

## **Att skapa trygga möten inom demensvård och äldreomsorgen**

### **Kurslängd: En dag**

Inom äldreomsorgen/demensvården kan det ibland uppstå situationer som upplevs som obehagliga, kanske t o m hotfulla. Ofta är det en kognitivt sviktande förmåga som leder till rädsla, desorientering och i bland, ett utagerande beteende som reaktion.

Som personal är det då viktigt att, dels ha en förståelse för vad och vilka känslor som utlöser ett frustrerat beteende för att kunna undvika dessa situationer, dels känna trygghet i att veta att om jag hamnar i en fysiskt svår situation så kan jag skydda både mig själv och personen i affekt. Med minsta möjliga kraft, med ett lugnt och medvetet bemötande, går det att möta oroliga boende och att med mjukhet och följsamhet, vänligt, men bestämt, lossa hårda grepp. Vår utbildning bygger på ett medmänskligt och personorienterat bemötande i alla situationer.

### **Mål med utbildningen**

Målet med utbildningen är att deltagarna ska ha ett medvetet och förutsägbart arbetssätt med Svenskt demenscentrums nollvision "för en demensvård utan tvång och begränsningar" i fokus.

Deltagaren ska vidare få kunskaper om vilka mekanismer som utlöser en frustrerad eller hotfull situation, samt hur man med hjälp av ett genomtänkt förhållningssätt och ett lågaffektivt bemötande kan förebygga och bemöta dessa beteenden.

Om en fysisk situation ändå uppstår så ska kursdeltagaren ha fått grundläggande kunskap för att kunna skydda sig själv, sina kollegor eller andra boende utan att orsaka smärta eller kränka den demenssjuke personen. Empati, etik, värdighet och respekt löper som en röd tråd genom utbildningen

Personalen skall känna trygghet och hanterbarhet i situationer som kan upplevas hotfulla och kunna möta dem med avspändhet, lugn och då kunna återskapa lugn för båda parter. Om en incident har inträffat skall personalen ha verktyg att på ett ödmjukt och reflekterande sätt anpassa arbetsgruppens bemötande och förhållningssätt så att liknande situationer inte uppstår.

I våra utbildningar varvar vi föreläsningar, gruppdiskussioner och praktiska övningar

### **Utbildningsinnehåll/upplägg:**

**Behovsinventering:**

Vilka situationer har kursdeltagarna upplevt kring ett utagerande beteende inom vården.  
Vad hände och varför ?

**Värdegrund:**

Hur vi kan arbeta praktiskt för att bevara människors självbestämmande och integritet samt ge individanpassad omsorg.

Att i vardagen leva upp till socialtjänstlagens mål för äldreomsorgen:

- Trygghet
- Meningsfullhet
- Delaktighet
- Bevarad integritet

**Att förebygga utagerande beteenden;**

- Hur vi kan förebygga att en utmanande situation uppstår med hjälp av det egna bemötandet, lågaffektivt bemötande, verbalt, dvs tal och tonfall och med kroppsspråket?
- Hur och varför uppstår utagerande och våldsamma situationer inom demensvården/ äldreomsorgen?
- Vad tar du själv med dig in i mötet - att vara självreflekterande och spegla lugn.
- Empati - att vara känslorelaterad och se tidiga tecken på oro och frustration. Det vill säga att känna igen, förstå och möta känslan snarare än beteendet hos den demenssjuke.
- Ett trygghetsskapande förhållningssätt vid demens - Ge kontroll istället för att ta kontroll. Bevara integritet och autonomi, ge känsla av kontroll och självbestämmande och skapa lugn och förutsägbarhet

**Handkunskap**

Hur använder jag mina händer för en positivt kommunikation och beröring i omsorgen om den demenssjuke.

Vad förmedlar jag med mina händer? Stress, glädje, omtanke, tillit och vägledning?

**Om den känsloladdade situationen inte gick att förebygga:**

**Vårdande skyddsteknik:**

Ibland kan man som personal uppleva att man blir "angripen". Det kan väcka rädsla hos personalen och reaktionen kan bli ett avståndstagande. En fasthållning är oftast inte med avsikt utan den demenssjuke kommunicerar ex oro eller rädsla. Det kan yttra sig som grepp i kläder eller hår, nyp.

Vi övar på några situationer hur man kan ta sig ur dessa situationer med minsta möjliga kraft, följsamhet och utan att kränka eller skada personen.

**Mjukt självskydd:**

Skydd vid slag, spark, bitt mm . Praktiska övningar som ger inblick i ett mjukt självskydd som även i en svår situation har fokus på ett värdigt bemötande.

med respekt och omtanke.

De praktiska övningarna anpassas efter deltagarnas behov och önskemål.

Målet är att personalen ska känna trygghet i dessa situationer och möta situationen med avspändhet, lugn och kunna återskapa lugn.

**Efter:**

Kartläggning, tidiga tecken, förstå personen och sig själv förändra/anpassa förhållningssätt/bemötande. Att arbeta systematiskt med en ödmjuk kultur av kollegialt lärande med den demenssjukes välbefinnande i fokus.

Vi vill alltid ha en dialog kring vilka mål, behov och önskemål ni har för utbildningen