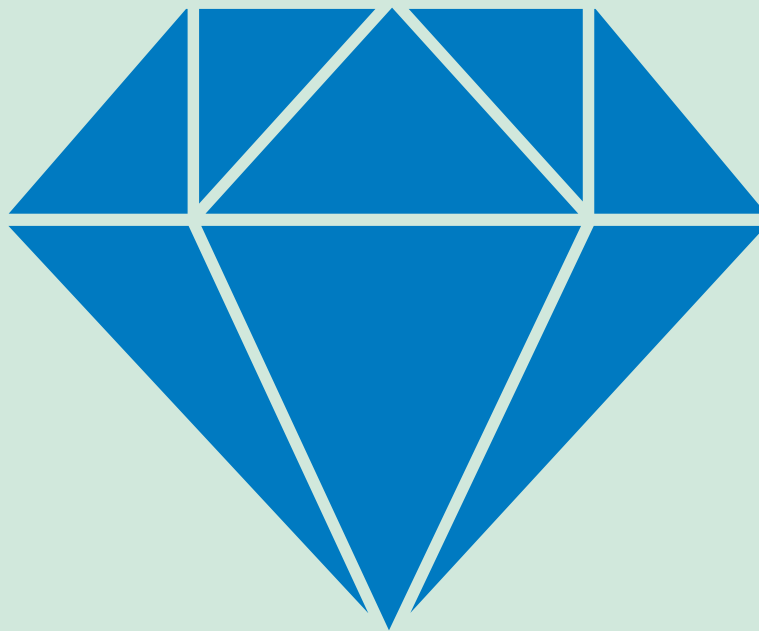


TIL LEDEREN

# Hjemlighed i hverdagen

Guide til at styrke borgerens oplevelse af hjemlighed og værdighed



**SUNDHEDSSTYRELSEN**  
Videnscenter for værdig ældrepleje

**Sundhed for alle** ♥ + ●

# Indhold

<b>Introduktion</b>	<b>3</b>
Hvad er hjemlighed?	3
Hvorfor arbejde med hjemlighed?	3
Materialepakken om hjemlighed	4
<b>Baggrund for materialepakken</b>	<b>5</b>
3 centrale indsigter fra analysen om hjemlighed	5
<b>5 pejlemærker til at arbejde med hjemlighed</b>	<b>6</b>
<b>Sådan kan I arbejde med hjemlighed i praksis</b>	<b>7</b>
De to redskaber består af:	7
Hvad kræver det at arbejde med hjemlighed?	7
Hvem kan anvende redskaberne?	8
Hvilke borgere kan være med?	9
Opfølgning	9
Eksempler på små og enkle hjemlighedstiltag	9
<b>Kom godt i gang med arbejdet med hjemlighed</b>	<b>10</b>
Overvej, inden I går i gang:	10
Sådan kan I komme i gang	10
<b>Yderligere inspiration og links</b>	<b>11</b>
Materialer til at arbejde med hjemlighed i hverdagen	11
Andet relevant materiale	11

# Introduktion

Denne guide er primært til dig, der er leder på ældreområdet, og som ønsker at arbejde med at styrke borgerens oplevelse af hjemlighed og værdighed i hverdagen. Her kan du finde viden om og inspiration til, hvordan I kan arbejde med hjemlighed i hverdagen. Materialerne om hjemlighed er udviklet, så de nemt kan integreres i hverdagens praksis og tilpasses den måde, I arbejder på netop hos jer. Materialet henvender sig både til jer i hjemmeplejen og jer, der arbejder i plejeboliger.

## Hvad er hjemlighed?

Hjemlighed er en følelse eller stemning, som er knyttet til ens hjem. Det er noget, der hele tiden skabes i relationen mellem mennesker og deres materielle omgivelser. Hjemlighed handler altså ikke kun om mursten eller indretning, men om identitet, relationer, aktiviteter og stemninger. Hjem er en afspejling af dem, der bor der – af deres liv og identitet. Hvis hjemmet afvikles, eller man oplever at miste selvbestemmelse i hjemmet, kan det derfor betyde et tab af identitet.

Hjemlighed er – ligesom værdighed – individuelt. Derfor er det nødvendigt at spørge den enkelte borger, hvad der betyder noget for ham eller hende i hjemmet. Når man får behov for pleje og hjælp i sit hjem, bliver ens hjem også en arbejdsplads, og medarbejdere varetager nogle af de gøremål, man tidligere selv tog sig af. Det kan have betydning for følelsen af, at ens hjem er ens eget. For at bevare oplevelsen af hjemlighed er det vigtigt, at borgeren oplever, at hans eller hendes præferencer og ønsker i hjemmet er kendt, og at der er et godt samarbejde med de medarbejdere, der kommer i hjemmet. Det er også afgørende, at borgeren oplever, at han eller hun er respekteret. Det er også afgørende, at borgeren bevarer oplevelsen af at være vært i sit eget hjem, også selvom vedkommende ikke kan så meget som tidligere.

## Hvorfor arbejde med hjemlighed?

Når I arbejder med hjemlighed i hverdagen, kan det bidrage til, at borgeren føler sig set og hørt og får en oplevelse af, at det er okay at udtrykke ønsker og behov. Derigennem kan I fremme borgernes trivsel og værdighed.

Arbejdet med hjemlighed i hverdagen kan understøtte faglig refleksion og styrke medarbejdernes faglighed i det relationelle arbejde, som er centralt i en værdig ældrepleje. Gennem arbejdet med hjemlighed opøver medarbejderen sine kompetencer til at være i dialog med borgeren og at spørge og lytte nysgerrigt. Det giver dem en bedre forståelse for og en styrket relation til borgeren. Medarbejderen får mere viden om borgerne og deres præferencer og derigennem forudsætninger for bedre at kunne understøtte trivsel og værdighed. Når borgerne trives, vil medarbejderne generelt opleve større motivation og arbejdsglæde.

Med redskaberne "Mit hjem-listen" og "Diamanterne" kan I få en dialog med borgeren om, hvad der er vigtigt for ham eller hende i hjemmet. Redskaberne er altså en invitation til at tale med borgeren og evt. pårørende om deres hjem og oplevelse af hjemlighed. Dermed kan I fremme dialogen og styrke relationen til borgeren.

Ønsker I at arbejde med at styrke værdighed mere generelt, kan I anvende "Værdighedshjulet", som er et redskab til afholde systematiske samtaler med borgeren om en række temaer.

# Materialepakken om hjemlighed

## Introduktion til at arbejde med hjemlighed i hverdagen

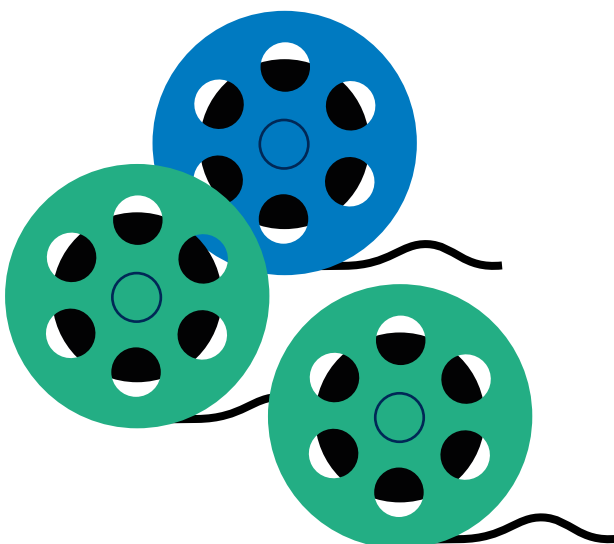
- "Hjemlighed i hverdagen: Lederens guide til at styrke borgernes oplevelse af hjemlighed og værdighed"
- Refleksionskortet "Hjemlighed i hverdagen: Redskaber til at styrke borgerens oplevelse af hjemlighed og værdighed"
- To film om hjemlighed:
  1. "Hvorfor arbejde med hjemlighed i ældreplejen?" og
  2. "Fem pejlemærker til arbejdet med hjemlighed i ældreplejen"
- Film om borgerens oplevelse af hjemlighed

## Redskaber og guide til at arbejde med hjemlighed i hverdagen

- To praksisnære redskaber – "Mit hjem-listen" og "Diamanterne"
- "Hjemlighed i hverdagen: Medarbejderens guide til at styrke borgernes oplevelse af hjemlighed og værdighed"

## Mere viden om hjemlighed

- Rapporten "Analyse af hjemlighed"



Hos \_\_\_\_\_

Du må gerne ... \_\_\_\_\_  
Du skal vide at jeg ... \_\_\_\_\_

sig dit navn \_\_\_\_\_  
læg overtøj i køkkenet \_\_\_\_\_  
kom gerne tæt på \_\_\_\_\_  
luk døren for varmen \_\_\_\_\_  
kan lide lidt ping-pong \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

Holder af at \_\_\_\_\_  
komme ud i \_\_\_\_\_  
havestuen \_\_\_\_\_

# Baggrund for materialepakken

Materialerne om hjemlighed er udarbejdet af Videnscenter for værdig ældrepleje i samarbejde med konsulenthuset Antropologerne og ledere og medarbejdere fra seks kommuner. Materialet er udviklet til hjemmeplejen, men kan anvendes i ældreplejen generelt.

Udviklingen af materialerne har taget afsæt i en analyse af, hvad hjemlighed er, og hvordan det opleves af ældre, der modtager hjemmepleje. Konsulenthuset Antropologerne, som gennemførte analysen, besøgte 20 ældre i deres hjem, interviewede dem og lavede observationer. Under ti af besøgene deltog én af borgerens pårørende også. Der har desuden været gennemført 100 korte telefoninterviews med pårørende til ældre, der modtager hjemmepleje.



Undersøgelsen mandede ud i fem pejlemærker til at arbejde med hjemlighed. Disse pejlemærker var udgangspunktet for en workshop, hvor fem kommuner bidrog til at udvikle ideer til praksisnære materialer. Ideerne blev til en række prototyper, som efterfølgende blev testet i kommunernes hjemmeplejeenheder. De færdigudviklede materialer er yderligere blevet kvalificeret af ledere og medarbejdere fra kommunerne.

Tak til Odense Kommune, Middelfart Kommune, Fredericia Kommune, Randers Kommune, Roskilde Kommune og Samsø Kommune for deres medvirken til udviklingen af dette materiale.

## 3 centrale indsigter fra analysen om hjemlighed

### 1. Hjem og person hænger sammen

Et hjem afspejler dem, der bor der. Et hjem er en slags forlængelse af borgeren, af borgerens liv og identitet. Hjemlighed er derfor individuelt.

### 2. Hjemlighed er noget, man gør

Hjemlighed skabes ved at bruge, holde og bevæge sig rundt i hjemmet. Men mange ældre borgere gør netop mindre i deres hjem, og professionelle overtager flere gøremål. Det kan udfordre oplevelsen af hjemlighed.

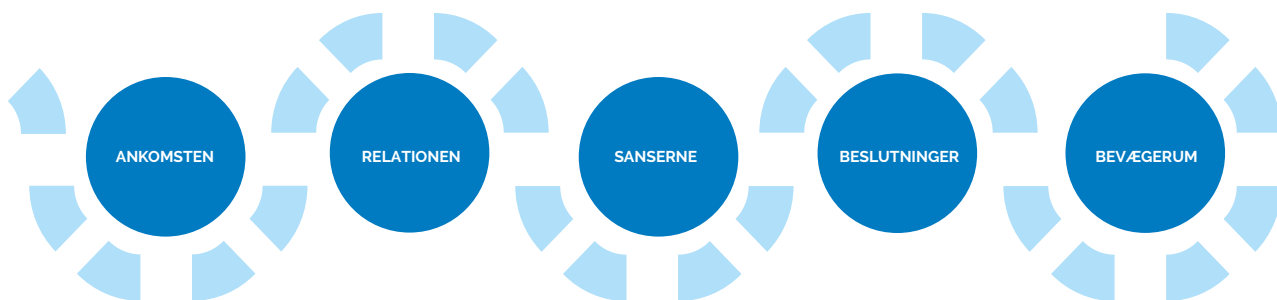
### 3. Hjemlighed handler om at forblive vært i eget hjem

Det er vigtigt for følelsen af hjemlighed, at borgeren stadig har en oplevelse af at være på hjemmebane og være vært i sit eget hjem – også selv om han eller hun ikke kan så meget som tidligere.

Læs rapporten på [sst/vaerdighed.dk](http://sst/vaerdighed.dk)

# 5 pejlemærker til at arbejde med hjemlighed

I kan arbejde med hjemlighed ud fra fem pejlemærker. De fem pejlemærker repræsenterer temaer, der har betydning for borgerens oplevelse af hjemlighed, og peger på, hvor der er et potentiale for at skabe positive forandringer.



## Ankomsten

Den måde, hvorpå medarbejdere træder ind i borgerens hjem, er afgørende for magtbalancen og for borgerens oplevelse af at være på "hjemmebane" i eget hjem. De små ritualer ved ankomsten er vigtige – ringer man fx på, tager skoene af siger sit navn? osv. Det kan være forskelligt, hvordan borgerne foretrækker, at I ankommer i deres hjem.

## Relationen

Relationen mellem medarbejder og borger er afgørende for, om borgeren er tryk ved at give udtryk for ønsker og behov i sit hjem. Når man modtager pleje og hjælp, kan der ske en forskydning af rollerne som vært og gæst, da den ældre kan mindre selv. Det kan betyde meget for borgernes følelse af hjemlighed, at de stadig oplever at være værter i deres egne hjem.

## Sanserne

Sanserne er vigtige for oplevelsen af hjemlighed. Sansendeindræk i hjemmet – såsom udsyn, dufte, luft og lyde – kan betyde meget. Det er individuelt, hvilke sansendeindræk vi godt kan lide og forbinder med hjemlighed.

## Beslutninger

Der træffes ofte beslutninger om ændringer i hjemmet, fx om placering af hjælpemidler og indretning. Det er vigtigt at være opmærksom på, hvordan disse beslutninger træffes og gennemføres. Det er nemlig afgørende for følelsen af hjemlighed, at borgeren oplever at have indflydelse på beslutningerne.

## Bevægerum

Brugen af hjemmet bliver typisk indskrænket over tid, i takt med at borgerne ikke selv kan komme så meget omkring ideres hjem. Det fremmer imidlertid oplevelsen af hjemlighed, at man kan bruge og udfolde sig i sit hjem – og at hjemmet stadig er "i live".

Ved at arbejde med ét eller flere af disse temaer kan I være med til at styrke borgerens oplevelse af hjemlighed.

Læs mere i rapporten "Analyse af hjemlighed" [sst.dk/Vaerdighed](http://sst.dk/Vaerdighed)



# Sådan kan I arbejde med hjemlighed i praksis

De to praksisnære redskaber kan hjælpe medarbejderne til at styrke borgerens oplevelse af hjemlighed og værdighed i hverdagen. Sammen med borgeren og eventuelle pårørende kan de gå på opdagelse – fysisk og gennem samtale – for at finde ud af, hvad der er vigtigt for borgeren i hjemmet.

## De to redskaber består af:

- **"Mit hjem-listen"**, som medarbejderen udfylder sammen med borgeren med udgangspunkt i en dialog om, hvad der er vigtigt for borgeren, når medarbejdere kommer ind i hans/hendes hjem.
- **"Diamanterne"**, som medarbejdere udfylder sammen med borgeren og placerer i hjemmet. Diamanterne sætter fokus på de steder, ting og aktiviteter i hjemmet, som har særlig betydning for borgeren.

Læs mere om, hvordan I kan bruge redskaberne hos borgerne i "Hjemlighed i hverdagen: Medarbejderens guide til at styrke borgernes oplevelse af hjemlighed og værdighed" Guiden indeholder bl.a. hjælpespørgsmål til de to redskaber.

## Hvad kræver det at arbejde med hjemlighed?

Redskaberne er udviklet til let at kunne indgå i hverdagen og kræver ikke en stor og omfattende implementeringsindsats. Dog er det vigtigt, at du som leder er opmærksom på at skabe nogle få nødvendige rammer:

- **Integrér i eksisterende praksis:** Når I vælger at gå i gang med at arbejde med hjemlighed, så tilpas arbejdet til jeres organisering og jeres ressourcer. Materialet er udarbejdet med henblik på, at I kan skræddersy den indsats, der giver bedst mening for jer. For nogle vil det fx give mening at integrere redskaberne i opstartsbesøg. Andre vil med fordel kunne bruge redskaberne som en del af et rehabiliteringsforløb. I kan plukke i materialerne og bruge dem i det tempo og i den rækkefølge, I ønsker.



- **Bak op og motivér:** Det er lederens ansvar at sætte hjemlighed på dagsordenen, bevare fokus på det over tid og sikre, at rammerne er på plads. Det er afgørende, at du som leder formidler til medarbejderne, hvorfor det er vigtigt at arbejde med hjemlighed. Del gerne de gode historier undervejs, så det bliver konkret, hvad det er for en forskel arbejdet med hjemlighed kan gøre.
- **Skab rammerne for, at medarbejderne kan varetage opgaverne:** Medarbejderne skal tage dialogen om hjemlighed med borgerne og udfylde "Mit hjem-listen" og "Diamanterne". Denne opgave indebærer, at medarbejderen forbereder sig inden besøget og følger op efterfølgende. Erfaringerne viser, at den tid, der anvendes, vil variere afhængigt af den enkelte borger, og hvor trænet medarbejderen er i at bruge redskaberne.

## Hvem kan anvende redskaberne?

Alle medarbejdergrupper – også ufaglærte – kan anvende redskaberne. Det er vigtigt, at medarbejderne bliver introduceret til at arbejde med hjemlighed. Ved at vise filmene om hjemlighed kan de få viden om, hvad hjemlighed er, og hvorfor det er vigtigt at arbejde med det, hvis man vil fremme trivsel og værdighed. Samtidig bør de introduceres til redskaberne og brugen af dem. Til det formål er der udviklet en kort guide til medarbejdere, som vejleder dem til, hvad de skal gøre før, under og efter besøget hos borgeren. Guiden indeholder også hjælpes spørgsmål til samtalerne om hjemlighed.

Når I skal beslutte, hvilke medarbejdere der skal anvende redskaberne hos borgerne, kan I tage udgangspunkt i jeres organisering og lokale behov. De foreløbige erfaringer viser, at det nogle steder giver god mening at udpege nogle få nøglepersoner, som kan varetage dialogerne om hjemlighed hos borgene. Andre steder vil det måske give bedst mening, at det er borgerens kontaktperson, der varetager dialogen. Det kan også være alle medarbejderne i et mindre team, som bliver tildelt opgaven.





## Hvilke borgere kan være med?

Redskaberne "Mit hjem-listen" og "Diamanterne" kan anvendes sammen med alle borgere. Redskaberne kan anvendes til at få ny viden om borgernes oplevelse af hjemlighed, uanset om det er borgere, der lige er begyndt at modtage hjemmepleje eller borgere, som har modtaget hjemmepleje i en periode. Det kan være en god idé at anvende redskaberne, når der er sket større forandringer i borgerens liv, som fx flytning til ny bolig, tab af ægtefælle eller fald i funktionsevne. Borgere med en kognitiv funktionsnedsættelse, f.eks. demens, kan også indgå, evt. med pårørende til at støtte samtalen. Det er generelt en god idé at inddrage pårørende, og hvis borgeren og den pårørende deler bolig, er det særligt vigtigt at inddrage den pårørende på lige fod med borgeren.

## Opfølgning

Efter I har haft en dialog om hjemlighed med borgeren, er det en god idé at følge op. Medarbejderen kan følge op umiddelbart efter besøget og igen efter et par uger.

### Opfølgning med borgeren

Hvordan har han/hun oplevet jeres samtale om hjemlighed? Hvordan har han/hun oplevet at have "Mit hjem-listen" og "Diamanterne" stående i hjemmet? Måske har det sat tanker og samtaler i gang eller vækket et ønske om små forandringer i hjemmet?

### Opfølgning i personalegruppen

Har I lært noget nyt om borgeren? Er der forhold I skal være opmærksomme på? Og kan I sætte små tiltag i værk, som kan understøtte borgerens følelse af hjemlighed? Ofte kan man med små tiltag øge trivslen. Vær opmærksom på at dele relevant ny viden om borgeren i personalegruppen. Hvis I får viden, der er relevant at dokumentere, er det også en del af opfølgningen.

"Diamanterne" og "Mit-hjem listen" er dynamiske redskaber, da borgerens ønsker kan ændre sig over tid. Derfor kan der være behov for nye diamanter eller tilføjelser til listen, ligesom diamanter kan udgå. Som en del af opfølgningen kan I fortsætte dialogen om hjemlighed med borgeren.

## Eksempler på små og enkle hjemlighedstiltag

- Anna opholder sig en stor del af dagen i sin seng. Hun fortæller, at hun holder særligt meget af sin udsigt. Sammen med Anna udfylder og placerer medarbejderen en diamanter i vinduet, hvor der står "Jeg elsker min udsigt". Medarbejderen vender efterfølgende hendes seng, så hun kan se ud ad vinduet, når hun ligger i den.
- Jan fortæller, at han holder vejret, hver gang hjemmesygeplejersken tager medicin fra medicinboksene. Boksene har nemlig fået plads på stuegulvet lige under en væghængt guitar, som har meget stor affektionsværdi for ham. Medarbejderen flytter med det samme medicinboksene ind under sengebordet i soveværelset.
- Dagny fortæller, at hun har svært ved at høre og se de medarbejdere, der kommer ind i hendes hjem. Det gør hende utryk. Medarbejderen skriver på "Mit hjem-listen", at man, som det første, når man kommer ind i hjemmet, gerne må komme helt tæt på Dagny, få øjenkontakt og sige sit navn.

# Kom godt i gang med arbejdet med hjemlighed

Her kan du finde inspiration til, hvordan du kan tilrettelægge arbejdet med hjemlighed. Materialet om hjemlighed er udviklet, så det kan indgå i forskellige arbejds gange og organiseringer.

Som introduktion til at arbejde med hjemlighed kan du vise to korte film om hjemlighed, som introducerer til temaet og lægger op til refleksion. De to film om hjemlighed kan fx vises på et personalemøde, inden medarbejderne går i gang med at bruge redskaberne hos borgerne.

**Film 1** Hvorfor arbejde med hjemlighed i ældreplejen?

**Film 2** Fem pejlemærker til arbejdet hjemlighed i ældreplejen

Desuden kan du og dine medarbejdere anvende spørgsmålene på refleksionskortet "Hjemlighed i hverdagen: Redskaber til at styrke borgerens oplevelse af hjemlighed og værdighed" for at sætte gang i en fælles faglig refleksion om hjemlighed. Du kan vise redskaberne til medarbejderne på et personalemøde. Print og medbring "Mit hjem-listen" og "Diamanterne" samt medarbejderguiden. Det kan være en god idé at lade medarbejderne øve sig på brugen af redskaberne sammen med deres kollegaer.



## Overvej, inden I går i gang:

- Hvordan kan I bedst integrere arbejdet med hjemlighed i de arbejds gange, I allerede har?
- Hvem skal tage samtalerne om hjemlighed med borgerne?
- Hvilke borgere vil I starte med at tage samtalerne med?

## Sådan kan I komme i gang

- Trin 1** Lederen **introducerer** hjemlighed som fagligt tema på et personalemøde. Sammen ser I filmene om hjemlighed. I kan finde inspiration til spørgsmål I kan drøfte sammen på refleksionskortet. Lad evt. medarbejderne øve sig på samtalerne om hjemlighed med deres kollegaer.
- Trin 2** Medarbejderne **besøger borgerne** og bruger redskaberne "Mit hjem-listen" og "Diamanterne".
- Trin 3** Medarbejderne **følger op** på besøgene med borgerne og med kollegaer. De deler ny viden om borgerne i personalegruppen og dokumenterer efter behov.
- Trin 4** Ledere og medarbejdere **samlers op** på et personalemøde: Hvordan har det været at arbejde med hjemlighed, og hvad har I fået ud af det?



# Yderligere inspiration og links

## Materialer til at arbejde med hjemlighed i hverdagen

- Rapporten om hjemlighed
- To film om hjemlighed – 1. "Hvorfor arbejde med hjemlighed i ældreplejen?" og 2. "Fem pejlemærker til arbejdet med hjemlighed i ældreplejen"
- Refleksionskortet "Hjemlighed i hverdagen"
- Redskaber "Mit hjem-listen" og "Diamanterne"
- Medarbejderens guide til at arbejde med hjemlighed i hverdagen
- Film om borgerens oplevelse af hjemlighed

Materialerne kan findes på videnscentrets hjemmeside  
[sst.dk/da/Vaerdighed/Temaer/Livskvalitet-og-trivsel](https://sst.dk/da/Vaerdighed/Temaer/Livskvalitet-og-trivsel)

## Andet relevant materiale

- "Værdighedshjulet – en samtale om trivsel og værdighed"  
[sst.dk/da/Vaerdighed/Temaer/Livskvalitet-og-trivsel](https://sst.dk/da/Vaerdighed/Temaer/Livskvalitet-og-trivsel)
- E-læring "Læring om værdighed" **E-læring - Sundhedsstyrelsen**
- Redskaber til at arbejde med værdighed [sst.dk/vaerdighed/redskaber](https://sst.dk/vaerdighed/redskaber)



**SUNDHEDSSTYRELSEN**  
Videnscenter for værdig ældrepleje

**Sundhed for alle** ♥ + ●