



Dialog Trygghet

Av 5 kap. 4§ andra stycket i socialtjänstlagen framgår det att socialnämnden ska verka för att äldre personer får möjlighet att leva och bo självständigt under trygga förhållanden.

Innan vi börjar med dialogen om trygghet talar vi först om vår individuella reflektion sedan den förra dialogen. Vilka erfarenheter har vi fått? Vi går laget runt under cirka 15 minuter så att vi kan delge varandra våra reflektioner.





Dialogens innehåll – en översikt

Temat för dialogen är trygghet. Vi ska under dagens dialog ta fram vad vår verksamhet kan bidra med för att öka de äldre personernas känsla av trygghet. Syftet med dialogen är att synliggöra för oss själva hur vi arbetar med trygghet och hur vi kan arbeta med trygghet.

Vi börjar med att läsa texten *Vad är trygghet?* tillsammans som inspiration. Vi läser också tillsammans igenom stycket *Socialtjänstlagen, föreskrifter och allmänna råd*. Här beskrivs vad som står i lagen om trygghet.

Vi gör en första övning där vi arbetar med att tydliggöra vad trygghet kan vara, både för oss själva och för den äldre personen.

Dialogkartan tar upp frågeställningar med anknytning till vårt arbetssätt, vår verksamhet och vårt förbättringsarbete. Dialogkartan kan användas för enskilda reflektioner eller som uppslag till samtal och övningar.

Tillsammans läser vi igenom texterna under rubriken *Mer om trygghet*.

Om vi inte tror att vi hinner med dialogen vid ett tillfälle kan det vara lämpligt att stanna här och fortsätta med resten vid nästa tillfälle.

I dialogens andra övning reflekterar vi kring värdeordet trygghet, och målet är att vi gemensamt formulerar tre meningar som ska fungera som underlag för oss när vi ska ta fram eller utveckla vår värdegrund.

Om vi fastnar på en fråga i vår övning parkerar vi frågan för att vi ska kunna gå vidare med övningen.

Till övningarna behöver vi ta fram följande material:

- ✓ blädderblocksark
- ✓ arbetsbladet *Dialog – reflektion kring trygghet* till övning 1
- ✓ pennor (en till varje deltagare)
- ✓ post-it-lappar
- ✓ blädderblocksark
- ✓ arbetsbladet *Prioritering* som används i övning 2
- ✓ arbetsbladet *Dialog – underlag för värdegrund* för gruppens gemensamma förslag till tre meningar, vilka sparas och tas fram till nästa dialog
- ✓ arbetsbladet *Dialog – underlag för parkeringar* för att skriva ner eventuella parkeringar. Arbetsbladet sparas och tas fram till nästa dialog.

Dialogen avslutas med en individuell reflektion som vi ska arbeta med till nästa dialog.



**Värdigt liv i
äldreomsorgen.**

Prop. 2009/10:116, s.29–30.

Vad är trygghet?

Vad som gör att vi känner oss trygga skiljer sig åt mellan olika personer. Att känna sig trygg betyder inte detsamma som att faktiskt vara utom fara. Att faktiskt vara utom fara behöver inte betyda att man känner sig trygg.

Trygghet kan beskrivas som ett samlingsbegrepp för både fysiska, psykiska och existentiella aspekter på välbefinnande. Trygghet är en av förutsättningarna för att vi ska orka ta itu med saker. Är vi otrygga går mycket tid och kraft åt att ta hand om de känslor som följer med otrygghet: oro, rädsla, ångest och kanske till och med skräck.

När förmågan att kommunicera förändras genom sjukdom eller när kroppens krafter sviker kan vi vara utlämnade till andra för att klara vårt dagliga liv. Det kan skapa otrygghet, men det behöver inte göra det.

Det finns flera faktorer som spelar roll för hur trygga vi känner oss, både individuella och generella. Att ha kontroll över situationen är till exempel en viktig förutsättning för att kunna känna trygghet, liksom möjligheterna att kunna göra sig förstådd och förstå sin omgivning. Vilka behov behöver vara tillgodosedda för att man ska känna sig trygg? Trygghet kan handla om så olika saker som ekonomi, privata och offentliga relationer, självtillit, vår närmiljö och hela jordens miljö. Även hur vi är klädda och vilken mat vi äter kan påverka känslan av trygghet.

När man är gammal och behöver stöd och hjälp för att klara sitt dagliga liv är man i beroendeställning gentemot biståndshandläggare och övrig personal inom äldreomsorgen. I socialtjänstlagen poängteras vikten av att utforma stöd så att det stärker den enskildes tilltro till sina egna resurser (1 kap. 1 § SoL). Det kan i praktiken handla om att stödja den äldre personen att bevara sin självständighet i så hög grad som möjligt. Det kan handla om att lyssna på den äldre personen och förstå vad han eller hon behöver för att känna sig trygg. Att känna till och förstå den äldres behov är en förutsättning för att vi ska kunna bidra till den äldre personens trygghetskänsla.

I regeringens proposition beskrivs att vår förmåga att skapa en trygg miljö kan bidra till den äldre personens känsla av välbefinnande även om behovet av stöd och hjälp är stort. Att vi som arbetar inom äldreomsorgen också har den utbildning, kompetens och det bemötande som behövs är också ett bidrag till den äldres upplevelse av trygghet.



Socialtjänstlagen, föreskrifter och allmänna råd

Vi läser igenom, gärna högt, vad socialtjänstlagen (SoL) och Socialstyrelsens allmänna råd i SOSFS 2012:3 säger om trygghet. Vi samtalar under fem minuter om det är något vi särskilt reagerat på.

Vad säger socialtjänstlagen?

"Socialtjänstens omsorg om äldre ska inriktas på att äldre personer får leva ett värdigt liv och känna välbefinnande (värdegrund)" (5 kap. 4§ SoL)



Av 5 kap. 4§ andra stycket socialtjänstlagen framgår det att "Socialnämnden ska verka för att äldre personer får möjlighet att leva och bo självständigt under trygga förhållanden och ha en aktiv och meningsfull tillvaro i gemenskap med andra."

I Socialstyrelsens allmänna råd om värdegrunden i socialtjänsten, SOSFS 2012:3 står följande om trygghet:

"Den nämnd som har ansvar för verksamhet inom socialtjänsten eller den som yrkesmässigt bedriver enskild verksamhet bör beakta följande aspekter i syfte att verka för att äldre personer ska känna trygghet:

- Personalen arbetar på ett sätt som skapar förtroende och trygghet.
- Personalen värnar om att insatser genomförs på de tider och på det sätt som personalen och den äldre personen har kommit överens om.
- Personalen informerar den äldre personen inför förändringar, t.ex. om när och hur en insats ska genomföras.
- Personalen arbetar på ett sätt som säkerställer kontinuitet i insatserna, t.ex. genom att ta hänsyn till den äldre personens önskemål om vem som återkommande ska hjälpa till med den personliga omvårdnaden.

Fortsättning på nästa sida ►►

FAKTA

Socialstyrelsens författningssamling (SOSFS) innehåller föreskrifter och allmänna råd samt kungörelser. Föreskrifter är bindande regler.

Allmänna råd innehåller rekommendationer om hur en författning kan eller bör tillämpas och utesluter inte andra sätt att nå de mål som avses i författningen.

- Personalen uppmärksammar sådant som skapar oro eller ovisshet hos den äldre personen och kommer överens med honom eller henne om vad som ska göras för att han eller hon ska känna sig trygg.
- Personalen arbetar på ett sätt som säkerställer att de insatser som ges är lättillgängliga och att det är enkelt för den äldre personen att komma i kontakt med ansvarig personal.”



Plats för egna anteckningar:

This image shows a single sheet of white paper with horizontal ruling lines. The lines are evenly spaced and run across the width of the page. There are no margins, text, or other markings on the paper.



Övning I

Vi börjar med att reflektera spontant. Vi utser en person som får skriva ner vad vi har kommit fram till i slutet av reflektionen.

Mål: Att utforska begreppet trygghet.

Övning I är tänkt som en introduktion till att reflektera över värdeordet trygghet, dels utifrån våra erfarenheter, dels i förhållande till vårt arbete inom äldreomsorgen. Här behöver vi varsitt post-it-block och varsin penna.

Beräknad tidsåtgång: Övning I: 25 minuter

P Parkering

Under övningens gång kan det hända att vi upptäcker frågor som vi känner att vi inte kan lösa, men som behöver en lösning för att vi ska kunna leva värdegrunden. För att inte tappa bort dessa frågor parkerar vi dem! Att parkera en fråga innebär att vi dokumenterar den, arbetar med den på arbetsmöte 5 och återkopplar den till chefen. Vi skriver ner vilka frågor det gäller och vilka som har den uppfattningen. Det är viktigt att alla känner att de aktivt kan hålla med om eller ta avstånd från det som parkeras. I arbetsbladet *Dialog – underlag för parkeringar* finns plats att dokumentera våra parkeringar.

Gör så här:

Vi börjar med att reflektera spontant kring värdeordet trygghet. Betyder det en sak för oss själva och något annat för de äldre vi ger stöd? Först funderar vi tyst för oss själva och sedan samtalar vi i grupp kring det vi kommit fram till. Vi utser en person som får skriva ner vad vi kommit fram till i slutet av reflektionen.

Vi delar upp oss i två grupper:

- I grupp A har vi ett blädderblocksark med rubriken: Vad är trygghet för mig?
- I Grupp B har vi ett blädderblocksark med rubriken: Vad tror vi är trygghet för en äldre person?

I båda grupperna reflekterar vi först individuellt kring våra frågeställningar. Efter cirka fem minuter har vi ett kort samtal kring vad vi har kommit fram till och skriver ner våra ord, tankar och meningar på blädderblocksarket. Vi värderar inte varandras svar.

Vilka likheter och skillnader finns?

Vi sätter upp våra blädderblocksark på väggen (Vad är trygghet för mig och Vad tror vi är trygghet för en äldre person). Det är viktigt att alla i gruppen kan se vad som står under de båda rubrikerna.

Grupp A läser upp alla ord och meningar som har skrivits på arket Vad är trygghet för mig?

Grupp B läser upp alla ord och meningar som har skrivits på arket Vad tror vi är trygghet för en äldre person?

Tillsammans tänker vi igenom om det finns några skillnader och likheter? Skiljer sig våra egna föreställningar om trygghet från det vi tror är viktigt för en äldre person? Tror vi att vissa saker bara är viktiga för oss, men inte för en äldre person? Varför?

Vi dokumenterar vad vi kommer fram till i arbetsbladet *Dialog – reflektion kring trygghet*.

Plats för egna anteckningar:

[illegible]



Dialogkarta: Trygghet

Trygghet finns i många sammanhang. I dialogkartan finns frågor vi kan tänka över och vars svar har konsekvenser för den äldre personens upplevelse av trygghet. Frågorna kan vi använda som inspiration eller vid tillfällen när vi vill göra övningar. I en extra övning finns inspiration till en övning med öppna jämförelser.

Att fundera på

Vad kan vara tecken på otrygghet?

Hur viktigt är trygghet?

Vår verksamhet

Hur kan behov och mål för den äldre personens behov av trygghet formuleras i ett biståndsbeslut och i en genomförandeplan?

**Den äldre personen
i centrum**

Förbättringsarbete

Från vems behov utgår våra rutiner?

Hur följer vi upp på vilket sätt våra rutiner stödjer den äldre personens trygghet?

Extra övning

I öppna jämförelser finns flera indikatorer som kan ha en koppling till upplevelsen av trygghet: fallskador, förebygga fallskador, undernäring, trycksår m.m. Fundera på om det är något ytterligare som kan mätas för att fånga in vad trygghet kan vara.

FAKTA

Genomförandeplan är en planering av hur de insatser som har beviljats i biståndsbeslutet ska utföras.

Handläggning och dokumentation inom socialtjänsten. Socialstyrelsen 2011. Artikelnummer: 2010-6-13.



Enskild reflektion

Vi reflekterar tyst för oss själva och svarar individuellt på frågorna. Till vår hjälp kan vi också använda frågorna i dialogkartan. När vi börjar med våra arbetsmöten längre fram kan det vara bra att gå tillbaka till svaren.

Mina förslag på vad jag kan göra utifrån min yrkesroll...

1. ...för att en äldre person ska känna trygghet i sitt boende vare sig det är i ordinärt boende eller särskilt boende.

2. ...för att vår verksamhet ska utformas så att en äldre person kan känna sig trygg.

3. ...för att följa upp om den äldre personen känner sig trygg.



Mer om trygghet

Här finns några citat kring trygghet.

”En viktig del av välbefinnandet är en känsla av trygghet. Den känslan kan naturligtvis skapas av att man ’får möjlighet att leva och bo under trygga förhållanden’ och att man har tillgång till förhållanden som utgör ett värdigt liv. Men det behövs också en särskild uppmärksamhet på vad som kan ge en känsla av trygghet. Och naturligtvis också på vad som kan skapa en känsla av otrygghet.”

Erik Blennberger och Bengt Johansson

”Att känna trygghet är viktigt för välbefinnandet. Trygghet inom äldreomsorgen innebär att få god omsorg. Eftersom det är du som ger omsorgen är det viktigt att du är tillgänglig, att du lyssnar på den äldre och du ser till att hon får sina behov tillgodosedda. Arbetar du på det sättet ökar den äldres känsla av trygghet.”

Charlotte Roos

”Det är svårt att inte veta när de kommer på kvällen, de ska komma sex, men det kan vara halv fem eller sju, och då ligger man där med sin oro.”

Äldre kvinna intervjuad av Marta Szebehely



Värdigt liv och välbefinnande.

Erik Blennberger och Bengt Johansson. Fortbildning AB/ tidningen Äldreomsorg. 2010.

Äldreassistent. Om människosyn, värdegrund och bemötande.

Charlotte Roos. Vårdförlaget. 2010.

Vardagens organisering. Om vårdbiträden och gamla i hemtjänsten.

Marta Szebehely. Arkiv förlag, Lund 1995.



Övning

Övning 2

Vi läser igenom *Mer om trygghet* tillsammans innan vi börjar med övningen. I övningen kommer vi att försöka ringa in vad vi kan göra för att öka den äldre personens känsla av trygghet.

Mål: Att vi formulerar tre meningar som ska stödja och värna den äldres trygghet. Meningarna skriver vi ner på arbetsbladet *Dialog – underlag för värdegrund*. De sparas för att användas senare i värdegrundsarbetet.

Beräknad tidsåtgång:

Övning 2: 50 minuter

ÖVNING

Gör så här

1. Vi börjar med att fundera individuellt och skriver våra funderingar på post-it-lappar. Vi skriver en sak på varje lapp som vi tror kan påverka den äldres upplevelse av trygghet. Vi skriver ner allt vi kan komma på!
2. Sedan arbetar vi tillsammans. Nu ska vi placera alla våra förslag i ett gemensamt arbetsblad (arbetsbladet *Prioritering*). Rita av rutnätet på ett blädderblock eller en whiteboardtavla. Vi utser en person som får skriva ner vårt gemensamma resultat vid övningens slut i vårt gemensamma arbetsblad.
3. Tillsammans samtalar vi kring allas post-it-lappar. De enda värderingar vi gör av varandras förslag är om de har stor eller liten påverkan på den äldres värdighet och möjlighet att känna välbefinnande, och om det är möjligt att genomföra förslaget omedelbart eller inte. Fäst alla förslag i den ruta de hör hemma.
4. När vi är klara har vi ett antal förslag utplacerade i rutorna. Den vi har utsett att skriva får skriva ner alla förslagen i arbetsbladet så att vi kan dokumentera vår process.
5. Nu går vi vidare. I de två översta rutorna finns de förslag som vi har bedömt har störst inverkan på den äldre personens värdighet och välbefinnande när det gäller trygghet. Några kan vi börja arbeta med redan idag, andra behöver vi planera för att arbeta med. Därifrån fortsätter vi nu med att försöka ta fram tre förslag som vi vill prioritera: Vilka tre förslag vill vi ta fram som ska känneteckna vår verksamhet så att den äldre får ett värdigt liv och kan känna välbefinnande när det gäller trygghet? Vi samtalar om detta i cirka 20 minuter och bestämmer gemensamt vilka tre förslag vi vill prioritera.
6. Nu har vi gemensamt kommit fram till tre förslag på vad som ska känneteckna vår verksamhet när det gäller trygghet, och vi dokumenterar dem på arbetsbladet *Dialog – underlag värdegrund* under rubriken *Trygghet*.

Om några frågor har blivit parkerade skriver vi ner dem på arbetsbladet *Dialog – underlag för parkeringar* och sätter in i pärmen.



Trygghet – individuell reflektion

Individuell övning till nästa dialog

Mål: Att vid nästa dialog delge varandra våra erfarenheter av att arbeta på ett sådant sätt att den äldre upplevelse av trygghet främjas, och att ta vara på framgångsrika arbetssätt.

Till nästa gång ska var och en av oss uppmärksamma hur vi själva gör i vårt arbete för att den äldre personen ska kunna uppleva trygghet. Vi reflekterar över vårt eget förhållningssätt och kan fundera på det utifrån dessa frågor:

I vilka situationer fungerar det väl?

I vilka situationer fungerar det mindre väl?

Hur ser situationen ut när jag upplever att den äldre personen känner sig trygg?

Hur ser situationen ut när jag upplever att den äldre personen känner sig otrygg?

Summering

Det här har vi gjort idag!

Vi har gemensamt kommit fram till tre meningar som ska känneteckna vår verksamhet när det gäller trygghet, det vill säga tagit fram förslag och dokumenterat dem på arbetsbladet *Dialog – underlag värdegrund*.

Om vi har hittat problem som vi inte löser eller har frågor kring har vi parkerat dem på arbetsbladet *Dialog – underlag för parkeringar*.



Anteckna vad du tycker att du gjorde bra i dialogen, och vad du är mindre nöjd med. Skriv gärna ned hur du vill att det ska vara nästa gång.

This image shows a single sheet of white paper with horizontal ruling lines. The lines are evenly spaced and run across the width of the page. There are no margins, text, or other markings on the paper.