

Virkni og lífsgæði

12. Kafli

María A. Tr.

Hlutverk sem hverfa

1

Missa réttindi sín til atvinnu, getur verið sársaukafullt

2

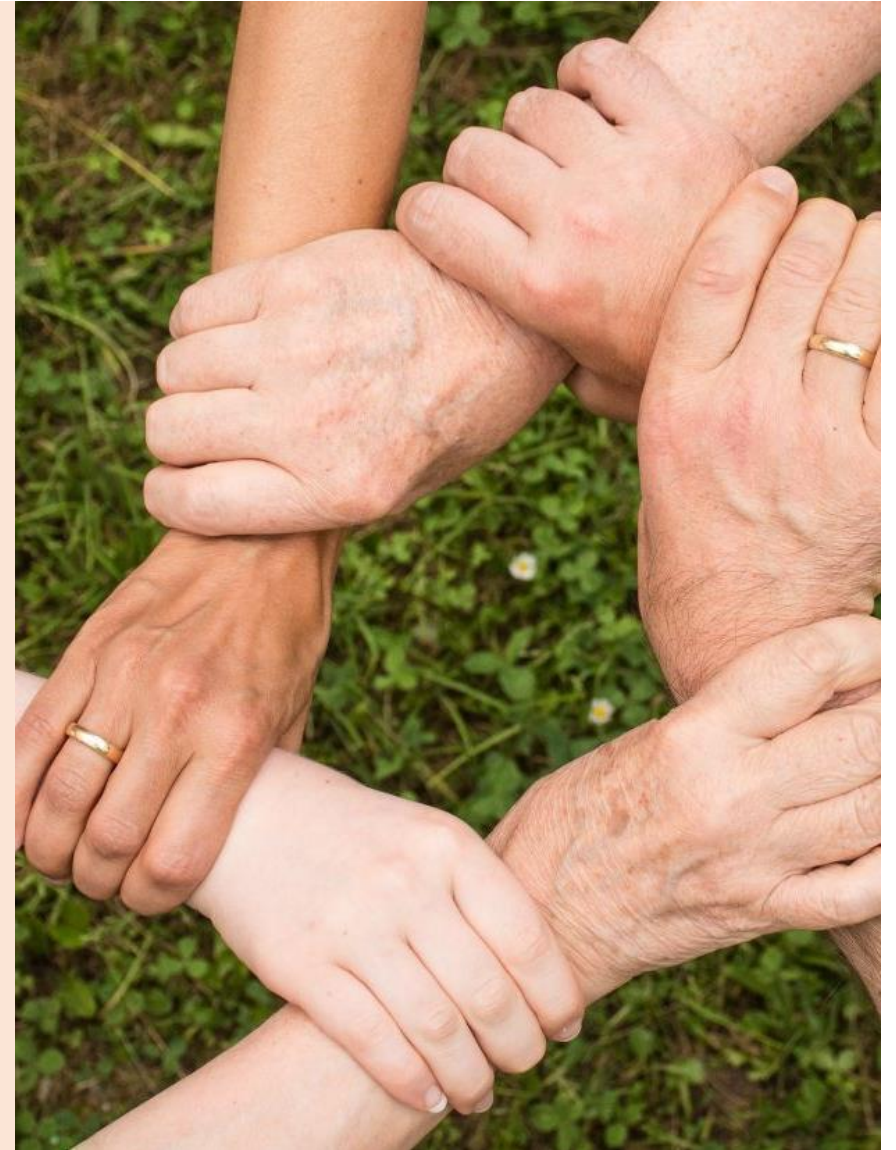
Mörgum reynist erfitt og þarf hinn aldraði að finna nýja lífsfyllingu

3

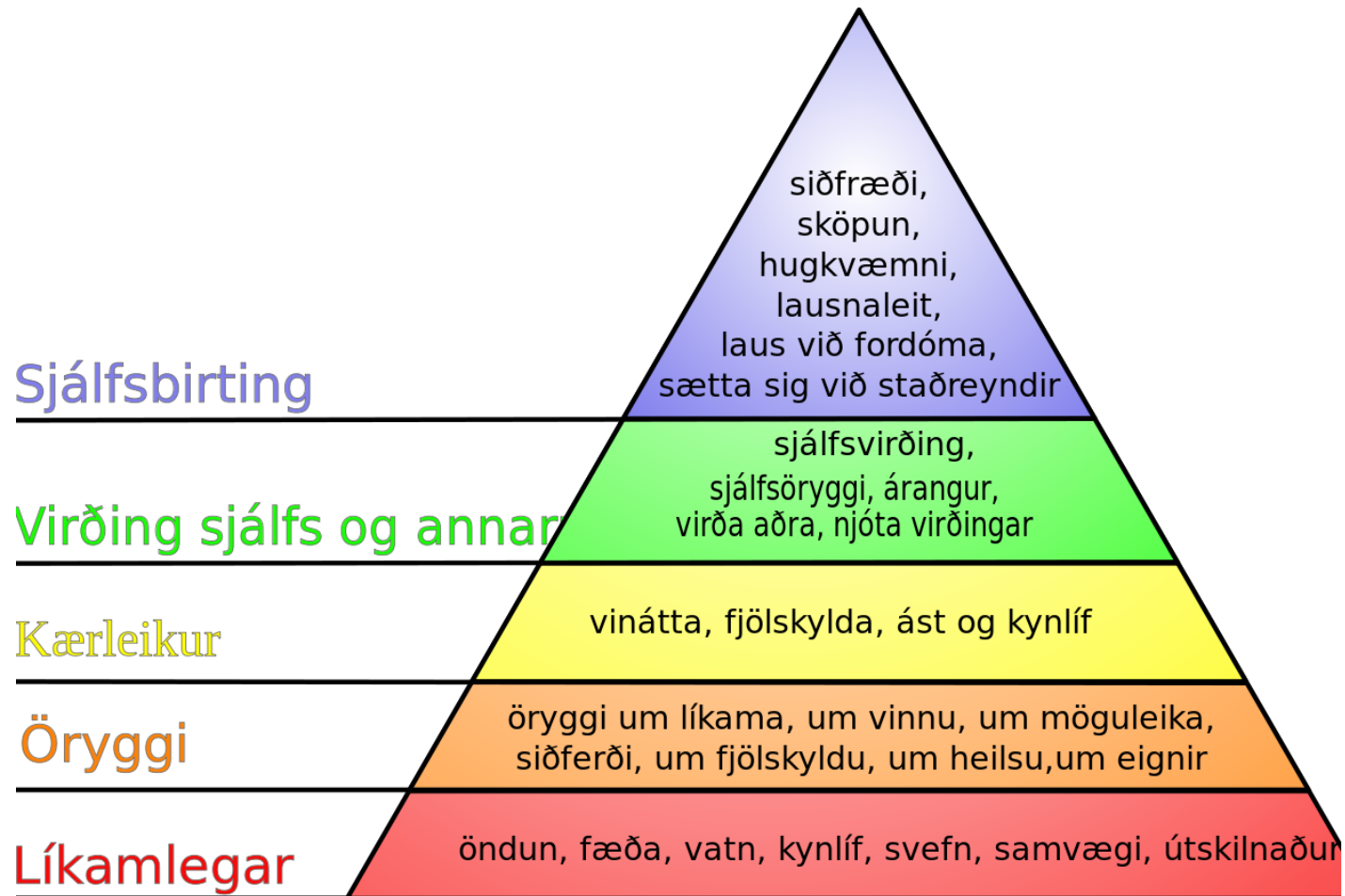
Mikilvægt að einstaklingar sýni jákvæðni í garð lífs á efri árum, það auðveldi þeim restina

Félagslegur stuðningur

- Að láta af störfum er ekki bara fjárhagslegur missir, líka félagslegur
- Stuðningsnet, greinir þann stuðning sem stendur einstakling næst
- Auk þess koma þessi tengsl/stuðningsnetið í veg fyrir félagslega einangrun



Virknir fullnægir þörfum þínum



• Þarfapýramidi Maslows:

- - líkamlegar grunnþarfir
- - öryggisþarfir
- - félagslegar þarfir
- - frammistöðuþörf
- - þörfin fyrir sjálfbirtingu



Áhrifaþættir farsældar á efri árum

- Lífsgæði fela í sér farsæld og vellíðan aldraðra
- Góð lífsskylirði eins og þátttaka, tilfinningatengsl og gleði
- Einstaklingar sem geta tekið sjálfstæðar ákvarðanir

Að stuðla að lífsgæðum aldraðra

- Að aldrið velji ábyrgð og tómstundir við hæfi sem einkorðast af færni þeirra hverju sinni
- Leiðir sem aldrið velja til að meta ábyrgðarhæfni sína og tómstundir
- Finna leiðir sem stuðla að því að finna hlutverk sem koma í stað gamalla hlutverka



Formleg og óformleg þjónusta

- Fer eftir því hver veitir hana:
- **Formleg:** skipulögð fyrirfram og greitt fyrir hana
- **Óformleg:** veita ættingjar og vinir og er í fæstum tilfellum skipulögð

Faglegar kröfur

- Krefst faglegrar umönnunar til að daglegt líf sjúklinga hafi sinn gang
- Kröfur, að við þekkjum hlutverk okkar, verkefni, skyldur og ábyrgð.

Efling

Örva til þátttöku
í daglegum
gefandi
verkefnum

Hafa hliðsjón af
lífssögu
skjólstæðingsins

Nýta bjargráð
hans

- Líta á möguleika en ekki takmarkanir

Persónulegar
athafnir í
lífssögunni

- Nýta sér það sem skjólstæðingurinn hefur.
- Eins og hann var vanur að gera, hvort sem er að elda eða frístundiðkun
- Nýta okkur bjargráð einstaklinganna
- Vertu skapandi
- Taktu eftir daglegum venjum skjólst.

Persónulegar athafnir í lífssögu

- Nýta það hlutverk sem skjólstæðingurinn hefur haft t.d. við matseld
- Nota matreiðslubækur
- Leggja með á borð
- Bera af borði
- Aðstoða við matargerð



Menntun og störf í lífssögunni

- Hægt að virkja skjólstæðing með því að spyrja út í starfsaðstæður fyrr á tímum
- Fá hann til að segja frá því hvernig og hvenær hann fékk sína menntun
- Fara á netið og finna myndir sem tengjast starfi hans
- Hvort hann eigi sérstakar minningar úr starfinu

Frístundaiðkun í lífssögunni

- Hefur hann ferðast?
- Fá lánaðar bækur á bókasafni sem hann hefur áhuga á
- Framkalla minningar með myndaalbúnum
- Kvikmyndir eða fyrirlestrar um ferðir og framandi lönd
- Fara á netið og “ferðast” um menningarheima þar



Hvatning – leiðir til að virkja

- Að framkvæma í stað þess að spyrja
- Biðja um hjálp
- Vertu skapandi
- Taktu eftir daglegu venjum skjólstæðingsins
- Gerðu umhverfið aðlaðandi til athafna





Dagleg viðfangsefni og áætlanagerð

13. Kafli

María A. Tr.

Skipulagning –
hvaða áhrif
hefur hún?



Skipuleggja
viðfangsefni/áhugamál

Viðfangsefni

Tímasetning

Markhópur

Aðgerðir

Efni

Tími starfsfólks

Verkefni

1. Settu inn spurningar og svör úr 11. kafla (unnuð í tíma).
2. Hvað er átt við með að skjólstæðingur geti lent í vítahring bjargarleysis ef þú gerir ekki kröfur á hann?
3. Búðu til yfirlit yfir allt það sem hægt er að hafa í lífssögubók (yfirlit sem hægt væri að fylla út).
4. Búðu til vikuáætlun (svipað og mynd 13.1) fyrir eitt heimili og inní það þarf að setja nokkur viðfangsefni/áhugamál sem hægt væri að bjóða uppá á öldrunarheimili – settu það upp eins og á mynd 13.4 og 13.6.