



Dialog Meningsfullhet och sammanhang

Av 5 kap. 4§ andra stycket i socialtjänstlagen framgår det att socialnämnden ska verka för att äldre personer får möjlighet att ha en aktiv och meningsfull tillvaro i gemenskap med andra.

Innan vi börjar med dialogen om meningsfullhet och sammanhang 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 meningsfullhet och sammanhang. Vi ska under dagens dialog ta fram vad vår verksamhet kan bidra med för att möjliggöra de äldre personernas känsla av meningsfullhet och sammanhang. Syftet med dialogen är att reflektera över vad vi gör som möjliggör det och vad vi gör som hindrar det.

Vi börjar med att läsa igenom texten *Meningsfullhet, sammanhang, gemenskap och aktiviteter*. Vi går gemensamt igenom stycket *Socialtjänstlagen, föreskrifter och allmänna råd*.

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.

Vi samtalar om hur meningsfullhet och sammanhang beskrivs i regeringens proposition, efter att ha läst stycket *Ur regeringens proposition Värddigt liv i äldreomsorgen*.

Sedan går vi tillsammans igenom texten *Om meningsfullhet och sammanhang*.

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.

Övningen i dialogen baseras på samtal och reflektion och är uppdelad i två steg. I det första steget reflekterar vi individuellt och i grupp kring våra erfarenheter av äldre personers upplevelser av meningsfullhet och sammanhang. Övningen fortsätter sedan med att vi tillsammans tar fram tre meningar som ska känneteckna vår verksamhet när det gäller att möjliggöra de äldre personernas känsla av meningsfullhet och sammanhang.

Om vi fastnar på en fråga parkerar vi den!

Till övningen behöver vi ta fram följande material:

- ✓ block med post-it-lappar (ett till varje deltagare) till övning 1
- ✓ pennor (en till varje deltagare)
- ✓ blädderblock eller en whiteboardtavla till 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 övning som vi ska arbeta med till nästa dialog.

Meningsfullhet, sammanhang, gemenskap och aktiviteter

I **socialtjänstlagen** talas om att äldre personer ska ha en aktiv och meningsfull tillvaro i gemenskap med andra (5 kap. 4§ andra stycket SoL). För den enskilde individen har det olika betydelser. Meningsfullhet och aktivitet behöver inte vara samma sak. Det som är meningsfullt för en person är inte nödvändigtvis meningsfullt för en annan. Vem avgör vad som är meningsfullt?

Om vi ser till vad vi själva upplever som meningsfullt och vilka sammanhang som är viktiga för oss kommer vi snart att upptäcka att det varierar. Vi befinner oss till exempel på en arbetsplats tillsammans med andra anställda. Det är ett av våra sammanhang. Det är också en plats där något utförs som några av oss uppfattar som meningsfullt men som andra mer ser som ett sätt att kunna försörja sig. Vi ingår i många olika sammanhang. Vissa sammanhang passar oss bättre, andra mindre bra. När vi lämnar vår arbetsplats finns andra sammanhang som vi hör till – vänner, partner, kanske familj och barn, en kör, ett fotbollslag och mycket annat.

Hur är det då för den som kanske har förlorat delar av det som tidigare var meningsfullt, eller har förlorat vänner, familjemedlemmar och förmågor? Hur är det för den som bor i särskilt boende och är beroende av andra för att klara sitt liv? Hur är det för den som inte kan lämna sitt sammanhang efter åtta timmar och gå till något annat? Hur är det för den som av andra anses ingå i ett sammanhang som "brukare, kund, vårdtagare"? Att bo på ett särskilt boende är inte samma sak som att ha fått en ny familj. Att ta del av olika aktiviteter behöver inte vara detsamma som att uppleva meningsfullhet.

Är det rentav så att vi förväntar oss att den äldre personen ska känna meningsfullhet genom de aktiviteter vi erbjuder? Förutsätter vi att den äldre personen ska känna gemenskap med andra under en gudstjänst eller en sångstund på det särskilda boendet? Utgår vi ifrån att den som har hemtjänst ska vara glad för att han eller hon får komma ut på promenad?

För att fullt ut kunna bidra till meningsfullhet och sammanhang behöver vi lyssna på vad individen vill och stödja honom eller henne i de egna valen. Vi behöver komma förbi våra egna uppfattningar om vad som är meningsfullt för en äldre person så att vi verkligen ser och förstår vad den äldre personen själv uppfattar som meningsfullt.



Socialtjänstlagen, föreskrifter och allmänna råd

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

Vad säger socialtjänstlagen?

Av 5 kap. 4§ andra stycket SoL framgår det att socialnämnden ska verka för att äldre personer får möjlighet att ha en aktiv och meningsfull tillvaro i gemenskap med andra.



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

"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 uppfatta sin tillvaro som meningsfull:

- Personalen beaktar den äldre personens behov av socialt innehåll i insatserna.
- Personalen skapar förutsättningar för den äldre personen att uppleva en meningsfull tillvaro, alltifrån möjligheten att utöva någon fysisk aktivitet till att han eller hon kan leva enligt sin kultur, livsåskådning och tro.
- Personalen bidrar till att stärka den äldre personens självkänsla och tilltro till sin egen förmåga.

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.

ORDFÖRKLARING

Beakta: Uppmärksamma, ta hänsyn till, tänka på

Aspekter: Synvinklar, perspektiv, synpunkter, sidor

Plats för egna anteckningar:

Dialogkarta: Meningsfullhet och sammanhang

För att kunna stödja den äldre personen i att finna meningsfullhet och sammanhang behöver vi, förutom att fundera på vad det innebär, också fundera på hur vi kan åstadkomma det i vår verksamhet. Lika viktigt är det att komma fram till hur vi följer upp att den äldre personen har möjligheter att göra det han eller hon kan och vill. I dialogkartan visas flera frågor vi kan ställa oss som hänger ihop med meningsfullhet och sammanhang.

Var och en av oss ägnar först fem minuter åt att tyst fundera kring begreppen meningsfullhet och sammanhang. Till vår hjälp har vi dialogkartans frågor.

Vad kan jag utifrån min roll göra för att möjliggöra en äldre persons känsla av meningsfullhet och sammanhang?



Vad kan vår verksamhet göra för att stödja de äldres känsla av meningsfullhet och sammanhang?

Att fundera på

Hur kan jag utifrån min yrkesroll förstå den äldre personens uppfattning om det egna sammanhanget och vad som är meningsfullt?

Hur kan jag möta det?

Vår verksamhet

Hur kan en äldre persons behov av meningsfullhet och sammanhang beskrivas i ett biståndsbeslut? Hur kan det uttryckas i en genomförandeplan?

Vad skapar meningsfullhet och sammanhang för oss i vårt arbete inom äldreomsorgen?

Den äldre personen
i centrum

Förbättringsarbete

Hur kan vi utveckla vårt arbete när det gäller att tillgodose den enskildes behov av meningsfullhet och sammanhang?

Vad gör vi om vi inte har möjlighet att stödja meningsfullhet?

Extra övning

Kan man mäta upplevelser av meningsfullhet och sammanhang?
Om ja – hur? Om nej – varför inte?



Ur regeringens proposition Värdigt liv i äldreomsorgen

Utredningen *Värdigt liv i äldreomsorgen* gjordes 2008 och gav regeringen underlag till propositionen *Värdigt liv i äldreomsorgen*. Propositionen antogs av riksdagen 2010, som beslutade om ett tillägg i socialtjänstlagen när det gäller äldre personer inom äldreomsorgen. I propositionen nämns meningsfullhet och sammanhang flera gånger:

”**Välbefinnande innebär även** att den äldre personen känner meningsfullhet i tillvaron. Det bör vara fråga om att skapa förutsättningar för sådant som ger livsmod, livsglädje och en känsla av sammanhang. Att äldre personer ska kunna känna meningsfullhet i tillvaron kan också handla om att äldreomsorgen bidrar till att skapa olika former av samhörighet och att stärka personens självkänsla samt göra det möjligt att vistas i en god närmiljö. Meningsfullhet kan även innebära att den äldre kvinnan eller mannen kan leva enligt sin kultur, livsåskådning och tro. Ofta kan ett aktivt arbete med kultur bidra till att skapa en tillvaro som upplevs meningsfull och begriplig. Mening och sammanhang kan innebära att personalen stödjer den äldre personen i att upprätthålla kontakter och gemenskap, inte bara med sina närstående utan också med vänner eller föreningsliv m.m. Det kan också vara att ha möjlighet att utöva någon fysisk aktivitet som exempelvis att komma ut i friska luften varje dag, ta en promenad eller att träna olika förmågor. För att öka fokus på äldre personers välbefinnande bör biståndsbedömningen i större utsträckning uppmärksamma den enskildes behov av socialt innehåll”.

FAKTA

Utredning: Några frågor som regeringen ska besluta om kan kräva att man behöver ha tillgång till ett ordentligt underlag där olika fakta beskrivs. Värdigt liv i äldreomsorgen var ett sådant utredningsuppdrag.

När utredningen var klar kunde regeringen ta fram ett förslag på vad som skulle göras. Det förslaget är regeringens **proposition** till riksdagen. Riksdagen beslutar sedan om förslaget i sin helhet eller till vissa delar ska genomföras.



Utredningen:
Värdigt liv i äldreomsorgen.

SOU 2008:51.
<http://www.regeringen.se/sb/d/108/a/106288>.

Propositionen:
Värdigt liv i äldreomsorgen.

Prop. 2009/10:116
<http://www.regeringen.se/sb/d/12168/a/140555>.



”Det värsta jag vet är när dom säger – det kan du göra själv. Det är klart att jag kan, men det tar så lång tid och jag blir så trött så då orkar jag inget annat.”

Äldre man intervjuad av
Marta Szebehely.

”Meningsfullhet... det är att det jag är, gör och har ger mig en känsla av tillfredsställelse. Sammanhang är att jag finns i en miljö där jag själv blir bekräftad och jag kan bekräfta andra.”

Man, 56 år.



**Vardagens organisering.
Om vårdbiträden och gamla i hemtjänsten.**

Marta Szebehely. Arkiv förlag, Lund 1995.

Hälsans mysterium.

Aaron Antonovsky. Natur och Kultur 2005.

Om meningsfullhet och sammanhang

Kasam, känsla av sammanhang och mening.

Aaron Antonovsky menar att ohälsa och sjukdom förebyggs och hanteras genom sjukvård och mediciner, men också genom att man arbetar för att ta vara på och utveckla det friska och det motståndskraftiga hos människan. Han använde begreppet salutogen som betyder hälsoskapande.

Antonovsky forskade för att försöka komma fram till vad det var som hjälpte några att bevara hälsan och kom fram till en faktor som han kallade kasam – känsla av sammanhang och mening (brukar uttalas med betoningen på andra stavelsen). Kasam består av tre delar:

- Begriplighet, att man förstår vad som händer och att man väntar sig att man i stort sett ska förstå det som kommer att hända. Att förstå ger överblick och sammanhang.
- Hanterbarhet, att man i allmänhet förväntar sig att man kan klara av situationer och krav som man möter.
- Meningsfullhet, att det finns områden i livet som är viktiga för den enskilde, som man är eller var mycket engagerade i och som har betydelse och man känner starkt för.

För att kunna avgöra hur stark den enskildes kasam är tog Antonovsky fram ett sätt att mäta kasam. Mellan dessa tre delar – begriplighet, hanterbarhet och meningsfullhet – finns ett samband. Man kan ha ett lågt värde i någon av dem och högt i ett annat. Den som har hög kasam har lättare att klara av svårigheter och utmaningar i livet än den som har låg kasam.

För att ha en stark kasam behöver man inte känna att allt i livet är begripligt, hanterbart och meningsfullt. Men avgörande är om det finns områden eller aktiviteter i livet som personen själv upplever som viktiga.

Andra ord som har med meningsfull att göra:

Viktig
Meningsfylld
Innebördsrik
Djuptänkt

Andra ord som har med sammanhang att göra:

Omgivning
Kontext
Samband
Samhörighet
Förbindelse



Övningar

Övningarna baseras på samtal och reflektion.

Alla har vi säkert erfarenhet av äldre personer inom äldreomsorgen som vi upplever har en tydlig känsla av ett sammanhang samt upplever meningsfullhet i sin tillvaro. Lika säkert är att vi känner till äldre personer inom äldreomsorgen som inte tycks uppleva meningsfullhet.

Huvudsyftet med övningarna är att vi gemensamt tar fram förslag på för vad som ska känneteckna vår verksamhet när det gäller möjligheten att känna meningsfullhet och sammanhang för äldre personer. Vi kan använda texterna *Socialtjänstlagen, föreskrifter och allmänna råd*, och *Ur regeringens proposition Värdigt liv i äldreomsorgen*, och *Om meningsfullhet och sammanhang* som inspiration.

I övning 1 reflekterar vi tillsammans kring meningsfullhet och sammanhang för att medvetandegöra egna och andras erfarenheter. Här behöver vi varsitt post-it-block och varsin penna.

Övning 2 ska ses som dialogens huvudövning vars syfte är att vi ska komma fram till vad som ska känneteckna vår verksamhet när det gäller meningsfullhet och sammanhang. Här behöver vi ha tillgång till blädderblock eller whiteboardtavla, och arbetsbladet *Dialog – underlag för värdegrund*. En av oss utses att fylla i arbetsbladet medan vi arbetar.

Till sist avslutar vi med en enskild reflektionsövning som vi ska arbeta med till nästa dialog.

Beräknad tidsåtgång:

Övning 1: 40 minuter

Övning 2: 30 minuter



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.

Övning 1.

Mål: Att tillsammans reflektera kring meningsfullhet och sammanhang för att medvetandegöra egna och andras erfarenheter.

Gör så här: Vi tänker på en äldre person som vi har träffat i vår yrkesroll och som tycks känna meningsfullhet och känna att han eller hon vistas i ett sammanhang. Vi kan antingen välja en äldre person som alla gemensamt känner till (vi får tänka på sekretessen) eller så väljer varje deltagare ut en enskild äldre person att tänka på. Under tio minuter reflekterar vi individuellt kring frågorna 1–4 och skriver våra svar på post-it-lapparna.

1. Hur uttrycker den äldre personen vad han eller hon vill?
2. Vad gör den äldre personen som skapar meningsfullhet och sammanhang för honom eller henne?
3. Vad är det som gör det lätt för den äldre personen att göra det han eller hon gör?
4. Har vi gjort något som stödjer den äldre personen i att känna meningsfullhet och sammanhang? I så fall: vad har vi gjort?

När de tio minuterna har gått går vi laget runt i tio minuter och berättar våra egna erfarenheter för varandra. Efter att vi har resonerat kring frågeställningarna ovan och känner att vi är klara är det dags att göra om övningen ur ett annat perspektiv.

Gör så här: Nu tänker vi på en äldre person som vi har träffat i vår yrkesroll som *inte tycks uppleva* meningsfullhet och sammanhang. Vi kan antingen välja en äldre person som alla gemensamt känner till eller så väljer varje deltagare ut en enskild äldre person att tänka på. Vi resonerar sedan i gruppen utifrån nedanstående frågor:

1. Hur uttrycker den äldre personen vad han eller hon vill?
2. Varför är det svårt för den äldre personen att känna meningsfullhet och sammanhang?
3. Vad är det som gör det svårt för den äldre personen att göra det han eller hon vill göra?
4. Har vi gjort något för att stödja den äldre personen i att känna meningsfullhet och sammanhang? I så fall: vad har vi gjort? Varför har det inte fungerat? Eller har vi försvårat för den äldre personen i stället?
5. Är det någon kunskap vi saknar för att den äldre personen ska kunna göra det han eller hon vill?
6. Vad behöver göras för att det ska bli lättare för den äldre personen att leva utifrån sina intressen?

Vi går laget runt och alla berättar sina erfarenheter för varandra.



Övning 2.

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

Från övning 1 har vi "kartlagt" både förutsättningar och hinder för hur en äldre person kan uppleva en känsla av meningsfullhet och sammanhang. Det är nu dags att beskriva vad vi behöver göra för att vår verksamhet ska fungera så att alla äldre personer kan känna meningsfullhet och sammanhang.

Gör så här:

1. Vi "brainstormar" fram våra förslag. Det betyder att vi under fem minuter lämnar alla förslag vi kan komma på som stödjer meningsfullhet och sammanhang. Vi värderar eller diskuterar inga förslag, utan skriver upp allt som kommer fram. Låt erfarenheterna från "kartläggningen" i övning 1 vara en inspiratör!
2. Vi skriver upp allas förslag på whiteboardtavlan eller blädderblocket. Var och en går fram och sätter ett streck vid de tre förslag som vi tycker bäst stödjer den äldre personen att känna meningsfullhet och sammanhang.
3. Till sist resonerar vi gemensamt i gruppen för att komma fram till vad vi tror har störst betydelse för den äldre personens känsla av meningsfullhet och sammanhang och därmed välbefinnandet. Tillsammans formulerar vi tre meningar som beskriver vad som ska känneteckna vår verksamhet när det gäller meningsfullhet och sammanhang. Förslagen skrivs ner på arbetsbladet *Dialog – underlag för värdegrund* och sparas för att användas senare i värdegrundsarbetet.

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

Plats för egna anteckningar:



Meningsfullhet och sammanhang – individuell reflektion

Individuell övning till nästa dialog

Till nästa gång ska var och en av oss göra en reflektionsövning. Vi utgår från en äldre person vi möter i arbetet. Vi väljer var för sig, en av de tre meningar som kännetecknar hur vi ska arbeta med meningsfullhet och sammanhang och utgår ifrån den i samspelet med den äldre personen.

Förslag på frågor att ställa sig själv för att uppmärksamma det egna sättet att arbeta i den utvalda situationen:

I vilka situationer tycks den äldre personen känna meningsfullhet och sammanhang?

Har jag gjort något annorlunda mot vad jag brukar? I så fall vad?

På nästkommande dialogträff börjar vi med att delge varandra erfarenheter från den individuella övningen.



Summering

Det här har vi gjort idag!

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

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



Kort, tyst enskild reflektion

Fungerade dagens dialog bra? Har alla kommit till tals?
Lyssnade vi på varandra? Är du nöjd med ditt bidrag i dialogen?

Om inte – hur skulle du vilja att det blir nästa gång?

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.
