

Nyt fra Socialstyrelsen

Iben Stephensen, programleder på demensområdet, Kontor for ældre og demens



Nyt kursusforløb for pårørende tegner godt

"Samvær med mennesker med demens" hedder det kursusforløb, som pårørende til mennesker med demens i fire kommuner har deltaget på i det første halvår af 2015.

Omkring 110 pårørende fra forskellige steder i landet har henover foråret deltaget i kursusforløbet. Kurset bygger på Marte Meo metoden, som gennem analyse af videooptagelser af almindelige hverdagssituationer kan afdække de naturlige udviklingsstøttende kommunikationspotentialer og samspilssituationer.

På kurset har de pårørende fået viden om demens, redskaber til kommunikation og netværk med andre pårørende i samme livssituation. Kurset er blevet afholdt for ægtefæller/samlevende og for voksne børn til hjemmeboende mennesker med demens. Det er kommunerne Roskilde, Nyborg, Odense og Aalborg, der deltog i afprøvningen af kurset.

Svært at være pårørende

Nationalt Videnscenter for Demens skønner, at der er omkring 400.000 nærstående pårørende til de 90.000 danskere med en demenssygdom. De pårørende er ofte meget belastede. Forskningen viser, at det er mere psykisk belastende at yde omsorg for en person med demens end for en person med udelukkende fysisk svækkelse.

Danske studier har vist, at de pårørende på grund af omsorgsopgaven og stigende opsyn med den demensramte har mindre tid til arbejds- liv, hvile, fritidsaktiviteter og hobbyer. Samtidig

udviser de pårørende - i takt med sygdommens udvikling - i stigende grad tegn på bekymringer, tristhed, belastningsreaktioner og stress. Depression forekommer 2-3 gange hyppigere end normalt. De pårørende går oftere til lægen og tager mere receptpligtig medicin end normalt. De har også øget risiko for at udvikle alvorlig somatisk sygdom, eventuelt med døden til følge.

Formålet med kurset "Samvær med mennesker med demens" er netop at styrke de pårørendes mestringsstrategier og kommunikationsredskaber og derigennem lette hverdagen og forbedre samværet med deres pårørende med en demenssygdom.

Marte Meo

Kurset tager udgangspunkt i Marte Meo som læringsmetode til at styrke de pårørendes mestringsstrategier. Derfor har omdrejningspunktet for undervisningen været frivillige optagelser af hverdagssituationer med de pårørende og deres nærmeste med demens til læring for dem selv og de andre kursister.

Fakta om Marte Meo

Marte Meo er en videoobservationsmetode. Den bruges typisk til at forbedre samspillet mellem personale i f.eks. plejeboliger, og de borgere, som har demens eller andre kognitive udfordringer. Marte Meo betyder ved egen kraft og er oprindeligt udviklet på børneområdet af hollænderen Maria Aarts. Metoden hviler på fem principper:

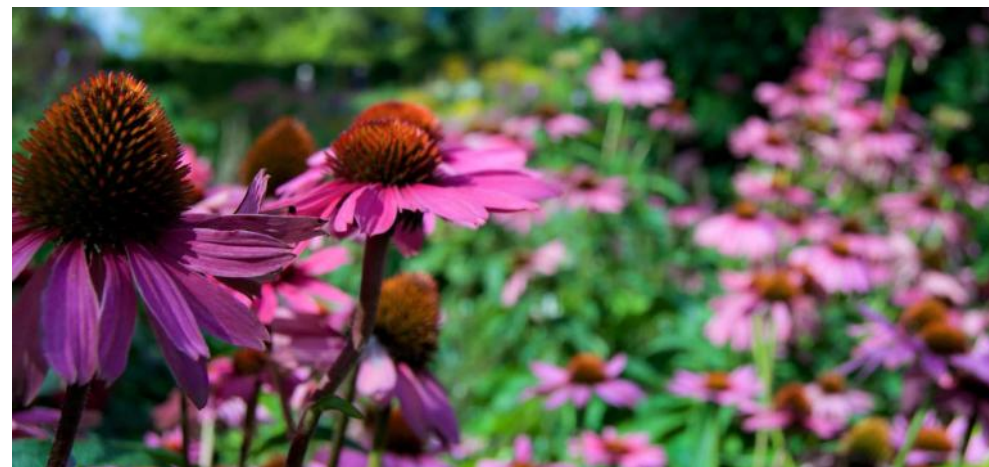
- at følge den andens initiativer (herved erkender vi den anden)
- at bekræfte den anden positivt (herved anerkender vi den anden)
- at sætte ord og struktur på initiativer (herved strukturerer vi samspillet)
- at lave turtagning (herved skaber vi dialog i samspillet)
- at udøve positivt lederskab (det baserer sig på gode stemninger og udviklingsstøttende struktur)

Læs mere om Marte Meo metoden på Socialstyrelsens formidlingssider om demens.

Konkret er Marte Meo klippene blevet brugt til øge de pårørendes forståelse for, hvordan samspillet med et familiemedlem med demens bliver påvirket af sygdommen, men også som positiv anvisning til at se, at der er stadig er mulighed for at have et godt samspil og samvær på trods af sygdommen. Særligt fokus har derfor været på at opdage nuets betydning, men også det at give tid og ro i både samvær og kommunikationen. Samtidig har de pårørende fået grundlæggende viden om konsekvenserne af en demenssygdom og ideer til meningsfulde aktiviteter.

Aktivitetstilbud

I afprøvningen har projektkommunerne tilbudt borgerne med demens en aktivitet, mens deres nærmeste har været på kursus. Nogle har deltaget på et til formålet specialoprettet tilbud, mens andre er blevet tilbudt plads i eksisterende dagcenter. Selvom det kan være vanskeligt at få sin ægtefælle med demenssygdom til at tage af sted til aktiviteten, har det været afgøren-



de for en del pårørende, som derved har fået ro til at deltage og være nærværende på kurset. For nogle af personerne med demens har det også betydet, at de er fortsat i et aktivitetstilbud. Et tilbud, de formentlig ikke var startet op i, hvis ikke det var fordi deres pårørende skulle af sted på kursus.

Nyt look på Socialstyrelsens hjemmeside

Socialstyrelsens hjemmeside har fået nyt look og siden sidst er temaet om udadreagerende adfærd kommet til. Der kan du også downloade vores Guide til udadreagerende adfærd.

Der er nu ni temaer på Socialstyrelsens hjemmeside, [klik her](#):

- Om udadreagerende adfærd
- Om udviklingshæmning og demens
- Om yngre personer med demens
- Om musik- og danseterapi
- Om reminiscens
- Om pårørende
- Om Marte Meo
- Om fysisk aktivitet
- Om Dementia Care Mapping

Marte Meo kurser til hele landet

Projektet bliver evalueret til efteråret. Blandt andet måler vi på de pårørendes grad af belastning og livskvalitet før, lige efter og to måneder efter kurset. Samtidig ser vi på det udbytte, de pårørende har fået af kurset. Når evalueringen er afsluttet, vil materialet blive offentliggjort på Socialstyrelsens hjemmeside. Det vil være muligt at downloade kursusmaterialet, en undervisningsguide til demensfaglige medarbejdere og Marte Meo terapeuter samt selve evalueringsrapporten.

Kursusmaterialet er udviklet af ph.d. Aase Marie Ottesen og sygeplejerske og Marte Meo terapeut Bente Weberskov for Socialstyrelsen. Projektet er en del af den nationale demenshandlingsplan.

Socialstyrelsen ønsker jer alle god sommer.