

 borger  pårørende  medarbejder

Inspirationskort til pårørende

Denne borgerrejse og medfølgende inspirationskort er resultatet af projekt Den gode indflytning.

Inspirationskortene er til jer, som i nær fremtid får en udeboende pårørende, som netop er begyndt rejsen mod en lejlighed i et af Kolding Kommunes botilbud. Der er 8 inspirationskort.

Gennem en række interviews med borgere, pårørende og medarbejdere har projektet kortlagt de emner, som optræder i forbindelse med et indflytningsforløb. Der er meget at forholde sig til – både praktisk og følelsesmæssigt – i et sådant forløb. Disse kort er en hjælp til nogle af de overvejelser, I kan gøre jer. Både borgerrejsen og disse inspirationskort sigter mod at gøre et indflytningsforløb smidigt og forståeligt. Og håbet er, at alle parter opnår en større forståelse for og en fælles indsigt i de mere emotionelle emner, der rører på sig i forbindelse med en udflytning/indflytning.

I projekt Den gode indflytning er der også lavet materiale til borgeren og medarbejderne. Borgerens rejse er enkel, et A4-ark, og her er rejsen delt op i 8 trin. Medarbejderne får en borgerrejse som er magen til den, som hører til nærværende sæt - blot med en anden farvesammensætning, og med et kortsæt som også handler om de mere emotionelle aspekter af en indflytningsproces.

Inspiration - Indretning

Snak med jeres pårørende om hvad han/hun har på sit værelse.
Og om hvad der i jeres hjem er særlige steder for hende/ham
– kan det tænkes med i indretningen i det nye hjem?

Hvad er vigtigt? Er det fotos? Er der nogen vigtige ting?
Og hvorfor er de vigtige?

Er det følelsen, når man holder ved det/den?
Er det fordi det minder om gode oplevelser? Yndlingsfarver?

Og hvad skal der til for at I får indrettet et hjem?

Mange vil gerne have gæster/venner på besøg – hvordan
indretter I så det er muligt?

”Vi har spurgt vha. billeder – hvad kunne du tænke dig?”

”Jeg er glad for at få snakket om hvordan, jeg gerne vil
have den nye lejlighed ser ud, når jeg får den”

”Det er en lille en, en sovesofa, sådan jeg kan bedst li’
min lejlighed – så kan gæsterne sove der”

”Jeg er ved at lave et portræt af mig selv – det kommer
også op at hænge på et tidspunkt”

”Vores (borgere) har en mening om hvad de godt kan li’
- eller en stil”

”Man skulle måske have et spisebord, så man kan invitere
på kaffe?”

Inspiration - Overlevering

Det at skulle give ansvar fra sig, og overlevere en pårørende til andres daglige varetægt er ikke nemt. Som pårørende har I et indgående kendskab til hinanden, I er forbundet af tid, steder, oplevelser og følelser.

Ofte er det en form for uhåndgribelig viden, måske kan I aflæse humøret på ansigtsudtrykket, I kender rutinerne, I ved hvilken mad der er yndlingsmad, og hvad der skal til for at gøre glad.

Det vil tage et stykke tid før andre bliver i stand til nogle af disse ting, og ingen hverken kan eller skal overtage jeres roller eller relationer. Dagligdag og rutiner skal opbygges på ny et nyt sted. Det kræver tålmodighed. Og forståelse for botilbuddet.

"Det var rigtig svært at få skabt en tæt relation, som han blev så tryk i, at han kunne bruge dem (medarbejderne) til det, de egentlig skulle bruges til"

"Vi var så meget indover, så vi også var ved at blive lidt slidt i det"

"Jeg tror ikke, der er nogen der ønsker at deres udviklingshæmmede barn skal bo hjemme for evigt. Men det er mere...det at få lavet en ramme... – det tar' tid"

"Fx skal han tidlig i seng for at have energi, og han er vant til at gå i bad om aftenen. Men nu er det om eftermiddagen – så har han mere fri tid"

"Hvordan vi løser opgaver hos ham - der var meget forvirring i starten. Vi så ham på en måde, hun på en anden"

"Mor kunne ha' mange bolde vi skulle overtage på, og vi havde brug for, at de skulle lande"

Inspiration - Selvstændighed

Når jeres pårørende flytter i lejlighed på et botilbud, træder de ind i en voksenverden. Det gør de, fordi de ved det 18. år bliver myndige. Det betyder langt større selvbestemmelse i forhold til at leve et liv. De kan selv bestemme hvad de vil og ikke vil.

De bestemmer fx selv hvem, der skal med til deres møder, hvad de bruger deres fritid til og meget mere. Botilbuddets opgave er at støtte dem i deres ønsker og behov, og hjælpe dem med at opnå de mål og delmål, som Voksenrådgivningen har været med til at sætte.

"Vi har nogle, der ikke tør sige til deres forældre, at de gerne selv vil bestemme"

"Du er et voksent menneske, og der er en stor frihed – det er svært at forstå"

"Her ved os bestemmer borgeren selv over deres penge"
"Jeg synes også, vi er gode til at sige de ting, der kan være svære nogle gange, og nogle gange blive upopulær. Det over vi os på, det kan være svært nogle gange – ligegyldig hvor mange år man har været i faget – så kan det da være svært"

"Vi guider dem jo, og prøver at hjælpe med noget struktur omkring det (rengøring). Men der er jo også samlere, og de kan ha' ting overalt"

Inspiration - Samarbejde

Samarbejdet i forbindelse med en indflytning drejer sig ofte om alle de praktiske ting, der skal tages i betragtning - skemaer, erklæringer, rapporter. Og det praktiske er vigtigt.

Men den mere følelsesmæssige side af at overlade en pårørende til selvstændighed og andres omsorg er også vigtig, og fylder ofte. Det er bl.a. derfor disse inspirationskort er udviklet. Det skal også fylde.

Botilbuddet kan måske ikke favne det hele, praktik og følelser, på én gang. Det tager tid at lære hinanden at kende, og dermed også at lære at samarbejde. Giv hinanden tid.

"Det at give slip, jeg tror bare det er et ømtåleligt emne, det her med at man som forældre er sårbare i flytteprocessen, og så, ja, vi er her jo heller ikke for evigt"

"Som forælder føler man sig presset, man skal give slip på noget"

"Vi mødes om det praktiske – men det er det bløde, der fylder"

"Der er masser af følelser, om de er 20 år eller 40 år – det er stadig nogens barn"

Inspiration - Fremtid

Det kan skabe tryghed og overskuelighed at snakke om fremtiden, hvilke muligheder der er, hvor ens venner og kolleger bor, og hvad man drømmer om i forhold til den næste bolig. Citaterne er inspiration til en snak om fremtiden.

"Nej, ikke som sådan, jeg har ikke nogen drømmeplaner – det kommer an på hvor, jeg kommer til at bo" (bliver spurgt om der er noget, han glæder sig til i forhold til at flytte)"

"Jeg har boet her i 2 år, men jeg ved ikke hvor jeg skal bo ... det må ikke være Kulturhuset, det skal være et andet sted, et sted i Danmark!"

"Jeg vil gerne have dyr i min næste lejlighed, men det skal man ansøge om"

"Altså jeg har egentlig ikke så meget tid til gæster – og jeg synes ikke, jeg har nok plads til det. Hvis jeg havde en stue, så ville jeg have plads til gæster. Også et spiseområde"

"Ja, men jeg er glad for at få snakket om, hvordan jeg gerne vil have den nye lejlighed, ser ud, når jeg får den. Hvor end det så er – inden alt sker".

Inspiration - Fejring og traditioner

Som medlem af en familie har man højst sandsynligt nogle traditioner. Måske fejrer I fødselsdag på en bestemt måde, fx altid med boller og kakao – eller med en kagemand.

Måske bliver man vækket med sang på sin fødselsdag. Måske holder man fødselsdagsfest og inviterer gæster – eller spiser rundstykker. Måske tager familien ud og fælder juletræet sammen. Måske samles man om landskampe?

Uanset hvad der er vigtigt i jeres familie, er det også vigtigt at jeres pårørende får disse traditioner med sig. I bliver jo ved med at fejre sammen i familien, men måske er der også traditioner/ritualer, som skal gives videre. Fortæl botilbuddet hvilke fejring og traditioner, der er vigtige for jer, og hvordan I fx fejrer fødselsdag.

"Måske kunne det være en del af en samarbejdsaftale – hvordan vil han/hun gerne fejres?"

"Vi skal huske at fejre de små ting også!"

Inspiration - Forventningsafstemning

Som pårørende har I sikkert nogle forventninger til botilbuddet. Og kommunen og personalet ser måske botilbuddet som fx en træningsbane.

Det kan være svært at sætte sig ind i, hvad et botilbud kan og ikke kan, må og ikke må. Botilbuddet agerer ud fra Serviceloven, som er den instans, der ligger linjerne – og loven - for de forskellige botilbud.

Jo større viden I har om, hvad det vil sige at have en lejlighed i et botilbud og være selvstændig i denne sammenhæng – jo bedre er I klædt på til samarbejdet om og med borgeren.

”Det er et helt liv, der skal overleveres, og der er mange vigtige ting. Jeg kan huske en mor: Mor virkede stresset, og havde tykke mapper med – hun ville sikre sig at alt blev gjort som vanligt, altså hvornår der skulle børstes tænder, hvornår og hvilken medicin borgeren skulle have osv. Der sad mange dårlige oplevelser og angst i den mor”

”Forventningsafstemning; hvad er det du (borgeren) kommer fra, og hvad kan du forvente, når du træder ind i et voksentilbud. Der bliver ikke leveret det samme”

”Vi må ikke hænge op, gid vi måtte - hvorfor? Jeg er dig svar skyldig. Måske forsikring og arbejdsmiljø – løft fx, så er vi nok ikke dækket”

”Det er noget helt andet at komme hjemmefra. Du er et voksent menneske, og der er en stor frihed”

Inspiration - Indflytning

Det er en stor ting at flytte hjemmefra – de fleste af os kan huske den første flytning. For nogle borgere er det for stor en mundfuld at være med hele vejen gennem processen, mens andre sagtens kan.

Det er individuelt. Men uanset hvad er selve flytningen en stor ting, og det er vigtigt at inddrage jeres pårørende i denne proces så meget som muligt.

”Det at han fik muligheden for at kunne gå lidt til og fra gjorde, at han kunne være i det”

”Min mor, min far, min lillebror og min ven hjalp mig med at flytte ind”

”Vi fik grillmad – det var om sommeren, jeg flyttede ind. Der var en bænk udenfor, vi kunne sidde på”