



**Kolding
Kommune**
en del af trekantområdet

Sammen designer vi livet



Status på

Selvværd og Sammenhæng på Senior- og Sundhedsområdet

August 2021

De tunge skridt

I denne folder kan du læse, hvor langt vi er nået i arbejdet med Selvværd og Sammenhæng på Senior- og Sundhedsområdet, og hvor vi er på vej hen. I folderen kan du finde eksempler på, hvad vi mener, når vi siger, at vi arbejder på Koldingsk, og hvordan det handler om at stille sig på borgerens side, være nysgerrig og følge borgerens møde med vores organisation fra start til slut. Vi starter altså i borgerens centrum og skaber derved den bedste velfærd for fremtiden.

Og forhåbentligt skubber vores tilgang til nationale dagsordener og giver genlyd uden for Kolding Kommune. Det er vigtigt for os både at arbejde med det lange seje kulturtræk og de tunge indsatser, der bliver eksemplariske for arbejdet med Selvværd og Sammenhæng. Nedenfor kan du læse om to af de helt "tunge skridt" nemlig Ligevægt og Tættere på.

Ligevægt

Ligevægt var den første indsats, hvor vi bevidst og systematisk brugte Selvværd og Sammenhæng som en ny tilgang. Ligevægt udsprang af et ønske om at udvikle en bedre indsats til mennesker der kæmper med svær overvægt, men endte med at blive et eksempel på et af vor tids største paradigmeskifte inden for sundhedsområdet.



Nyt syn på overvægt Vi skal skabe sociale og mentale forandringer

Kommunens sundhedsindsats er i dag præget af et nyt syn på overvægt. Overvægt er ikke længere kun et sundhedsproblem, men et socialt og mentalt problem. Det betyder, at vi skal skabe sociale og mentale forandringer i vores samfund.

Overvægt er et komplekst problem, der ikke kun handler om mad og bevægelse. Det handler også om sociale og mentale faktorer. I Kolding Kommune arbejder vi på at skabe et miljø, hvor mennesker med overvægt kan føle sig velkomne og respekteret. Vi arbejder på at skabe et miljø, hvor mennesker med overvægt kan møde hinanden og støtte hinanden. Vi arbejder på at skabe et miljø, hvor mennesker med overvægt kan føle sig hørt og set. Vi arbejder på at skabe et miljø, hvor mennesker med overvægt kan føle sig værdsat og respekteret.

Her ses nogle af de væsentligste nedslag i tilblivelsen og udbredelsen af Ligevægt:

Februar 2017:

- Social-og Sundhedsudvalget besluttede, at der var behov for grundigt at revurdere tilgangen i de eksisterende tilbud, og ønskede at få forelagt forslag til nye tilbud og indsatser.
- Opstart af designproces med workshops og interviews med kendte borgere i forløb hos os, men også borgere berørt af et kompliceret forhold til mad, krop og vægt, som vi søgte på facebook, samt medarbejdere og eksterne fagpersoner.

2018:

- Pressemeddelelse og omtale i forbindelse med etablering af de første to testhold gav henvendelser fra over 100 interesserede borgere. En bekræftelse af, at vi havde ramt et behov, og at den nye tilgang gav mening for mange.

2019-2021:

- Omverdenen blev nysgerrige på erfaringerne fra Kolding, og der blev afholdt to gå-hjem-møder for både offentlige og private aktører samt andre interesserede.
- Vi mærkede stor interesse fra forskere og fagfolk, og Kolding blev inviteret til at deltage både fysisk og virtuelt på nationale konferencer og møder.
- Ligevægts-tankens spredte sig som ringe i vandet og førte både til dannelsen af Ligevægts-fællesskabet på initiativ af holddeltagerne samt den nationale sammenslutning "Ligevægt".
- Internt i Kolding Kommune spredte tilgangen sig også og i et tæt parløb og tværgående samarbejde med socialområdet blev tilbuddet "Børn, Unge og Ligevægt" udviklet.
- Ligevægt blev nomineret til og var med i opløbet til Nyt Sammen Bedre-prisen hos Center for Offentlig Innovation.

Next step:

- Arbejdet med at implementere den nye tilgang på hele sundhedsområdet fortsætter, og i 2021 har for eksempel tandplejen planer om en designproces med særligt fokus på de børn, der har allermest behov for hjælp.



Når borgere får brug for kommunens hjælp til at klare hverdagen, er Senior- og Sundhedsrådgivningen ofte noget at det første, de møder. Myndighedsområdet er komplekst og der har tidligere været en tendens til, at fagland, kriterier og paragraffer fyldte mest i samtalen. Mennesker, der kontakter Senior- og Sundhedsrådgivningen, er ofte i krise eller chok eller har et længerevarende opslidende forløb som fx pårørende bag sig. Der er mange tanker og følelser i spil, de har måske trukket situationen længe og situationen er ved at vokse dem over hovedet. Derfor er det ekstra vigtigt, at vi møder borgernes med udgangspunkt i deres behov og det, der fylder mest og hjælper med at skabe overblik over både de relevante fagpersoner og planer.

Ambitionen med "Tættere på" er at sætte en ny standard og en ny arena i samarbejdet mellem borger, visitation og udførere i ældreplejen. Det er samtidig en ny og attraktiv faglig ramme for ledere og medarbejdere, der understøtter bestræbelserne på at rekruttere flere ressourcer og kompetencer til ældreområdet. Vi vil – inden for rammerne af BUM-modellen - vende visitationsprocessen helt på hovedet, og reelt skabe forudsætningerne for at samskabe meningsfulde løsninger.

Kulturtrækket

Vi er i gang med et kulturtræk, som har flere spor både i forhold til vores egen organisation og ledelse samt nuværende og nye medarbejdere. Man plejer at sige, at det tager syv år reelt og grundlæggende at ændre en kultur, og vi er derfor endnu ikke i mål. Men vi er godt på vej og drøfter insisterende og kontinuerligt, hvad det kræver af os at udleve Selvværd og Sammenhæng, og vi bliver ved med at udfordre os selv og hinanden til at blive bedre.

Vi bruger vores faglighed til at gå på opdagelse i, hvad der er meningsfuldt for borgeren, og vi spørger ind til deres liv, ønsker og drømme - ikke kun eventuelle svækkelser og begrænsninger. På den måde er det nemmere for os at sikre meningsfuld hjælp til den enkelte. Det betyder, at vi skal yde en systematisk indsats på flere planer.

Vi skal sikre:

- Rekruttering og fastholdelse af medarbejdere og ledere, der vil Selvværd og Sammenhæng
- Kompetenceudvikle inden for designmetoder som supplement til den fagfaglige kompetenceudvikling
- Flad struktur og kommunikation mellem alle niveauer i organisationen



”

Jeg følte virkelig, at vi blev hørt. At vores bidrag også kunne bruges.

Det var ikke bare snak - jeg kunne mærke, vi blev taget alvorligt, og der ville blive taget handling.

I det her fag skal man altså have både hjerne OG hjerte med på arbejde.

SOSU-elev**SOSU-eleverne og direktøren**

Et par unge SOSU-elever fra hjemmeplejen er optaget af, hvordan der kan rekrutteres flere til faget og drøfter dette i en tråd på Facebook. På baggrund af deres indlæg inviteres de til møde med Senior-, Sundheds- og Fritidsdirektøren, som gerne vil høre deres tanker.

Eleverne foreslår f.eks. supervision i svære opgaver, efteruddannelse og mere fokus på at være et samlet hold på tværs af faggrupper og opgaver. Det har resulteret i, at chefgruppen har et særskilt fokus på rekruttering og fastholdelse og bl.a. har igangsat supervision, som der ellers ikke er tradition for på seniorområdet.

Der er også lavet et nyt systematisk koncept for 'tidlig opsporing' på tværs af faggrupper og bevilget midler fra Sundhedsstyrelsen til at arbejde med dialogen med borgerne.

”

Når borgerens centrum er ramt af demens

Jeg har lige fra starten syntet, at Selvværd og Sammenhæng er det helt rigtige, men det er nogen gange nemmere sagt end gjort. Borgergruppen, vi møder, har ændret sig meget over de 20 år, jeg har været i faget. Der er langt flere borgere, der er meget ramt af demens. Vi står i situationer, som vi har prøvet meget sjældent – vi kan blive slået og råbt af. Vi har lært nogle metoder af demensrejseholdet der gør, at jeg bedre kan forstå sådan en situation fagligt og ikke bare har 'synsninger' om, hvordan en borger opfører sig. Vi øver at reflektere over, hvad vi kan gøre i stedet for, hvis en situation bliver tilspidset og forstå situationen fra borgerens perspektiv. [...]

Perspektivskiftet gør, at jeg bedre kan blive ved med at være nysgerrig på, hvordan jeg kan hjælpe en frustreret borger med demens end blot at blive irriteret over, at han ødelægger hyggen for de andre borgere. Vi lykkes ikke altid med det, for det der virkede i går, virker måske ikke i morgen, men så må vi prøve noget andet.

SOSU-assistent

Direktørens åbne dør

For et stykke tid siden skete der nogle organisationsændringer, og mine kollegaer og jeg forstod simpelthen ikke, hvorfor det var en god idé. Jeg har så tit hørt direktøren sige, at hendes dør altid er åben, så nu tog jeg hende på ordet. Jeg spurgte efter et møde, hvor jeg gerne ville have uddybet hvilke tanker, der lå bag ved beslutningerne. Jeg kom til et møde, hvor jeg fik en meget ærlig baggrundsforklaring – og også en forklaring på, hvorfor det kunne se ud som om, det var en pludselig beslutning, men at det egentlig havde været en længere proces. Jeg fik svar på alle mine spørgsmål og blev hørt. Det betyder, at jeg kan gå tilbage til mine kollegaer og give det videre, så der er tryk og forståelse for beslutningen. I gamle dage havde man sagt, at jeg 'gik udenom' min egen leder, men i dag er det lige tilladt at gå til den nærmeste leder som til toppen.

Fysioterapeut



Selvværd og Sammenhæng før og nu

Selvværd og Sammenhæng handler om at praktisere en ny tilgang i vores arbejde, og her spiller ledere og nøglemedarbejdere en central rolle. Deres opgave er at fastholde fokus og gøre det til en del af vores DNA og en integreret del af den måde, vi løser opgaverne på.



Mindre fagland

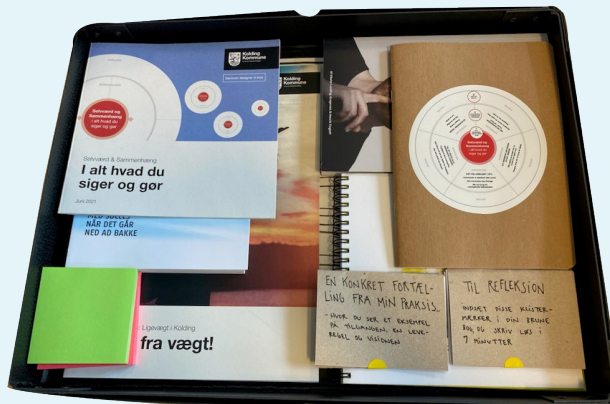
Noget af det jeg synes, vi er blevet meget mere bevidste om er, at når man flytter på plejehjem, så flytter man ikke bare ind et fællesskab, som man skal tilpasse sig. Man flytter også ind med sin baggrund, identitet og personlighed, og det skal både vores måde at møde borgeren på, men også borgernes hjem, afspejle – at det her er stadig et individuelt hjem. Vi må ikke miste borgerens 'jeg', bare fordi man flytter ind i noget, der også er et fællesskab og en arbejdsplads. Selvværd og Sammenhæng er det bedste, der er sket på vores område og det afspejler fuldstændig det, jeg står for. Før tænkte jeg nok lidt mere i fagland, og så kan man virke bedrevidende over for borgere og pårørende. Man kunne tænke, at en borger eller en pårørende var besværlig, men nu tænker vi i, at der er nogle stærke ressourcer.

Plekehjemsleder

Den runde firkant

Kort fortalt handler Selvværd og Sammenhæng om at være rund i firkanten. Hos os jonglerer vi med love og paragraffer – borgernes retssikkerhed. Hvordan sikrer vi, at vi behandler alle lige for loven, samtidig med, at der skal være en individuel tilgang, som Selvværd og Sammenhæng fordrer? Det er ikke altid nemt at danse mellem så forskellige poler, men jo mere vi øver os på virkelig at forstå, hvad er det borgerne siger til os, og hvordan vi svarer på det, des bedre bliver vi til det. I det hele taget synes jeg, at vi får gode tilbagemeldinger fra borgerne, selvom de ofte har meget høje forventninger til os.

Leder på seniorområdet



”

Fælles sprog tager tid

I 2018 var der ingen tvivl om den retning Selvværd og Sammenhæng satte, men det levede mest på lederniveau. Over tid har Selvværd og Sammenhæng bredt sig og bliver mere og mere en del af vores fælles sprog og fælles grundlag for handling. Vi tør tænke kreativt og bredt – også når vi møder borgere, der ellers har prøvet alle veje, så finder vi en tilpasset løsning.

Leder på sundhedsområdet

Nye forventninger

I starten sagde vi ofte om Selvværd og Sammenhæng: "Jamen, det gør vi da allerede". Så vi meldte os nok hverken ud eller ind. Jo mere vi italesætter det, des mere bruger vi det aktivt, og det bliver tydeligt, at det faktisk er en ret stor ændring at starte i borgerland i stedet for at starte i fagland. Forstå borgeren først INDEN vi kommer på banen med vores faglige input. Jeg kan se, at det afspejler sig i vores jobopslag og i vores introduktion af nye medarbejdere. Selvværd og Sammenhæng betyder en meget tydelig forventning fra starten om, hvordan vi gør her.

Arbejdsmiljørepræsentant

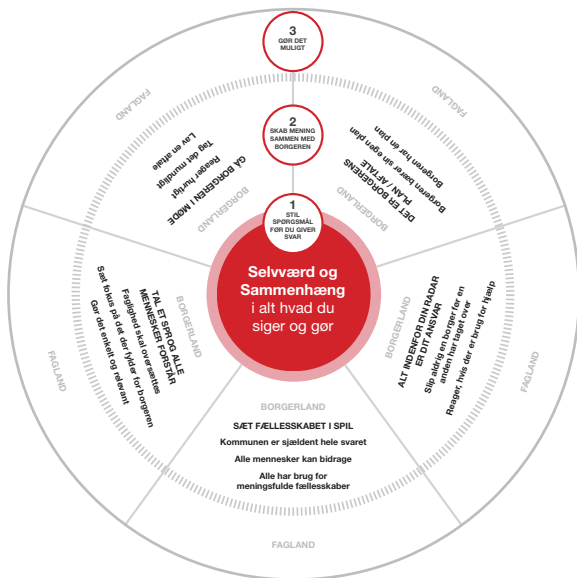
Tilgangen lever i hele forvaltningen

Selvom Selvværd og Sammenhæng ikke er vedtaget som en strategi for Fritidsområdet, så gennemsynder tilgangen hele Senior-, Sundheds- og Fritidsforvaltningen, hvilket Aktiv Fritid er et godt eksempel på. Det gælder f.eks. Katrine på 8 år, som bor alene sammen med sin mor, der lider af angst, og hun har derfor ikke et arbejde på nuværende tidspunkt.

Katrine vil gerne gå til dans, men hendes mor har hverken økonomien eller ressourcerne til selv at tage dialogen med foreningen. Derfor har hun kontaktet Aktiv Fritid. De har fundet en følgeven, der kan hjælpe Katrine til dans. De hjælper også med kontingentet, så Katrine kan gå til dans på lige fod med sine jævnaldrende.



Vi bruger de 5 leveregler meningsfuldt i praksis



Relation er vigtig

John kæmper med et svært alkoholmisbrug og muligvis en begyndende demens. I de perioder, hvor han drikker mest, ønsker han hverken besøg fra pårørende eller hjemmehjælpen. Det er et stort dilemma for alle parter, især da ensomhed er en katalysator for misbruget. Der indkaldes til et tværfagligt møde med alle involverede fagpersoner og en pårørende med fokus på at bringe den fælles viden om John i spil.

Den medarbejder, som John har haft en god relation til, udpeges som kontaktperson for John.

Medarbejderen har normalt ikke sådan en rolle, men den gode relationen med John gør udslaget.

En indgang

En ung mand henvender sig til Sundhedscenter Kolding, da han er ramt af stærk svimmelhed, hovedpine m.m. efter en hjernerystelse. Han kan ikke passe sin skole og er bange for at blive smidt ud pga. fravær. Han har ringet rundt til mange instanser for at søge hjælp, men uden held.

“

Vi lyttede til ham, selvom han umiddelbart er langt fra vores målgruppe, som primært er seniorer. Vi lovede ham, at uanset hvad, skulle vi nok hjælpe ham. Enten ved at finde et sted, der kunne hjælpe ham, og ellers ville vi gøre det hos os. Vi undersøgte mulighederne og det viste sig, at der var noget rehabilitering til senfølger af hjernerystelser i Aarhus. Vi gav den unge mand kontaktoplysningerne dertil og lovede ham igen, at skulle de sige nej til at hjælpe ham, så stod vi stadig klar. Vi slap ham ikke, før han fik tilbudt rehabilitering. Den unge mand vendte glædesstrålende tilbage og sagde, at de ville modtage ham i Aarhus, hvor de havde en specialiseret indsats. Vi var de første, der ikke blot havde afvist ham uden noget nyt sted at gå hen.

Ergotherapie

Martas centrum

Marta er kronisk syg, og sygdommen er i tiltagende negativ udvikling. Det betyder en masse nye hjælpemidler, og Marta er meget ked af, at hendes hjem nu minder mest om et sygehus. Der opstår uenighed om mængden af hjælpemidler for at sikre gode arbejdsforhold, og der indføres derfor jævnlige tæppemøder på tværs af de involverede medarbejdere for at se på situationen baseret på tilgangen og levereglerne i Selvværd og Sammenhæng.

”

Det er en måde at få os ud af uenighederne i fagland og få øjnene tilbage på borgeren. Når vi flytter blikket hen på borgeren, bliver de faglige løsninger ofte meget lettere at få øje på, fordi vi vurderer dem med borgerens øjne. På den måde lykkes det at finde en meningsfuld balancegang for både borgere og medarbejdere, der både tager hensyn til, at borgeren skal føle sig hjemme i eget hjem, og medarbejdernes arbejdssikkerhed er i orden. Det næste vi gerne vil øve os i er at bruge tæppemøder for problemerne opstår i stedet for bagefter. Det tror jeg kan gøre, at vi kommer meget mere på forkant i mange situationer.

Planlægger

Mænd og meningsfulde fællesskaber

En ældre mand, som er bruger af et af kommunens aktivitetshuse, fortæller, at der er et stort problem for mange mænd at skulle op og lade vandet mange gange om natten og ikke at kunne holde på "gas og vand". Men det er et tabubelagt emne og mændene har ikke lyst til at kontakte lægen eller sundhedscenteret. I samarbejde med inkontinens-sygeplejeske og fysioterapeut aftales det, at han skal prøve at samle et hold på 10-15 mænd, der kommer i aktivitetshuset. Der var stor interesse for dette tilbud i trygge, kendte rammer og sammen med nogen, man kender. Efterfølgende blev der lavet endnu et kursusforløb for mænd i et andet aktivitetshus.

Win-Win

Alle daghjem og dagcentre var lukket ned under corona. Det betød, at mange ældre med demenssygdomme blev meget ensomme og pårørende manglede deres frirum. På hvert plejehjem er der frivillige cykelpiloter, som plejer at give beboere en tur i en rickshaw cykel, men dette var lukket ned på grund af corona. Derfor opstod ideen om, at cykelpiloterne i stedet kunne cykle med hjemmeboende borgere med demenssygdom, og gøre en forskel for dem og deres pårørende. Der blev lavet hygiejne retningslinjer og i alt 11 cykelpiloter meldte sig.

”

Flere af dem har stadig kontakt til de borgere, de blev tilknyttet. Det var en kæmpe succes og en win-win situation, da det også var med til at fastholde den frivillige pilot under den lange nedlukning.

Aktivitetskonsulent

Ny ordlyd i breve

Vi blev opmærksomme på, at brevene til borgerne fra Senior- og Sundhedsrådgivningen tog meget udgangspunkt i paragraffer og fagland. Derfor har vi ændret retorikken i de forebyggende medarbejders breve, samt skabt et nyt samtaleværktøj til den åbne dialog med borgeren, der har mindsket dokumentationsarbejdet markant.

Vi tager udgangspunkt i, at det er borgeren, der fører pennen og formålet er at sætte rammen for en nysgerrig samtale, der tegner et fælles billede af situationen med udgangspunkt i indgangsreplikken: "Hvordan har du det?"

Samtaleværktøj
Det forebyggende hjemmebesøg

TRIVSEL OG HUMØR

FAMILIE OG VENNER

FREMTIDEN

AKTIVITETER OG INTERESSER

MAD OG DR

KROP

HVORDAN HAR DU DET?

Vi har talt om at du...

Stologymnastik
Paletten

Vi har talt om at jeg...

Navn:

Dato for besøg:

Samtykke til opbevaring:

Vi er godt på vej

”

Tidligere var det sådan, at hvis vi på tværs af forvaltninger og afdelinger ikke kunne blive enige om, hvordan vi bedst hjalp en borger, så var det borgeren, der betalte prisen med manglende sammenhæng og mange planer. Nu hvor vi har fået fælles sprog og tilgang, sker det meget sjældent, men hvis vi kommer i tvivl, har vi muligheden for at bære eksemplet til et højere niveau, så vi kan hjælpes ad med at få det løst.

Medarbejder



Selvværd og Sammenhæng - et kulturtræk

Før Selvværd og Sammenhæng

- Vi var hurtige til at antage borgerens behov
- Vi holdt os til det velkendte
- Vi greb sent ind
- Vi havde forskellige sprog og metoder

Efter Selvværd og Sammenhæng

- Vi går i meningsfuld dialog med borgeren
- Vi tør prøve nye tilgange
- Vi griber tidligere ind
- Vi har fælles sprog og metoder

Senior-, Sundheds- og Fritidsforvaltningen

Sygehusvej 6
6000 Kolding
kolding.dk



**Kolding
Kommune**
en del af trekantområdet

Sammen designer vi livet