Nestor
Forskning och utveckling för äldre

Att ta brukares perspektiv på allvar

Hur kan personer med kognitiv sjukdom få inflytande över verksamheten de tar del av?

JÖNKÖPING UNIVERSITY
Jönköping International Business School

Karolinska Institutet

UMEÅ UNIVERSITET

Innehåll

Inledning **5**

Inflytande i vardagen – en demokratisk rättighet 5

Särskilda förutsättningar och utmaningar för personer med kognitiv sjukdom 6

Pedagogiska verktyg för inflytande och delaktighet 8

Vad är viktigt för att skapa situationer som kan främja inflytande för personer med kognitiv sjukdom? **9**

Förankra här och nu för att utforska framtida möjligheter 9

Skapa en situation utöver det vanliga som stöds av vardaglighet 11

Balansera struktur och öppenhet 12

Främja engagemang för alla 13

Aktiviteter och material i forskningsprojektet **14**

Aktiviteter på dagverksamheten 14

Aktiviteter på vård och omsorgsboendet 18

Sammanfattande reflektioner och vägar framåt **21**

Nestor FoU-center ägs gemensamt av kommunerna Botkyrka, Haninge, Huddinge, Nacka, Nykvarn, Nynäshamn, Salem, Södertälje, Tyresö och Värmdö samt Region Stockholm.

Vi vill genom praktiknära forskning och utveckling bidra till en god kvalitet inom vården och omsorgen om äldre människor.

www.nestorfou.se

Författare: Karin Johansson, Nestor FoU-center
Forskningsprojektet genomfördes av: Karin Johansson, Rebecka Littbrand, Margarita Mondaca, Ingeborg Nilsson och Lena Rosenberg

ISBN: 978-91-85347-55-1
Nestors skriftserie nr 3/2026

© Nestor FoU-center

Inledning

Den här publikationen vänder sig till er som leder eller medverkar i att utveckla verksamheter för personer med kognitiv sjukdom och som vill stärka brukarnas möjligheter att påverka verksamhetens utformning och innehåll. Syftet är att ge inspiration och vägledning för hur ni kan gå till väga för att ta reda på vad personer som lever med kognitiv sjukdom tycker, önskar, behöver och upplever som meningsfullt, och använda deras perspektiv som en utgångspunkt i verksamhetens utveckling.

Publikationen bygger på ett forskningsprojekt som undersökt metoder för att främja inflytande för personer med kognitiv sjukdom som deltar i dagverksamhet eller bor på vård och omsorgsboende. Forskningsprojektet var ett samarbete mellan Karolinska Institutet, Umeå Universitet och Hälsohögskolan i Jönköping. Publikationen har framställts av Nestor FoU-center i samarbete med forskarna. Forskningsprojektet fokuserade på den fysiska miljön, det vill säga hur platsen är utformad och hur den fungerar för dem som använder den, men resultaten är relevanta för att undersöka och utveckla andra områden som till exempel aktiviteter och innehåll i vardagen, måltider och matmiljö, platser att besöka utanför verksamheten e.t.c.

I publikationen beskrivs resultatet från forskningsprojektet som visar på fyra tillvägagångssätt som är viktiga att eftersträva i de aktiviteter som görs för att främja inflytande. Här beskrivs också de aktiviteter och material som användes i projektet.

Vår förhoppning är att ni ska få inspiration och konkret vägledningen i ert arbete för att bättre ta brukarnas perspektiv på allvar och skapa fler möjligheter för personer med kognitiv sjukdom att ha inflytande över den verksamhet de tar del av.

Inflytande i vardagen – en demokratisk rättighet

En demokratisk grundprincip är att alla människor ska ha inflytande över sådant som påverkar den egna vardagen. För personer som behöver vård och omsorgsinsatser för att klara sin vardag blir då inflytande över utformningen av sådana insatser en demokratisk rättighet. Det är också i linje med att många verksamheter inom socialtjänsten betonar att de har demokratiska grundvärderingar och att brukarna har inflytande över verksamhetens utformning.

Trots att en betydande andel av äldreomsorgens användare lever med kognitiv sjukdom, är metoder och verktyg för att främja brukarinflytande



Foto: Lena Rosenberg, bearbetning: Rebecka Littbrand

inte utformade för att passa de specifika förutsättningar och utmaningar som den här gruppen har.

Traditionella metoder för inflytande bygger ofta på att människor ska uttrycka autonoma val. Forskning visar att de val som äldreomsorgen erbjuder sällan tar hänsyn till den oförutsägbarhet och komplexitet som vardagen kan innebära för äldreomsorgens användare. De tar inte heller hänsyn till att personer med omfattande kognitiva funktionsnedsättningar ofta använder sig av situationsbundna och icke-verbala sätt att uttrycka preferenser, behov och önskemål. Därför finns det ett stort behov av nya metoder som kan främja och ta fasta på sådana uttryck. Detta för att personer som lever med kognitiv sjukdom ska kunna ha inflytande över sin livsmiljö, och för att äldreomsorgens verksamheter ska kunna möta brukares preferenser, behov och önskemål. Att kunna påverka sin livssituation är också en välkänd faktor för god hälsa.

Särskilda förutsättningar och utmaningar för personer med kognitiv sjukdom

Forskning har visat att fördomar kring personer med kognitiv sjukdom kan göra att deras uttryck för egen vilja och perspektiv inte uppmärksammas eller tas på allvar. Dessutom kan institutionell kultur, det vill säga att institutionens rutiner prioriteras framför andra värden, bidra till att brukarna uppfattar att de inte har någon möjlighet eller rätt att uttrycka sitt perspektiv eller ha något inflytande över verksamhetens utformning. För att kunna främja inflytande och delaktighet för personer med kognitiv sjukdom behövs därför metoder som bidrar till att ifrågasätta och komma förbi sådana föreställningar och kulturer. Det är samtidigt viktigt att vara medveten om, och anpassa metoderna till, de utmaningar som kognitiv sjukdom kan innebära när det gäller att förstå en situation och att uttrycka sina perspektiv.

Personer med kognitiv sjukdom har ofta svårt att föreställa sig någonting som skulle kunna finnas men som inte finns här och nu. Direkta frågor som till exempel ”hur tycker du att ett bra vård- och omsorgsboende/dagverksamhet ska vara?” eller ”vad tycker du ska ändras här?” ger oftast inte svar som kan stärka brukarnas inflytande. Den här gruppen kan också ha svårt att formulera sina perspektiv verbalt. Metoder för delaktighet och inflytande behöver i stället sträva efter att skapa möjligheter för deltagare att uttrycka vad som är viktigt för dem och vad

Metoder för delaktighet och inflytande behöver sträva efter att skapa möjligheter för deltagare att uttrycka vad som är viktigt för dem och vad de uppskattar eller ogillar på olika sätt.

de uppskattar eller ogillar på olika sätt. Det krävs också att de som håller i aktiviteter för att främja inflytande är lyhörda för signaler, kroppsspråk och känslor. Aktiviteten blir ett gemensamt utforskande där ledaren behöver tolka vad deltagarnas uttryck kan innebära och på olika sätt uppmuntra och bekräfta deltagarna att förmedla och vidareutveckla idéer, erfarenheter och perspektiv. Det kan till exempel handla om att inte avfärda en idé eller önskan som praktiskt omöjlig utan i stället utforska vad idén eller önskan kan handla om, och hur den kan mötas. En önskan om att resa till New York kanske handlar om en önskan att se någonting annat än den invanda miljön eller att ha en spännande ny upplevelse.

Det betyder att den som leder aktiviteter för inflytande behöver ha en viss erfarenhet av att kommunicera med personer med omfattande kognitiva funktionsnedsättningar. Den som leder aktiviteten behöver också vara nyfiken och försöka utforska sådant som inte är tydligt uttalat tillsammans med personer med kognitiv sjukdom. Här kan personal som känner deltagarna väl vara en viktig resurs. Samtidigt kan det finnas en risk att den som känner deltagarna utgår från att de redan vet vilka preferenser och önskemål en person har. Det blir viktigt att vara uppmärksam på detta och att inte sluta vara nyfiken på deltagarens perspektiv.

För att det område inflytandet gäller ska vara begripligt behöver det konkretiseras. I det aktuella forskningsprojektet förutsåg vi att deltagarna skulle kunna uppfatta det som abstrakt och svårt att uttrycka idéer och perspektiv kring ett stort område som ”fysisk miljö” eller ”platsens utformning”. Därför använde vi oss av olika aktiviteter och material som vi utvecklat för att kunna bryta ner och konkretisera detta område som vi ville skapa inflytande kring. Aktiviteterna och materialen beskrivs i detalj senare i texten.

Pedagogiska verktyg för inflytande och delaktighet

Metoderna som prövades i forskningsprojektet utgick från etablerade metoder för att främja delaktighet och kreativitet, som deltagande metoder och Levande Verkstad. Det finns ingen anledning att tro att dessa metoder inte skulle vara relevanta att använda med personer med kognitiv sjukdom, men de behöver anpassas till gruppens särskilda utmaningar och förutsättningar.

Deltagande metoder

Med deltagande metoder menas kollektiva och idéskapande processer som ger möjlighet för alla deltagare att delta i en jämlik och demokratisk process där allas erfarenheter och uttryck har betydelse för hur processen och eventuella beslut utvecklas. För att främja sådana processer brukar olika kreativa och lekfulla aktiviteter ingå för att uppmuntra till nya idéer och till att gemensamt vidareutveckla de idéer som tar form.

Levande Verkstad

En pedagogisk resurs för att stimulera till kreativitet och kollektiva processer är Levande Verkstad pedagogik. Det är en pedagogik som bygger på att lärande och reflektion sker genom att uppleva och experimentera med olika material på ett kravlöst sätt. Aktiviteter och material ska vara väl planerade och anpassade till syfte, tema och målgrupp. Det ska finnas en rik variation av material tillgängligt för att främja en kreativ och samtidigt fokuserad process. Grundläggande principer är respekt för individuella uttryck och kollektivt skapande. Ytterligare en grundläggande princip är att det är processen som är det huvudsakliga, snarare än resultatet. Det blir särskilt viktigt när det gäller personer med kognitiv sjukdom som kan ha svårt att formulera konkreta förslag.

Kreativa aktiviteter

I både deltagande metoder och Levande Verkstad pedagogik använder man sig av förberett material för att främja kreativitet. För att uppmuntra till kreativitet ska materialet inte vara för definitivt eller snyggt eftersom det då kan uppfattas som att det redan är färdigt och inte inbjuder till kreativitet och idégenererande. Ett exempel från forskningsprojektet är att vi först funderat på att använda oss av dockskåpsmöbler och andra välgjorda figurer och saker i miniformat. Utifrån kunskap om både kreativitet och kognitiv sjukdom valde vi i stället att använda kartong som var sammanfogad till enkla former som kunde användas som modell för möbler, men som också gick lätt att förändra och sätta ihop på nya sätt. För att underlätta för deltagarna hade vi också skapat rumsliga former av kartong som kunde kombineras på olika sätt (se bild 3).

En särskild utmaning när det gäller att arbeta med kreativa metoder med personer med kognitiv sjukdom är att det öppna och inbjudande materialet samtidigt inte får vara för abstrakt. Det hade antagligen inte fungerat att lägga fram hela kartonger och förvänta sig att deltagarna skulle kunna skapa till exempel möbler eller väggar av det. Likaså använde vi oss av kort med enkla teckningar av olika miljöaspekter och företeelser som gjorde det lätt att uppfatta vad de föreställde, men som inte var för detaljerade. Det kunde stödja deltagarna att konkretisera den fysiska miljön, men samtidigt uppmuntra till kreativitet (se vidare beskrivning av metoder i stycket ”Aktiviteter och material i forskningsprojektet” s. 14).

Vad är viktigt för att skapa situationer som kan främja inflytande för personer med kognitiv sjukdom?

Här presenteras de fyra tillvägagångssätten som identifierades i forskningsprojektet.

- Förankra här och nu för att utforska framtida möjligheter
- Skapa en situation utöver det vanliga som stöds av vardaglighet
- Balansera struktur och öppenhet
- Främja engagemang för alla

Den fortsatta texten beskriver vad som karaktäriserar de olika tillvägagångssätten och vad som är viktigt att tänka på när de används. Under rubriken *Aktiviteter och material i forskningsprojektet* beskrivs sedan de aktiviteter och material som prövades i forskningsprojektet och som ledde fram till att vi kunde upptäcka de fyra viktiga tillvägagångssätten.

I enlighet med Levande Verkstad pedagogik främjar tillvägagångssätten demokratiska processer där deltagarnas erfarenheter, idéer och perspektiv kommer till uttryck och tas om hand. För att inflytandet ska vara ”på riktigt” behöver den som ansvarar för och/eller leder aktiviteten tolka hur det som genereras genom processen kan omvandlas till konkret utformande av miljö, organisation och arbetssätt.

Förankra här och nu för att utforska framtida möjligheter

Att förankra aktiviteterna här och nu kan vara ett sätt att stödja deltagarna i att utforska framtida möjligheter. För att den här dynamiken ska komma till sin rätt behöver de som leder aktiviteten på olika sätt guida deltagarnas uppmärksamhet mot konkreta aspekter i den aktuella situationen. Det kan handla om att peka på, röra vid eller prata om den befintlig miljön (möbler, färger, utrustning, dekorationer e.t.c), den pågående aktiviteten, eller material som används i inflytandeaktiviteten. På så sätt kan stora svårfångade ämnen i fokus för inflytande (till exempel fysisk miljö eller aktiviteter) brytas ner till någonting konkret att samlas och engagera sig kring.

Eftersom personer med kognitiv sjukdom kan ha svårt att föreställa sig någonting som inte finns här och nu måste avståndet mellan här och nu och framtida möjligheter anpassas till vilka deltagarna är. I det aktuella forskningsprojektet utforskade vi hur det skulle kunna vara på det vård och omsorgsboende där deltagarna befann sig. På dagverksamheten utforskade vi hur ”vår bästa träffpunkt” skulle kunna se ut, det vill säga

en föreställd plats för en dagverksamhet, som inte finns. Dynamiken mellan här och nu, och möjliga framtida miljöer innebar alltså ett större steg på dagverksamheten än på vård och omsorgsboendet.

Vi bedömde att det större steget hade varit svårt för deltagarna på vård och omsorgsboendet, eftersom personer som bor på demensenheter på vård och omsorgsboenden generellt har större kognitiva funktionsnedsättningar än deltagare på dagverksamhet.

Här och nu kan behöva vara väldigt konkret och direkt. Det kan illustreras av ett exempel där en personal och deltagare tittade ut genom fönstret mot vård och omsorgsboendets gård. Personalen pekade och sa till deltagaren att ”den där bänken är ju din favoritplats”. Deltagaren kunde inte associera detta till sina egna erfarenheter och preferenser. Lite senare satt personen på den aktuella bänken. En av forskarna gick fram till bänken, och deltagaren gav då en rik beskrivning av vad hen uppskattade med att sitta på bänken.

> *Här och nu kan behöva vara väldigt konkret och direkt.*

Några saker att tänka på som främjar att förankra här och nu för att utforska framtida möjligheter

- Att genomföra aktiviteterna på en plats som är bekant för deltagarna gör att ”här och nu” kan upplevas som en trygg och bekväm plats att utgå ifrån för att utforska framtida möjligheter som har med den aktuella platsen och aktiviteten att göra.
- Att ledarna delar med sig av sina intryck och upplevelser av ”här och nu” (platsen, föremål, väder, det som händer i aktiviteten e.t.c) och relaterar det till det ämne som är i fokus stärker kopplingen mellan hur det är här och nu och framtida möjligheter för hur det skulle kunna vara. Det kan bidra till att deltagarna delar med sig av intryck och idéer kring den aktuella platsen och situationen och vad som skulle kunna var annorlunda.
- Ett material som går att omforma eller flytta omkring gör det möjligt att pröva olika framtida möjligheter på ett konkret sätt här och nu.
- Att använda en plats på ett nytt sätt eller göra en aktivitet som är annorlunda än det vanliga kan konkret här och nu visa på nya möjligheter, och samtidigt uppmuntra deltagarna att uttrycka sig och agera på nya sätt.
- Genom att peka på, röra vid och prata om något som finns här och nu kan deltagarna inspireras att berätta om erfarenheter ur livet och upplevelser här och nu som ger information om vad som är meningsfullt för dem.

Skapa en situation utöver det vanliga som stöds av vardaglighet

När en situation är någonting utöver de ordinarie aktiviteterna i äldreomsorgen kan det bidra till att deltagarna engagerar sig på ett nyfiket sätt kring frågorna som är i fokus för inflytande. En situation utöver det vanliga kan till exempel skapas genom att betona att aktiviteten handlar om att ta reda på vad de som deltar tycker är viktigt, eller att aktivitetens innehåll, form och plats skiljer sig från de ordinarie aktiviteterna. Att inflytande-aktiviteterna är någonting som skiljer sig från det vanliga är ett sätt att visa att aktiviteterna såväl som deltagarna tas på allvar, vilket i sig kan bidra till att deltagarna uppfattar att deras perspektiv och idéer ses som betydelsefulla. För att situationen som avviker från det vanliga ändå ska vara begriplig och kännas trygg för deltagarna behöver den också karaktäriseras av vardaglighet och igenkännbarhet. Kombinationen av det extraordinära och vardaglighet kan underlätta för deltagarna att agera och uttrycka sig på nya sätt i en trygg miljö, och på så sätt kommunicera preferenser, upplevelser och idéer. Ledaren behöver därför balansera det extraordinära och det vardagliga på ett finkänsligt sätt som kontinuerligt anpassas till situationen.

Att delta i en extraordinär situation kan ge energi men kan också vara utmanande. Det gäller för alla, men det kan vara särskilt utmanande för personer med kognitiv sjukdom som ofta har svårt att hålla fokus och att tolka en ny situation. Det är därför viktigt att aktiviteterna är flexibla och att ledarna kontinuerligt anpassar dem till deltagarnas reaktioner. Samtidigt är det bra att ha i åtanke att det är helt rimligt och mänskligt att bli trött av att göra någonting utöver det vanliga.

Några saker att tänka på som främjar en situation utöver det vanliga som stärks av vardaglighet

- När någon annan än ordinarie personal leder aktiviteterna för inflytande stärker det upplevelsen av att situationen är någonting utöver ordinarie aktiviteter. Samtidigt kan vardagligheten stärkas av att ordinarie personal är närvarande och att aktiviteterna sker på en välkänd plats.
- En tydlig start på aktiviteten genom att avsluta pågående ordinarie syssla och förflytta sig till en annan plats kan bidra till att markera att situationen är någonting utöver det vanliga. Att förflyttningen sker från ett välkänt sammanhang (exempelvis fika på ordinarie fikaplats) kan bidra till att den nya situationen upplevs som trygg och vardaglig av deltagarna.
- Ledaren behöver kontinuerligt nämna och förklara aktivitetens syfte och fokus. Det bidrar till att situationen kan uppfattas som seriös, och att den ovanliga situationen inte upplevs som förvirrande eller obegriplig.
- Aktiviteter som påminner om välkända aktiviteter kan bidra till att situationen blir begriplig och deltagarna känner sig trygga att uttrycka reaktioner och idéer. Vad som är igenkännbart för individuella deltagare är dock svårt att förutse. Det formas av bland annat kultur och livshistoria.
- Att vara på en plats (ett rum eller del av rum) som inte är förknippat med en särskild aktivitet eller särskilda användare kan bidra till att deltagarna blir inspirerade att uttrycka sig på nya sätt. Det blir då viktigt att situationen samtidigt har element av vardaglighet och igenkännbarhet för att deltagarna ska känna sig trygga med att agera på nya sätt.



Foto: Lena Rosenberg, bearbetning: Rebecka Littbrand

Balansera struktur och öppenhet

För att stödja deltagarna att hålla fokus och att förstå formen för en aktivitet behöver de som leder aktiviteten upprätthålla struktur och fokus. Samtidigt behöver aktiviteten vara kravlös och bjuda in till kreativitet, för att deltagarna ska kunna engagera sig och ge uttryck för sina perspektiv och idéer. Att ledaren upprätthåller form och fokus gör att deltagarna kan engagera sig på ett kreativt sätt utan att oroa sig för att situationen ska ”gå överstyr”. Samtidigt behöver ledaren själv engagera sig på ett kreativt och lustfullt sätt i aktiviteterna för att konkret visa att det är tillåtet. Det bidrar också till att skapa en demokratisk och respektfull situation där ledare och deltagare tillsammans utforskar det som är i fokus för inflytande. Det bidrar till att deltagarna dras med i ett kreativt engagemang. Ledarna behöver alltså kombinera struktur och fokus med öppenhet och kreativitet på ett lyhört sätt.

Några saker att tänka på som främjar balans mellan struktur och öppenhet

- Det är en fördel att vara två ledare som kan balansera varandra om den ena dras med i den kreativa processen och tappar strukturen, eller tvärtom.
- Tempot i aktiviteten behöver vara tillräckligt snabbt för att driva aktiviteten framåt och upprätthålla aktivitetens form och fokus. Samtidigt behöver tempot vara tillräckligt långsamt för att personer som behöver tid för att uppfatta vad som händer ska kunna hänga med.
- Ledaren kan bidra till att upprätthålla fokus och struktur i gruppaktiviteter genom att då och då summera vad olika deltagare uttryckt, och vad de kommit fram till tillsammans i det kreativa engagemanget.
- Att använda ett material som hjälper deltagarna att associera till det aktuella området för inflytande, och samtidigt inbjuder till upptäckande och kreativitet bidrar till att upprätthålla balans mellan struktur och öppenhet.

Främja engagemang för alla

Alla tre tillvägagångssätt som beskrivits ovan bidrar till att främja engagemang. Här lyfter vi sådant som är särskilt viktigt för att främja engagemang för alla, och på så sätt skapa möjligheter till inflytande och delaktighet för individer med olika förmågor och utmaningar. För att alla deltagare ska kunna engagera sig och känna sig delaktiga i situationen behöver ledaren kontinuerligt anpassa aktiviteten till både gruppen och enskilda individer så att alla får möjlighet att uttrycka sig. Därför behöver det också finnas en inbyggd möjlighet till variation i de aktiviteter och material som används.

Engagemang för alla kan främjas genom att skapa en situation där deltagarna upplever att de deltar tillsammans. Att samlas kring en aktivitet genererar inte automatiskt en situation där deltagarna känner sig delaktiga och engagerade. Det är särskilt påtagligt eftersom personer som har kognitiva sjukdomar kan ha svårt att ta egna initiativ, följa en tråd i ett samtal och att upprätthålla engagemang. Ledaren kan främja engagemang för alla genom att hjälpa till med att knyta ihop de individuella deltagarnas uttryck, erfarenheter och idéer, till exempel genom att fråga om de andra håller med, eller om de upplevt någonting liknande, eller summera vad som sagts senaste stunden.

För att främja engagemang för alla behöver ledaren uppmärksamma varje individ och se till att hen får tid att uttrycka och utveckla reflektioner och idéer, till exempel genom att ställa följdfrågor eller ta fasta på någonting i situationen och miljön som väcker en deltagares uppmärksamhet. Då är det bra om det finns mer än en person som leder aktiviteten så att den gemensamma aktiviteten kan fortsätta även om en ledare stannar upp vid en individ.

Vissa aktiviteter eller situationer kan med fördel genomföras med endast ledaren och en enskild deltagare. Även då är det viktigt att skapa en gemensam situation där båda utforskar och upptäcker ämnet i fokus tillsammans. I forskningsprojektet skedde det till exempel vid promenader (se ”*Aktiviteter och material i forskningsprojektet*” s. 20). Genomgående bygger engagemang för alla på att deltagarna ses som experter på vad som är viktigt i relation till det område som är i fokus för inflytandet.

Några saker att tänka på som främjar engagemang för alla

- Att interaktionerna mellan ledare och deltagare har formen av ett vanligt och jämlikt samtal eller umgänge, och inte upplevs som en intervju eller övning, stödjer deltagarnas engagemang och deras möjlighet att uttrycka och utveckla sina erfarenheter, perspektiv och idéer.
- Material och aktiviteter som anpassas till deltagarnas förmågor och utmaningar gör att de kan känna sig kompetenta, inspirerade och engagerade.
- Trots de utmaningar personer med kognitiv sjukdom har med att hålla tråden i ett sammanhang är det inte ovanligt att deltagare tar initiativ till att hjälpa andra att vara delaktiga i det gemensamma engagemanget. Då behöver ledarna ge plats för denna resurs.
- Som i alla gruppaktiviteter är det viktigt att vara uppmärksam på hur gruppdynamiken utvecklas, om det finns konfliktfyllda relationer och om någon/några individer får mycket uppmärksamhet på bekostnad av andra som är mer lågmälda i sina uttryck.
- Individer som inte är så aktiva i den pågående aktiviteten kan ändå uppleva att de är delaktiga.

Aktiviteter och material i forskningsprojektet

I det här stycket beskrivs de aktiviteter och material som användes i forskningsprojektet. De ska ses som exempel på, och inspiration till, verktyg som kan bidra till att främja de fyra tillvägagångssätten som beskrivits ovan.

Varje verksamhet behöver utforma material och aktiviteter som är lämpliga för det lokala sammanhanget, och för det som är i fokus för inflytande och delaktighet i den aktuella situationen.

I forskningsprojektet fanns det resurser att lägga mycket tid på att utveckla material till inflytandeaktiviteterna. Det är fullt möjligt att använda sig av enklare material och av sådant som finns tillgängligt i verksamheten. Det som är viktigt är att materialet inbjuder till interaktion och kreativitet och samtidigt inte är för abstrakt (se stycket pedagogiska verktyg för inflytande och delaktighet s. 8). Det är också viktigt att materialet är genomtänkt. Det bidrar till att materialet och aktiviteterna upplevs som respektfulla och seriösa.

I forskningsprojektet handlade inflytandet om den fysiska miljön. Aktiviteter och material var alltså utformat för att rikta fokus mot den fysiska miljön. Projektet genomfördes på en dagverksamhet och ett vård- och omsorgsboende, båda med inriktning för personer med kognitiv sjukdom.

De aktiviteter vi provade skilde sig mellan dagverksamhet och vård och omsorgsboende, med hänsyn till att personer som bor på särskilt boende generellt har betydligt mer omfattande kognitiva funktionsnedsättningar än personer som deltar i dagverksamhet. På vård och omsorgsboendet arbetade vi kring frågan ”hur vill vi ha det här?”, medan vi på dagverksamheten arbetade kring ”vår bästa träffpunkt”. Aktiviteterna var utformade för att generera kunskap om vilka relationer, händelser och stämningar personerna som besöker dagverksamheten/bor på vård och omsorgsboendet upplevde som viktiga och vad i miljön som är viktig.

Aktiviteter på dagverksamheten

Vid besöket på dagverksamheten använde vi oss av tre aktiviteter som byggde på varandra; 1) skapa kollage 2) bygga modell och 3) presentera kollage och modeller. De två första aktiviteterna genomfördes i två parallella grupper. I den tredje aktiviteten presenterade de båda grupperna sina kollage och modeller för varandra. Syftet var att processen skulle uppmuntra deltagarna att på olika sätt uttrycka vilka aktiviteter, miljöaspekter, känslor, interaktioner och atmosfärer som var viktiga för dem. Syftet var alltså inte att modellen skulle utgöra en konkret ”ritning” för en framtida dagverksamhet. Sammantaget tog de tre aktiviteterna omkring två timmar inklusive femton minuters paus. Totalt deltog åtta personer, men några av dem lämnade eller tillkom vid olika tillfällen.



Foto: Lena Rosenberg, bearbetning: Rebecka Littbrand

Skapa kollage

Deltagare och ledare skapade tillsammans ett kollage över vilka deltagarna vill träffa, vad de vill göra och vilka platser och utrymmen de vill ska finnas på ”vår bästa träffpunkt”.

Inför kollageaktiviteten hade vi förberett och klippt ut bilder som visade olika människor (t.ex läkare, tonåring, barn, bagare), djur och aktiviteter (t.ex snickra, vila, promenad, festa, gå till frisören). Bilderna var tecknade av en i forskargruppen. För att bilderna skulle vara lätta att tolka, men samtidigt inte vara för styrande var de enkelt tecknade och hade text som förtydligade vad bilden föreställde (se bild 1).

Vi ställde först frågan *vem vill ni träffa på er bästa träffpunkt?* och visade en bild i taget. Bilder som illustrerade människor eller djur som deltagarna kom överens om att de ville träffa samlades i en hög. Därefter ställde vi frågan *vad vill ni göra på er bästa träffpunkt?* och visade på samma sätt bilderna som illustrerade olika aktiviteter.

Vi frågade också vilka platser som behövs på träffpunkten. Vi visade då fotografier på olika platser som vi skrivit ut från internet. Till skillnad från teckningarnas öppna och skissartade uttryck visade fotografierna en specifik plats. Det gjorde dem mer konkreta men också mer låsta. Samtalet kring fotona rörde sig mer kring just det som



Bild 1: bilder på olika aktiviteter. Design: Rebecka Littbrand

syntes på bilden, till exempel färger eller möblernas design på ett café, i stället för att handla om den generella idén om en plats, till exempel ett café. Det kan ha bidragit till att fotografierna inte genererade samma kreativa resonemang som teckningarna, men de bidrog ändå till att deltagarna kom fram till ett antal platser de ville skulle finnas med på ”vår bästa träffpunkt”. De bilder och foton som valts ut sattes sedan samman i ett kollage (se bild 2).

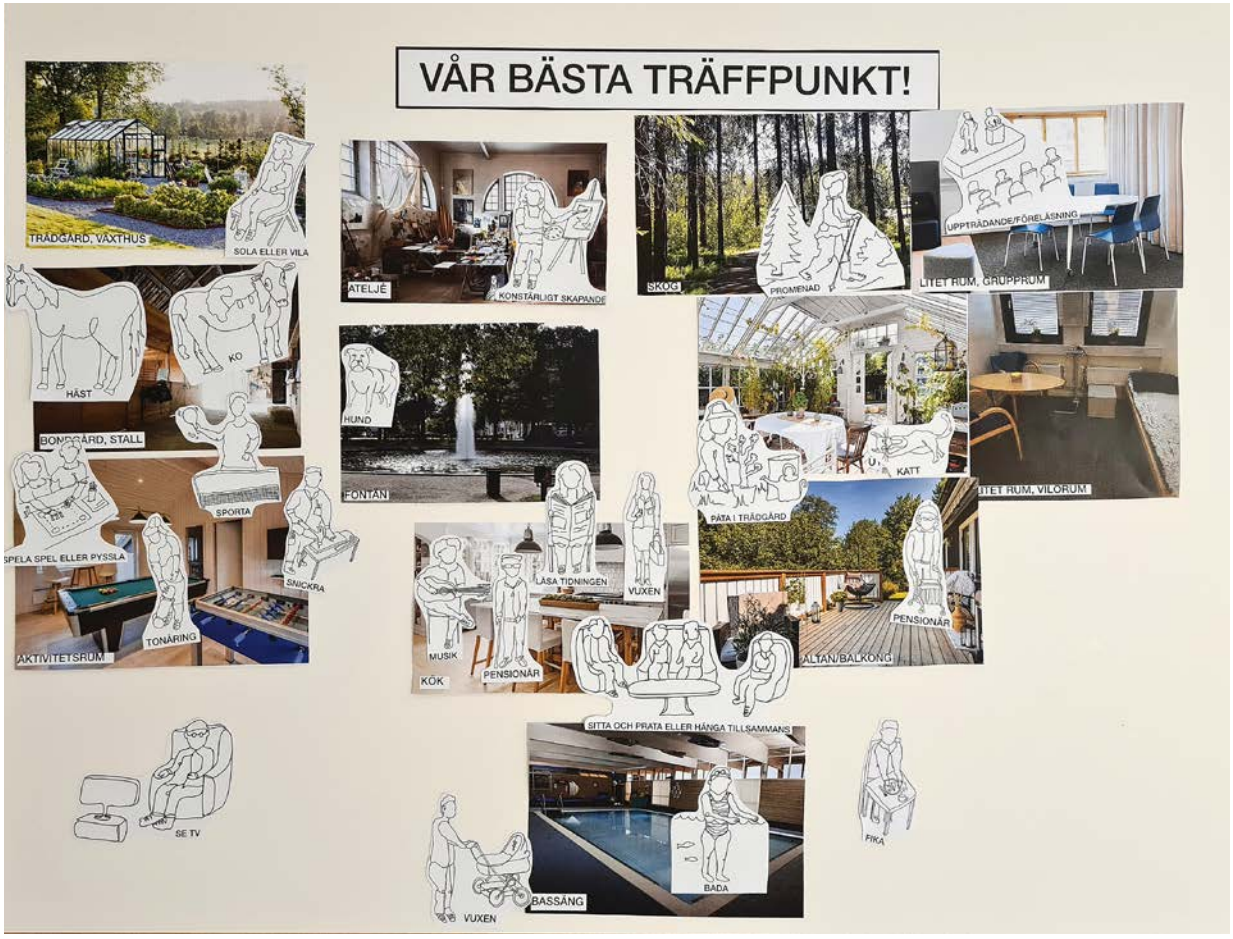


Bild 2: Färdigt kollage som skapades i kollageaktiviteten.

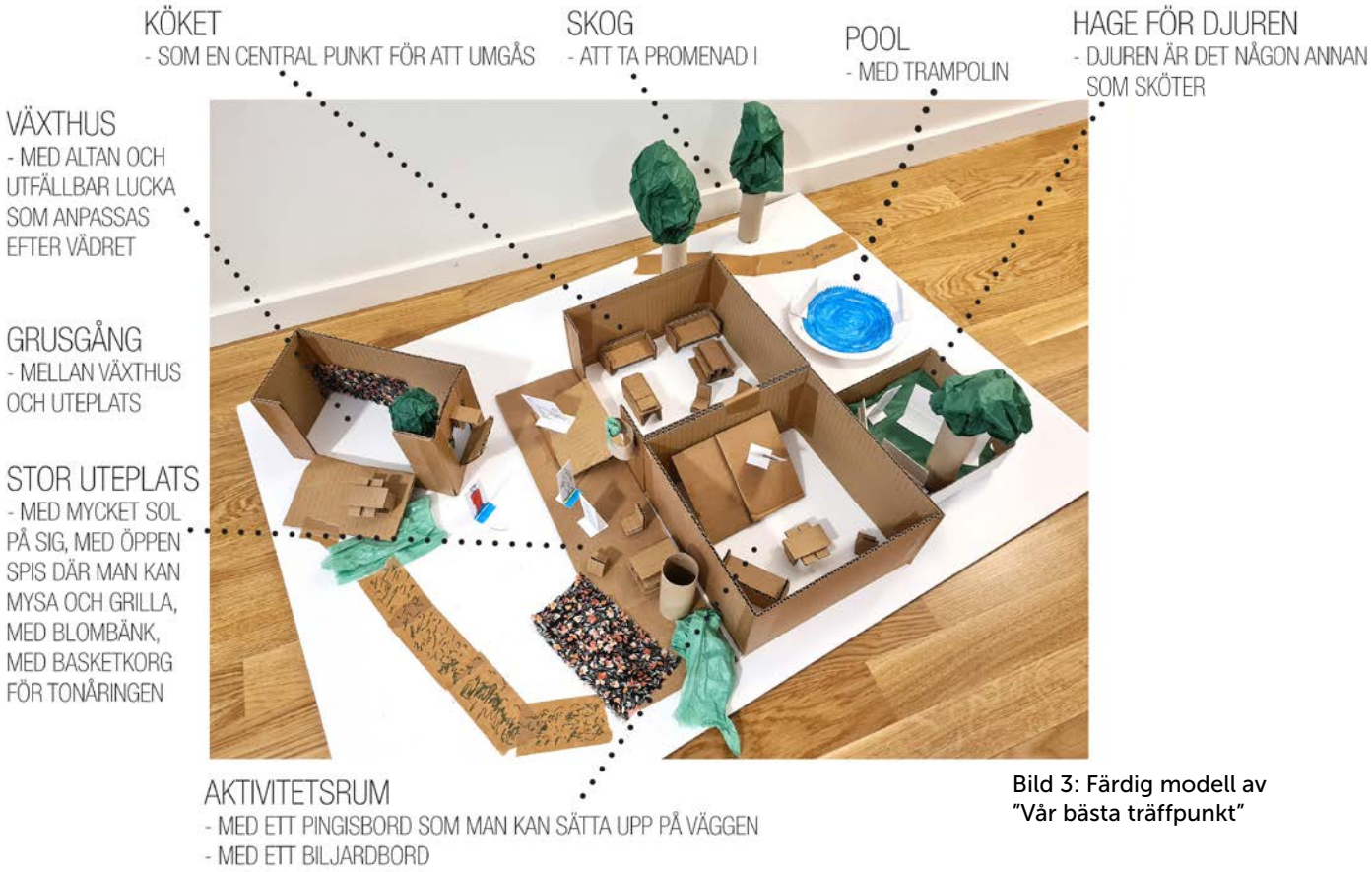


Bild 3: Färdig modell av "Vår bästa träffpunkt"

Bygga modell

Modellbygget följde direkt på kollageaktiviteten och utgick från vad som kommit fram där. Vi hade bland annat förberett enkla rumsformer och möbler i kartong (se bild 3). Det fanns också sax och klister för att kunna modifiera materialet. Deltagare och forskare samlades runt ett stort bord där allt material och den framväxande modellen fick plats. Alla deltagare kunde sitta eller stå runt bordet och kunde nå materialet. Forskare och deltagare var tillsammans engagerade i att bygga en modell över de rum och funktioner som deltagarna ville ha med på sin bästa träffpunkt. Vi påminde ibland om vad deltagarna kommit fram till i kollageaktiviteten. Till exempel var det ett tillfälle då en av forskarna sa: ”Anders sa att han ville ha en ateljé där han kan måla, var tycker ni att vi ska vi placera den?” Den halvfärdiga och anspråkslösa karaktären på materialet bidrog till att deltagarna fritt, relativt enkelt och kreativt kunde gestalta värden, aktiviteter och relationer som var betydelsefulla för dem.

Presentation av modeller

Avslutningsvis samlades alla i ett större rum där de två grupperna presenterade sina kollage och modeller för varandra (se bild 3). Forskarna och deltagarna hjälptes åt att presentera. I linje med Levande Verkstad pedagogik var vi noga med att det inte skulle upplevas som en bedömning av vare sig personerna eller modellerna, utan presentationerna var en del av det gemensamma utforskandet av ”vår bästa träffpunkt”. Alla deltagare var inte aktiva i presentationen men det var en stolt och varm stämning som inkluderade hela gruppen som avsändare av kollaget och modellen.

Aktiviteter på vård och omsorgsboendet

Vi besökte vård och omsorgsboendet vid fyra tillfällen, fyra olika dagar. Vid varje tillfälle genomförde vi en gruppaktivitet, samt gjorde promenader på gården med enskilda individer när det föll sig lägligt före eller efter en gruppaktivitet. Varje gruppaktivitet pågick ca en timme, och promenaderna oftast kortare än 15 minuter. Vi gjorde tre typer av gruppaktiviteter, bildkort, materialworkshop trä och materialworkshop utomhusmaterial. Bildkortsaktiviteten gjordes vid två tillfällen.

På det aktuella boendet låg tre demensenheter i bottenplanet och gården var lätt tillgänglig för alla boende. Vid varje besök utgick vi från en av enheterna, men personalen uppmuntrade även boende från andra enheter att delta. När aktiviteterna skedde utomhus var det enkelt för boende från flera enheter att ansluta. Syftet med alla aktiviteter var att på olika sätt utforska platsen tillsammans, och att uppmuntra deltagare att, på olika sätt, generera och uttrycka vad som upplevs som meningsfullt och preferenser och idéer kring den fysiska miljön på den aktuella platsen.

Bildkort

Inför aktiviteten bildkort hade vi utformat 14 kort, ungefär i storlek av vanliga spelkort, med bilder på aspekter och företeelser som har med miljön att göra. Bilderna illustrerade till exempel utsikt, takhöjd, ljud och väggmaterial (se bild 4). Bilderna var tecknade av en i forskargruppen. De var enkla med så lite distraktion som möjligt, och lite skissartade för att inte vara för styrande och för att uppmuntra till idéer och reflektioner. Bilden kompletterades med ett textat ord. Baksidan av korten hade ett dekorativt mönster. Aktiviteten gjordes i grupp. Korten låg utspridda på bordet med baksidan upp. Deltagarna vände på ett kort i taget. Vid den första workshoppen frågade ledaren vad de tänkte kring den miljöaspekt som bilden illustrerade, riktat till hela gruppen. Vid den andra workshoppen uppmuntrade ledaren den deltagare som vänt på kortet att berätta vad hen tänker kring den aktuella företeelsen, och därefter uppmuntrades personen att lämna kortet vidare till en annan deltagare som fortsatte dela med sig av sina reflektioner



Bild 4: Bildkort som användes i bildkortsaktiviteten. Design: Rebecka Littbrand

och idéer relaterat till miljöaspekten på kortet. Det bidrog till att det skapades en gemensam stund och dynamiska samtal, i större utsträckning än i den första workshoppen. I båda fallen försökte ledaren att koppla bilden på kortet till någonting i den konkreta miljön, och även dela med sig av sina egna reflektioner och reaktioner.



Bild 5: Material till materialworkshop trä



Bild 6: Material till materialworkshop utomhusmaterial

Materialworkshop trä

På det aktuella boendet var trä ett framträdande material på väggarna både inomhus och utomhus. Vi tänkte därför att en workshop kring trämaterial skulle kunna generera reflektioner och idéer kring material på väggar och annan inredning. Vi hade förberett en mängd trämaterial i olika form, till exempel obehandlat trä som grenar och näver, och behandlat trä som en bit av en planka (se bild 5). Deltagarna satt runt ett bord och materialet låg på bordet. Ledaren höll upp, och riktade uppmärksamheten mot ett trämaterial i taget och uppmuntrade deltagarna att interagera med materialet och uttrycka reaktioner, reflektioner och idéer relaterat till miljön. Deltagarna kopplade inte spontant det medtagna trämaterialet till trämaterialet i befintlig miljö. Workshoppen genererade mycket engagemang och berättande bland deltagarna om, bland annat, deras erfarenheter av att arbeta med trä i olika form och vad det betytt för dem genom livet. Ledarna kunde ibland ställa frågor kring den befintliga miljön utifrån deltagarnas engagemang och berättande, och på så sätt få information kring deltagarnas erfarenheter och idéer om miljön. Framför allt genererade träworkshoppen information om vad deltagarna uppfattade som meningsfullt både relaterat till trä och till livet som helhet.

Materialworkshop utomhusmaterial

Vi hade förberett olika material som hade med trädgård att göra för att uppmuntra till reaktioner, reflektioner och idéer kring boendets utemiljö (se bild 6). Materialet innehöll bland annat krukor med kryddväxter, kvistar, kottar, olika markmaterial (grus, sand, sten) i lådor och blommor i vas. På samma sätt som i träworkshoppen lyfte ledarna fram ett material i taget och uppmuntrade deltagarna att interagera med materialet och uttrycka reaktioner, reflektioner och idéer relaterat till utemiljön. Workshoppen genomfördes i boendets trädgård, vilket gjorde att det gick att rikta uppmärksamheten mot sittplatser, gångar, rabatter, växter, e.t.c. som kunde kopplas till materialet. Det gjorde det också möjligt att konkret pröva att placera materialet på olika platser för att undersöka olika möjligheter. Växter i små krukor som gick att flytta runt genererade engagemang bland deltagarna och rika reaktioner, reflektioner och idéer relaterat till utemiljön.

Vi upptäckte att om relationen mellan materialet och utemiljön var för avlägsen eller ”konstig” blev kopplingen för abstrakt för deltagarna. Till exempel väckte markmaterial som låg i små lådor inte något engagemang. Vi tolkade det som att det var för konstigt att relatera materialet i lådorna till hur marken kändes och såg ut. Det är dock svårt att förutsäga vad som kommer att uppfattas som konstigt eller inte. Till exempel hade vi lagt

kottar i en låda. Det väckte ett stort engagemang hos en av deltagarna som med en noggrannhet och övertygelse ville ”befria kottarna” och i samband med det kunde berätta om vad frihet var och varför det var viktigt. På så sätt initierade materialet reflektioner och samtal kring existentiella frågor som kan ha betydelse för utformningen av verksamheten, även om de inte har konkret med utformningen av den fysiska miljön att göra.

Promenader

För att utforska reaktioner, reflektioner och idéer relaterat till utemiljön gjorde vi promenader i boendets trädgård tillsammans med deltagare, oftast en deltagare i taget. Vilka platser på gården vi promenerade till styrdes av vad deltagaren visade intresse för. Ofta stannade vi vid någonting som väckte deltagarens intresse, till exempel, en sittplats, en växt eller ett fågelbad. Det visade sig att flera av deltagarna behövde stanna upp för att kunna ta fasta på platsens egenskaper och värden. Det gav möjlighet att konkret titta på och röra vid aspekter som deltagare upplevde som meningsfulla. Både ledare och deltagare delade sina upplevelser, reflektioner och idéer. Syftet var att upptäcka platsen tillsammans.



Foto: Lena Rosenberg, bearbetning: Rebecka Littbrand

Sammanfattande reflektioner och vägar framåt

Den här publikationen har presenterat tillvägagångssätt som kan göra det möjligt för personer som lever med kognitiv sjukdom att utöva sin demokratiska rätt till inflytande över sin vardag, utifrån sina egna förutsättningar.

Verksamheter som planerar att använda sig av tillvägagångssätten bör ha en ambition att vilja göra förändringar utifrån vad som kommer fram. Vi ser att de kan vara meningsfulla att använda sig av i det kontinuerliga utvecklingsarbetet, även då det inte finns ett konkret område där verksamheten planerar en förändring.

I forskningsprojektet som ligger till grund för den här texten fanns resurser att utveckla och prova ett relativt omfattande material. Förhoppningen är att de erfarenheter, aktiviteter och material som presenterats här kan inspirera verksamheter som vill främja brukares inflytande över verksamhetens utformning och innehåll. Det är fullt möjligt att utforma aktiviteter och material med enklare medel som ryms inom ramen för äldreomsorgens resurser. Det som är viktigt för att nå de tillvägagångssätt som presenterats är att aktiviteter och material tas på allvar och är genomtänkta. Det är en nödvändighet för att skapa respektfulla och meningsfulla situationer för deltagarna, där deras erfarenheter, perspektiv och idéer tas på allvar.

Tillvägagångssätten visar på sätt att skapa respektfulla, trygga och kreativa situationer, som i sig kan vara värdefulla för personerna som deltar. På så sätt kan tillvägagångssätten även inspirera till meningsfulla, respektfulla och uppskattade situationer som inte nödvändigtvis handlar om att påverka förändringar i verksamheten. En avgörande aspekt av alla tillvägagångssätten är att de bygger på att den/de som leder aktiviteterna och personerna med kognitiv sjukdom utforskar ämnet som är i fokus tillsammans, och att ledaren är nyfiken på vad som kan upptäckas genom utforskandet. På så sätt är både ledare och deltagare experter, som deltar i utforskandet utifrån sina olika förutsättningar.

> *Det är avgörande att den som leder aktiviteterna och personerna med kognitiv sjukdom utforskar ämnet som är i fokus tillsammans, och att ledaren är nyfiken på vad som kan upptäckas genom utforskandet.*



www.nestorfou.se