

Det gode ældreliv

Jakob Emiliussen og
Søren Harnow Klausen (red.)

AALBORG UNIVERSITETSFORLAG

Det gode ældreliv

Redigeret af Jakob Emiliussen og Søren Harnow Klausen

1. udgave, 1. oplag

© Aalborg Universitetsforlag, 2021

Grafisk tilrettelæggelse af indhold og omslag: Tina Nielsen / Toptryk Grafisk ApS
Trykt hos Toptryk Grafisk ApS, 2022

Bogens forside: Esther Newman-Cohen: *We're Still Here*, Aquarelle on Paper, 2010
ISBN: 978-87-7210-746-2

Udgivet af Aalborg Universitetsforlag | forlag.aau.dk

Udgivet med støtte fra

VELUX FONDEN

Institut for Kulturvidenskaber, Syddansk Universitet



**PEER
REVIEWED**

Alle rettigheder forbeholdes. Mekanisk, fotografisk eller anden gengivelse af eller kopiering fra denne bog eller dele heraf er kun tilladt i overensstemmelse med overenskomst mellem Undervisningsministeriet og Copydan. Enhver anden udnyttelse er uden forlagets skriftlige samtykke forbudt ifølge gældende dansk lov om ophavsret. Undtaget herfra er korte uddrag til brug i anmeldelser.

Indhold

Forord: Et værdigt liv for ældre	5
---	----------

Bjarne Hastrup

Indledning: Det gode ældreliv i teori og praksis	9
---	----------

Jakob Emiliussen og Søren Harnow Klausen

1. Aktiv aldring i ældreliv og aldringspolitik	17
---	-----------

Aske Juul Lassen

Aldring som bekymringsgenstand	19
--------------------------------------	----

Aktiv aldring trænger sig på som den bedste løsning	20
---	----

En bestemt form for alderdom i aktivitetscentrene og i innovationspartnerskaber	24
--	----

Aktiv aldring i ældres hverdag	26
--------------------------------------	----

Det gode ældreliv i aktiv aldring	29
---	----

2. Det gode ældreliv på alderdommens præmisser	35
---	-----------

Søren Harnow Klausen

Indledning	35
------------------	----

Den vanskelige ældrevelfærd	35
-----------------------------------	----

På andres præmisser: teorier om succesfuld aldring og blomstring	38
---	----

På alderdommens præmisser – ældres resurser og muligheder	39
---	----

Identitet og roller	41
---------------------------	----

Selvudfoldelse og selvbestemmelse	44
---	----

Et godt liv med demens?	46
-------------------------------	----

Opsummering	48
-------------------	----

3. Kan man leve et godt liv med demens? 53

Steen Kabel

Indledning	53
Læsevejledning.....	55
Demens i forskellige faser	56
Mødet med mennesker med demens.....	59
Teoretiske perspektiver	61
Ligevægtsmodellen.....	66
Demens set i et samfundsperspektiv.....	70
Opsummering	80

4. Meningsfuldhed er noget, vi skaber sammen 83

Velfærd og hverdagslivet med demens på plejehjem

Gitte Rasmussen

Indledning	83
Forstudie	85
Velfærd handler om at føle sig hjemme	86
Velfærd handler om relationer	88
Velfærd på plejehjem handler om støtte til at leve livet nu	92
Opsummering	100

5. Ældre har også drømme 109

Regina Christiansen

Den nye generation af ældre.....	109
Metodiske tilgang til livskvalitet og værdier	110
Teoretisk tilgang til værdier.....	111
Værdier relateret til praksis	113
Livskvalitet og værdier	114
Betydningen af personkendskab.....	117
Samarbejde mellem ældre og personale	118
Vigtigheden af at have mål	120
At tage del i eget liv.....	121
Assisteret velbefindende	122
Glæden ved at holde sig i gang.....	123
Når drømme, værdier og livskvalitet forenes	124
Opsummering	125

6. Happy ends? 127

Aldring, trivsel og senlivskvalitet i ældrelitteraturen

Nicklas Freisleben Lund og Peter Simonsen

Indledning	127
Den positive ældrelitteratur: livsbekræftelse og kontrol	128
Den negative ældrelitteratur: livstab	131
Ældrelitteraturen på godt og ondt, på samme tid og sted	135
Opsummering	144

7. Stemningers betydning for ældres velbefindende 147

Søren Engelsen

Indledning	147
Stemninger er vores erfaringer af tilværelsen	148
Stemninger og velbefindende	150
Stemninger som dispositioner og værdihorisonter	152
Assisteret stemnings-regulering	153
Fokusområder for assisteret stemnings-regulering i ældreomsorg	156
Opsummering	161

8. Alkohol på godt og ondt 165

Anette Søgaard Nielsen og Kjeld Andersen

Indledning	165
Alkohol og dagliglivet	165
Alkoholculturens udvikling	167
Genstandsgrænser	168
Alkohol og helbred	171
Alkohol og det sociale liv	173
Alkohol og det mentale liv	174
Når alkohol bliver et problem	175
Samtalen om alkohol	177
Behandling af risikabelt forbrug og alkoholafhængighed	178
Opsummering	181

9. Hvordan kan man tale med ikke-demente borgere i ældreplejen? 185

Et bud på en spørgsmålsdrevet tilgang til håndtering af intellektuelle behov
hos ældre mennesker med plejebehov

Jakob Emiliussen

Introduktion	185
Styrk livskvaliteten ved at udfolde oplevelsen!	187
Krævende samtaler	188
Borgere er forskellige	189
En spørgende tilgang	190
Hv-spørgsmål	192
Det er okay ikke at vide det hele	193
Begrænsninger og muligheder	194
Opsummering	196

Om forfatterne.....198

Forord: Et værdigt liv for ældre

Bjarne Hastrup, direktør for Ældresagen

Har vi et velfærdssamfund i Danmark? I så fald er det under pres, og trænger til et gevaldigt eftersyn. Jeg synes ikke om, at de svageste bliver ladet i stikken – unge som ældre – i et samfund, hvor den danske økonomi ifølge Finansministeriet er i topform med høj vækst, stigende beskæftigelse og lav statsgæld frem til 2025, og på længere sigt er mere end holdbar.

De omfattende reformer af efterløn og folkepension, der er gennemført de sidste ti år, betyder, at ældre ikke efterlader nogen regning i børneværelset eller i ungdomsboligen. Danmarks velfærdsmodel er holdbar, og beskæftigelsen stiger især, fordi ældre bliver længere på arbejdsmarkedet. Vismændene har også gennemhullet den forslidte myte om 68-generationen ved at påvise, at generationerne født før 1960 er dem, der for alvor har bidraget til samfundet.

At vi bliver flere ældre i de kommende år, kan enhver regne ud. Men hvordan kan vi regne med, at de flere ældre også får nogle værdige sidste år? Der er råd til værdighed, selv om vi bliver flere ældre.

Hjælpen strammer til

Ældreplejen i Danmark er udsultet. År efter år rammer besparelser de svageste ældre. Mange ældre får ikke den hjælp, de har behov for til f.eks. rengøring i eget hjem. De sidste mange år er antallet af ældre vokset markant, mens antallet af hjemmehjælpstimer er faldet voldsomt. Det hænger jo ikke sammen!

Den førte politik på ældreområdet er et svigt og dermed en fiasko for velfærdssamfundet.

Politikerne skal sikre tryghed og en værdig alderdom til vores ældre. Derfor skal kommunerne have en garanti for, at de årlige økonomiske rammer løftes svarende til den demografiske udvikling. Til gengæld skal kommunerne så tage ansvar for, at pengene rent faktisk også går til pasning og pleje.

Vi hjælper hinanden

Nu handler ældrevelværd jo ikke kun om kommunale budgetter og penge fra staten. Vi har også den såkaldte kontrakt mellem generationerne – i familierne, mellem vennerne. Vi hjælper hinanden, når der er brug for det. Både økonomisk og på andre måder. Ældre mennesker hjælper i udpræget grad både andre ældre og børnefamilierne. Seks ud af ti danskere mellem 50 og 70 år har hjulpet familie, venner eller bekendte med praktiske ting inden for den seneste måned. Knap hver anden har hjulpet familie, venner eller bekendte økonomisk, ifølge Ældre Sagens fremtidsstudie.

Faktum er, at vi er gavmilde og hjælpsomme generationerne imellem. Vi har en generationskontrakt.

Der er hyppig kontakt med børn og børnebørn og hjælp med pasning, så forældrene kan passe deres arbejde. Man kan sige, at seniorer 'smører' arbejdsmarkedet.

Frivillige gør en stor indsats

Det er ikke kun familie og venner, der hjælper de svageste. For det ville langt fra være nok. Ældre Sagen og andre socialhumanitære organisationer har tusindvis af frivillige, som hjælper i lokalsamfundet. Ja, de er helt uundværlige i forhold til at yde store sociale indsatser f.eks. til ensomme ældre. Til den kvinde, der får besøg en gang om ugen, fordi hun ikke selv kan komme ud. Til den hustru, hvis mand har fået en demenssygdom, og som har brug for aflastning. Til den dame, som får besøg af en frivillig, der hjælper hende med stolemotion. Men, for der er også et stort *men*. Inddragelse af civilsamfundet - de frivillige - skal ske på den enkeltes præmisser og på nogle områder. Når det kommer til den personlige pleje og sygeplejefaglige ydelser til ældre, som er lovbestemte, skal vi være sikre på, at det er uddannede medarbejdere, der påtager sig opgaven. Det er ikke frivilliges opgave. Plejeopgaver skal heller ikke overlades til de pårørende alene. De løfter allerede i dag en stor del - også ofte en for stor del af plejeopgaverne. Med andre ord, så bør vi altid kunne være sikre på, at vi kan få den *rette* hjælp til *rette* tid.

Et værdigt liv

Det helt fundamentale ældreliv handler om værdighed og at bestemme selv. Det handler om for så vidt muligt at kunne leve det liv, man ønsker, selv om man er et sted i sit liv, hvor man har brug for hjælp. Det handler om at få grundlæggende livsbehov opfyldt såsom bad og frisklavet mad. Og så handler det om

fortsat at kunne gøre de ting, som har betydning for én, også når man har brug for hjælp til det. Det er et værdigt liv! Vi tror på et værdigt liv i alderdommen. Heldigvis har vores samfund også råd til et værdigt liv i alderdommen.

Vi peger selv på løsninger

Denne antologi byder på gode, gennemtænkte analyser af og løsningsforslag på ældrevelværd i dag og i morgen fra dygtige eksperter. Der er brug for at tage temperaturen. Der er brug for smarte løsninger, så en voksende ældrebefolkning kan leve deres sidste år værdigt, vedkommende og visionært - og give noget tilbage. Der ligger udfordringer allerede nu, og der kommer flere til. Men der ligger også mange muligheder - og mange af dem kan være nogle, som ældre mennesker selv er med til at påpege og forløse. Lad os ikke glemme, at der ligger store ressourcer gemt i os, som det handler om. Få dem nu frem!