreboendegruppen. Resultatet pekar inte på något samband mellan grad av aktivitet och grad av glädje och välbefinnande. Detta kan tolkas som att oavsett om deltagaren är mycket aktiv eller har ett passivt deltagande så kan nivån i glädje och välbefinnande vara varierande både i högre och lägre värden.

För deltagarna på demensboendet visar de individuella nivåerna av glädje och välbefinnande tillsammans med vad som iakttagits under träffarna ganska stora variationer på hur projektet påverkat de enskilda deltagarna. Vid en jämförelse av grad av glädje och välbefinnande under veckans övriga dagar och under träffdagarna, så ser man tydligt att träffdagarna genererar en högre grad, för person 2 är det i huvudsak högre värden, för person 1 och 3 är värdena mer varierande, både negativa och positiva. Tillsammans med det som iakttagits under reminiscens träffarna kan utläsas att det är en aktivitet som engagerar, stärker självkänslan och ger glädje. På demensboendet blir det också mycket tydligt vilken betydelse kroppsspråket har. De positiva utlåtande som projektarbetet ger stämmer väl överens med det som Isacs och Wallskär (2004) skriver, att det uppskattas att möta personer med demenshandikapp på ett positivt sätt, där intresset riktas mot personen inte mot symtom och problem.

För deltagarna på äldreboendet visar de individuella nivåerna av glädje och välbefinnande också ganska stor variationen på hur projektet påverkar de enskilda deltagarna. För de enskilda deltagarna har drygt 60 procent av träffdagarna generat en högre grad av glädje och välbefinnande, övriga träffdagar visar lägre grad av glädje och välbefinnande. Tydligt är att de flesta träffdagarna genererat någon form av reaktion, både i högre och lägre grad.

Av iakttagelserna vid träffarna på äldreboendet kan konstateras att reminiscens träffarna engagerar deltagarna mycket, även de som är försiktiga och kanske inte så aktiva till att börja med, blir det efterhand som projektet fortgår, var och en efter sin förmåga. Gradvis stärks även gruppsammansättningen, och reminiscensen känns som en gemensam utveckling, en resa som vi upplever tillsammans (Gibson 1994).

Relationer byggs upp efter hand mest tydligt blir det hos person 2 kanske på grund av att personen för det mesta är tystlåten och passiv, men klart är att det påverkar personen på ett positivt sätt. Även bland övriga deltagare blir det tydligt att säkerheten i gruppen stärks, trots osäkerhet i början så deltar alla på något sätt i verksamheten så småningom.

På äldreboendet är de flesta väldigt pratsamma, där blev vi som projektledare tvungna att se till att alla som ville fick möjlighet att delta i samtalet. Även här fick kroppsspråket ofta komma till tals, när orden inte alltid räcker till så blev kroppsspråket ett bra komplement. De flesta träffarna var fyllda av glädje och många glada skratt, självfallet även en del vemod. Här var även deltagarnas förväntningar större på reminiscens träffarna, utmaningar var populära t.ex. att få kunskap om vad sakerna vi hade med oss användes till. Träffarna upplevdes ofta som festtillfällen.

Av de deltagare som själva kunde delge sina åsikter visar resultatet att även de som inte lider av minnesproblem kan ha fördelar av att reminiscera, dessa uttryckte att det var intressant, positivt och trevligt att prata om gamla tider som de själv upplevt (jf Heap 1995).

Flertalet anhöriga är positiva till reminiscens träffarna, de anser det viktigt att deras närstående får möjlighet till stimulering och aktivering, speciellt när det handlade om den närståendes erfarenheter. Många upplever även positiva effekter hos sina närstående. De flesta anhöriga upplever att reminiscens träffarna bidrar till att de känner ökad delaktighet. Anhöriga bör ses som ett komplement, alla boendeenheter bör lägga stor vikt vid och värdera de anhörigas deltagande, de har kunskaper om sin närstående som personalen behöver ta del av för att kunna framhålla det unika hos varje enskild individ. Det är också av stor vikt att de anhöriga känner att deras åsikter har ett värde och att dessa beaktas.

Att ha tillgång till levnadsberättelser för deltagarna blev betydelsefullt för projektarbetet, där har de anhöriga en mycket viktig roll. Alla anhöriga är mycket positiva till att delge sin närståendes levnadsberättelse, några anhöriga anser också att det frågas för lite om detta, inom äldreomsorgen.

De senaste två åren är direktiven från regeringen tydliga: det sociala perspektivet inom äldreomsorgen ska stärkas, enligt betänkandet "Värdigt liv i äldreomsorgen" (SOU 2008:51) visar utredningen att äldreomsorgen ska inriktas så att den äldre får ett värdigt liv, känner välbefinnande och att den äldres vardag organiseras så att den uppfattas som meningsfull. Då innehållet i betänkandet fastställs så är det helt beroende på hur arbetsgivaren värderar detta perspektiv som avgör hur personalen kommer att förhålla sig till social verksamhet. Ifall arbetsgivaren väljer att lyfta upp social aktivitet till samma

dignitet som övrig verksamhet på boendeenheterna som exempelvis omvårdnad, städning, tvätt m.m. skulle det leda till bättre förutsättningar och större möjlighet att tillämpa reminiscens metoden med en engagerad personal.

På demensboendet var all personal positiv till projektarbetet, det finns även upplevelser av att det gett positiva effekter hos deltagarna, att det blev mer prat och gav samtalsämnen att diskutera kring. De flesta kan också tänka sig att arbeta med reminiscens metoden, men de önskar mer kunskaper om tillvägagångssätt i arbetet och möjlighet att arbeta med metoden kontinuerligt.

På äldreboendet är inställningen inte lika positiv, även om de också upplevt positiva effekter hos deltagarna, mer prat efter träffarna, att deltagarna uttryckt glädje och blivit mer sociala, så uttrycker nästan hälften av personalen att det inte haft någon effekt på de äldre. Hälften av dem som svarat anser inte att de upplevt något negativt med projektet men är trots detta negativa till att själva arbeta med metoden.

Den märkbara skillnaden av inställning till reminiscens träffarna, kan vara avsaknaden av kunskap om metoden. En rimlig åtgärd är att all personal erbjuds den utbildning som behövs för att förstå syftet med metoden samt tillvägagångssättet. Att prata om historia och kultur gör många personal i sitt vardagsarbete, det är en tyst kunskap som finns i verksamheten, att arbeta med metoden handlar om att göra det på ett mer strukturerat sätt. Det är även av stor vikt att ta tillvara den personal som är intresserad och ge dem möjlighet att arbeta med metoden, viss hänsyn måste tas till övrig verksamhet på boendeenheterna, viktigt är också att "tid" planeras in för detta. "Enligt Antonovsky är meningsfullhet en drivkraft som gör vård och omsorg mer hanterbar, då tillvaratas och växer såväl den enskilde som personalens resurser" (Westlund och Sjöberg 2005).

För att följa upp betydelsen av en fortsatt satsning av reminiscens metoden så kan man med fördel använda mätinstrumentet om glädje och välbefinnande. Vilket kan ses som ett bra komplement till den direkta återkoppling som personalen får av de äldre under träffarna.

Den glädje och uppskattning som vi fick uppleva under projekttiden var fantastisk, att vara delaktig och sprida denna form av glädje hos de äldre, borde alla som arbetar inom vård och omsorg få möjlighet till. Arbetet med minnesmetoden leder också till att vi som projektledare fick ta del av erfarenheter och kunskaper från deltagarna, vilket är nog så viktigt och kanske inte så vanligt förekommande i dagens läge. Aktiviteten bidrog till en hel del engagemang och glädje, de uttalanden som kom från deltagarna säger också en del "Är det fest här, Oj, vad roligt det var". Och vi är helt övertygade om att Björlin, Basun m fl (2004) uttalande stämmer "om aktiviteten är meningsfull för individen, ger den glädje för stunden och högre livskvalité.

Att arbeta med reminiscens metoden genererar aktivitet och kommunikation mellan människor, trots funktionsnedsättningar och nedsatt verbal kommunikation. Allmänt har vi en förmåga att lägga begränsningar i de äldres kunnande, i arbetet med denna metod väcks minnen till liv och kunskaper kommer fram. Alla kan delta efter sin förmåga, inga krav ställs på deltagarna, vill man bara sitta och lyssna, så går det bra. Det ger aktivering till var och en på sitt sätt, en social samvaro och tillhörighet, och personalen lär känna de äldre på ett djupare plan.

Som Westius och Petersen (2006) skriver så innebär arbetet med reminiscens metoden inte att bota eller reparera minnesförmågan, utan att ge välbefinnande för stunden, att man trots sjukdom kan ha ett meningsfullt liv. De anser jag att vi åstadkom under projektiden.

Projektarbetet har lett till att ansvariga inom äldreomsorgen i Pajala kommun, har som målsättning att börja tillämpa reminiscens metoden på alla boendeenheter. En utbildning av Reminiscensombud ska inledas under våren 2008.

### Slutsatser:

- ✚ Äldre personer som bor på demensboende såväl som på äldreboende och som deltar i reminiscens träffar visar en högre grad av glädje och välbefinnande, med andra ord en högre livskvalitet.
- ✚ Äldre personer som bor på demensboende såväl som på äldreboende upplever reminiscens träffarna meningsfulla, då de utifrån sin förmåga visar ett stort engagemang, starkt självkänsla med ökad säkerhet i gruppen.
- ✚ Reminiscens som metod stärker relationen mellan äldre personer och personal, och är ett bra tillfälle för personal att få uppleva glädje och uppskattning i arbetet.
- ✚ Utbildningsinsatser är nödvändiga för att öka omsorgspersonalens kompetens och inställning till reminiscens metoden.
- ✚ Ansvariga för äldreomsorgen måste tydliggöra viljeinriktningen om att stärka det sociala perspektivet inom särskilda boenden, dvs att fokus läggs såväl på meningsfullhet och välbefinnande som på övrig omvårdnad.
- ✚ Viktigt är att anhörigas kunskap efterfrågas i arbetet med levnadsberättelser, vilket ökar upplevelsen av delaktighet.

## Referenser

Almberg B, Jansson W (2003). *Fånga stunden, hur man bemöter och förhåller sig till personer med demenshandikapp*. Stockholm: Liber.

Armanius-Björilin G, Basun H, Beck-Friis B, Ekman S-L, Englund E, Eriksdotter-Jönhagen M, Gustafson L, Lannfelt L, Nygård L, Sparring-Björkstén K, Terzis B, Wahlund L-O, Wimo A, (2004). *Om demens*. Stockholm: Liber.

Backman J (1998). *Rapporter och uppsatser*. Lund: Studentlitteratur.

Gibson F (1994). *Reminiscence Recall. A guide to good practice*. Age Concern, London.

Gynnerstedt K, Schartau M-B (2000). *Reminiscence metoden tillämpad i äldreomsorgen*. Lund: Studentlitteratur.

Heap K (1995). *Samtal med äldre*. 1:a upplagan Liber utbildning AB.

Isacs L, Wallskär H (2004). *Låt minnena leva – en handbok i reminiscensmetoden*. Förlagshuset Gothia AB.

Jahren-Kristoffersen N, Nortvedt F, Skaug E-A (2005) *Grundläggande omvårdnad del 1*. Stockholm: Liber.

SBU-rapport (2006) *Demenssjukdomar En systematisk litteraturöversikt*. Stockholm: Statens beredning för medicinsk utvärdering.

SBU-rapport (2007). *Vård av personer med demenssjukdom – vad vet vi i dag*. Stockholm: Statens beredning för medicinsk utvärdering.

SOU (2008:51). *Värdigt liv i äldreomsorgen*. Socialdepartementet Statens offentliga utredningar. Regeringskansliet.

Westlund P, Sjöberg A (2005). *Antonovsky inte Maslow - för en salutogen omsorg och vård*. Fortbildningsförlaget.

Westius A, Petersen U (2006). *I berättelsen finns jag Livsberättelse och livsåskådning vid demens*. Stockholm: Verbum Förlag AB.

”Triggers” – Minnesväckare



En filbunke och träslav



En fårskinnsfäll





En sockerlåda och sockertång



Kaffeburk och karamellburk



En oljelampa och fotogenkanna

## Bilaga 2

Namn \_\_\_\_\_ Vecka \_\_\_\_\_

### Glädje- och välbefinnande skala

Glädje och välbefinnande skall mätas på en skala från 1 till 5, där ett är väldigt olycklig och nedslagen och där fem är väldigt glad och harmonisk. Det mäts två gånger per dag, en gång på förmiddagen och en gång på eftermiddagen. Observera att det inte är oro som ska mätas.

1	2	3	4	5
Djupt Olycklig Nedslagen, Väldigt nedslagen eller illa till mods	Bekymrad En smula olycklig	Neutral- läge	Någorlunda nöjd och belåten Relativt obekymrad och harmonisk	Mycket glad, på väldigt gott humör

<u>Veckodag</u>	<u>Mätning förmiddag</u>	<u>Mätning eftermiddag</u>
<b>Måndag</b>	.....	.....
<b>Tisdag</b>	.....	.....
<b>Onsdag</b>	.....	.....
<b>Torsdag</b>	.....	.....
<b>Fredag</b>	.....	.....
<b>Lördag</b>	.....	.....
<b>Söndag</b>	.....	.....

### **Aktivitetmätning**

(Sätt ett kryss över den siffra som beskriver personens grad av aktivitet)  
Aktiviteten avser i detta fall något som hörs eller syns.

**1**                      **2**                      **3**                      **4**                      **5**

---

**1**                      **2**                      **3**                      **4**                      **5**

---

**1**                      **2**                      **3**                      **4**                      **5**

---

**1**                      **2**                      **3**                      **4**                      **5**

---

**1**                      **2**                      **3**                      **4**                      **5**

---

- 1 = Passiv, ingen aktivitet
- 2 = Lite aktiv
- 3 = Aktiv
- 4 = Mycket aktiv
- 5 = Helt och hållet engagerad i en aktivitet

## Frågeställning till deltagarna/anhöriga

Hur har du upplevt verksamheten? (deltagaren)

Har du/ni sett några effekter hos er närstående under projekttiden?(anhöriga)

Positiva/Negativa

Har du/ni känt er delaktiga?

Om inte, hur hade man kunnat göra det annorlunda?

Övriga kommentarer?

## Frågeställning till personalen

Har du uppmärksammat några effekter av projektarbetet hos de äldre som deltog?

Positiva/Negativa

Kan du själv tänka dig att arbeta med denna metod?

Om inte, varför?

Övriga kommentarer

## **Rapporter som utgivits av FoU Norrbotten**

**48:2008 "Borta bra, men hemma bäst?"**

Maria Helledskog

**47:2008 Datoranvändandets betydelse för vuxna personer med utvecklingsstörning**

Åsa Gardelli, Agneta Johansson

**46:2008 Kvalitetssäkring av inkontinensarbete vid äldreboendet Österbo**

Olof Andersson, Doris Lundberg

**45:2007 Handikappidrott i Kalix kommun**

Eva Eriksson, Helena Öhman Nilsson

**44:2007 Sociala arbetskooperativ – möjlighet till arbete**

Benitha Eliasson

**43:2007 Delaktighet och engagemang ger upplevelse av bättre vård- och omsorgskvalitet**

Ing-Marie Bernhardsson, Linda Björkman

**42:2007 Förberedelser inför Intraprenadrift vid Äldreboendet Solbacken**

Merja Pikkuaho

**41:2007 Jag drömmer om att arbeta... En utvärdering av projektet "Integration i Älvsbyn"**

Lena Vestedig, Charlott Wixner Carter

**40:2007 Annorlunda rekrytering och introduktion**

Monica Forsberg

**39:2006 Personals erfarenhet som grund för sjukgymnastens handledning**

Carin Lindvall

**38:2006 Att arbeta som Personlig Assistent**

Sussane Burman, Karin Renberg

**37:2006 Medling i Norrbottens län**

Monica Norberg

**36:2006 Kunskap om måltidsmiljöns betydelse för personer med demenshandikapp**

Lena Andersson

**35:2006 Medmänniska Brukare Patient**

Anna Carlénius, Staffan Johansson

**34:2006 Utveckling av öppenvård för barn och ungdomar i Norrbottens län.**

Anna-Lena Arvidsson

**33:2006 Ökad möjlighet att bestämma själv**

Eva Burman

**32:2006 Snabba ryck**

Anita Larsson

**31:2006 Bilden som kommunikation**

Dagmar Grahn

**30:2006 Lokalt stödteam**

Camilla Kjellberg

**29:2005 "Det är som lite teater... man får anpassa sig och ställa om ..."**

Marianne Forsgårde

**28:2005 Förflytningsutbildning**

Carina Karlsson, Inger Stoltz

**27:2005 Att vara familjehem, kontaktfamilj och kontaktperson i Östra Norrbotten**

Benitha Eliasson, Petra Wikström

**26:4:2005 Förändring på lång sikt**

Benitha Eliasson, Petra Wikström

**26:3:2005 Missbrukarvården – ett gemensamt ansvar**

Benitha Eliasson, Petra Wikström  
**26:2:2005 Gemensam familjehemskonsulent för Östra Norrbotten**  
Benitha Eliasson, Petra Wikström  
**26:1:2005 Gemensamma riktlinjer för arbetet med försörjningsstöd**  
Benitha Eliasson, Petra Wikström  
**26:2005 Samverkan mellan Östra Norrbottens kommuner säkerställer framtiden**  
Benitha Eliasson, Petra Wikström  
**25:2005 Om meningsfullhet och möjligheter**  
Linda Agnér, Anette Fors  
**24:2005 Mentorskap inom vård och omsorg**  
Annika Bylund, Marianne Forsgårde, Maria Josefsson, Carina Ylipuranen  
**23:2005 Individanpassad skriv- och lästräning för personer med demenssjukdom**  
Kathrina Nordell  
**22:2005 Arbets sättet vilar på en annan grund...**  
Elisabeth Bjuhr  
**21:2005 Yoga och Massage som friskvård**  
Anita Alalehto, Gabriella Andersson, Stefan Sävenstedt  
**20:2005 Delaktighet i arbetet**  
Maria Sundberg, Stefan Sävenstedt  
**19:2005 Betydelsefull mentor som komplement till handläggning**  
Maria Karlsson, Stefan Sävenstedt  
**18:2004 Utvärdering**  
Karl-Erik Björkén, Lennart Andersson  
**17:2004 Att nå ungdomar**  
Thabat Haddad, Linda Johansson, Eva-Lena Lundberg, Yvonn Silwärn  
**16:2004 Musik och taktil stimulering i omvårdnadsarbetet för människor med demenssjukdom**  
Ewa Karlsson  
**15:2004 BBIC utredning ur två perspektiv**  
Håkan Nilsson, Ingrid Burman  
**14:2004 Det är någon mening med det**  
Dagmar Grahn  
**13:2004 Jag har världens bästa arbete**  
Gabriella Andersson, Ann-Helen Kauppi  
**12:2004 Att se är att förstå**  
Stefan Sävenstedt  
**11:2003 Musik och rörelse**  
(Nytryck av Rapport nr 3:2002 )  
Carina Robertsson, Ewa Karlsson  
**10:2003 Whiplashskadade personer**  
Gunilla Granqvist  
**9:2003 Personalen - En resurs att räkna med!**  
Annika Bylund, Benitha Eliasson, Kerstin Fallström Mattsson  
**8:2003 Samverkansstigen. En studie av samverkan vid stöd till alkoholmissbrukare**  
Stefan Sävenstedt  
**7:2003 Ungdomars väg mot placering i HVB-hem**  
Johan Lodin  
**6:2003 Fyra projekt och fyra erfarenheter**  
Stefan Sävenstedt  
**5:2003 Musik som förberedelse för nattvila och sömn.**

(Nytryck av Rapport nr 5:2001)

Ewa Karlsson

**4:2002 Musik och hälsa. Erfarenheter från musikstunder**

(Nytryck av Rapport nr 1:2001)

Ewa Karlsson, Ingela Edkvist

**3:2002 Från sidan, ett projekt i kollegialt lärande**

Christina Karlsson

**2:2002 Musik i omvårdnadsarbetet, Anna ett exempel**

Ewa Karlsson

**1:2002 Mille-ett familjeprojekt med unga i centrum**

Maria Jonsson

## **Rapporter som utgivits av FoU Piteå Älvdal (Nytryck)**

**5:2002 Att förbättra vardagen för demenssjuka i kommunalt boende**

Fem FoU projekt

**4:2002 Ökat stöd i hemmet till äldre med demenssjukdom och deras anhöriga**

Karin Zingmark

**2:2002 Ska vi koppla upp oss eller be sköterskan komma**

Stefan Sävenstedt, Karin Zingmark

**1:2002 Utvärdering av "Anhörig- en studiesatsning kring handikapp- och äldreomsorg i Piteå"**

Marit Andersson