

SEMINAR 2

Få hjælp til "den svære samtale" med de pårørende

Mette Jessen, Cand. pæd. pæd. psyk., familiebehandler og specialskolelærer, ejer af Center for Psykologisk Udvikling

Demenskoordinatorens rolle



Hvad indeholder den svære samtale? Den svære samtale opstår ofte, når sårbare emner skal drøftes og når der er forskellige intentioner til samtalen. Der er ofte uklarhed om rollerne og stemningen kan være dårlig. Mennesker er ikke ens, og vi agerer ikke på samme måde når det er svært, eller hvis vi føler det er en krisesituation. I situationer som denne kan det være svært at lytte og forstå meningen eller flere meninger.

Som personale kan vi være nervøs for, ikke at være uddannet til den svære samtale.

Der findes to klimaer en samtale kan befinde

sig i. Et *forsvarsklima* og et *understøttende klima*. Klimaet har konsekvenser for dem der deltager i samtalen.

Forsvarsklima:

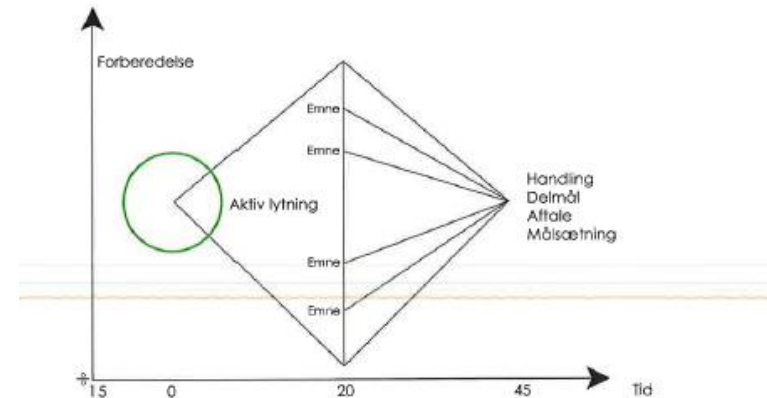
- Handlinger - konsekvenser hos modtager
- Give gode råd - konsekvenser at de forsvar egne holdninger
- Overtale – der gives igen af samme mønt
- Forsvar egne synspunkter - giver den samme udfoldelse
- Kontrollerende - får man ikke accept af andre
- Kritiserer - kritiserer
- Censurerende - mister forståelsen
- Straffe - dårlig fornemmelse for andre

Understøttende klima:

- Indstillet på fælles problemløsning ved igangsættelse og udfoldelse
- Accept af hinanden - accept af andre
- Indføling - indføling
- Lytte til andre - forståelse, fornemmelse for andre

Forberedelsen til den svære samtale

Mette Jessen præsenterer nedstående model der kan anvendes i det forberedende arbejde til den svære samtale. Med udgangspunkt i modellen er det muligt at udtænke hvilke løsninger der kan være forberedt forud for samtalen.



Den gode samtale handler om at være forberedt

I den gode samtale er det vigtigt at sidde og være aktivt lyttende i ca. 20 minutter. Alle skal have mulighed for at fortælle hvad de har på hjertet, og lytte ind til de emner, der er vigtige at tage op. En god hjælp i samtalen er at holde fast i emnerne og derefter arbejde med handlinger og opsætte delmål. Det er vigtigt at få nedskrevet klare aftaler og en målsætning.

Aktiv lytning

Aktiv lytning er at lytte efter emner og finde et mønster i samtalen, med opmærksomhed på hvad der menes. Der bør/skal skrives noter ned med vigtige ting og emner, med det formål at kunne opsummere samtalen. Under samtalen holdes fast i emner, for derved at styrke det at være anerkendende.

Den svære samtale i praksis

En deltager spørger hvordan samtalen skal håndteres, når den pårørende også har kognitive vanskeligheder. Mette Jessen påpeger, at i en sådan situation, er det vigtigt at gøre samtalen så konkret som muligt og nedskrive det aftalte.

En anden deltager ønsker at vide, hvordan samtalen gribes an i en situation hvor folk bryder sammen. I en sådan situation skal vi som professionelle give plads og rum til at bryde sammen, og hjælpe med at sætte ord på det mennesket med demenssygdom og pårørende er ked af. Et tip til at komme videre kan ifølge Mette Jessen være at sige ”Jeg kan se at du er ked af

det” eller ”Jeg tænker på, hvordan jeg bedst kan hjælpe dig”.

Et sidste spørgsmål fra deltagerne er, hvordan vi gør, når vi anvender metode i et før-møde med pårørende, hvor mennesket med demenssygdom ikke deltager. Her er det vigtigt at vi fortæller de pårørende, at vi ønsker en samtale med mennesket med demens, og det er vigtigt at mennesket med demens efterfølgende føler sig både set og hørt i sagen, siger Mette Jessen.

Mette Jessen runder seminaret af med opfordringen: ”Intentioner er altid gode, men de virker ikke altid i praksis, det bør vi tænke på”.

