



Oslo kommune

Selvbestemmelse i hverdagen for sykehjemsbeboere

Forskningsdagen 26.11.19 Tine Andersen

**Senter for
fagutvikling og forskning**



**Utviklingscenter for sykehjem
og hjemmetjenester Oslo**

Bakgrunn for temaet

- Mennesker har et grunnleggende behov for kontroll og selvbestemmelse i eget liv
- Sykehjemsbeboere kan ha liten mulighet til å påvirke egen hverdag.
- Hensikten med studien: finne ut hvordan sykehjemsbeboere opplever å ha mulighet til å påvirke hverdagslivet sitt.



Studiens utforming

- Kvalitativ metode
- Semistrukturerte intervjuer. Inkluderte beboere med lettere kognitiv svikt – som likevel ville kunne svare adekvat på spørsmålene.





Deltakerne

10 beboere på langtidspsykehjem i Oslo kommune

- 6 kvinner, 4 menn
- 74-98 år
- MMSE-score 20-28/30

- Alle hadde redusert gangfunksjon – avhengig av rullestol eller rullator
- Tre hadde i tillegg elektrisk rullestol
- En av deltakerne var selvstendig i ADL, seks hadde middels behov for hjelp og tre hadde store hjelpebehov.





Problemformulering

«Hvordan opplever beboere på langtidssykehjem at de har påvirkningsmuligheter på eget hverdagsliv, og på hvilke områder er det viktig for dem å ha slike muligheter?»

hmm...



Resultatene ble delt i tre kategorier:

- Å beherske hverdagen på sykehjem: engasjement, mestring og selvbestemmelse
- Å leve på sykehjem: sykehjemmets kultur og ressurser
- Å ta i bruk tiden på sykehjem: aktivitet, sosialt liv og trivsel





Å beherske hverdagen på sykehjem

- Engasjement: beboerne hadde sine prosjekter - noe som var ekstra viktig.
- Mestringsstrategier: å takle utfordrende situasjoner. Jeg har det bra, men...
- Selvbestemmelse: men ikke nødvendigvis bestemme alt og alltid





Å beherske hverdagen på sykehjem

«... du det er så lite som skal til. Jeg kjøper noen... urtedrops, som er helt fantastiske. Disse deler jeg ut. Det lille der gjør at dem blir så glad.» Dame (98)

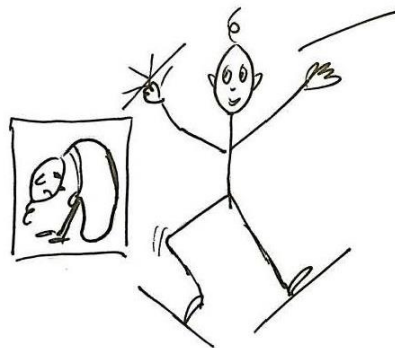


«...no' herk å legge seg kl. syv. Jeg er blitt vant til det, men er ikke begeistret. Har prøvd å be om å være lenger oppe, men det blir bare krangling av det. Nå har jeg gitt opp». Mann (94)



Å leve på sykehjem

- Kultur og ressurser: hvordan sykehjemskulturen muliggjør og begrenser



Å leve på sykehjem...



- «... så har jeg en underhånden avtale med kjøkkenet... at midt mellom lunsj og middag får jeg noe brød. Da har jeg hvert fall fått i meg noe næring». Mann (85)
- «...jeg savner makrell i tomat... de sier jeg bare kan be om å få men... Makrell i tomat har glimret med sitt fravær stort sett». Mann (91)
- «Det er veldig vanskelig for at... de glemmer å hente deg igjen.» Dame (76)

Å bruke tiden på sykehjem

- Aktivitet: trim, turer, lesing, bingo...
- Sosialt liv: samtaler, sosialt samvær
- Trivsel: måltider, medbeboere, de små gleder



Å bruke tiden på sykehjem...

«... jeg røyker ikke, jeg nyter jeg. Det er forskjell på det.» Mann (74)

«... og så har jeg en gledesspreder... vi spiser sushi sammen og koser oss.»

Dame (98)





Ikke behov for å påvirke?



Vanskelig å sette ord på hva de ikke hadde behov for å påvirke.

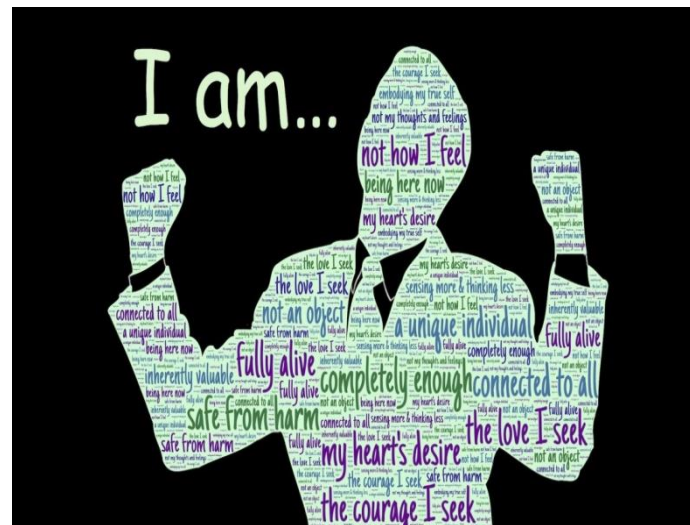
Er stort sett fornøyd med sine påvirkningsmuligheter til tross for at den er begrenset.

Tryggheten ved å vite at man får hjelp når man trenger det er viktigere enn muligheten til å bestemme selv.



Oppsummering

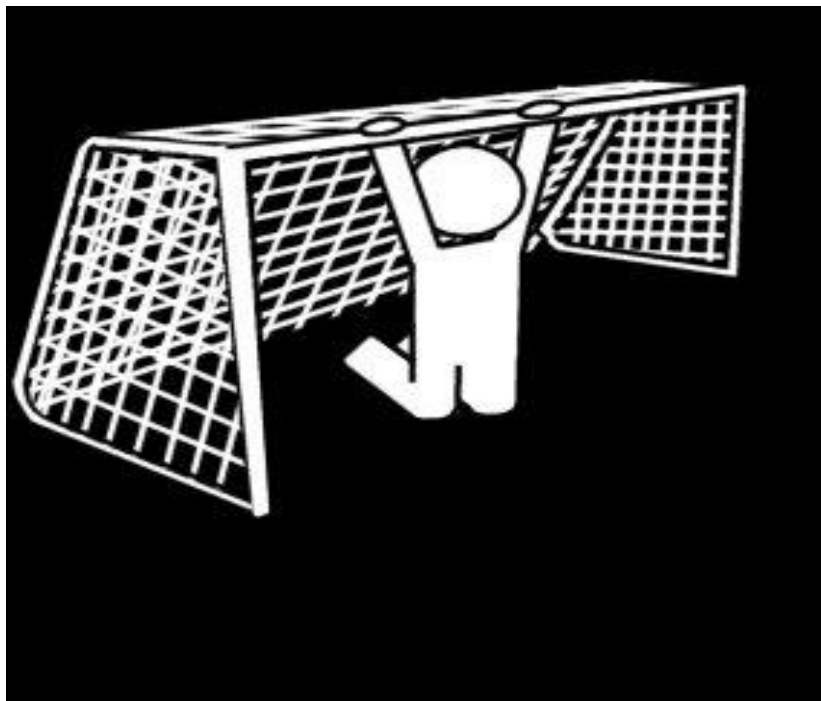
- Er i en situasjon hvor det er vanskelig å bevare egen identitet – «må» tilpasse seg et system.
- Finner mestringsstrategier for å takle hverdagen
- Manglende trygghet gjør hverdagen vanskelig.



Oppsummering



- Noen av sykehjemmets rutiner oppfattes som unødvendige, men beboerne aksepterer i stor grad begrensninger.
- Ønsker seg mer sosial kontakt med personalet.
- Savner fysisk aktivitet
- Vil bli møtt med respekt.





Oslo kommune

