

Det beundringsværdige arbejde

I over 20 år har jeg arbejdet som psykolog indenfor den danske ældresektor, herunder 11 år som fuldtidsansat på det dengang største plejehjem i Danmark. Jeg har haft tusindvis af lange og dybtgående samtaler med plejehjemsbeboere. Under valgkampen i 2007 havde jeg en samtale med en plejehjemsbeboer, som jeg aldrig vil glemme og som er dukket frem i min bevidsthed i disse dage, hvor forholdene på danske plejehjem endnu engang er udsat for kritik.

Fru Jensen var 83 år. Hun havde betydelig nedsat lungefunktion, bare det at tage sine egne strømper på udmattede hende. Hun havde daglige smerter grundet en rygoperation, der desværre var gået galt. Hendes mand, der oprindeligt var fra USA, var rejst hjem til sine børn på den anden side af Atlanten for at dø af sin uhelbredelige sygdom. Hun havde arbejdet de fleste af sine år for en større dansk medievirksomhed og hovedet fejlede ingenting. Hun var mere vidende, reflekterende og skarp i tanken end de fleste, alder underordnet. Hun var efter omstændighederne godt tilfreds med den omsorg og pleje, der blev hende til del, skønt hun ofte udtrykte ønske om, at medarbejderne havde noget mere tid og ro til at sætte sig ned og tale med hende.

Da jeg kom ind i hendes lejlighed, kørte fjernsynet og det første jeg hørte, var nogle folketingspolitikere, der i en transmitteret debat alle bedyrede, at de efter valget ville sørge for, at ældresektoren blev tildelt langt flere ressourcer. Jeg kendte fru Jensen godt, så jeg åbnede med at sige "Nå, så kører den sang igen. Tror du det bliver til noget denne gang?" Fru Jensen vendte sit ansigt mod mig, kiggede intenst på mig med sine klare mørke øjne. Med et dybt alvorligt udtryk sagde hun; " Henrik, jeg har oplevet mange valgkampe i min tid. Den slags tomme ord hører til blandt de ting, der gør det nemmere for mig at dø."

Fru Jensen døde 4 måneder efter denne samtale. Hun havde levet på plejehjemmet i knap 3 år, så hendes opholdsperiode svarede meget godt til den gennemsnitlige tid svækkede og syge mennesker får på vores plejehjem, inden livet slutter. At den gennemsnitlige livslængde på plejehjemmet er så kort skyldes, at plejehjemsbeboere typisk har mange eller komplekse sundhedsproblemer, heraf nogle der udvikler sig hurtigt. De har behov for omfattende pleje og fast personale, som hjemmeplejens hjælpeforanstaltninger i samarbejde med det øvrige sundhedsvæsen ikke er tilstrækkelige til at afhjælpe. I tilgift har over 50 % af

plejehjemsbeboere en demenssygdom. Måske skulle vi lade os inspirere af vores naboland Norge, hvor plejehjemmet kaldes et "sykehjem"?

Med andre ord er det moderne samfunds plejehjem fyldt til randen af det som alle mennesker, til alle tider, i alle kulturer, frygter mest; det uundgåelige aldersbetingede fysiske forfald, alverdens alvorlige sygdomme og døden. Det er den virkelighed, som vore frontmedarbejdere hver eneste arbejdsdag med deres krop og sjæl begiver sig ind i. De skal med sygeplejefaglig viden håndtere og lindre borgernes fysiske sygdomme og de skal håndtere beboere og pårørendes sorg, fortvivlelse, desperation, afmagt og alverdens andre mørke og tunge sindsstemninger. I den daglige psykologiske kontakt udsættes de, med ord fra en norsk psykiater, for "en endeløs transport af smerteligt indhold".

Når plejehjemsbeboeren dør, skal de gøre liget i stand, så de pårørende kan sige et sidste farvel på værdig vis. Frontmedarbejderne på vores plejehjem er nemlig også dødens forvaltere, men inden da er det deres opgave, ofte under tidspres, at forsøge på at skabe en meningsfuld dagligdag for beboerne, så de i den sidste tid kan opleve en form for livskvalitet. Ethvert forstandigt menneske ved fra sin egen tilværelse, at meningen med livet og oplevelsen af god livskvalitet til tider kan glide én af hænde. Og de fleste har nok også erfaringer med, at det nogle gange kan være svært at hjælpe *et andet menneske* med at finde livskvalitet og en mening med livet. I institutionelle omgivelser forventes det ikke desto mindre, at frontmedarbejderne kan medvirke til at *alle* beboere, lige meget hvor hårdt de er hårdt ramt af skæbnens ugunst, skal opleve et dagligt velbefindende. For folk der ikke personligt har erfaringer med dén opgave, skal jeg hilse og sige, at det er en gigantisk opgave, der både fysisk og mentalt er vældigt krævende.

Over for så mægtig en opgave lykkes det så alligevel hver eneste dag hårdtarbejdende plejehjemsansatte at forbedre livskvaliteten, understøtte glæden, bidrage til fysisk og psykisk velbefindende, livslyst og livstrang for tusindvis af plejehjemsbeboere. Kan lidelsen ikke fjernes, bliver den dæmpet og lindret. Praktisk hjælp gives på værdig vis. Trøst og opmuntring gives i uendelige mængder. Alskens former for sorgbetyngede reaktioner og udtryk for håbløshed og fortvivlelse fra både beboere og pårørende mødes med rummeligt tålmod, så langt den plejehjemsansattes egen sjæl og fysiske og mentale overskud nu engang tillader det. Hvis det er menneskelige dyder omsat i praktisk handling man leder efter; fx tålmodighed, storsind, hjælpsomhed, værdighedsbeskyttelse af andre,

hensynsfuldhed, venlighed, omsorgsfuldhed o. lign, så vil et besøg på et plejehjem ikke være forgæves. Søg efter det gode, så skal I finde.

Grunde til beklagelige kendsgerninger

Ethvert ufølsomt, uværdigt og uetisk omsorgssvigt overfor svækkede ældre, herunder mennesker med en demenssygdom, er uacceptabelt. Det er vi alle enige om. Hvordan kan det så være, at vi kan blive vidne til det stik modsatte? Det er der rigtig mange forklaringer på. Det er et kompliceret spørgsmål, men tre væsentlige svar er på sin plads. *For det første* har vi at gøre med mennesker og hvor der er mennesker er alt ikke godt. I ethvert hjørne af det menneskelige liv findes der eksempler på oprørende og uetiske gerninger; advokater og revisorer, der hjælper deres kunder med at snyde på vægten, politikere der kynisk bedrager befolkningen, læger og psykologer der begår overgreb mod deres patienter, præster der misbruger børn og unge, ja selv i opdragelsen af vore børn og i samlivet med vores livspartnere forekommer der dybt uetiske handlinger. Fortsæt selv den lange liste. Alle steder hvor mennesker lever og handler er der ugræs. Og mon ikke vi alle, specielt når vi vurderer vore egne handlinger kan finde en stor portion fornuft i den engelske talemåde "Each of us is more than the worst thing we've ever done"?

Dernæst kan enhver sige sig selv, at risikoen for at træffe uetiske valg og foretage ufølsomme handlinger er stigende, når man dag ud og dag ind i et fortravlet arbejdsmiljø, befinder sig i et psykologisk rum præget af forfald, alvorlig sygdom og død. Enhver sundhedsarbejder der befinder sig i sådant et rum, er under alle omstændigheder i risiko for at distancere sig fra det menneske de står overfor og i stedet fokusere på at løse den givne opgave. Ikke af ligegyldighed, ikke af ond vilje, men fordi "transporten af smerteligt indhold" og den hyppige følelse af afmagt kan medføre, at man skridt for skridt uden man selv bemærker det, kommer til at beskytte sin egen sjæl mod emotionel udmattelse. I international forskning kaldes dette fænomen "Compassion fatigue", "Burnout", "Sekundær Traumatic Stress" o.lign. – forskellige betegnelser for empatiens byrde og dens potentielle konsekvenser.

Når man arbejder i en virkelighed som beskrevet ovenfor, er der brug for god tid. Plads til langsommelighed. Det er ikke "rocket science". Ordet "effektivitet" er efterhånden kapret af en ren økonomisk tankegang, så de fleste når de hører ordet tænker på "mest muligt for færrest mulige økonomiske midler", men det er kun en del-definition af ordet. Ordets egentlige betydning er snarere, "at man skal opnå det

tilsigtede resultat på den mest hensigtsmæssige måde". Jeg gentager; når man arbejder med og har som mål at drage bedst mulig omsorg for ældre mennesker der er plaget af alderssvækkelser, alvorlig sygdom og som befinder sig tæt på døden er man mest effektiv, når man har god tid, har ro i sin egen sjæl og har plads til at afstemme sine handlinger til opgavens karakter og den ældre persons langsommelighed.

Den tredje grund der her skal nævnes, er den kendsgerning, at der de fleste steder er en mangel på tid og plads til fokuseret faglig refleksion. Herunder systematisk, kontinuerlig og professionel supervision, hvor medarbejderne i et respektfuldt miljø kan drøfte centrale sygeplejefaglige spørgsmål, den rette pleje, de etiske dilemmaer, relations arbejdet, de oplevede mentale belastninger og mange andre ting, som arbejdet er fuld af. Det tilbud findes og er obligatorisk mange steder i det psykiatriske arbejde, men af historiske grunde i langt mindre omfang i ældresektoren.

3 nødvendige og effektive veje fremad

På baggrund af international forskning om omsorgsarbejde og mine egne erfaringer er jeg ikke i tvivl om, hvad der skal til for at få meget mere af det gode arbejde, der udføres i dette højst specielle område af samfundet. I dag er det sådan, at der alt for mange steder, alt for ofte, er alt for travlt. Punktum. Der skal, *for det første*, kort og godt ansættes flere medarbejdere. Der skal på plejehjemmene skabes en oase i det hyper travle moderne samfund, hvor medarbejderne de fleste steder, *som hovedregel*, har god tid og ro i sjælen. Ja, for nogle lyder det vel nærmest uartigt, men det vil, jf. ovennævnte, være effektivt.

Og hvis en sammenstimlen af politikere og meningsdannere, med et Excel regneark opereret ind i øjne og frontallapper, med en vanemæssig rygmarvsreaktion straks vil sige, "at flere penge og flere hænder ikke løser alle problemerne", så vil jeg til dem sige, at jeg er fuldstændig enig. Og at jeg endnu har til gode at møde en leder eller en medarbejder, der har udtrykt netop dét forsimplerede standpunkt. De ved om nogen, at det er mere kompliceret end som så.

For det andet skal der tilføres tilstrækkelige midler til området, så det at blive ansat i ældresektoren indebærer, at man kontinuerligt igennem hele ens ansættelse, hvert år skal have lejlighed til at deltage i forskellige former for undervisning og videreuddannelse. Frontmedarbejderne har brug for at "komme væk fra fronten" og have lejlighed til at suge ny viden til sig og drøfte arbejdets udfordringer med

ligestillede i et respektfuldt undervisningsmiljø. Relevante emner er vitterligt utallige og uendeligt varierede; alt fra uddybet forståelse af de mangfoldige sygdomme beboerne lider under, sygdomsbehandling, det gode måltid, det meningsfulde liv, den palliative pleje af den døende, den gode kommunikation, ledelse, forskellige former for demenssygdomme, etik og etiske dilemmaer, medicin, lovgivning, nedgroede negle... Ja, listen er alenlang.

For det tredje skal ansættelsen i ældresektoren indbefatte, at man ligesom i psykiatrien, skal have mulighed for at deltage i systematisk og professionelt udført refleksion over eget arbejde, såkaldt supervision. For min skyld må det gerne være et krav. Fokuseret supervision af ens arbejdsopgaver er et særdeles effektivt redskab for mennesker der arbejder med mennesker i nød. Det ender med at være til glæde og gavn for beboerne og pårørende. Og ikke mindst medarbejderne selv, for når man arbejder med svækkede mennesker, er ens vigtigste arbejdsredskab ens egen sjæl. Der skal også drages omsorg for omsorgsgiveren.

Skepsis og den overordnede generelle sandhed

Jeg vil gerne – meget gerne - have min skepsis gjort til skamme, men jeg tror ikke på at ovennævnte veje i særlig grad bliver en del af fremtidens kurs. Engang i en fjern fremtid bliver det dog til virkelighed, thi sandheden er en mægtig modstander.

Jeg ved af erfaring, at mange frontmedarbejdere og ledere i denne tid bliver bedrøvede, mismodige og kede af det, når den berettigede kritik af *enkelt-sager*, skrider ud, så hele området udsættes for *en generaliseret og ensidig negativ kritik*. Både når den fremføres i den offentlige debat, i sociale sammenhænge og endda i den nærmeste familie.

I al denne modvind skal I holde fast i, at *den overordnede og generelle sandhed* om jeres daglige arbejde er, at I hver eneste dag er med til at hjælpe nogle af samfundets mest udsatte og nødlidende mennesker. I er simpelthen med til at gøre verden og livet til et bedre sted at være for utallige mennesker. I udfører et fortjenstfuldt, rosværdigt og beundringsværdigt arbejde. I har grund til at være stolte af jer selv og jeres arbejde. I har krav på anerkendelse og respekt.

Duk ikke nakken. Rejs jer op, ret ryggen! Fortæl jeres historier. Kæmp for bedre vilkår for beboere, pårørende og for jer selv. Vi er mange der siger tak for indsatsen.