



SUNDHEDSSTYRELSEN
Videnscenter for værdig ældrepleje



Hjemlighed

Vidensindblik om
en værdig ældrepleje

Sundhed for alle ♥ + ●

Viden om værdighed

Dette vidensindblik indgår i en serie af vidensindblik om en værdig ældrepleje. Vidensindblikkene bygger på indsigter fra analyser udgivet af Videnscenter for værdig ældrepleje samt andre relevante kilder. Desuden er de baseret på de praksisnære erfaringer, som videnscentret og Sundhedsstyrelsens værdighedsrejsehold har indsamlet i hele landet. Vidensindblikkene samler dermed op på essenserne fra arbejdet med værdighed i Videnscenter for værdig ældrepleje i 2018-2024.

Andre vidensindblik om værdighed:

- Værdighed
- Relationer
- Samarbejde med pårørende
- Medarbejdertrivsel
- Faglig ledelse

Hvad er værdighed?

Værdighed er en oplevelse af at blive set, hørt og behandlet respektfuldt som et helt menneske. Det er individuelt, hvad den enkelte oplever som værdigt, og det kan ændre sig over tid.

Hjemlighed

Centrale indsigter om hjemlighed

- Følelsen af hjemlighed kan blive udfordret, når ens hjem bliver en arbejdsplads for andre.
- Hjem og identitet hænger sammen, og derfor kan afviklingen af hjemmet være forbundet med et tab af identitet.
- 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.
- Arbejdet med hjemlighed giver medarbejdere arbejdsglæde og motivation.

Hjemlighed er en dimension af værdighedsarbejdet. Følelsen af hjemlighed kan blive udfordret, når ens hjem bliver en arbejdsplads for andre.

Det kan fremme trivslen og oplevelsen af værdighed hos borgere, der modtager pleje og hjælp i deres hjem, når man i ældreplejen arbejder målrettet med at styrke deres oplevelse af hjemlighed i hverdagen.

Hvad betyder hjemlighed i ældreplejen?

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. Hjemmet er for de fleste mennesker en vigtig del af tilværelsen og kan betyde meget for den enkeltes livskvalitet.

Når man modtager ældrepleje, er det som regel forbundet med ændringer i ens boligsituation eller hjem. Nogle flytter i en plejebolig eller på plejehjem. Andre modtager hjælp og pleje dér, hvor de allerede bor, hvilket betyder, at deres hjem bliver en arbejdsplads for medarbejdere fra hjemmeplejen. I mange tilfælde vil det også indebære, at deres hjem bliver tilpasset fysisk, eller at der introduceres hjælpemidler, som sætter præg på hjemmet. Det kan fx være, at dørtrin og gulvtæpper bliver fjernet, eller at en stue bliver omdannet til et soveværelse.

Når hjemmet bliver en arbejdsplads for andre, kan borgere og deres samboende pårørende opleve, at de mister indflydelse på, hvordan deres hjem ser ud, og hvordan det bliver brugt. Denne oplevelse af, at deres selvbestemmelse i hjemmet bliver udfordret, kan gå ud over følelsen af hjemlighed.

Hjem og identitet hænger sammen

Hjem er en afspejling eller "forlængelse" af dem, der bor der – af deres liv og identitet. Hjemmet afspejler de vaner og måder at gøre ting, som den enkelte har tilegnet sig over tid. På samme måde rummer hjemmet typisk genstande, som vækker minder fra et levet liv. Hvad der føles hjemligt, vil derfor også variere fra person til person. Ældre, der ikke kan de ting i hjemmet, de tidligere kunne, kan opleve, at deres hjem gradvist afvikles. På grund af den tætte forbindelse mellem et hjem og dets beboere, kan afviklingen af hjemmet for den enkelte være forbundet med et tab af identitet.¹

Hjemlighed er noget, man gør

Hjem kan forstås som en praksis. Dvs. at det ikke er noget, der bare "er", men som hele tiden gøres. På samme måde skabes hjemlighed over tid, når beboeren indretter, bruger, vedligeholder og bevæger sig rundt i hjemmet. Hjemlighed etableres i høj grad gennem hverdagens gøremål som fx at lave mad eller gøre rent, have gæster eller fordybe sig i hobbyer. Når man er i en livssituation, hvor man får behov for hjælp og pleje, vil der som regel være dagligdags aktiviteter i hjemmet, man ikke selv er i stand til at udføre længere. Ofte vil medarbejdere i stedet varetage nogle af de gøremål, man tidligere selv tog sig af. Da hjemlighedsfølelsen skabes gennem hverdagens gøremål, kan det udfordre hjemlighedsfølelsen for den enkelte.¹

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. Hjemmet forbindes af mange med at være det sted, hvor de selv kan bestemme, og hvor deres regler og systemer gælder. Når hjemmet bliver en arbejdsplads for andre, oplever nogle borgere imidlertid, at de kan miste noget af denne selvbestemmelse. Når man modtager hjælp og pleje i sit hjem, har medarbejderne fra ældreplejen også en indflydelse på hjemmet. Det kan være små ting, som hvor varerne placeres i køleskabet, eller hvor man lægger overtøjet, der kan have betydning for den enkelte. Borgernes oplevelse af selvbestemmelse – af at være vært i eget hjem – kan dermed blive udfordret, og det kan have negative konsekvenser for følelsen af hjemlighed.¹

Relationer er afgørende for hjemlighed

Oplevelsen af hjemlighed blandt mennesker, der modtager ældrepleje, er i høj grad knyttet til relationer. Samarbejdet og dialogen mellem borgeren

og de medarbejdere, der kommer i hjemmet, er afgørende for borgerens følelse af hjemlighed. Når borgeren har en god og tillidsfuld relation til de medarbejdere, der kommer i hjemmet, vil det være nemmere for borgeren at give udtryk for sine ønsker, værdier og behov. Det øger borgerens oplevelse af at have indflydelse i sit eget hjem og dermed følelsen af hjemlighed. Analyser viser desuden, at medarbejdere og borgere gradvist tilpasser sig hinanden over tid. Det kan bl.a. handle om tonen, tempoet, rækkefølgen af de ting, der gøres, og måden opgaver udføres på.ⁱ Denne tilpasning sker i høj grad ikkesprogligt og kræver samvær over tid. Den forudsætter desuden, at medarbejderne aktivt "tuner sig ind" på den enkelte borgers værdier og præferencer og på, hvad der skal til for, at han eller hun har det godt i sit hjem og føler sig hjemme.

Mange borgere oplever derfor også, at det kan udfordre deres oplevelse af hjemlighed, når der kommer afløsere og vikarer, som ikke kender hverken dem eller deres hjem. Men selv med kendte medarbejdere kan nogle borgere være tilbageholdne med at fortælle, hvis der er noget, de ønsker anderledes. De vil ikke støde eller gøre medarbejderen ked af det og holder i nogle tilfælde deres ønsker om tilpasninger tilbage. Derfor er det også, selv når relationerne er kontinuerlige, vigtigt med et eksplicit fokus på borgerens oplevelse af hjemlighed.

Hjemlighed på plejehjem

En analyse udarbejdet af VIVE viser, at det kræver tid og tilvænning at komme til at føle sig hjemme, når man er flyttet på plejehjem.ⁱⁱ Når beboere på plejehjem taler om hjemlighed, henviser mange umiddelbart til deres tidligere hjem. Det er dog ikke ensbetydende med, at de ikke foretrækker at bo på plejehjemmet, for det at bo på plejehjem er ofte forbundet med tryghed. Indflytningen på et pleje-

hjem er således ofte forbundet med ambivalente følelser, der på samme tid rummer en sorg over at være nødsaget til at flytte fra det tidligere hjem og en lettelse ved at føle sig tryggere på plejehjem.

Analysen konkluderer, at plejehjemmet er "et særligt hjem", fordi institutionelle forhold som eksempelvis retningslinjer, arbejdsgange og skiftende personale skaber nogle særlige omstændigheder for hjemmet. Det kan udfordre beboerens oplevelse af hjemlighed.

Analysen fremhæver desuden, at nære sociale relationer er et fundament for oplevelsen af hjemlighed på plejehjem. En familiær stemning og uformelle og varme relationer til personalet og til de andre beboere på plejehjemmet er centrale for oplevelsen af hjemlighed. Som analysen pointerer, kræver det tid og nærvær at etablere og vedligeholde gode relationer på plejehjem.ⁱⁱ

Arbejdet med hjemlighed styrker relationsarbejdet og skaber arbejdsglæde

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 bl.a. sine kompetencer til at "tune sig ind" på den enkelte borgers værdier og præferencer gennem åben og nysgerrig dialog og observation. Det giver dem en bedre forståelse for og en styrket relation til borgeren. Når borgerne oplever at føle sig hjemme, og at deres værdier og præferencer i hjemmet er kendt og bliver respekteret af medarbejderne, har det en positiv betydning for deres trivsel og livskvalitet. Når borgerne trives, vil medarbejderne generelt opleve større motivation og arbejdsglæde.

Hvordan kan man arbejde med hjemlighed i ældreplejen?

Arbejdet med hjemlighed er i vid udstrækning det samme, hvad enten man arbejder i hjemmeplejen eller på plejehjem. Dog er der nogle aspekter af arbejdet med hjemlighed, som gælder særligt på plejehjem.

Vær nysgerrig på, hvad der er vigtigt for den enkelte

Både i hjemmeplejen og på plejehjem foregår arbejdet med hjemlighed i relationen til den enkelte borger. Da hjemlighed er individuelt, har medarbejderne en faglig opgave i at være nysgerrige på, hvad der er vigtigt for den enkelte i forhold til netop deres hjem og hjemlighedsfølelse. Dette kræver både løbende observation og dialog med borgere og eventuelle samboende pårørende. Den viden, som medarbejdere opnår om borgerens præferencer og værdier relateret til hjemmet, bør deles med kollegaer, så den er kendt for alle, som måtte komme hos borgeren.

Skab rammerne for det faglige arbejde med hjemlighed

Lederen kan understøtte arbejdet med hjemlighed ved at anerkende og italesætte det som et vigtigt aspekt af en værdig ældrepleje og af borgernes livskvalitet og selvbestemmelse. Desuden kan lederen skabe rammerne for, at der vedvarende

er fokus på hjemlighed som et fagligt tema, der fx indgår i dialogen og samarbejdet med borgere og pårørende, i den løbende dokumentation og i fælles faglige drøftelser.

Et fokus på hjemlighed kan med fordel integreres i eksisterende arbejdsgange og mødeformer. Det kan fx være et fast tema i forbindelse med opstarts-samtaler i hjemmeplejen eller indflytningssamtaler på plejehjem.

Hav fokus på indretningen på plejehjem

På plejehjem gælder det særlige vilkår, at fællesarealer ikke udelukkende tilhører eller indrettes af den enkelte borger. Derfor vedrører arbejdet med hjemlighed på plejehjem også den fysiske indretning af fælles områder, såsom opholdsrum, gangarealer og udeområder, så de så vidt muligt opleves som indbydende og hjemlige af beboerne.

En erfaringsopsamling peger på tre virkningsfulde elementer i arbejdet med at styrke hjemligheden på plejehjemmet. Det handler om at etablere rammer, som indbyder til samvær og fællesskab, at understøtte at disse rammer aktivt bliver brugt til fælles aktiviteter, og at beboerne bliver inddraget i beslutninger i dagligdagen på plejehjemmet.ⁱⁱⁱ



Fem pejlemærker for arbejdet med hjemlighed

På baggrund af en analyse af, hvordan hjemlighed opleves blandt borgere, der modtager hjemmepleje, er der identificeret fem pejlemærker for arbejdet med at styrke hjemligheden i hverdagen.¹ Pejlemærkerne peger på områder, som medarbejderne kan være særligt opmærksomme på, når de i hverdagen kommer i borgeres hjem for at yde omsorg og pleje. Selvom pejlemærkerne bygger på en undersøgelse af hjemmeplejen, kan de også bruges i arbejdet med hjemlighed på plejehjem.

1. 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 og siger sit navn? Det kan være forskelligt, hvordan borgerne foretrækker, at medarbejderne ankommer i deres hjem.

2. 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.

3. 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.

4. Beslutninger

Når der træffes beslutninger om ændringer i hjemmet, fx om placering af hjælpemidler og indretning, er det 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.

5. Bevægerum

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

Opmærksomhedspunkter til arbejdet med hjemlighed på plejehjem

En analyse gennemført af VIVEⁱⁱ opsummerer, hvad der har betydning for beboernes oplevelse af hjemlighed på plejehjem:

Gøre sig hjemme

Hjemlighed er noget, man gør. Det betyder, at beboeren "gør sig hjemme" gennem dagligdags aktiviteter i sin bolig. I analysen påpeger VIVE, at det derfor er vigtigt, at personalet er opmærksomme på, hvorvidt og hvordan beboeren kan deltage i hverdagslige gøremål som at dække bord, lave mad eller gøre rent.

Hyggelige og indbydende rum

Det har en betydning for oplevelsen af hjemlighed, om rummene er hyggelige og indbydende. Hjemlighed forbindes fx med blomster, billeder på væggene og pyntegenstande. På den baggrund påpeger VIVE, at personalet kan understøtte oplevelsen af hjemlighed ved aktivt at skabe en hyggelig atmosfære i rummene samt ved selv at være til stede og invitere beboerne ind i dem.

Familiær stemning

Når der er en familiær stemning og uformelle og varme relationer på et plejehjem, fremmer det en oplevelse af hjemlighed. Det gør sig gældende for alle de relationer, der er på plejehjemmet – mellem medarbejdere og beboere, beboere imellem eller mellem medarbejdere og pårørende. Ifølge VIVE's analyse kan det bl.a. understøttes ved, at personalet har et kendskab til beboernes liv og familier. Personalet kan desuden fremme de gode relationer på plejehjemmet ved at støtte beboerne i at danne gode relationer og ved at forebygge konflikter.

Genkendelighed og anerkendelse

For at beboere kan føle sig hjemme, når de flytter ind på et plejehjem, er det vigtigt, at de oplever genkendelighed og anerkendelse. Genkendelighed kan handle om at indrette sig med møbler, man har haft i sin tidligere bolig. Men det kan også handle om at fortsætte rutiner og interesser, måske med hjælp fra personalet. Anerkendelse handler om at føle sig mødt som et helt menneske med egen personlighed og egne særlige behov, præferencer og rutiner. Analysen peger på, at man på plejehjem kan understøtte både genkendelse og anerkendelse ved at lære beboernes livshistorier at kende.

Relationer til beboere og familie

Hjemlighed er for mange beboere på plejehjem forbundet med samvær med deres familie. Hjemligheden kan derfor også understøttes ved at muliggøre, at beboere og deres familier kan være sammen som familie på plejehjemmet. Det kan fx være ved at sove sammen, spise sammen eller ved at afholde familiebegivenheder.

Sådan kan man arbejde med pejlemærkerne og opmærksomhedspunkterne

Konkret kan man arbejde med både pejlemærkerne og faktorerne ved at gøre dem til genstand for faglig refleksion og for dialog med borgere og eventuelle pårørende:

- **Faglig refleksion.** I enheden eller teamet kan man reflektere over, hvorvidt man er opmærksom på disse områder i den daglige praksis. Det kan være en god idé at tage udgangspunkt i konkrete borgere og deres oplevelse af hjemlighed. Den fælles faglige refleksion kan hjælpe medarbejderne til at skærpe opmærksomheden på borgerens oplevelse af hjemlighed. Den kan samtidig afsløre, om der er områder, hvor medarbejderne mangler viden om borgernes værdier og præferencer, og om der er behov for at igangsætte indsatser for at styrke hjemligheden.
- **Dialog med borgere.** Pejlemærkerne og faktorerne kan også bruges som udgangspunkt for en dialog med borgere og eventuelle pårørende om deres oplevelse af hjemlighed. Redskaberne "Mit hjem-listen" og "Diamanterne" og de tilhørende spørgeguides bygger på de fem pejlemærker for arbejdet med hjemlighed, så man kommer omkring de fem områder.



Metoder og redskaber til arbejdet med hjemlighed i ældreplejen

Der findes en række konkrete metoder og redskaber, som kan være med til at styrke arbejdet med hjemlighed i ældreplejen. Redskaberne har til formål at fremme dialogen med borgerne om deres hjem og oplevelse af hjemlighed. De har fokus på, hvad der er vigtigt for borgerne for, at de fortsat kan føle sig hjemme i deres hjem – også selvom deres hjem er blevet en arbejdsplads for andre.

- **Værdighedshjulet:** Et samtaleredskab, der er struktureret omkring seks temaer – hvoraf ét er *hjem*. Værdighedshjulet sætter fokus på borgernes trivsel, ønsker og behov. Redskabet giver anledning til, at fagpersonalet træder et skridt væk fra de daglige plejeopgaver og har en samtale med borgeren, hvor der er lejlighed til at komme i dybden med, hvad der er vigtigt for borgeren. Værdighedshjulet kan printes ud og tages med ud til borgeren til en samtale af cirka 30 minutters varighed. Med spørgeguiden følger en tjekliste med punkter, der er vigtige at være opmærksom på før, under og efter samtalen.
- **Mit hjem-listen:** Et redskab, der er udviklet specifikt til arbejdet med at styrke hjemlighed i ældreplejen. Mit hjem-listen inviterer til dialog med borgeren om, hvad der er vigtigt for ham eller hende, når fagpersonalet kommer i hjemmet. Det kan handle om, hvordan fagpersonalet ankommer, hilser eller agerer i hjemmet. Listen udfyldes i samarbejde med borgeren og evt.

samboende pårørende og placeres nær indgangen i hjemmet, så fagpersonale let kan få øje på den, når de træder ind i hjemmet. Der er udviklet guides til hhv. ledere og medarbejdere. I guiden til medarbejdere er der bl.a. forslag til, hvilke spørgsmål de kan stille borgeren, når de har dialogen om hjem og hjemlighed.

- **Diamanterne:** Foldbare "diamanter" af papir, som udfyldes i samarbejde med borgeren og eventuelle samboende pårørende. Diamanterne har fokus på de steder, ting og aktiviteter, der har særlig betydning for borgeren i hans eller hendes hjem. De placeres i samarbejde med borgeren på de steder i hjemmet, de vedrører, og er synlige påmindelser til fagpersonalet om steder, ting, aktiviteter i hjemmet, som er særligt vigtige for borgeren. Der er udviklet guides til hhv. ledere og medarbejdere. I guiden til medarbejdere er der bl.a. forslag til, hvilke spørgsmål de kan stille borgeren, når de har dialogen om hjem og hjemlighed.



Find viden og inspiration her

- Antropologerne for Videnscenter for værdig ældrepleje (2022): **Analyse af hjemlighed.**
- VIVE for Videnscenter for Værdig Ældrepleje (2023): **"Uden relationer kommer vi ingen vegne."** Relationsarbejde som grundvilkår og faglighed i ældreplejen.
- Realize for Sundhedsstyrelsen (2023): **Erfaringsopsamling af puljen Mere hjemlighed på plejehjem.**
- PwC for Videnscenter for værdig ældrepleje (2021): **Sårbare ældres møde med hjemmeplejen.**
- PwC for Videnscenter for værdig ældrepleje (2021): **Løftestænger til udvikling af hjemmeplejen.**
- VIVE for Videnscenter for værdig ældrepleje (2021): **Oplevelse af sammenhæng i den kommunale pleje og hjælp.** En kvalitativ undersøgelse blandt hjemmeboende ældre.
- Webinar: **Styrk arbejdet med værdighed i ældreplejen.**
- **E-læringskursus om hjemlighed.**

Referencer

- ⁱ Antropologerne for Videnscenter for værdig ældrepleje (2022): Analyse af hjemlighed.
- ⁱⁱ VIVE (2023): Et særligt hjem. Oplevelse af hjemlighed på plejehjem.
- ⁱⁱⁱ Realize for Sundhedsstyrelsen (2023): Erfaringsopsamling af puljen Mere hjemlighed på plejehjem.

Sundhed for alle ♥ + ●