



SUNDHEDSSTYRELSEN
Videnscenter for værdig ældrepleje

Værdighed

Vidensindblik om
en værdig ældrepleje

Sundhed for alle ♥ + ●

Viden om værdighed

Dette vidensindblik indgår i en serie af vidensindblik om en værdig ældrepleje. Vidensindblikkene bygger på indsigter fra analyser udgivet af Videnscenter for værdig ældrepleje samt andre relevante kilder. Desuden er de baseret på de praksisnære erfaringer, som videnscentret og Sundhedsstyrelsens værdighedsrejsehold har indsamlet i hele landet. Vidensindblikkene samler dermed op på essenserne fra arbejdet med værdighed i Videnscenter for værdig ældrepleje i 2018-2024.

Andre vidensindblik om værdighed:

- Relationer
- Samarbejde med pårørende
- Hjemlighed
- Medarbejdertrivsel
- Faglig ledelse

Hvad er værdighed?

Værdighed er en oplevelse af at blive set, hørt og behandlet respektfuldt som et helt menneske. Det er individuelt, hvad den enkelte oplever som værdigt, og det kan ændre sig over tid.

Værdighed

Centrale indsigter om værdighed

- Oplevelsen af værdighed er individuel og situationsbestemt.
- Værdighed kan fremmes gennem et systematisk arbejde med borgernes selvbestemmelse.
- Arbejdet med værdighed kan styrke borgernes livskvalitet og trivsel.

Selvom en borger kan miste en del af sin handlefrihed, når vedkommende bliver ældre og svækket, mister borgeren ikke sin værdighed. Værdighed er med andre ord ikke afhængig af, hvor mange eller få færdigheder man har tilbage.

Det har stor betydning for den enkeltes oplevelse af værdighed, at medarbejderne i ældreplejen møder én som et helt menneske og med respekt for ens behov og ønsker til tilværelsen.

Hvad betyder værdighed i ældreplejen?

En værdig ældrepleje bygger på en grundlæggende præmis om, at mennesker er forskellige. Alle har unikke historier, livsomstændigheder og identitet, som påvirker deres behov og ønsker til tilværelsen. I en værdig ældrepleje bør hver enkelt derfor mødes med en anerkendelse af og respekt for, hvad der for dem udgør et godt og meningsfuldt liv.

Oplevelsen af værdighed er individuel og situationsbestemt

Den enkelte ældres oplevelse af værdighed er individuel. Oplevelsen af, hvad der er værdigt, er desuden situationsbestemt og kan ændre sig over tid. For eksempel kan det opleves værdigt at have en høj grad af medbestemmelse, hvis man kan overskue at tage stilling. Omvendt kan det opleves værdigt, at der indimellem bliver truffet beslutning for én, hvis man er meget svækket og har tillidsfulde relationer til omsorgspersonerne. Hvad der opleves som værdigt, kan på den måde være påvirket af funktionsevne, helbred, trivsel og de relationer, man indgår i.

En måde at arbejde med borgernes livskvalitet og trivsel

Oplevelsen af værdighed er tæt forbundet med livskvalitet og trivsel. Da arbejdet med værdighed i ældreplejen indebærer et systematisk fokus på at imødekomme den enkeltes behov og ønsker til tilværelsen, vil det også fremme livskvaliteten og trivslen.

Livskvalitet er en betegnelse for det, der kendetegner et godt liv. I en værdighedskontekst er forståelsen af livskvalitet subjektiv og kan variere fra person til person. Et menneskes livskvalitet og trivsel omfatter både fysiske, psykiske, mentale og sociale aspekter, som gensidigt kan påvirke hinanden. For eksempel kan fysiske helbredsproblemer have stor betydning for, hvordan man trives mentalt og socialt. Og omvendt kan ældre borgers mentale og sociale trivsel have direkte indflydelse på sund-

hedsmæssige forhold som appetit og søvn.ⁱ Når man arbejder med at styrke borgernes livskvalitet, er det derfor nødvendigt med et helhedsorienteret blik på deres livssituation.

Respekterer borgernes selvbestemmelse

Et afgørende element i en værdig ældrepleje er arbejdet med borgernes selvbestemmelse. I praksis indebærer det, at man systematisk inddrager borgerne og deres ønsker i den pleje, de modtager. Målet er at støtte borgerne i at leve det liv, de ønsker, på trods af afhængighed af hjælp. Konkret kan borgernes ønsker til hverdagen dreje sig om fx vaner og rutiner, døgnrytme, aktiviteter, ønsker til påklædning og udseende.

For at medarbejderne kan understøtte borgernes ønsker og behov, er det en forudsætning, at medarbejdere er i løbende dialog med borgerne. Forandringer i borgernes dagsform og begivenheder i borgernes liv kan betyde, at deres ønsker og behov ændrer sig, og at hjælpen derfor skal tilpasses.

En borgers selvbestemmelse kan udfordres af kognitive funktionsnedsættelser fx som følge af en demenssygdom. Det kan betyde, at borgeren kan have vanskeligt ved at tilkendegive ønsker og behov. For nogle ældre kan det også være svært at tilkendegive ønsker til hjælp og pleje, da de ikke ønsker at være til besvær eller virke krævende.ⁱⁱ Gode og tillidsfulde relationer mellem medarbejdere og borgere er generelt vigtige for, at borgerne føler sig trygge ved at give udtryk for deres ønsker og behov. Pårørende kan desuden være en vigtig ressource i den forbindelse, fordi de ofte kender og kan agere talerør for borgernes præferencer og vaner.

I særlige situationer kan det være nødvendigt at gribe ind i borgerens ret til selv at bestemme af hensyn til fx borgerens sikkerhed og helbred eller af hensyn til andre.

At understøtte den enkeltes selvhjulpenhed

For mange borgere er værdighed forbundet med at klare sig selv længst muligt. Værdighed handler derfor også om, at borgerne føler sig støttet i at bevare eller genvinde funktioner og muligheder for at udføre dagligdags aktiviteter, som er vigtige for dem. En rehabiliterende tilgang, hvor man har blik for borgerens ønsker og ressourcer, og som understøtter den enkeltes mulighed for at leve det liv, den enkelte stræber efter, er således en vigtig del af arbejdet med værdighed.

Værdighed skabes i fællesskaber og relationer

Værdighed i ældreplejen opleves individuelt, men skabes kollektivt. Det vil sige, at værdighed hele tiden skabes i de forskellige små og store fællesskaber, som udgør ældreplejen. Det kan fx både være i den enkelte relation mellem en borger og en medarbejder, i det faglige fællesskab i en plejeenhed og i hele organisationen. Derfor er det relevant at arbejde med værdighed på alle niveauer i ældreplejen. En værdig ældrepleje beror på, at såvel de faglige indsatser, mødet mellem medarbejderne, borgerne og de pårørende som de organisatoriske rammer for ældreplejen understøtter borgernes oplevelse af værdighed.

Figur 1: En værdig ældrepleje handler om at arbejde fagligt og systematisk med den enkeltes livskvalitet, selvbestemmelse, selvhjulpenhed og relationer.



Hvordan kan man arbejde med værdighed i ældreplejen?

Der findes en række udbredte tilgange til pleje og omsorg med fokus på den enkelte ældre borgers livskvalitet og trivsel i hverdagen, fx personcentreret omsorg. Fælles for disse plejetilgange er, at de inddrager borgerens psykologiske og fysiske behov og relationerne i pleje- og omsorgssituationen, og at de understøttes af en række afprøvede tilgange og metoder såsom Dementia Care Mapping (DCM), Marte Meo, Beboerkonferencen og BPSD-metoden.

Specifikke tilgange og metoder til arbejdet med værdighed anvendes ofte i sammenhæng og supplerer hinanden. Metoder og tilgange kan udgøre en systematisk ramme for vidensindsamling om borgeren og dennes unikke behov og historik. Når denne viden deles i medarbejdergruppen, giver det et fælles afsæt for at arbejde på en mere bevidst og forudsigelig måde med borgeren.

Understøt det relationelle arbejde

Værdighed skabes i vid udstrækning gennem relationsarbejde.ⁱⁱⁱ Relationsarbejde er en forudsætning for, at medarbejdere kan lære borgeren at kende og for at yde pleje og omsorg på den enkelte borgers præmisser.^{iv} Derfor er det også vigtigt, at relationsarbejde bliver betragtet som en faglighed, og at der arbejdes med at understøtte og udvikle medarbejdernes relationelle og kommunikative kompetencer.

Skab kontinuitet og sammenhæng i plejen

Ældreplejens organisering, tilrettelæggelse og arbejdsdeling har stor betydning for mulighederne for at sikre værdighed. Ved at tilrettelægge arbejdet med mere personkontinuitet og en større opmærksomhed på at opsamle og overlevere viden om borgerens tilstand, kan plejepersonalet bedre have øje for små, men vigtige ændringer i borgerens triv-



sel. Samtidig kan personalet understøtte borgerens tryghed. Det kan fx være vigtigt, hvis borgeren ikke har aktive pårørende, som kender vedkommende godt og kan sikre hjælp, hvis behovene pludselig ændrer sig.

Indtag borgerens perspektiv

I praksis er det ikke altid entydigt, hvad der er værdigt og uværdigt for den enkelte borger. For eksempel kan der til tider være forskellige perspektiver på det i medarbejdergruppen. Der kan også opstå

dilemmafyldte situationer, hvor borgerens handlinger og ønsker kan kolliderer med hhv. medarbejderen eller pårørendes opfattelse af, hvad der er værdigt for borgeren.ⁱⁱⁱ I en værdig ældrepleje er det vigtigt at arbejde med tilgange og metoder, som så vidt muligt appellerer til, at medarbejdere indtager borgerens perspektiv.

Personcentreret omsorg

Personcentreret omsorg er en tilgang med fokus på menneskers grundlæggende psykologiske behov og livshistorie. Tilgangen giver medarbejderne en bedre forståelse for symptomer og adfærd ud fra borgerens eget perspektiv. Det kan fx understøtte medarbejdernes evne til at være bevidst om deres egne perspektiver eller fordomme og i højere grad inkludere og forholde sig til borgerens egne ønsker. Grundlaget for at arbejde personcentreret er kendskab til borgere, hvilket fx kan opnås gennem relationsdannelse, den daglige kontakt og gennem livshistorier.

Når man arbejder ud fra personcentreret omsorg, sætter man mennesket i centrum frem for at sætte sygdommen i centrum. Formålet er at skabe størst muligt velbefindende hos det enkelte menneske. Man skal derfor hele tiden have blik for, hvordan man kan aflæse den andens velbefindende – fx i personens kropssprog, mimik, tonefald og toneleje, åndedræt og i det tempo, som personen taler og agerer i.

Personcentreret omsorg er en grundlæggende tilgang, som kan bruges til alle mennesker, der har behov for støtte, omsorg og pleje.

I arbejdet med denne tilgang, er det vigtigt, at:

- Værdsætte det enkelte menneske uanset alder og svækkelse
- Se hver person som et individ og anerkende, at alle personer har en unik historie og personlighed
- Se på verden ud fra den anden persons perspektiv og anerkende, at enhver persons oplevelser og handlinger giver mening for dem
- Være opmærksom på, at alle mennesker har brug for at være i relation til nogen.

*Kilde: Sundhedsstyrelsen (2019): **Personcentreret omsorg i praksis.***

Arbejd systematisk med at inddrage borgere og beboeres behov og ønsker

Arbejdet med værdighed skal løbende og systematisk tilpasses i relationen til den enkelte borger og oversættes til den enkelte borgers aktuelle behov og ønsker. Systematikken i arbejdet skal derfor være fleksibel og tilpasses kontakten med den

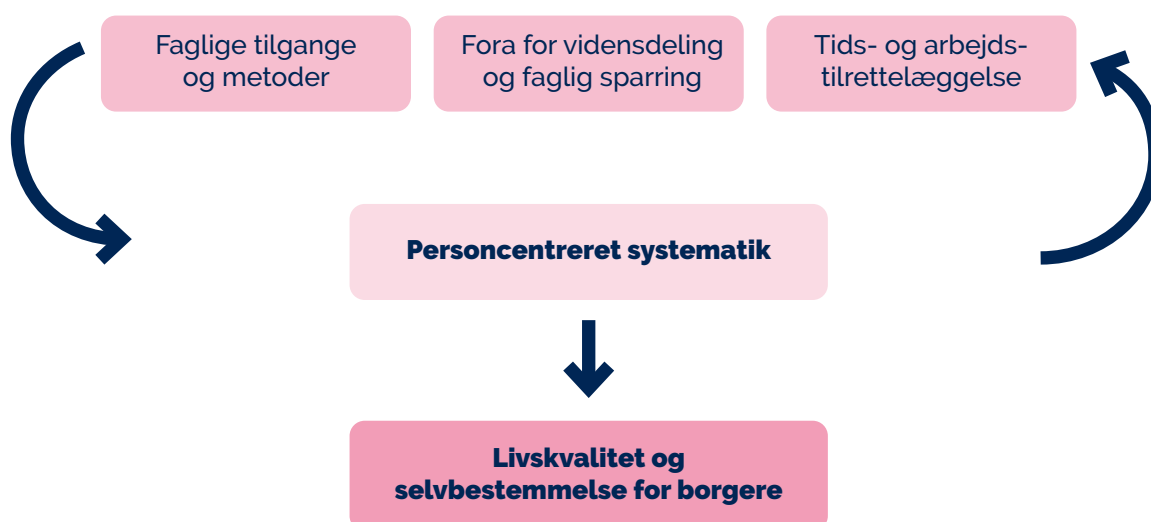
enkelte borger, og der bør være en individuel tilrettelæggelse af indsatser og opstilling af mål for det faglige arbejde med værdighed, fx ved at kørelister eller dagsplaner så vidt muligt stemmer overens med den enkelte borgers ønsker og behov i forhold til, hvornår på dagen pleje og omsorg modtages.

Personcentreret systematik

Personcentreret systematik adskiller sig fra strukturel systematik ved, at fx en specifik metode tilpasses den specifikke relation og den enkelte borgers behov på en fleksibel måde og ikke anvendes instrumentelt og ensartet i relationen til alle borgere. Det betyder, at medarbejderne hele tiden udøver forskellige typer af oversættelses- og tilpasningsarbejde hvor:

- faglige tilgange og metoder tilpasses den enkelte borgers behov
- der er fokus på at dele viden om den enkelte borgers behov og ønsker
- tiden og arbejdstilrettelæggelsen tilpasses, så tempo, rækkefølger og flow afstemmes til den enkelte borgers behov.

Figur 2: Det systematiske arbejde med værdighed i ældreplejen.



Kilde: VIVE (2023): *Systematik i arbejdet med værdighed i ældreplejen*.

Opmærksomhedspunkter til det systematiske arbejde med værdighed i ældreplejen

En analyse gennemført af VIVEⁱⁱⁱ opsummerer, hvad der er vigtigt i det systematiske arbejde med værdighed i ældreplejen:

Kontinuerligt fokus på livskvalitet og selvbestemmelse

Et kontinuerligt fokus på livskvalitet og selvbestemmelse på møder i medarbejdergruppen og i formelle og uformelle fora for kollegial sparring fremmer medarbejdernes refleksion over, hvordan de oversætter faglige tilgange og metoder samt viden om borgere i borgerkontakten. Derfor er det vigtigt fast at sætte borgeres livskvalitet og selvbestemmelse på dagsordenen og prioritere tid til at drøfte disse forhold.

Kompetencer og kontinuitet i medarbejdergruppen

Når der er kompetencer og kontinuitet i medarbejdergruppen, er det med til at skabe stabilitet i borger-medarbejder-relationer og sikre, at de rette faglige kompetencer er til stede. Derfor er det vigtigt, at der skabes muligheder for opkvalificering af medarbejderes faglige viden og kompetencer.

Viden om borgeres livshistorie, ønsker og behov for pleje og omsorg

Det fremmer medarbejdernes mulighed for at arbejde systematisk på en måde, der understøtter borgeres livskvalitet og selvbestemmelse, når de har viden om den enkelte borgers livshistorie og aktuelle ønsker og behov for pleje og omsorg. Derfor er det vigtigt, at der løbende afsættes tid til, at medarbejderne kan indhente viden om borgere, fx fra pårørende eller ved at tilbringe tid med borgeren.

Tidsmæssige ressourcer

Tidsmæssige ressourcer er vigtige for, at medarbejderne kan blive opdateret og tillære sig viden om borgere, så de kan yde pleje og omsorg i forhold til borgerens aktuelle behov. Tid i borgerkontakten er også vigtig for, at medarbejdere kan justere måden, som pleje og omsorg ydes på, så det passer til borgerens tempo. Særligt borgere med demens kan have brug for ro, og tilpasning af tempoet til deres behov kræver tid i borgerkontakten.

Planlægning

Planlægning har betydning for, om arbejdsdagen rummer fleksibilitet. Flexibilitet gør det muligt for medarbejderne at tage hensyn til og tilpasse plejen til borgeres skiftende behov. Derfor er det vigtigt, at ledelse og planlæggere har fokus på behovet for fleksibilitet i planlægningen af kørelister og dagsplaner.

Ledelse, der er tilgængelig, nærværende og sætter rammerne for det systematiske arbejde

En tilgængelig og nærværende ledelse kan bl.a. understøtte, at arbejdet tilrettelægges på en måde, der gør det muligt for medarbejderne at arbejde systematisk med værdighed på en personcentreret måde, fx ved at kørelister eller dagsplaner tager højde for borgeres præferencer for, hvornår på dagen de modtager pleje og omsorg. Ledelsen kan også understøtte medarbejdernes mulighed for faste faglige drøftelser og refleksion over, hvordan de arbejder med borgeres livskvalitet og selvbestemmelse.

Metoder og redskaber til arbejdet med værdighed i ældreplejen

Der findes en lang række metoder og konkrete redskaber, som man kan anvende i arbejdet med værdighed i ældreplejen. Listen af redskaber og metoder nedenfor er ikke udtømmende, men et udvalg af velafprøvede metoder og redskaber.

Forstå den enkelte borgers perspektiv

Da værdighed er individuelt og dynamisk, er det afgørende, at medarbejderne vedvarende sætter sig ind i, hvad der er vigtigt for den enkelte, og arbejder med borgernes trivsel.

- **Perspektivskifte som metode:** En refleksions-øvelse, som kan bruges til at forstå den enkelte borger og sætte sig i dennes sted. Særligt i de tilfælde, hvor borgeren – fx på grund af en demenssygdom – ikke selv kan sætte ord på sine oplevelser og behov, er perspektivskifte en værdifuld metode. Det er ikke sikkert, at den enkelte medarbejder kan forstå borgerens handlinger og reaktioner, og her er metoden hjælpsom. Metoden tager udgangspunkt i en antagelse om, at alt, hvad borgeren gør, er meningsfuldt for dem, og perspektivskifte bidrager til, at medarbejderen opnår større bevidsthed om borgerens adfærd og sammenhængen mellem egne handlinger og borgerens reaktioner.
- **Værdighedshjulet:** Et samtaleredskab, der er struktureret omkring seks temaer, og som sætter fokus på borgerens trivsel, ønsker og behov. Værdighedshjulet giver anledning til at træde et skridt væk fra de daglige plejeopgaver og have en samtale med borgeren, hvor der er lejlighed til at komme i dybden med, hvad der er vigtigt for borgeren. Værdighedshjulet kan printes ud og tages med ud til borgeren til en samtale af cirka 30 minutters varighed. Med spørgeguiden følger en tjekliste med punkter, der er vigtige at være opmærksom på før, under og efter samtalen.
- **Blomsten:** Et redskab til at forstå og arbejde med de fem grundlæggende psykologiske behov hos en borger. Blomsten kan bruges til at arbejde systematisk og dybdegående med borgernes trivsel. Blomsten symboliserer de fem grundlæggende psykologiske behov, som alle mennesker har. Det er svært at få opfyldt sine psykologiske behov, når man har demens eller andre kognitive funktionsnedsættelser. Derfor er det medarbejdernes opgave at hjælpe borgeren med at opfylde behovene gennem personcentreret omsorg. Blomsten er en central model i tilgangen personcentreret omsorg.
- **Trivselskar:** Et redskab til at arbejde målrettet med borgerens trivsel. Trivselskarret har samme farveinddeling som den, mange kender fra triagering og TOBS. Forskellen er, at man med Trivselskarret fokuserer den faglige samtale på borgerens mentale og følelsesmæssige trivsel og får et tydeligt billede på, hvordan borgeren trives, og hvad man kan hælde i borgerens trivselskar for at øge hans eller hendes trivsel. Borgerne, især dem med demens eller andre kognitive funktionsnedsættelser, har brug for, at personalet hjælper med at "hælde" trivsel på. Dette er en vedvarende proces, da borgerne med demens eller kognitive funktionsnedsættelser altid har et "hul" i deres trivselskar.

Hold møder med borgeren i centrum

En vigtig del af at udvikle kulturen og forståelsen i forhold til værdighed er at sætte faglig refleksion og sparring om værdighed i system. Hermed understøttes et løbende fokus på værdighed i praksis og mulighed for at modtage sparring til at omsætte det i møder med borgerne og pårørende. Alt efter organisering og hvor man arbejder henne, kan forskellige mødeformer være relevante.

- **Beboerkonferencen:** En systematisk mødeform, hvor ledere og medarbejdere mødes for at blive klogere på en borger ved sammen at fortælle, lytte og reflektere gennem en struktureret proces. Centralt for metoden er, at man i fællesskab på tværs af vagtlag og faggrupper reflekterer over og analyserer en borgers adfærd eller en konkret situation, der kan opleves svær at håndtere i hverdagen. Målet er at skabe en fælles forståelse, mening og ejerskab hos alle medarbejdere og dermed styrke den faglige indsats samt trivsel for både borgere og medarbejdere.

- **Tværfaglige møder:** Det er vigtigt, at være opmærksom på at inddrage, koordinere med og hente viden fra relevante faggrupper, hvis det er nødvendigt. Mulighederne for dette kan styrkes ved at have overblik og kendskab til andre faggruppers kompetencer og arbejdsopgaver. Fagpersonerne har forskellige perspektiver på og tilgange til borgeren, og inddragelsen kan derfor være vigtig for en værdig og helhedsorienteret pleje, der imødekommer borgerens behov.
- **Triageringsmøder:** Triagering er en metode, hvor medarbejdere triagerer hver enkelt borger og tildele dem én af farverne grøn, gul eller rød, som afspejler det krævede opmærksomhedsniveau. Triagemøderne anvendes efterfølgende til at vurdere behovet for indsatser. I det faglige arbejde med værdighed er det vigtigt, at triageringen ikke kun forholder sig til eventuelle helbredsproblematikker, men også vurderer borgerens generelle trivsel og livskvalitet, fx ved at benytte trivselskarret.

Andre metoder og redskaber, der kan bruges i arbejdet med værdighed i ældreplejen

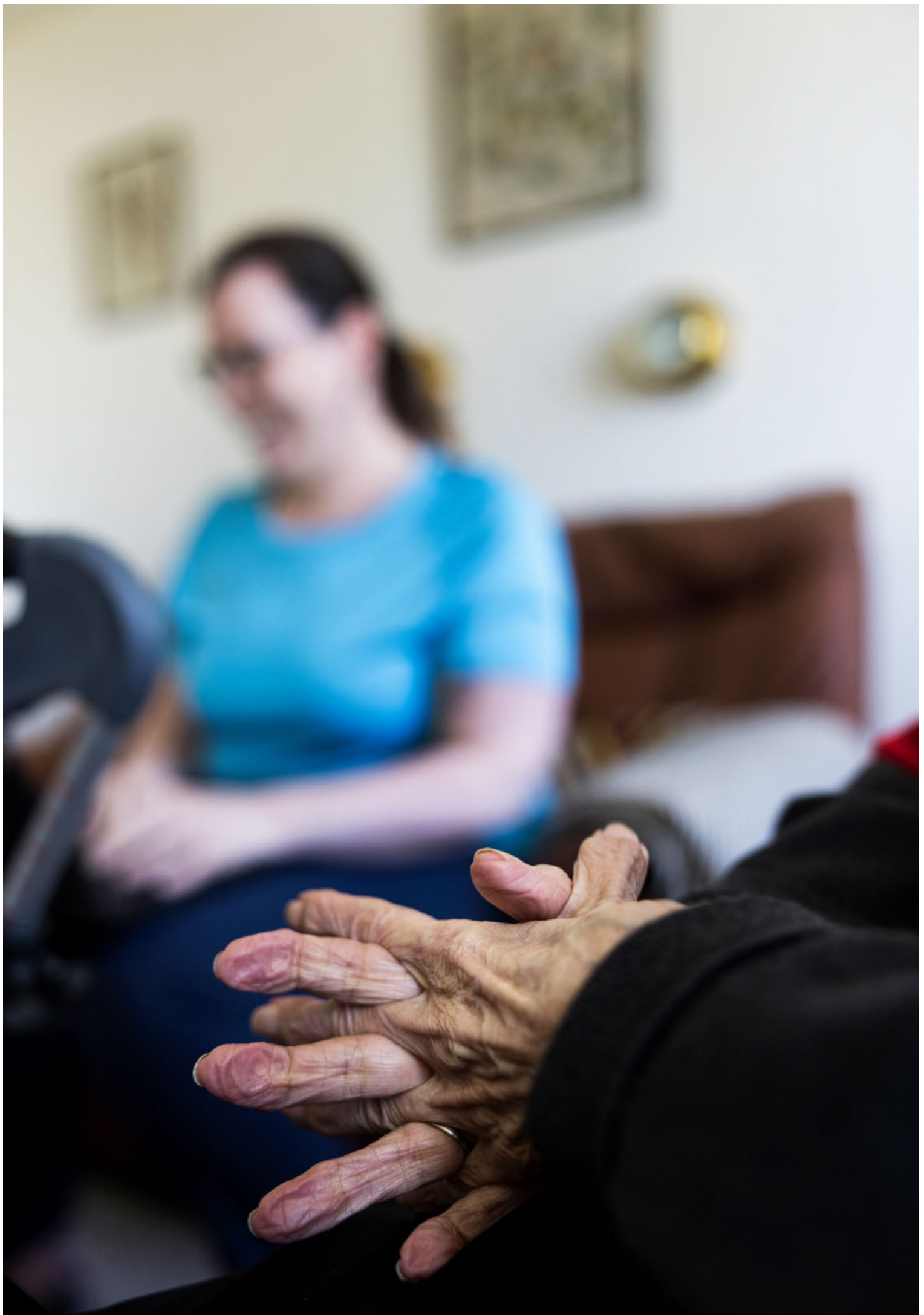
- Isbjerget
- Fem faktorer, der påvirker vores adfærd
- At åbne fortællingen op
- At strække sine øre
- Kontakt før opgave

Find viden og inspiration her

- VIVE for Videnscenter for værdig ældrepleje (2023): **Systematik i arbejdet med værdighed i ældreplejen.**
- PwC for Videnscenter for værdig ældrepleje (2021): **Sårbare ældres møde med hjemmeplejen.**
- PwC for Videnscenter for værdig ældrepleje (2021): **Løftestænger til udvikling af hjemmeplejen.**
- VIVE for Videnscenter for værdig ældrepleje (2021): **Oplevelse af sammenhæng i den kommunale pleje og hjælp.** En kvalitativ undersøgelse blandt hjemmeboende ældre.
- Sundhedsstyrelsen (2019): **Personcentreret omsorg i praksis.** Sundhedsstyrelsens Demenshåndbøger.
- Videnscenter for Værdig Ældrepleje (2018): **Behovsanalyse.**

Referencer

- ⁱ Sundhedsstyrelsen (2021): Inspirationsoplæg: Status på arbejdet med kvalitet og kompetencer. Ældretopmødet 2021.
- ⁱⁱ PwC for Videnscenter for værdig ældrepleje (2021): Sårbare ældres møde med hjemmeplejen.
- ⁱⁱⁱ VIVE for Videnscenter for værdig ældrepleje (2023): Systematik i arbejdet med værdighed i ældreplejen.
- ^{iv} VIVE for Videnscenter for værdig ældrepleje (2023): "Uden relationer kommer vi ingen vegne." Relationsarbejde som grundvilkår og faglighed i ældreplejen.



Sundhed for alle ♥ + ●