



SAMARBEID OM ETISK
KOMPETANSEHEVING

Etikksatsingen i KS Etikk-kalendere





SAMARBEID OM ETISK
KOMPETANSEHEVING

Etisk refleksjon i koronatider



Fredag 1.5.

I dag er det 1. mai, og dagen preges av at vi står sammen for å begrense koronasmitte og redde liv. Det gjør vi i Norge og det gjør nesten alle land i verden. Ingen står alene i den kampen. Det er ikke noe noen kan klare alene. Det er et felles prosjekt mot et felles mål. Vi står sammen.

1. mai handler blant annet om solidaritet, likeverd, rettferdighet og fellesskap. Dette er viktige verdier også i helse- og omsorgstjenestene. Systematisk etisk refleksjon bidrar til at viktige verdier ivaretas og fremmes. Det kan man i liten grad gjøre alene. Vi må gjøre det sammen. Brukere, pårørende og ansatte har alle noe å bidra med og alle noe å lære. Gjennom mai skal vi dele etiske utfordringer, dilemmaer, metoder for etisk refleksjon og refleksjoner med et blikk på tiden vi er i. I ukedagene er det ofte etiske dilemmaer, og i helgene er innholdet i lukene litt annerledes. Vi gleder oss til å dele etikk-kalenderen med dere!

https://youtu.be/LcouA_oWsnU

Lørdag 2.5.

Den folkekjære artisten Jahn Teigen døde i februar 2020. «Jeg syns vi skulle gi mer applaus til hverandre på jobben, jeg,» sa Jahn Teigen i et intervju med NRK for noen år siden.

En av hans mest kjente sanger er «Optimist». I krevende tider trenger vi alle noe som løfter oss og gir energi. I dag kan vi reflektere sammen over hvordan vi som kan gjøre for å gi hverandre positiv energi, optimisme og arbeidsglede. Handler det som Teigen sa om å gi hverandre litt mer applaus?

https://youtu.be/_AIM77EUEYk

Søndag 3.5.

Så blir de stående disse tre: tro, håp og kjærlighet

Hva tror du på? (trenger ikke å være en Gud)

Får det noe å si for hvordan du møter brukerne?

Gir det deg mot til å spørre om hva som bærer den andre?

Kan du bære håpet for en som har mistet sitt for en stund?

<https://youtu.be/-p5oZj4kry0>

Mandag 4.5.

Retten til å tro hva man vil er en del av FNs menneskerettigheter. Det står i artikkel 18:

Enhver har rett til tanke-, samvittighets- og religionsfrihet. Denne rett omfatter frihet til å skifte religion eller tro, og frihet til enten alene eller sammen med andre, og offentlig eller privat, å gi uttrykk for sin religion eller tro gjennom undervisning, utøvelse, tilbedelse og ritualer.

Rett til å få bistand til egen trosutøvelse er derfor en plikt for helse- og omsorgstjenestene jfr. rundskriv fra Helse- og omsorgsdepartementet.

Hvordan kan ansatte trygges i å åndelig omsorg på brukerens premisser, selv om man kanskje ikke deler brukerens livssyn?

Har noe blitt annerledes i forhold til brukernes behov for åndelig og eksistensiell omsorg etter at koronasmitten kom til Norge?

<https://www.regjeringen.no/globalassets/upload/hod/rundskriv/rundskriv-i--6-2009.pdf>

Tirsdag 5.5.

Hva gjør jeg nå og hvorfor?

En pasient på avdelinga din er blitt dårligere. Som sykepleier ønsker du at avdelingen må gjøre unntak og sleppe inn barna. Lederen din og andre kollegaer mener at pasienten ikke er så dårlig at en skal ta inn pårørende nå som dørene er stengt pga. covid-19. Som primær-sykepleier kjenner du pasienten best og er urolig. Hva gjør du?

Bruk gjerne diskurs-etisk metode for å diskutere et dilemma fra deres hverdag som har en lignende problemstilling.

Vi har et skjema for etisk refleksjon og med en enkel veileder liggende øverst på denne siden:

<https://www.ks.no/fagomrader/helse-og-omsorg/eldreomsorg/samarbeid-om-etisk-kompetanseheving/verktoy-og-metoder/>

<https://youtu.be/UXY-mY7Msd4>

Onsdag 6.5.

Utrygge ansatte skaper utrygge brukere

Du er leder for et bofelleskap for utviklingshemmede. Siden 12. mars har du sendt flere ansatte til testing for covid 19. Du har mottatt bekymring fra pårørende når du har svart på spørsmål om du har ansatte til testing og om noen har testet positivt, men alle ansatte har så langt testet negativt for covid 19.

Mandag noen uker etter 12. mars får du beskjed om at samboeren til en ansatt har testet positivt for covid 19. Den ansatte opplyser at samboeren ble syk på fredag og at siste vakta hennes var torsdag, dagen før. Den ansatte har nå litt vondt i hodet, ingen symptomer utover det, men blir satt på liste for testing. Du ringer smittevernkontoret for videre veiledning og får beskjed om å opprettholde driften som vanlig frem til det evt. foreligger en positiv test. I mellomtiden informerer du øvrige ansatte om at de fortsatt forholder seg til og overholder nasjonale retningslinjer; er påpasselige med håndhygiene, desinfiserer flater jevnlig, holde avstand osv, i tillegg til de lokale tilpasningene på boligen. Du har vurdert å ikke informere brukere eller pårørende før prøven evt er påvist positiv for å ikke skape unødig frykt/bekymring.

Tirsdag morgen får du beskjed om at seinvakt mandag, dagen i forveien, hadde bestemt at ansatte fra nå av skal bruke munnbind. Det brer seg en utrygghet blant brukerne, som resulterer i at en bruker får beskjed om «å slutte å mase i disse koronatider».

Hva gjør du, hva kunne du ha gjort og hvordan vil du følge opp?

https://youtu.be/Dhi7Kdj7_rs

Torsdag 7.5.

Mangel på smittevernutstyr

Pasienten har symptom som tilsvarer covid-19, men er ikke testa. Du ringer din leder og sier at du ønsker å ta i bruk smittevernutstyr. Leder svarer at det får du ikke lov til fordi smittevernutstyret dere har må spares til pasient har testa positiv på covid-19. Du skal rundt til flere dårlige pasienter etter du har tatt imot denne pasienten fra sykehuset, og etter vakt skal du hjem til små barn og mann som har KOLS.

«Etisk kompetanse er kanskje først og fremst evnen til å gi kloke vurderinger av hva - alt tatt i betraktning - er det beste, det mest riktige, det mest rettferdige når situasjonen tross alt er som den er. Etisk kompetanse - slik vi forstår den her - er med andre ord praktisk dømmekraft og klokskap i faglig utfordrende situasjoner hvor verdier står på spill.»

Sitat fra Etikkhåndboka av Aadland/Eide 2020.

- Hva gjør du? Hvilke verdier gir du forrang for andre?
- Hva er åpne verdier i handlingsalternativene dere kommer frem til, og hva kan være skjulte verdier i vurderingene dere gjør dere?

<https://youtu.be/kXEka7kStoE>

Fredag 8.5.

Verdier for praksis og verdier i praksis. Samme sak?

*"People will forget
what you said,
people will forget
what you did,
but people will never forget
how you
made them feel"*

Maya Angelou

Howdan skal en opptre for at du skal kjenne deg ivaretatt, respektert, trygg?

Howdan kan en refleksjon over dine egne behov gi innsikt som reflekteres i praksisen din?

Hvilken fleksibilitet har du for at andre kan ønske å ivaretas på helt andre måter, og kanskje til og med avviser din måte å ivareta vedkommende på?

Vi snakker ofte om omsorg, ivaretagelse, integritet, respekt, verdighet og mange flere verdier, men sjeldnere tar vi oss tiden til å snakke om hva disse verdiene faktisk betyr. Howdan «gjør» vi for eksempel rettferdighet på vår avdeling/tjeneste? På hvilken måte merker brukerne at noen verdier er viktigere enn andre i vår praksis?

Spørsmålet som står sentralt i Gode pasientforløp: Hva er viktig for deg? Kan hjelpe oss i møte med den enkelte, uavhengig av om den andre er en bruker, pasient, pårørende eller kollega.

<https://youtu.be/EF1s5XS0FDQ>

Lørdag 9.5.

Kommer hun til å huske meg igjen?

På en skjermet avdeling for personer med demens har ikke smitteverntiltakene hatt synlige negative konsekvenser for beboerne. Mindre besøk utenfra har tilsynelatende gitt enda mer ro og stabilitet. Beboerne er tilfreds, det er faktisk mindre uro og utagering på avdelingen enn i en normalsituasjon. Men mange pårørende syns det er en krevende tid og takler det tilsynelatende dårligere enn beboerne selv. Noen gir uttrykk for at de savner sine og særlig er redde for at de ikke vil kjenne dem igjen når sykehjemmet åpner for besøk.

Hva vil dere si til en pårørende som henvender seg med en slik bekymring? Og hva vil dere gjøre i denne situasjonen?

Lytt også gjerne til Svein Tang Wa vise med hyllest til sin egen mor og alle mødre, her fremført på YouTube av Britt Synnøve Johansen.

<https://youtu.be/ZACHlotogjo>

Søndag 10.5.

Se mennesket

I dag deler vi med dere en film til ansatte i eldreomsorgen som ser mennesket, som viser omsorg, som behandler den skrøpelige gamle med respekt.

Vi deler også et lite dikt av Stein Mehren, som handler om å bli sett.

BØNN (IKON)

Vi ber ikke om utskrifter

forklaringer, diagnoser, prosedyrer

Vi ber ikke engang om overbevisninger

Vi ber om å bli sett av en annen

Vi ber om et ansikt

Stein Mehren

<https://youtu.be/iMkxCGKxldY>

Mandag 11.5.

Tanker om håp en søndag morgen

God søndag! Kanskje du har fri denne søndagen, eller kanskje du har jobbehelg. Vi vil gjerne invitere deg til å reflektere over denne dagens muligheter.

Hva drømmer du om? Hva håper du på? Hva kan du være takknemlig for?

Vi håper Ketil Bjørnstads meditative musikk «Prelude 13» og Kolbein Falkeids dikt «Morgen» kan hjelpe deg på poret av noe godt.

MORGEN

Det er morgen igjen, vesle håp

og verden frotter seg med nyvasket solskinn.

Livets ansikt er aldri det samme

selv om vi ser på det i all evighet.

Kolbein Falkeid

<https://youtu.be/9prfTfSkOjU>

Tirsdag 12.5.

Verdikonflikt

Det kommer en ny pasient til avdelingen. Dagen etter blir dørene stengt for pårørende pga. korona. Datteren følger moren til avdelingen, og det er tydelig at hun har mye dårlig samvittighet for mor. Datter ringer hver dag og ber om å få komme inn til moren. Moren er fortvilet over situasjonen, gråter og vil at datter skal komme.

Du er på seinvakt og tenker:

A) jeg slipper inn datter på tross av besøksforbud. Pasienten er ny hos oss og trenger datteren sin nå. Dessuten er hun gammel, og tenk om hun dør for datteren får komme på besøk? Jeg bryter reglene for koronastenging og smittevern, men jeg ivaretar bruker og pårørende sine behov.

B) jeg slipper ikke inn datter fordi det er min plikt å følge reglene. Og om jeg ikke følger reglene kan jeg få bråk. Andre kollegaer kan reagere og melde fra til ledelsen. Kanskje utsetter vi andre beboere for risiko også?

Hvilke verdier ivaretar de to ulike handlingsalternativene? Er det andre måter å møte de ulike partenes behov på?

<https://youtu.be/7hx4gdlfamo>

Onsdag 13.5.

Når døden nærmer seg er det viktig å få ta farvel

Hva er brukernes og pårørendes behov for samtale og informasjon ved livets slutt fase, og hvordan kan vi møte disse behovene?

Pasientens behov:

Trygghet (familien er ofte det tryggeste pasienten har i denne fasen).

God lindring av symptomer.

Avklarende samtaler med familien.

Håp.

Planlegge begravelse.

Hva mer tenker dere er viktig for den døende?

Pårørendes behov:

Være nær den som skal dø. Bli sett av helsetjenesten. Trygghet. God informasjon. Få gjøre noe godt for den som skal dø. Avklarende samtaler med den som skal dø, rydde opp i evt. konflikter. Hva mer tenker dere er viktig for pårørende?

Ledere og ansattes behov:

Hva er viktig for deg når du følger noen det siste stykket av livet?

Kan etisk refleksjon/refleksjon over utøvd praksis også fungere som sorgbearbeidelse for ansatte som mister en de har gitt pleie og omsorg?

Hvordan kan vi tilrettelegge for en god og verdig død, for både pasient og pårørende i situasjonen hvor smitteverntiltakene setter rammer og begrensinger i forhold til hvordan dere vanligvis håndterer livets slutfase og død?

Her er lenke til stortingsmelding nr. 24 om lindrende behandling og omsorg som kom 7. 5. 20. Etikk og etisk refleksjon har fått en sentral plass i meldingen:

<https://www.regjeringen.no/.../meld.-st.-24-201920.../id2700942/>

https://s3.amazonaws.com/quiz-app-staging/uploads/question/question_attached_image/13162/Helene_sandvik.png

Torsdag 14.5.

Lojalitet til hvem?

Du er leder for et bofellesskap hvor det bor 6 personer med lett utviklingshemming. Alle har støttekontakt i tillegg til annen praktisk bistand. Den 12. mars sender du ut en sterk anmodning til de 6 støttekontaktene om å rette seg etter de nye nasjonale retningslinjer som har kommet vedr sosial distanse og ber de avlyse planlagte aktiviteter. En måneds tid etterpå får du en oppringing fra støttekontakten til den personen som kanskje har hatt mest å tape knyttet til dette tiltaket med spørsmål om når man kan begynne å planlegge aktiviteter igjen. Fra hjemmekontoret svarer du at man fremdeles forholder seg til de nasjonale retningslinjene, og at en endring i status vil bli kommunisert fort.

Dagen derpå får du vite at de øvrige 5 støttekontaktene ikke har overholdt anmodningen din du sendte ut den 12. mars.

Du har ikke personalansvar for støttekontaktene. Hvilke verdier står på spill og hvordan vil du gripe an situasjonen?

Fredag 15.5.

Samspill

MENNESKETS HENDER

Det bor en varme i menneskets hender som ingenting annet i verden.

Himmels flamme og helvetets glo.

Selv nevesteinen ble varm når menneskehanda tok i den.

Hans Børli

Berøring har mange funksjoner i manges daglige arbeid. Alt fra stell, sette sprøyter og skifte bleie til å stryke over en hånd og holde om. Ønsket berøring har en fysiologisk reaksjon hos den som blir tatt på. Kroppen frigjør et hormon som heter Oxytocin. Dette hormonet skaper en følelse av fred og ro i kroppen vår.

En lett berøring til rett tid er god medisin!

Den kan lindre smerter. Den kan reduserer angst og skaper trygghet. Den kan reduserer søvnproblemer og gi god hvile. Den kan redusere både blodtrykk og alenehet.

Mange ansatte opplever at berøring er den del av den helhetlige omsorgen, men hvordan vet vi når det er til det gode og ikke oppleves som overtramp? Hvor går våre egne grenser og hvor går brukerens i akkurat denne relasjonen akkurat i dag?

Hvordan kan vi i disse «smittetider» hvor berøring nærmest er blitt forbudt allikevel finne muligheter for å gi pasientene våre den nærhet de trenger for å ha det best mulig? Må vi tørke tårer med hansker? Hvordan oppleves i så tilfelle det, tro?

Til videre lesning har vi lagt ved en bachleoroppgave fra Universitetet i Nordland:

https://nordopen.nord.no/nord-xmlui/bitstream/handle/11250/218939/Mogstad_Stemland.pdf?sequence=1

https://youtu.be/g-7qCG2_aaA

Lørdag 16.5.

I'm still standing!

Som Helse- og omsorgsminister under Covid-19 pandemien har jeg måttet stå i mange krevende prioriteringer og vanskelige valg. Spesielt i forkant av den 12.mars, når vi måtte redusere viktige og samfunnskritiske funksjoner, var det mange faglige, etiske og økonomiske dilemma som måtte vurderes. Mange valg har vært utfordrende å ta, men helt nødvendige for samfunnet som helhet.

Til dere som jobber i helse- og omsorgstjenesten – dere gjør en fantastisk jobb og vi er helt avhengig av deres innsats!

Bent Høie

<https://youtu.be/ZHwVBirqD2s>

Søndag 17.5.

Bør vi bruke skjønn eller holde oss til reglene?

På en sykehjemsavdeling med 16 beboere har de fleste klart seg veldig bra under perioden med besøksforbud. De avfinner seg med at slik er det, de er glad for telefonkontakt med pårørende og de syns personalet er flinke til å sette seg ned og ta en prat i ny og ne. Men tre av beboerne lider virkelig under den sosiale isolasjonen. De har vært vant til å være mye ute, ha kontakt med sine, og nå viser de tegn til økende tristhet og forvirring. En av sykepleierne mener at det må brukes skjønn i praktisering av regler for besøk slik at disse tre kan få besøk på linje med kritisk syke eller døende. Avdelingssykepleierer i tvil og frykter at en slik praksis kan skli ut og sette smittevernet ifare. Legen er klar på at smittevern bør ha førsteprioritet. Drøft ulike sider ved denne situasjonen ved hjelp av den diskursetiske refleksjonsmodellen. Bruk gjerne problemstillingen «Bør vi bruke skjønn i praktisering av besøksforbud når pasienten ikke er kritisk syk eller døende?»

Mandag 18.5.

Syttende mai er vi så glad i!

Overskriften er sitat fra en barnesang. I år feirer vi ikke syttende mai på vanlig måte med barnetog og folkefest. Kanskje det vekker savn? Vi har lett for å ta tradisjoner og verdier som en selvfølge. Vi ser det ikke før vi står i fare for å miste det. Hva skal syttende mai være for deg dette spesielle året? Til refleksjon på grunnlovsdagen har vi valgt en tekst som ble skrevet av den mest betydningsfulle litterære personligheten i Skandinavia på slutten av 1800-tallet, Georg Brandes, som var opptatt av frihetens store tanker og menneskehetens fremskritt. Hans mest kjente dikt heter

DAGEN I DAG

Dagen i dag er en merkelig dag.

Den er din.

Dagen i går slapp deg ut av hendene.

Den kan ikke få annet innhold enn du alt har gitt den.

Dagen i morgen har du ikke noe løfte på.

du vet ikke om du kan regne med å råde over den.

Men dagen i dag er det eneste du kan være sikker på.

Den kan du fylle med hva du vil.

Benytt deg av det.

I dag skal du glede et annet menneske

I dag kan du hjelpe en annen.

I dag kan du leve slik at du i kveld er glad for at du er til.

Dagen i dag er en betydningsfull dag.

Den Er Din.

Georg Brandes

Tirsdag 19.5

Tilrettelegging for ansatt med smittefrykt?

En ansatt har de senere årene hatt flere sykefravær på grunn av virusinfeksjoner. Arbeidstakeren har ikke benyttet seg av tilbud om influensavaksine, på tross av anbefaling fra lege, fordi vedkommende er redd for å bli syk av vaksinen. Nå ber den ansatte lederen sin om at det legges en plan for tilrettelegging og alternative arbeidsoppgaver uten kontakt med brukere i tilfelle det oppstår koronasmitte på institusjonen. Arbeidstakeren er tydelig redd for en slik situasjon og er blank i øynene når hun sier dette til sin leder. Det er imidlertid flere i personalet som frykter smitte. Der er ansatte med kroniske sykdommer som selv er i risikogruppen, ansatte som har alvorlig kreftsykdom i nær familie eller omsorg for eldre familiemedlemmer. Lederen syns det er urimelig å gi særbehandling til denne arbeidstakeren.

Hvordan vil dere håndtere denne situasjonen?

<https://youtu.be/V44GvPAwlvA>

Onsdag 20.5.

Hvordan kan man trøste en urolig sjel?

Tro og livssyn er en viktig del av mange menneskers liv, særlig når livet er opplevd usikkert. Mange opplever at livet har fått en liten annen klangbunn nå under koronapandemien, på godt og vondt så har det eksistensielle kommet mer frem. Det er ikke alle som har et språk for å sette ord på slike følelser. Å finne et åpent og inkluderende språket for følelser kan læres og oppøves. Tilstedeværelse uten ord er også noe det går an å trene på.

Åndelig og eksistensiell omsorg er en del av den helhetlige omsorgen, men vi vet at mange ansatte synes det kan være krevende å stå i slike samtaler. De kan være redde for å gjøre feil eller si noe dumt. Erfaring tilsier at man kommer veldig langt med åpenhet, respekt og interesse. Det viktigste er å være et medmenneske, støtte det som bærer når det røyner på, og spørre Hva er viktig for deg nå?

Borg bispedømme har laget et hefte med ord til trøst fra alle de største religionene. Heftet finner du her:

https://kirken.no/nb-NO/bispedommer/borg-bispedomme/aktuelt1/ord%20til%20tr%C3%B8st2/?fbclid=IwAR2yYde5AtYKzlrIGTQ_VcT4wz5o4NpB1xIq0EZq8CHSxT9sLXPYX0G9Sts

https://youtu.be/b4s6_Jxy7RI

Torsdag 21.5.

Endelig litt fred og ro!

Du er på opplæringsvakt på en somatisk avdeling på sykehjemmet.

På rapporten får du inntrykk av at mange av pasientene savner pårørende og de lider under dette.

Samtidig får du inntrykk av at mange tilsette synes det er godt at pårørende ikke er i avdelingen for en periode.

Flere tilsette sier uten pårørende får vi mer arbeidsro, pårørende kan være ganske krevende. Dette slipper vi nå som dørene er stengt.

Som ny og utfra rapporten tenker du at pårørende er en klar ressurs.

Sier du noe om dette, eller er det vanskelig når du er på opplæring, på tross av at du ser at pårørende er viktig?

Etisk refleksjon handler ofte om praksis og etiske dilemmaer knyttet til konkrete utfordringer, men vi vet at kulturen på arbeidsstedet også kan være veldig styrende for hvilke handlingsalternativ som er «lov». Dette er det spennende å ta opp i etisk refleksjon med en nysgjerrig tilnærming. Vi har vel alle opplevd å komme nye på en arbeidsplass og lure på hvilken planet vi har kommet på fordi «alt» er annerledes enn det vi er vant til. Det er ofte kulturen på arbeidsstedet som sitter i veggene, og den er i stor grad ureflektert. Arbeidsstedets kultur er et felles ansvar, og det er et lederansvar.

<https://youtu.be/fsHN3LtSMOY>

Fredag 22.5.

Dugnad

Dugnad er et ord på manges lepper i disse tidene. Det er godt å kjenne at vi står sammen i krevende tider.

Vi trenger at alle tar sin del av ansvaret og byrdene. Dikteren Olav H Hauge har skrevet et fint dikt om styrken i samholdet og fellesskapet:

ELVANE MØTEST

Elvane møtest, frå kvar sitt fjell.

Grip kvarandre i hendene.

Blandar sin song og sitt blod.

Held fram einige, sterkare,

snåvar ikkje so lett i steinane:

Turrskodd skal ingen vassa oss no!

Olav H Hauge

<https://youtu.be/yjkGhgzcK0>

Lørdag 23.5.

Hvem definerer hva som er kritisk sykdom?

En pasient med langtkommet kreft blir utskrevet fra sykehuset til korttidsavdeling på sykehjem. Pasienten har en alvorlig og livstruende sykdom, men vurderes ikke som kritisk syk eller døende. Pårørende opplever imidlertid at situasjonen som kritisk og er opprørt over at de ikke får komme på besøk. De ringer stadig, de gir uttrykk for sin frustrasjon, og de kommer med anklager og trusler. Etter et par uker forverrer tilstanden til pasienten seg, og det besluttes at hun kan få besøk i henhold til gjeldende prosedyre. Pårørende blir varslet og kommer omgående. Når en av pleierne skal åpne døren for dem, står fem familiemedlemmer utenfor. Personalet har glemt å presisere at det i henhold til prosedyrene kun kan være to besøkende. Hvordan ville du håndtert denne situasjonen?

Bruk gjerne diskurs-etisk metode for å diskutere et dilemma fra deres hverdag som har en lignende problemstilling.

Vi har et skjema for etisk refleksjon og med en enkel veileder liggende øverst på denne siden:

<https://www.ks.no/fagomrader/helse-og-omsorg/eldreomsorg/samarbeid-om-etisk-kompetanseheving/verktoy-og-metoder/a>

<https://youtu.be/Nzz3joWdmpk>

Søndag 24.5.

Hvordan er det å være god, og likevel skulle bli bedre?

Et systematisk etikkarbeid er kvalitetsutviklingsarbeid. Det er krevende og det er spennende. Utgangspunktet i Norge er at ansatte har høy etisk bevissthet, det er et samfunn preget av tillit, og det er generelt god kvalitet på tjenestene. Det er mye å være takknemlig for og stolte av!

Og likevel skal vi jobbe videre. Det er ingenting som er statisk. Samfunnet utvikler seg, teknologien utvikler seg og det gjør vi også. Etisk refleksjon er en mulighet til å være nysgjerrig, våge åpenhet og sårbarhet, gi tillit, få tillit, vokse, lære - sammen. Når man skal gi omsorg over tid krever det mye mer av hele deg enn om du bare skal kurere en sykdom. Hele relasjonen er viktig når hele fagpersonen gir helhetlig omsorg til hele mennesker. Det er en del av profesjonaliteten å håndtere og ivareta egne følelser og behov. Å utvikle sensitivitet for egne reaksjoner og følelser er en del av den etiske kompetansen for hver enkelt. Det er også en del av arbeidskollegiets felles etiske kompetanse og organisasjonskultur fordi det bidrar til bevissthet rundt verdier i praksis.

<https://youtu.be/iCvmsMzIF7o>

Mandag 25.5.

Tålmodighet er håpets datter

Overskriften i dag er et sitat av den franske forfatteren Victor Hugo. Den som har håp, kan vente. I en krevende tid trenger vi evne til å stå i oppgaver og utfordringer over tid, evne til å leve med usikkerhet. I dag inviterer vi deg til å reflektere over hva du kan gi til andre – og hva du selv trenger i denne spesielle tiden.

Les gjerne diktet «Ingen snarveier» av Tove Houck til ettertanke.

INGEN SNARVEIER

der gis

ingen snarveier

gjennom en vanskelig virkelighet

vi må gå

hele veien

og håpe på

at den til slutt

fører oss ut i lyset

Tove Houck

<https://youtu.be/DaLQ1zGMhe8>

Tirsdag 26.5.

Uro i personalgruppen

På sykehjemmet hvor du jobber har det ennå ikke vært tilfeller av covid-19. Men det øves på prosedyrer for å være forberedt når det eventuelt kommer et tilfelle av smitte. I en slik situasjon skal det etableres egne korona-team rundt smittede pasienter. I personalgruppen er det noen som av hensyn til egen eller pårørendes helse kommer til å bli fritatt for å behandle smittede pasienter. Men det pågår en diskusjon i personalgruppen om deltakelse skal baseres på frivillighet eller om teamene skal utpekes av avdelingsleder. Noen i personalet er nærmest eksperter på å skape uro med måten de snakker slike ting. Hva bør avdelingsleder gjøre i denne situasjonen?

Er dette en tematikk som dere kan gjenkjenne på en eller annen måte?

Hvordan kan beboerne/brukerne skjermes mot en slik stemning/uro?

Er dette et etisk dilemma, et etisk problem eller noe annet? Hva tenker dere? Det er ikke slik at en metode kan «løse» alle etiske utfordringer, og de bør neppe brukes for å løse andre problemer uten at man vet at det er det man gjør. Det beste er om etikk-veiledere har en liten verktøy-kasse av metoder til bruk for ulike type situasjoner og saker.

<https://youtu.be/6FOUqQt3Kg0>

Onsdag 27.5.

Det uforståelige og det konkrete. Det store og det lille. Vi står midt oppi begge deler akkurat nå.

Den store pandemien, faren for økonomisk depresjon og et stort antall lidende og døde – det er nesten umulig å ta innover seg. Men den konkrete jobben jeg har rett foran meg, den kan jeg forstå. For deg som leser dette, består kanskje den jobben i å forhindre smitte, lindre smerte, gi trøst og yte medisinsk hjelp. Kan etikken være den gode broen mellom de to nivåene, mellom det store og det lille?

Vi trenger alle broer fra det veldig vanskelige til det konkrete og håndterbare. Det er viktig ikke minst fordi ingen er moralsk perfekte. Jeg vet selv hvor mye jeg angrer på i livet mitt- Det at jeg arbeider en del med etikk, endrer ikke på det – noen ganger tvert om. Men etikken kan på sitt beste være en brobygger: vise meg hva jeg konkret kan gjøre også når jeg står overfor de store kriser eller min egen utilstrekkelighet. Da kan jeg prøve å dele opp alle de store tingene i mindre biter. Og så kan jeg gå løs på dem.

Hvordan kan du i dag gjennomtenke hvilke helt konkrete ting du kan gjøre for at dagen skal bli bedre for deg selv og dem rundt deg? Hvordan kan du finne måter som etikken og den etiske refleksjonen kan hjelpe deg på, slik at du klarer å finne gode og riktige ting å gjøre også når verden oppleves vanskelig?

Når jeg skal bygge denne broen selv, finner jeg ofte trøst og inspirasjon i god musikk som kan lede tankene i riktig retning. Særlig er jeg glad i The Beatles. Hør for eksempel på nydelige Here Comes the Sun: Når ting er vanskelige, skal vi tillate oss å finne trøst, ro og håp i det som er helt nært, og som føles godt. På YouTube ligger en herlig versjon som sangens opphavsmann, George Harrison, sang med legendariske Paul Simon på et amerikansk tv-show. La den være en inspirasjon til å finne glede og etikk i det helt konkrete, her og nå.

Henrik Syse, filosof

<https://youtu.be/KEgBMTMUanU>

Torsdag 28.5.

Bør jeg holde avstand til min gamle mor?

En hjemmeboende 87 år gammel kvinne er i risikogruppen for Covid-19 pga. alder, men også kroniske sykdommer (KOLS og diabetes 2). Kvinnen har to døtre og en sønn; en av dem jobber i helsevesenet, en i dagligvarehandel og den tredje i skolen. De har under pandemien holdt avstand for å skjerme moren. De to som jobber i helse og varehandel har ikke besøkt mor pga. frykt for å dra med seg smitte. Den tredje av barna har gjort alle innkjøp, men holdt avstand og oftest bare levert varene uten å gå inn på besøk hos moren. Men nå gir moren uttrykk for at hun savner familien, at hun blir trist av å være så mye alene. Nå når skolene har åpnet igjen, mener den tredje av barna at han er eksponert for smitte på linje med de andre. Han mener at de to andre søsknene må engasjere seg mer for å gi moren sosial kontakt. Hun som jobber i helsevesenet er bekymret og ber deg om et råd i denne situasjonen.

<https://youtu.be/mJ96TXn5kmw>

Fredag 29.5.

Kan jeg få lov å gi deg en klem?

En beboer på sykehjemmet viser tegn til at lang tid med få aktivitetstilbud og lite sosial kontakt har vært en påkjenning. Hun er passiv og trøtt, hun virker trist og nedstemt. Du jobber som pleier på denne avdelingen, kjenner beboeren godt og gjenkjenner tegnene til en begynnende depresjon. På en vakt er du så heldig å ha god tid, så du får mulighet til å sitte hos henne en liten time. Det blir en fin stund der dere ser i fotoalbum og hun forteller om familien sin. Du vet også at hun er glad i sang, så du synger også et par kjente og kjære sanger for henne før du går. Det er tydelig at denne stunden har gjort henne godt, for ansiktet hennes har fått et helt nytt lys. «Kan jeg få lov å gi deg en klem?» sier hun til deg idet du skal gå. Du vet at dette er i strid med smittevernreglene, men synes det er vanskelig å avvise henne i denne situasjonen.

Hvilke handlingsalternativer har du, og hva vil du gjøre?

Har dere en beredskap for å ta i mot reaksjonene fra pårørende som kanskje er frustrerte etter å ikke ha fått komme på lang tid og har behov for å uttrykke det? Er det mulig å bare ta i mot og se at det har en verdi for den som er frustrert å få si det, uten å forsvare eller forklare?

<https://youtu.be/bmfiJOckyr8>

Lørdag 30.5.

Bearbeiding gjennom refleksjon

Jeg håper og tror at vi har lagt en helt spesiell tid i landet vårt bak oss nå. Samfunnet åpner igjen og det kjennes mer ut som hverdagen slik vi kjenner den. Dere har stått gjennom en periode som har stilt nye og annerledes krav til dere som arbeider i helse- og omsorgstjenestene, i tillegg til de dere står i ellers. En forutsetning for at hendelser skal bli til læring og kompetanse er refleksjon. Det er også en god måte å bearbeide og lukke ned opplevelser som en kjenner sitter i magen.

Når slike refleksjoner over situasjoner man har stått sammen i deles med de andre gjør det også noe med arbeidsfellesskapet. Alle får ta del i læringen. Det kan gjøres ganske enkelt. Sett av tid og la alle få et papir og en penn slik at de kan notere sine refleksjoner enkeltvis for hvert spørsmål.

Spørsmål 1: Hva synes du har vært mest krevende på jobben under koronapandemien og hvorfor?

Spørsmål 2: Hva har vært positivt på jobb under koronapandemien og hvorfor?

Gi deltagerne fem minutter på hvert spørsmål, og etter det spør du om noen vil dele det de har skrevet. Det er viktig at alle får eie sin egen fortelling og snakke ferdig, og at de andre deltagerne så langt det lar seg gjøre unngår å avbryte med sympatierklæringer, trøst eller korrigeringer. Etter at deltageren har snakket ferdig. Kan du spørre: Hva trenger du av gruppa nå? Og etter det har blitt svart ut om vedkommende har noen behov og gitt er det nestemann sin tur.

Til slutt kan du invitere til en felles refleksjon over hvilke verdier som har vært truet og hvilke som kanskje har fått bedre vilkår enn vanlig.



Søndag 31.5.

Men mest av alt fordi du er du!

Å høre til og ha nære relasjoner er det aller viktigste for oss mennesker. Vi er ikke laget for å være alene. Vi trenger familie og/eller venner for å ha det godt, og relasjoner er også den viktigste faktoren for god helse. Det er ikke alle som har varme, trygge relasjoner rundt seg. Mye kan ha skjedd som har gjort det slik. For dem som står alene blir de ansatte i helse- og omsorgstjenestene særlig viktig. Vi blir en erstatning, på godt og vondt. Å bli sett, forstått og likt er avgjørende for livskvalitet. I etisk refleksjon er hele relasjonen viktig. Vi er hele mennesker som møter hele mennesker, ansikt til ansikt. Og det er kanskje akkurat det som gjør jobben så meningsfull?

https://youtu.be/qjt_HikDGxU

Søndag 31.5.

Vern om det gode

BARE TYNNE NÅLER

Det er så tynt, lyset.

Og det er så lite av det.

Mørket er stort.

Det er bare tynne nåler, lyset

I en endeløs natt.

Og det har så lange veier å gå

Gjennom så ødslige rom.

Så la oss være varsomme med det.

Verne om det.

Så det kommer igjen i morgen.

Får vi tro.

Rolf Jakobsen

<https://youtu.be/MWc7aTnr2Ps>



SAMARBEID OM ETISK
KOMPETANSEHEVING

Etikk-julekalendere



Pssst! Kjærligheten er ikke der borte. Den er her (Trygve Skaug)**Søndag 1.12.**

Helene Sandvik og pappaen Helge i et vakkert møte med hverandre og musikken. Å være tilstede med hele seg i møte med brukerne kan være en kunst. Hvordan kan vi bli flinkere til å være der vi er, ikke i forrige møte og ikke i neste, men bare her og nå?

<https://youtu.be/BuRLnqn9qY>

Verdier**Mandag 2.12.**

Vi er alle utstyrt med et sett verdier.
Men hvem avgjør om mine, dine eller våre verdier er bedre enn andres verdier?

Verdibevissthet antas å være bedre for alle parter - pasienten/brukeren, ansatte og organisasjonen - enn verdi -ubevissthet.

Evalueringsrapporten Etisk refleksjon og verdibevissthet. Rudi Kirkhaug 2018.

<https://www.ks.no/fagomrader/helse-og-omsorg/eldreomsorg/samarbeid-om-etisk-kompetanseheving/undersokelse-om-betydningen-av-etisk-refleksjon/>

<https://youtu.be/Yio9ldoJU14>

Hurtigkurs i etikk - med et skråblikk**Tirsdag 3.12.**

Etiske vurderinger er ikke alltid enkelt, men likevel nødvendig - hver dag.

Se filmen med Mr. G sammen med noen.

Diskuter gjerne hva som kjennetegner de ulike etiske teoriene. Hvordan kan kunnskap om etikkteori bidra til å se noe nytt og nyttig i de etiske utfordringene i tjenestene?

Kilde: Anette Strømsbo Gjørsv

Les gjerne kapittel 2 i Etikkhåndboka. Her er en artikkel med oversikt over noen av teoriene:

<https://no.wikipedia.org/wiki/Etikk>

<https://youtu.be/STRUvINVkyY>

Lagspill, stafett, eller?

Onsdag 4.12.

Ingen kan levere gode tjenester alene. Det står vi sammen om.

Den enkelte ansatts faglige vurderinger og møte med brukere og pårørende er viktig, men arbeidsplassens samarbeidsklima og organisasjonskulturen påvirker også kvaliteten på tjenestene.

Om dere er nysgjerrige på hva som kjennetegner deres arbeidsplass anbefaler vi å jobbe med kulturbevissthet og kulturanalyse.

Bruk gjerne metoden i Den lille etikkveilederen side 20 - 21.

Den lille etikkveilederen kan lastes ned her: <https://www.ks.no/globalassets/fagomrader/helse-og-omsorg/etisk-kompetanseheving--marting-filmene/Den-lille-etikkveilederen.pdf> eller bestilles gratis på mail chs@ks.no

For videre lesing om tema kan vi anbefale Etikkhåndboken for kommunale helse- og omsorgstjenester. Den kommer forøvrig i ny utgave rett over nyttår.

https://youtu.be/_nbVTUYVKxg

Vold og trusler på sykehjem

Torsdag 5.12.

Situasjonen er hentet fra ett av avvikene i A - magasinet 29. 11. 19.

«Han roper, skriker, kaster kopper og ødelegger for alle. Medpasienter fikk ikke spist middagen i fred og ro. Han kjører rullestolen rundt og plager alle. Vi kjørte han på rommet for å skjerme, men han har kommet seg ut flere ganger. Til slutt fikk vi skiftet kun bleie, alle som var på vakt måtte hjelp til å legge han i sengen. Han er en fare for andre beboere. Derfor måtte vi låse rommet slik at han ikke skader andre»

Hva er det etiske dilemmaet her? Er det flere?

Bruk gjerne metoden: Etisk sjekkliste i Den lille etikkveilederen side 12 og 13 (eller bruk en annen diskurs-etisk modell, for eksempel SME - modellen)

Her er lenke til et debattinnlegg fra Senter for medisinsk etikk i dagens Aftenposten:

<https://www.aftenposten.no/meninger/debatt/i/RRnQ3W/har-vi-lukket-oeynene-for-voldelige-eldre-reidun-foerde-og-reidar-pedersen>

Den lille etikkveilederen kan lastes ned via lenken:

<https://www.ks.no/globalassets/fagomrader/helse-og-omsorg/etisk-kompetanseheving--marting-filmene/Den-lille-etikkveilederen.pdf>

eller bestilles gratis på mail chs@ks.no

<https://youtu.be/8AHCfZTRGiI>

Etikkprisen 2019

Fredag 6.12.



I dag deles Etikkprisen 2019 ut!
Arendal, Bærum og Eigersund er nominert til prisen, og så glade ble Flora kommune da de vant i fjor :-)
Les gjerne artikkelen nedenfor om årets nominerte kommuner og utdelingen.

Neste år er det 10 års jubileum for Etikkprisen. Vi ønsker å dele og løfte og dele det gode etikkarbeidet som gjøres i kommunene. Start allerede nå og tenke på deres søknad slik at din kommune/etikknettverk/bydel kan vinne Etikkprisen 2020!

<https://www.ks.no/fagomrader/helse-og-omsorg/eldreomsorg/samarbeid-om-etisk-kompetanseheving/utlysning-av-etikkprisen-2020/>

<http://www.ks.no/etisk-kompetanseheving>

Sosialiseringsprosessen

Lørdag 7.12.

«Kom som du er, men bli som oss» er noe mange av oss har erfart.
Drøft med kolleger fordeler og ulemper med dette fenomenet.

<http://www.ks.no/etisk-kompetanseheving>

<https://youtu.be/o8BkzvP19v4>

I møte med døden

Søndag 8.12.

*Døden er alltid nær oss.
Det er som den bare har vendt en annen side mot livet og rører ved oss.
Den svøper seg inn i et fravær så mørkt at det blender deg.
Utvendt mot livet - kanskje å dø er å snu seg en annen vei.*

Stein Mehren

Reflekter sammen med en eller flere kolleger:
I møte med mennesker som skal dø, eller mennesker som skal miste noen, kommer vi ofte veldig nær egne følelser og erfaringer. Vi mennesker berøres ofte sterkt i møte med døden, også som profesjonelle hjelpere. Hvilke styrker og utfordringer vil dette kunne gi oss i møte med den andre?

<http://www.ks.no/etisk-kompetanseheving>

<https://youtu.be/CjIUskA9etA>

Glede**Mandag 9.12.**

Drøyer du om ei kvit jul? ... eller mild og grøn?

Voss lyrikklag har gjort seg nokre tankar om å glede seg over det som er.

*Dersom du vel å ikkje
gleda deg over snøen,
vil du ha mindre glede i livet,
men
same mengde snø.*

Hvordan kan vi korrigere hverandres perspektiv slik at det er lettere å få øye på viktige verdier som glede, takknemlighet, tilfredshet uten å krenke hverandres opplevelse av situasjonen?

<https://youtu.be/5j6M1i9rW1s>

Dalai Lama : hvordan vise omsorg for syke**Tirsdag 10.12.**

I dag er dagen for utdeling av Nobels fredspris. Hva passer da bedre enn å reflektere over disse tankene fra en tidligere fredsprisvinner, Dalai Lama, som fikk prisen for 30 år siden.



Sann omsorg for syke starter ikke med kostbare prosedyrer, men ved å gi en enkel gave: ømhet, kjærlighet og medfølelse. Dalai Lama

Hvilke verdier styrer deres hverdag på jobb? Er det de samme verdiene som dere tenker gir god opplevd kvalitet for brukerne av tjenesten? Hvordan kan brukerne kjenne at nettopp de verdiene er viktige for dere? Diskuter forskjellen på åpne og skjulte verdier. Les gjerne kapittel 2 i Etikkhåndboka.

Foto: Yancho Sabev - Own work

<http://www.ks.no/etisk-kompetanseheving>

Et sinn er som en fallskjerm...**Onsdag 11.12.**

“A mind is like a parachute. It doesn't work if it is not open”

Frank Zappa

Etisk kompetanse består av:

Persepsjon (oppdage at verdier står på spill)

Refleksjon

Aksjon



Drøft med en eller flere kolleger: Hva kan fremme og hemme denne persepsjonen (oppdagelsen) og refleksjonen hos meg?

<http://www.ks.no/etisk-kompetanseheving>

Tidsklemma**Torsdag 12.12.**

Av og til kan det hende man får følelsen av at tiden raser fremover, gjerne i et forrykende tempo. Har vi tid til å stoppe opp? Har vi tid til å tenke oss om? Reflektere? Og er det noe vi ønsker å prioritere?

Drøft med kolleger hvilken betydning det kan ha for brukere og pasienter at ansatte reflekterer over egen praksis.

<http://www.ks.no/etisk-kompetanseheving>

https://youtu.be/AhT_wusAyoc

Lys i mørketid**Fredag 13.12.**

13 desember forener to tradisjoner: helgenen Sankta Lucia som bærer lyset og Lussi, en ondsinnet vette som folk skulle vokte seg for - en underjordisk.

Det er lys og det er mørke. Det er glede og håp,

men også et gammelt minne fra gamle dager om at mørketida var en tid man trengte vern.

Å være lysbærer i overført betydning kan være så mye.

For mange vil spørsmålet; Hva er viktig for deg? være en vei til nytt håp og lysere dager.

Hvordan kan vi tenke slik at det ikke bare blir et enkeltstående spørsmål, men en integrert holdning og del av en prosess?

<http://www.ks.no/etisk-kompetanseheving>

https://youtu.be/mxp_kmu5J-w

Gaver i tjenesten**Lørdag 14.12.**

Under et hjemmebesøk hos en av dine pasienter vil vedkommende gi deg 4000 kroner. Du argumenterer med at du ikke har lov å ta i mot pengegaver, hvorpå vedkommende blir opprørt og sint. Du prøver på ditt beste å gi pasienten pengene tilbake, men du opplever situasjonen som svært ubehagelig. Du blir skremt over aggresjonen pasienten utviser. Hva gjør du?

Finn gjerne et eksempel fra egen praksis og bruk gjerne Etisk refleksjonsmodell på side 12 og 13 i Den lille etikkveilederen.

Heftet kan lastes ned her: <https://www.ks.no/fagomrader/helse-og-omsorg/eldreomsorg/samarbeid-om-etisk-kompetanseheving/den-lille-etikkveilederen/> eller bestilles gratis på mail chs@ks.no

<http://www.ks.no/etisk-kompetanseheving>

Rett til egen tro og livssynsutøvelse

Søndag 15.12.

Retten til å tro hva man vil er en del av FNs menneskerettigheter. Det står i artikkel 18:

Enhver har rett til tanke-, samvittighets- og religionsfrihet. Denne rett omfatter frihet til å skifte religion eller tro, og frihet til enten alene eller sammen med andre, og offentlig eller privat, å gi uttrykk for sin religion eller tro gjennom undervisning, utøvelse, tilbedelse og ritualer.

Rett til å få bistand til egen trosutøvelse er derfor en plikt for helse- og omsorgstjenestene jfr. rundskriv fra Helse- og omsorgsdepartementet.

Åndelig og eksistensiell omsorg er noen ansatte trygge i å gi, mens andre kan tendere til å bli misjonerende eller unnvikende. Hvordan kan ansatte tryggnes i å gi faglig forsvarlig og trygg åndelig omsorg på brukerens premisser, selv om man evt. ikke deler brukerens livssyn?

<https://www.regjeringen.no/globalassets/upload/hod/rundskriv/rundskriv-i--6-2009.pdf>

<http://www.ks.no/etisk-kompetanseheving>

<https://youtu.be/-Nn7JGAhZ0I>

Brukermedvirkning - Hva er viktig for deg?

Mandag 16.12.

Brukere og pasienter av helse- og omsorgstjenestene våre har rett til å medvirke!
Hvordan møter vi dette i hverdagen?



Viktige momenter knyttet til disse møtene er:

- å bli tatt på alvor
- å bli behandlet med respekt
- føle tillit og trygghet
- å få hjelp når behovet er der

<http://www.ks.no/etisk-kompetanseheving>

Når tidene er knapp, og man likevel har guts til å få til en etisk refleksjon!

Tirsdag 17.12.

Etikksatsingen i KS lærer primært kommunene å bruke en av hovedmodellene for etisk refleksjon. Disse er ulike varianter over diskurs - etisk metode.

Men vi vet også at tiden av og til ikke strekker til. Det er ikke alltid mulig å sette av en time eller mer i en travelt hverdag. Vi har derfor samlet noen metoder/måter å organisere refleksjon på som tar kortere tid.

Disse kan brukes til enklere etiske dilemmaer, for å bli kjent med hverandre, arbeide med kultur og normsett på arbeidsstedet over tid osv.

Metodene bidrar primært til å strukturere samtaler.

Metodene kan sånn sett brukes til ulike faglige og miljømessige utfordringer. Det er derfor viktig at etikkveilederen/deltagerne er bevisste på at etiske refleksjonsgrupper brukes til å løfte de *etiske* utfordringene i hverdagen. Følg lenken for å komme til artikkel med metodene.

<https://www.ks.no/fagomrader/helse-og-omsorg/eldreomsorg/samarbeid-om-etisk-kompetanseheving/>

<https://youtu.be/-n3sUWR4FV4>

Det formale likhetsprinsippet

Onsdag 18.12.

Like tilfeller skal behandles likt.

Forskjeller må begrunnes i relevante forskjeller.

Det er et av de eldste etiske prinsippene, og et grunnleggende prinsipp for demokrati og velferd.

Einar Øverenget forteller om **fire røde flagg** når man fraviker fra det prinsippet:

1. Lovlig (Betyr ikke at det er godt, bare at det ikke er forbudt)
2. Følelser (sympati/antipati utgjør ikke en relevant forskjell)
3. Rutiner (at vi alltid har gjort noe betyr ikke at det er klokt)
4. Konformitet (at «alle» gjør det begrunner egentlig ingenting)

Hender det at det forekommer avvik fra det formale likhetsprinsippet hos dere? Hva gjorde at det bli slik?

<http://www.ks.no/etisk-kompetanseheving>

<https://youtu.be/uPsOMd52ZwY>

Den som roper høyest...

Torsdag 19.12.

.. er det den som trenger oss mest?

Eller er det slik at den som roper høyest trekker ressurser fra andre som kanskje trenger oss mer.

Hvordan kan vi som helsearbeidere bidra til at ressursene går dit de trengs mest uavhengig av hvem som roper høyest?

<http://www.ks.no/etisk-kompetanseheving>

https://youtu.be/LKg2U_PVvoc

Livskvalitet eller kvantitet?

Fredag 20.12.

«Som gruppe kan joggere leve lenger, men trolig ikke mye lenger enn den tiden de bruker på å jogge. Uansett skal du være klar over at de årene du får ekstra, får du helt på slutten av livet. Så de årene er kanskje litt oppskrytt. Og du bør i alle fall like å jogge.» Ingvard Wilhelmsen

Hvordan forholder vi oss til en livsførsel hvor man risikerer et kortere liv, en livsførsel som tross alt gir livskvalitet?

<http://www.ks.no/etisk-kompetanseheving>

<https://youtu.be/ldPf3yqq3-8>

Å være alene

Lørdag 21.12.

å være alene
jeg vet
at jeg
antagelig
har vært
noe for
spesielt interesserte
problemet mitt
er bare at
andre ikke
har vært
spesielt interesserte (*Kristian Bergquist*)

Det er egentlig ikke rakettforskning dette her, men det betyr ikke at det er lett.
Vi trenger alle å bety noe for noen og
oppleve at vi hører til i et fellesskap. At det er et «vi» der vi er, og vi er en del av det.

Aldring og helse har oppdatert hjemmesiden sin bruker en ny plattform.
Sjekk disse linkene: <https://edu.aldringoghelse.no/login/index.php> og <https://butikk.aldringoghelse.no/bokhandel>

<http://www.ks.no/etisk-kompetanseheving>

Amandas gode råd for vanskelige samtaler.

Søndag 22.12.

Se filmen med Amanda.
Sitt stille ett minutt eller to og la budskapet synke inn.

Hvem er det egentlig vi beskytter når vi ikke snakker direkte med dem det gjelder? Når opplevde du sist at du fikk til en
åpen samtale om et krevende tema. Hvorfor fikk du det til? Hva kan du ta med deg av læring?

<http://www.ks.no/etisk-kompetanseheving>

https://youtu.be/o-x_QMZdj8Y

Håp**Mandag 23.12.****Havsalme**

Du som styre straum og vind
 utom øy og odda,
 styr du straumen i mitt sinn,
 så eg rette kursen finn
 gjønna natt og skodda.

Peik ut leia på mitt draft
 når det bryt om grunnan.
 Lån meg fliken av di kraft,
 hold di hand om skaut og skaft
 så eg berges unna.

Du som ser mi veike tru,
 veit kor tidt eg tvile,
 gje meg svaret på om du
 e den hjelpar som kan snu
 angst og ank til kvile.

Still så stormen om mitt stamn,
 du som veit mitt beste.
 Los meg mellom fallan fram
 til eg i di trygge hamn
 finn mitt ankerfeste.

Helge Stangnes

Hvordan formidler vi håp i vanskelige stunder når livet er som mørkest? Kan vi gi håp? Hvordan kan vi få tak i og styrke brukernes eget håp? Spørsmål som Hva er viktig for deg nå? og Er det noe som bærer deg å? kan åpne opp for åpne samtaler om temaer som er skjøre og kanskje krevende å sette ord på.

<http://www.ks.no/etisk-kompetanseheving>

Julefred og signet høytid**Tirsdag 24.12.**

Hva kan vente, slik at det blir mer tid til det som gir fellesskap, høytid og glede? Og samtidig skape rom for savn, sorg og lengsel.

Takk til alle som har fulgt årets etikk-julekalender! Vi håper det har vært noe å hente for alle sammen. Ta gjerne kontakt med satsingen Samarbeid om etisk kompetanseheving om dere ønsker vår deltagelse på metodekurs/ fagdager eller lignende på mail chs@ks.no

Husk at mange har tradisjoner som gudtjeneste julaften og 1. juledag.
 Sett gjerne på TV'en, lag kaffe, sett frem småkakene, og aller viktigst: sitt ned litt selv også :-)

Takk for følget i desember!
 Ta gjerne kontakt om dere ønsker metodekurs eller fagdag i etikk fra Etikksatsingen i KS på mail chs@ks.no.

<http://www.ks.no/etisk-kompetanseheving>

https://youtu.be/EWd-IsevG_A

Retten til å være seg selv. Identitet, sammenheng og tilhørighet.**Lørdag 1.12.**

Hvordan kan vi legge til rette for at brukerne kan få en opplevelse av sammenheng med den de var, og den de er, slik livet nå engang har blitt? Det er ikke noe galt med bingo og høytlesning av Prøysen, men er det nok variasjon? Hva gjør vi med alle «gutta» (og jentene) som ikke kjenner seg igjen i aktivitetene vi tilbyr dem?

<http://www.ks.no/etisk-kompetanseheving>

<https://youtu.be/L0luGO6UPio>

Det som gir håp og trøst skal vi verne om, uansett tro.**Søndag 2.12.**

Hva tror du på? (trenger ikke å være en Gud)
Får det noe å si for hvordan du møter brukerne?
Gir det deg mot til å spørre om hva som bærer den andre?
Kan du bære håpet for en som har mistet sitt for en stund?

<http://www.ks.no/etisk-kompetanseheving>

Dikt av Trygve Skaug

Hva er normalt, egentlig?**Mandag 3.12.**

Er det mulig å kalle personer for normale?

https://youtu.be/xWl_J3-2Nzg



Jeg tror
på en gud
du ikke får øye på
hvis du bare myser oppover

Å være pårørende og veldig glad i et menneske med demens.

Tirsdag 4.12.

Les diktet for noen kolleger i dag og snakk sammen i etterkant. Pasientene «våre» er først og fremst noen andres kjære. Noen ser og opplever dette mennesket fra et annet perspektiv enn vårt.

Alzheimers

Ein kvardag.. ein tur, ein prat..
 livlig snakk om alt og ingenting..
 om pusekattar, vær og vind,
 om flotte klær og klem av gode kinn.
 Om redsel og om glede,
 om det å elske og det å leve.
 Om krig i verda og fred vi har..
 musikk, teater, om søster og om bror...
 barndomsminner, din far og mor.

Så kan vi kjenne ein latter god,
 som nærast stel pusten frå oss båe to.
 Og sjølv om eg veit, så inderleg vel...
 eg veit at det gløymast.. men minnane tel..
 Eg klamrar meg til deg... så lenge eg kan..
 og held deg godt inni mitt hjarte og mitt drøymeland.
 Ein mamma for meg så utrolig kjær..
 eg minnast kvar hending og kvar ein dag..
 kvar tur og kvar prat og når vi ler ilag.
 Og framleis så finn eg støtte der vi går arm i arm...
 ein solskinnsdag, ein tur i lag.

Eg lover at eg skal minnast for oss båe to..
 skal minnast alt vi prata, gjekk og lo.
 Og turen den var lang og kjekk..
 til tross for glemsel at vi gjekk....

Ragnhild Svensli

<https://youtu.be/byrBsfMsPmY>

Pårørendesamarbeid: når ansattes faglighet blir utfordret

Onsdag 5.12.



1. Du jobber ved et sykehjem og har ansvaret for en pasient med langtkommet demenssykdom. Hun har i tillegg hatt hjerneslag. Det er ikke lenger mulig for henne å ta til seg næring på vanlig måte, og hun har derfor pegsonde. Pasienten har også utviklet smertefulle liggesår. Hun har ikke språk, og det er selvsagt vanskelig å kommunisere med henne.

Det er vanskelig å mate henne via sonden, og du merker at dette er ubehagelig for henne. Pårørende insisterer på at ernæringsregimet skal opprettholdes, men du er ikke enig. Hvordan kan du møte de pårørende på en verdig måte samtidig som du gjør det du mener er etisk riktig i denne situasjonen?

Hva betyr menneskeverd for deg?

Torsdag 6.12.

Se filmen og snakk om innholdet.

Marte har noe grunnleggende viktig å si, og jeg tror hun vet hva hun snakker om.

Les også gjerne menneskerettighetene. Er de noen gang under press hos dere?

<https://www.fn.no/Om-FN/Avtaler/Menneskerettigheter/FNs-verdenserklaring-om-menneskerettigheter>

<https://youtu.be/aStj6Y6Nicc>

Etikkprisen 2018!

Fredag 7.12.

I dag deles Etikkprisen 2018 ut. Årets nominerte kommuner er Flora, Sandefjord og Stavanger. Vi er imponerte over hva de har fått til. Dette er gode eksempler på etikkarbeid ute i kommunene. Vi gleder oss til å feire alle tre, og ikke minst til å endelig kunne annonsere vinneren!



Foto: KS

Fanget i eget perspektiv?

Lørdag 8.12.

Hva hører du når du lytter? Og hvem blir du når du svarer?

<https://youtu.be/8Sr5XHfBN0Q>

Kunsten å møte den andre der han eller hun er

Søndag 9.12.

Se filmen og kjenn hva den utfordrer i deg.

<https://youtu.be/CrZXz10FcVM>

Men mest av alt fordi du er du!

Mandag 10.12.

Å høre til og ha nære relasjoner er det aller viktigste for oss mennesker. Vi er ikke laget for å være alene. Vi trenger familie og/eller venner for å ha det godt, og relasjoner er også den viktigste faktoren for god helse. Det er ikke alle som har varme, trygge relasjoner rundt seg. Mye kan ha skjedd som har gjort det slik. For dem som står alene blir de ansatte i helse- og omsorgstjenestene særlig viktig. Vi blir en erstatning, på godt og vondt. Å bli sett, forstått og likt er avgjørende for livskvalitet. I etisk refleksjon er hele relasjonen viktig. Vi er hele mennesker som møter hele mennesker, ansikt til ansikt. Og det er kanskje akkurat det som gjør jobben så meningsfull?

https://youtu.be/qit_HikDGxU

Kultur, tradisjoner og identitet

Tirsdag 11.12.

Vi er et lite land, men vi har et mangfold av kulturer og tradisjoner. Har vi rom, og finner vi glede og inspirasjon i mangfoldet blant brukere og ansatte på vårt arbeidssted? Mat, tradisjoner, tro, overtro osv. er en fin inngang til å forstå mer av hverandre, og kanskje også oss selv.

Hva gjør du når du ikke vet hvor du skal gjøre?

Onsdag 12.12.

Etisk refleksjon handler mye om å sortere og utvide egen horisont slik at vi kan hjelpe hverandre til å få nye perspektiv. Da kan vi trolig bedre handle til det beste for den andre der og da, både på lang og på kort sikt.

<https://youtu.be/yK8x-u2pyXE>

Lys i mørketid

Torsdag 13.12.

«Tenn lys, og mørket vil forsvinne av seg selv,» sa Erasmus av Rotterdam. I dag er det Luciadagen. Den 13. desember var i gammel tradisjon regnet for å være den mørkeste natten året. Snakk med dine kolleger hva dere kan gjøre for at brukerne skal oppleve litt mindre mørke i dag.

<https://youtu.be/EFXmI5kgIXA>

Hva er viktig for hvem? Tematikken under er velkjent, men hvordan håndtere vi det i praksis?

Fredag 14.12.

Du er leder ved en sykehjemsavdeling. Pasientene har muligheter til å få besøk av husdyr på avdelingens fellesstue. En av pasienten har en nær pårørende som er hyperallergisk og som ikke kan besøke pasienten etter at hun har vært i nærkontakt med husdyret. De pårørende ønsker ikke at hun skal kose med husdyret, mens du og ditt personal ser at hun har mye glede av å holde og kose med husdyret. Hva gjør du som leder?

<https://youtu.be/tS3y9JUeSFo>

Hele relasjonen er viktig!

Lørdag 15.12.

Vi er ansatte, vi er pårørende og vi er brukere. Først og fremst er vi mennesker som lever sammen på denne jorda. Hvordan kan vi gjøre veien litt lettere for hverandre? Og om vi ikke kan gjøre den lettere, hvordan kan vi unngå å gjøre den tyngre?

<https://youtu.be/5A5kK3FnThM>

Gi meg ikke din styrke

Søndag 16.12.

Lytt til sangen sammen med kolleger.

Reflekter så sammen rundt begrepet «medvandrer».

- Hva betyr det å være medvandrer?

- Hva skal til for at vi kan være gode medvandrere for menneskene vi skal hjelpe?

<https://youtu.be/DqGF0g7WsDQ>

Autonomi vs ?

Mandag 17.12.

Du jobber ved et lokalsykehus hvor du har ansvaret for en ung pasient som er innlagt til rehabilitering etter hjerneslag. Han har vært en måned ved Universitetssykehuset og i denne perioden har han vært røykfri. Etter ankomst din avdeling insisterer han på å få røyke. Legene har informert han og de pårørende om helseskadene ved fortsatt å røyke, men han er ikke villig til å opprettholde røykestopp. Pasienten er ikke i stand til å komme seg på røykerommet alene, han kan heller ikke være der alene mens han røyker. Hva gjør du som ansvarshavende sykepleier?

Å være himmelsøster eller himmelbror: å gå det siste stykket sammen med brukerne.

Tirsdag 18.12.

Vi vet vi skal dø, og for mange er døden en del av arbeidshverdagen.

Hva gjør det med deg?

Er døden en fiende eller venn? Er det en slutt eller en ny begynnelse?

Har dere hatt en «Jeg og døden» samtale på

ditt arbeidssted? Døden er et område hvor

mange styres av skjulte verdier, altså ubevisste holdninger og følelser.

<https://youtu.be/MvzNONXBVMQ>

“No act of kindness, no matter how small, is ever wasted” Aesop

Onsdag 19.12.

«Alle vakre følelser i verden veier mindre enn en eneste vennlig handling,» sa James Russell Lowell. Tenk i dag gjennom en ting du vil gjøre for å omsette en vakker følelse til handling.

<https://youtu.be/CWzrABouyeE>

Sorgens mange fasetter

Torsdag 20.12.

Hvordan kan vi ta i mot, tåle og støtte de som opplever sinne, smerte, meningsløshet, takknemlighet, skyld og ensomhet i møte med død? Er vi modige nok?

<https://youtu.be/yoPYQ-FmQB4>

Livshåp i mørketid.**Fredag 21.12.**

Hvordan kan vi hjelpe de som ikke lenger synes døden er skumlere enn livet? Hvordan oppdager vi selvmordstendenser og planer hos våre brukere? Hvordan kan vi møte dem som bærer slik smerte? Hvordan dele håp og varme med en frossen sjel?



<http://www.ks.no/etisk-kompetanseheving>

Dikt av Trygve Skaug

Hva er et hjem? Kan vi som ansatte gi noen en opplevelse av å bo hjemme selv på en institusjon?

Uro**Lørdag 22.12.**

Når
uroa
gjestar deg

Gje ho
dei beste
vilkåra

Slavenka Drakulic

I dag inviterer vi til å reflektere litt over det å oppdage etiske utfordringer. Kva gjer du når du kjenner uro, når du kjenner at dette var kanskje ikkje greitt, at slik bør vi ikkje gjere? Det er lett å velje minste motstands veg og skyve uroa unna. Snakk i dag med ein eller fleire av dine kollegaer om noko som har uroa deg. Kanskje dei har kjent på det same, og kanskje de saman bør gjere noko med det?

<https://youtu.be/amEzuWn639A>

Jeg har aldri sett elg: En sang om de nære ting og mulighetene der.**Søndag 23.12.**

Hva er et hjem? Hva må et sted inneholde for at det skal være hjem. Kan en institusjon være et hjem, eller er det å håpe på for mye? Hvordan er det å ha hjemmet sitt på din arbeidsplass?

<https://youtu.be/RAEB6V6r4RM>

Gledelig jul!**Mandag 24.12.****Julaften**

Gledelig jul! Takk for følget! Vi ønsker hver og en av dere en fredelig og god jul. Ta vare på hverandre i denne vakre og litt skjøre høytiden!

I dag er det selveste julaften:

Hvordan kan man merke at det er jul der du arbeider? Hvordan kan du bidra til at julen blir litt finere for dem dere møter?

Skal etikken blomstre hos dere i 2019? Ta kontakt med leder av etikksatsingen på chs@ks.no

<http://www.ks.no/etisk-kompetanseheving>

<https://youtu.be/HKh6XxYbblc>

Behovet for nærhet og omsorg er like sterkt hele livet. Hvordan forholder vi oss til det?

Fredag 1.12.

To beboere på skjermet avdeling flørter åpenlyst. Begge er gift på hver sin kant, og du tror flørtingen plager ektefellene. Dilemmaet er hentet fra satsingens refleksjonskort.

<https://youtu.be/093GjYcDg-4>

Når er nok nok?

Lørdag 2.12.

«Kona mi vil jeg skal trene, men jeg er sliten, gammel og syk.»



Sitatet er hentet fra refleksjonskortene Hverdagsrehabilitering og hverdagsmestring har laget i samarbeid med Samarbeid om etisk kompetanseheving.

Foto: corebar.blog.no

Hvordan merker man at det er søndag der du jobber?

Søndag 3.12.

Mange gamle er vant til å høre på gudstjenesten på radioen selv om de ikke er uttalt kristne eller har gått ofte i kirken. Kanskje du skal høre med dem om de vil at du skal sette den på? Og litt ekstra stas pleier det å være om det er en «kirkekaffe» i stua sammen etterpå. Gudstjenesten overføres på TV NRK1 og i radio på NRK P1 kl. 11 søndag formiddag.



Foto: Samarbeid om etisk kompetanseheving: Gudstjeneste på Kantarellen bo og rehabiliteringssenter.

Når medisiner blir en utfordring, hva da?

Mandag 4.12.

Hvordan kan oppfølgingen av beboernes medisiner gjøres tryggest mulig der du arbeider? Hvem har ansvar for hva, og hvordan følger dere opp endringer på medisinlistene?

Filmen er produsert av Helse Møre og Romsdal, og denne episoden er nr. 4 i en serie på 5.

Hva er et menneske verdt?

Tirsdag 5.12.

«Fortel meg
at det er noko
med meg
same kva»

Kirsti Woien Håland

Vi er ofte flinke til å anerkjenne livshistorien til de vi møter. Vi bekrefter at det de har brukt livene sine til har vært verdifullt, og det er med å styrke stolthet og selvfølelse. Hvordan bekrefter vi verdien av et menneske som forgår av skam over ikke lenger å oppleve å kunne gi hjelp, men som må lære seg å ta i mot?

Hva preger kulturen på ditt arbeidssted?**Onsdag 6.12.**

Det er kanskje ikke så vanskelig å svare på det litt kjapt. De åpne verdiene er ofte tenkt, reflektert og synlige. Men hva preger dere av skjulte verdier? Hva er ditt bidrag til fellesskapet? Det du er bevisst på, det styrer du. Det du ikke er bevisst på, det styrer deg.

<https://youtu.be/MWc7aTnr2Ps>

Hvor går grensen for hva helsepersonell skal involvere seg i?**Torsdag 7.12.**

En hjemmeboende bruker er svært dårlig. Pårørende er slitne og ønsker å søke plass på sykehjemmet. Pasienten nekter. Pårørende ber deg om å overtale brukeren.

(Dilemmaet er hentet fra Samarbeid om etisk kompetansehevings refleksjonskort).

Foto: livetsrose.net

**Etisk refleksjon er en naturlig del av kvalitets og kompetansehevings-arbeidet.****Fredag 8.12.**

I dag kl. 12 deles Etikkprisen 2017 ut av Helse- og omsorgsminister Bent Høie og nestleder i styret i KS, Mette Gundersen. Vinneren får 100 000 kr, heder og ære. Flora kommune, Oslo kommune og Surnadal kommune er nominert til prisen. Disse kommunene er gode eksempler å lære av. Les mer om de nominerte her:

<https://www.ks.no/fagomrader/helse-og-omsorg/eldreomsorg/samarbeid-om-etisk-kompetanseheving/utlysning-av-etikkprisen-2020/>

Hva ønsker din kommune/arbeidssted å satse på for å få etisk refleksjon enda bedre inn i det daglige arbeidet?

Foto: KS. Fjorårets vinner, Askim kommune med KS' styreleder Gunn Marit Helgesen

**De små ting****Lørdag 9.12.****Ord om smil**

Et lite smil

fra kassedamen eller bussjåføren.

Et vennlig ord fra assistenten på biblioteket.

En munter passiar med en mann på gaten.

En hyggelig parkeringsvakt.

Og øyeblikket,

dagen er forandret.

Troen på menneskeheten er gjenopprettet!

Pam Brown

<https://youtu.be/tS3y9JUeSfo>

Tenn lys!**Søndag 10.12.**

*Tenn lys! To lys skal skinne
for kjærlighet og tro,
for dem som viser omsorg
og alltid bygger bro.
Må fanger få sin frihet
og flyktninger sitt hjem,
tenn lys for dem som gråter
og dem som trøster dem*

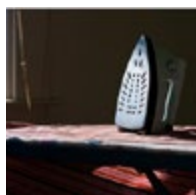
Det at hver og en av oss bærer gode verdier som nestekjærlighet, respekt, tilgjengelighet og nærhet gjør hele forskjellen for dem vi møter. Takk til alle dere som trøster hjertene!

Foto: Flickr

<https://youtu.be/EA0tJCaLAc8>

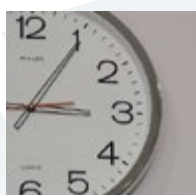
Refleksjon. Fra latin: reflectare. Betydning: tilbakekastelse, å se en gang til.**Mandag 11.12.**

Braker dere etisk refleksjon før dere tar avgjørelser som griper inn i beboernes/brukernes liv? Eksempelvis før tvangsvedtak, opphør av livsforlengende behandling etc. Lær mer om hvordan det kan gjøres i Etikkhåndboken, som er satsingens hovedbok.

**Hvilket språk bruker du når du skriver om brukerne/beboerne?****Tirsdag 12.12.**

En beboer fortalte meg om fortvilelsen da den ansatte strøk inn merkelapper på silkeblusene hennes med for varmt strykejern slik at stoffet ble skrukkete. Hun syntes blusen ble ubrukelig og ødelagt. I rapporten sykepleieren skrev sto det: «Beboer er i dårlig humør og nekter meg å merke klær. Det er derfor ikke gjort.»

Er dere bevisste på et nøytralt og faktabasert språk når dere rapporterer? Ville du vært komfortabel med at brukeren selv leste det du skrev? Ville vedkommende ha kjent seg i igjen i din beskrivelse, tror du?

Når det er travelt over tid og alle er slitne: hva gjør vi da?**Onsdag 13.12.**

Gerd: Den andre gruppen vil vi skal komme og hjelpe dem når vi er ferdige med våre pasienter, men våre arbeidsoppgaver er like krevende. Det er bare at vi er mer effektive. Vi gjør oss ferdige med morgenstellet, og så unner vi oss en liten kaffepause. Den lille pausen er en viktig del av det sosiale fellesskapet på gruppen. Hvis vi skal fortsette med deres pasienter, kommer de bare til å jobbe enda tregere. Og dessuten vil det gå utover trivselen.

Hvordan vil dere håndtere denne situasjonen?

Finn frem til minst tre mulige forslag til oppfølging, og velg den dere har mest tro på.

Foto: Flickr

Omsorgstretthet (Compassion fatigue)

Torsdag 14.12.



Empati – et tveegget sverd

“The capacity for compassion and empathy seems to be at the core of our ability to do the work, and at the core of our ability to be wounded at work” (Figley 1995)

Hvordan håndtere du de følelser og reaksjoner du får i møte brukere/beboere? Hvordan håndterer dere det som arbeidsfelleskap?

Foto: Samarbeid om etisk kompetanseheving

Når du ser en feil og ikke sier noe, har du da satt en ny standard?

Fredag 15.12.



Hvilken kultur har dere på ditt arbeidssted når det gjelder tilbakemeldinger?

Er det lov å gjøre feil? Er det rom for å korrigere hverandre? Hvordan gjør dere i så tilfelle det på en respektfull og ivaretagende måte?

Alt det vi deler

Lørdag 16.12.

Eldre mennesker, personer med demens, mennesker med rusproblemer, mennesker med psykisk utviklingshemming eller andre «grupper». Vi kategoriserer kanskje lett mennesker uten å tenke særlig over det?

Denne filmen beskriver hvor lett det er å tillegge mennesker egenskaper og verdier ut fra hva vi ser med første øyekast – og hvordan en enkel øvelse der vi omkategoriserer etter andre kriterier gir oss noe å tenke på.

1. Klikk på bildet og se filmen sammen med noen kolleger.

2. Til refleksjon: Har vi lett for å kategorisere brukerne/pasientene vi gir tjenester til? Tillegger vi brukerne forutbestemte egenskaper som kan skygge for hvem de virkelig er?

https://youtu.be/B3_52CULpJg

Det håper jeg på!

Søndag 17.12.

Mange som vet de skal dø ganske snart bæres fortsatt av håp og drømmer. Ofte også håp om et liv etter at livet her på jorden har funnet sin slutt. Har du hørt brukere snakke om slikt? Er du åpen for slike samtaler? Min erfaring er at om du våger å undre deg sammen med beboeren om det som ingen av oss vet noe sikkert om, så får du en samtale du kommer til å huske! Samtaler om åndelige og eksistensielle ting er ikke farlige, og du kan ikke gjøre noe galt så lenge det er den andre som får styre samtalen dit den skal.

Tro som gir den døende trygghet og mestring skal ikke korrigeres, bare støttes og styrkes. Om den døende plages med angst i forhold til sin tro, så er det trolig klokt å få inn fagfolk som prest e.l.

https://youtu.be/qHCqW-Zd_E8

Julestri

Mandag 18.12.



Hvordan kan vi snakke om julestri og julefri på en måte som inkluderer og ikke ekskluderer dem som hører personalet snakke i fellesområdet. Jeg har hørt hjertesukk fra beboere om at de unner personalet all mulig glede og fri med familien, men at det likevel er sårt å høre at det virker som om vår juleglede i all hovedsak består av å være der de ikke er.

Foto: Samarbeid om etisk kompetanseheving

På sykehjemmet

Tirsdag 19.12.

Se filmen sammen med noen kolleger.

Til refleksjon: Hvor bevisst er jeg mine personlige verdier og hensyn?

I hvilken grad er det styrende for hvordan jeg påvirker pasienter/brukere?

<https://youtu.be/X2A11nqY8Zg>

Praktisering av verdier

Onsdag 20.12.

Reflekter sammen med en eller flere kolleger over følgende:

Hvilke verdier skal prege tjenesten på arbeidsplassen?

Hvordan forstår hver enkelt denne verdien og hvordan praktiserer han/hun den?



Foto: Flickr

Hverdagsrehabilitering

Torsdag 21.12.



Liv (68) trener på å bli mer selvhjulpen i hjemmet. Hun har ordinær hjemmetjeneste for bistand med deler av morgenstellet, etter gjennomgått periode med hverdagsrehabilitering. Blant annet skal hun hente posten mens hjemmetjenesten er til stede.

Kari er ansatt i hjemmetjenesten. Hun følger opp i henhold til målsettingen, mens hennes kollega Ola tar posten med inn når han er hos Liv. Ola mener det tar mye mindre tid, dessuten: «Alle har godt av litt service.»

Reflekter sammen med en eller flere kolleger:

1. Hvem er involvert, og hva er viktig for de ulike partene?
2. Hva er det egentlige problemet?

Flere refleksjonskort med tema hverdagsrehabilitering/hverdagsmestring:

<https://www.ks.no/fagomrader/helse-og-omsorg/eldreomsorg/samarbeid-om-etisk-kompetanseheving/>

Foto: Flickr

Rom i herberget?

Fredag 22.12.



Du jobber på et lavterskel botilbud med akutt plasser for bostedsløse. En av brukerne har en personlighetsforstyrrelse som kan gjøre ham emosjonelt ustabil, særlig når han er ruset. Han har i et tilfelle truet kollegaen din slik at politiet måtte gripe inn. Nå kommer han på døra og vil overnatte. Han bedyrer at han er nykter. Kollegaen din er engstelig og vil at dere skal avvise ham. Hva bør dere gjøre i denne situasjonen?

Illustrasjon: Flickr

Gjør alt så enkelt som mulig, men ikke enklere (Albert Einstein)

Lørdag 23.12.



Systematisk etisk refleksjon er et verktøy for å gjøre avgjørelser enklere og tydeligere, og forhåpentligvis riktigere for dem som berøres av dilemmaet. Etisk sensitivitet kan oppøves. Har dere et bra læringsrom hvor fag og følelser kan få spille på samme lag?

Julaften

Søndag 24.12.

Gledelig jul! Takk for følget, og vi ønsker hver og en av dere en fredelig og god jul. Ta vare på hverandre i denne vakre og litt skjøre høytiden!

I dag er det selveste julaften:

Hvordan kan man merke at det er jul der du arbeider? Hvordan kan du bidra til at julen blir litt finere for dem dere møter?

<https://youtu.be/RVipbGmSnKg>

Benytt Etik - adventskalenderen som utgangspunkt for etisk refleksjon på ved din arbeidsplass.**Torsdag 1.12.**

I dag vil vi utfordre dere til å tenke litt gjennom hva som skaper trivsel på arbeidsplassen. Fyll inn de åpne feltene nedenfor hver for seg. Snakk deretter sammen om hva som skaper og hva som motvirker trivsel på arbeidsplassen. Til slutt oppfordres hver deltaker til å gjøre en handling for å fremme trivsel.

Jeg vil at arbeidsmiljøet skal være preget av

For å trives i jobben er det også viktig med

Det som kan hindre trivsel er

Jeg skaper trivsel på jobben når jeg Jeg bidrar også til trivsel når jeg

(Foto: mylittlenorway.com)

Benytt Etik - adventskalenderen som utgangspunkt for etisk refleksjon på ved din arbeidsplass.**Fredag 2.12.**

Se filmen om Margot som utfordrer velferdsteknologien og reflekter sammen i etterkant over følgende utsagn:

«Å finne velferdsteknologiske løsninger som passer brukere» eller

«Å finne brukere som passer velferdsteknologiske løsninger»

Filmen er publisert av fylkesmannen i Møre og Romsdal.

Benytt etik - adventskalenderen som utgangspunkt for etisk refleksjon ved din arbeidsplass.**Lørdag 3.12.**

«Når en avgjørelse blir tatt, respektere jeg den»



Hvordan lever vi med avgjørelser vi er uenige i? Hvilke prosesser har dere i din avdeling når avgjørelser som påvirker fellesskapet skal taes?

(Foto: pixabay.com)

Benytt Etik - adventskalenderen som utgangspunkt for etisk refleksjon på din arbeidsplass.**Søndag 4.12.**

Reflekter over følgende sitat sammen med kolleger:



«Når forandringens vinder blåser over landskapet er det noen som går i hi, mens andre drar ut for å bygge vindmøller»

ukjent

Hvem er jeg? Hva driver meg?

(Foto: forskning.no)

Benytt Etik - adventskalenderen som utgangspunkt for etisk refleksjon på ved din arbeidsplass.**Mandag 5.12.****Hva står på spill, og for hvem?**

Kari S. er en 89 år gammel dame med Alzheimers sykdom. Hun sitter i rullestol og prøver stadig vekk å skubbe seg mot utgangsdøra fordi hun må hjem å ta seg av ungene sine som er alene. Personalet lykkes ofte med å avlede, men noen ganger er det ganske vanskelig. Kari S. blir noen ganger nesten desperat når hun opplever å ikke bli tatt på alvor i disse situasjonene. Hennes to døtre er i 60-årene og kan ikke fatte at dette er en utfordring for avdelingen. Det er vel bare å trille henne inn på rommet når hun har disse forestillingene, sier de.

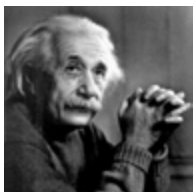
Hvem er de involverte partene, og hvilke verdier står på spill i denne situasjonen?

(Foto: digitalmuseum.no)

Benytt Etik - adventskalenderen som utgangspunkt for etisk refleksjon på ved din arbeidsplass.**Tirsdag 6.12.****Om å gjøre feil**

Den som aldri har gjort en feil, har aldri prøvd noe nytt.

Albert Einstein



(Foto: strangenotions.com)

Benytt Etik - adventskalenderen som utgangspunkt for etisk refleksjon på ved din arbeidsplass.**Onsdag 7.12.**

Pårørende til en beboer på skjermet avdeling for personer med demens sier de ikke vil godta at mor flyttes til en somatisk langtidsavdeling til tross for at faglig vurdering tilsier dette. De vil hun skal få sine siste måneder blant personale som kjenner henne. Plass på skjermet enhet er knapp ressurs i kommunen.



Fra verktøyet «Refleksjonskort for ledere og medarbeidere» (Foto: forskning.no)

Benytt Etik - adventskalenderen som utgangspunkt for etisk refleksjon på ved din arbeidsplass.**Torsdag 8.12.**

Vi møter mange som lengter hjem til jul. Hjem kan være så mange forskjellige ting: der de bodde sist, barndomshjemmet, himmelen. Hvordan kan vi bidra til at denne julen blir så god som mulig for dem vi møter, selv når de kanskje skulle ønske at livet var annerledes enn det livet de lever nå?

(Tekst og melodi: Maria Mena)

https://youtu.be/qHCqW-Zd_E8

Benytt Etikk - adventskalenderen som utgangspunkt for etisk refleksjon på ved din arbeidsplass.

Fredag 9.12.

«**Sterke mennesker dytter ikke andre ned, de løfter de opp**»

Om hjelpekunsten: Hvis det i sannhet skal lykkes å føre et menneske hen til et bestemt sted, må man først og fremst passe på å finne ham der hvor han er, og begynne der.

Dette er hemmeligheten i all hjelpekunst.

Enhver der ikke kan det, er selv i innbilning, når han mener å kunne hjelpe andre.

(Utdrag. Søren Kierkegaard. Les mer her <http://www.sansetap.no/stotte-og-hjelp/andre-har-sagt/hjelpekunst/>)

(Tekst og melodi på sangen: Bjørn Eidsvåg)

<https://youtu.be/DqGF0g7WsDQ>

Benytt Etikk - adventskalenderen som utgangspunkt for etisk refleksjon på ved din arbeidsplass.

Lørdag 10.12.

Se denne kortfilmen sammen med noen kolleger.

<https://youtu.be/vDYgfVuKkXM>

Bruk 10 minutter og snakk om filmen etterpå; Er dette noe vi også kunne fått til?

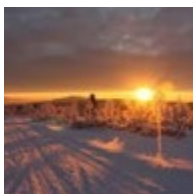
Benytt Etikk - adventskalenderen som utgangspunkt for etisk refleksjon på ved din arbeidsplass.

Søndag 11.12.

Lys

*Lyset
du treng
finst*

Helge Torvund



Dette korte diktet er blitt eit av dei mest kjende dikta til Helge Torvund. Mange har funne støtte i orda hans i mørke stunder. Korleis er det for deg? Opplever du at det er slik? Kva seier desse orda deg i relasjon til jobben din, kollegaene og brukarane du møter.

(Foto: fjellsiden.no)

Benytt Etikk - adventskalenderen som utgangspunkt for etisk refleksjon på ved din arbeidsplass.

Mandag 12.12.

Kva og kor mykje fortel vi dei pårørende?
(Dilemma fra Florø sin adventskalender 2015)

Hvor mye vil du at dine barn skal vite om dine private ting?

Hva er innenfor taushetsplikten?

Gjelder den også for små betroelser gitt i farten i morgenstellet på badet?



<https://helsedirektoratet.no/taushetsplikt>

(Foto: slideshare.net)

Benytt Etikk - adventskalenderen som utgangspunkt for etisk refleksjon på ved din arbeidsplass.**Tirsdag 13.12.**

Klara bor på sykehjem. Hun har alltid vært velkledd og velstelt. Datteren har kjøpt en eksklusiv BH til moren. Når du kommer på jobb ser du at noen har skrevet navnet hennes og rom - nummeret hennes på den med svart sprittusj som går gjennom stoffet. Klara er forvilet. Hva gjør du?



(Foto: epla.no)

Benytt Etikk - adventskalenderen som utgangspunkt for etisk refleksjon på ved din arbeidsplass.**Onsdag 14.12.**

Jeg synes denne versjonen av Trond Viggos «Tenke sjæl» er ganske kul!

Etisk refleksjon er en invitasjon til å dele med andre det du vet, undrer deg over og kanskje sliter med. Det er også en invitasjon til å støtte kollegaer og lære sammen med dem. Det gir god faglig kvalitet på tjenesten vi yter, fordi vi får tryggere og mer fornøyde medarbeidere. Vinn, vinn, der altså!

<https://youtu.be/MTLIYCKhtGY>

Benytt Etikk - adventskalenderen som utgangspunkt for etisk refleksjon på ved din arbeidsplass.**Torsdag 15.12.**

«Møtet med den andre er eit vågestykke, fordi ein investerer av seg sjølv.»



Kva investerer eg i møte med den andre?

(Fra etisk kompetanseheving i Florø kommunes adventskalender 2015)

(Foto: forskning.no)

Benytt Etikk - adventskalenderen som utgangspunkt for etisk refleksjon på ved din arbeidsplass.**Fredag 16.12.**

I dag er det fredag! Du er bra nok som du er! Det er alle andre også! Det er en god inngang til ethvert møte mennesker i mellom, og særlig viktig når vi snakke sammen om det vi kanskje er uenige om.

(Tekst og melodi: Ingebjørg Bratland)

<https://youtu.be/MWc7aTnr2Ps>

Benytt Etikk - adventskalenderen som utgangspunkt for etisk refleksjon på ved din arbeidsplass.**Lørdag 17.12.****Det uprøvde**

«Det har jeg aldri prøvd før, så det tror jeg sikkert at jeg kan klare ...»

(Når prøvde du sist noe helt nytt på jobb? Tok inn et helt nytt perspektiv? Lærte deg noe nytt faglig, bare fordi det er gøy?)

Pippi Langstrømpe

**Benytt Etikk - adventskalenderen som utgangspunkt for etisk refleksjon på ved din arbeidsplass.****Søndag 18.12.**

Ein pasient er blitt veldig ukritisk under måltider og vedkommande får kritiske kommentarer frå medbeboara. Korleis handterer dykk dette?

(Dilemmaet er hentet fra Etisk kompetanseheving i Flora Kommune Omsorgstenesta adventskalender 2015)

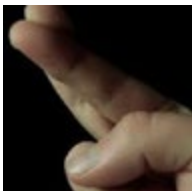
Lydfilen er et bordvers mange av våre eldre kjenner godt og liker. Er det rom for det?

Benytt Etikk - adventskalenderen som utgangspunkt for etisk refleksjon på ved din arbeidsplass.**Mandag 19.12.**

En pårørende til en demensrammet mor fortalte meg om noe hun begynner å bli god på: Trøstejugging!

Hva legger dere i ordet? Driver vi profesjonelle også med det? Når er det ok å ta litt lett på sannheten? Og når er det ikke ok å unøyaktig med fakta, selv med de beste intensjoner?

(Foto: itro.no)

**Benytt Etikk - adventskalenderen som utgangspunkt for etisk refleksjon på ved din arbeidsplass.****Tirsdag 20.12.****Fra etikk - forestillingen «Torbjørn» FORESTILLINGEN**

«**TORBJØRN**» Du møter den eldre mannen, Torbjørn, som er i ferd med å utvikle en demenssykdom. Anna, kona hans, er utslitt og redd for at noe skal skje med mannen. Barna har ikke tid til å hjelpe moren sin med omsorgen for faren. Sønnen jobber i en annen by og datteren har en svigermor som hun må ta seg av. Sønnen og datteren ønsker heller ikke at moren skal bruke penger på å kjøpe private tjenester, slik at hun får avlastning. De tenker at dette på sikt kan gjøre innhogg i deres arv. De blir enige om å søke kommunen om å få hjemmehjelp.

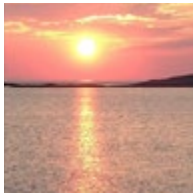
I hjemmetjenesten er kapasiteten sprengt. Etter en stygg sykkelulykke prioriterte politikerne ny sykkelvei etter sterkt press fra innbyggere og media. Dette gikk utover eldreomsorgen. () De blir enige om å redusere tilbudet noe for fem andre personer, og på denne måten få kapasitet til å kunne gi et tilbud til Torbjørn. Men Torbjørn blir forvirret og mistenksom over at det kommer så mange forskjellige mennesker.

Demenssykdommen til Torbjørn blir stadig verre og de pårørende bestemmer seg for å søke ham inn på sykehjem. På sykehjemmet er det overbelegg, og man er usikre på om Torbjørn er så dårlig at han trenger en plass. Familien er fortvilet og Anna er svært sliten. Etter at familien har kontaktet en lokalpolitiker, og i tillegg fortalt sin historie til pressen, får Torbjørn plass på sykehjem. For å få plass til Torbjørn gjør man om et enmannsrom til tomannsrom. Personen som Torbjørn skal dele rom med har ingen pårørende, og klager aldri på noe.

Sammendrag fra forestillingen «Torbjørn». Et av satsingens verktøy.

(Foto: oestblogg.blogg.no)



Benytt Etikk - adventskalenderen som utgangspunkt for etisk refleksjon på ved din arbeidsplass.**Onsdag 21.12.**

En 87 år gammel pasient er diagnostisert med Alzheimers sykdom. Sykdommen har kommet så langt at pasienten ikke er i stand til å uttrykke seg verbalt. Vedkommende er sengeliggende og har kontrakturer i armer og ben. Kun svelgrefleksene er intakte. Pårørende gir pasienten middag hver dag, og har kommet med forslag til hvordan personalet kan mate pasienten under de andre måltidene som serveres, ved å «skuffe» mat i pasienten. Når personalet matet pasienten uttrykte vedkommende sterkt ubehag ved å knipe sammen munnen, brette seg og å lage høye, ubehagelige lyder. Personalet valgte derfor å la være å mate pasienten, selv om ektefellen har presset på. Etter en stund ble personalet oppmerksomme på de samme høye, ubehagelige lydene fra pasientens rom når pårørende var til stede. Flere medpasienter ble urolige pga. lydene som fremkom under matingen. Dette foruroliget personalet i en slik grad at de tok opp situasjonen med avdelingsleder og tjenesteleder. Tjenesteleder snakket så med ektefellen. Siden dette ikke førte til noen endringer, ble det diskutert med legen om hvordan man kunne håndtere situasjonen best mulig. Behandlende lege har flere ganger hatt samtaler med pårørende som tilsynelatende ikke forstår problemet. Legen har også fastslått overfor ektefellen at pasienten ikke skal behandles aktivt i tilfelle akutt sykdom.

Flere av personalet trekker seg unna ektefellen fordi de føler avsky for det de oppfatter som tvangsmating. Dette ble tatt tak i av verneombudet som hadde samtaler med personalet om å være imøtekommende og positiv – på tross av uenighet.

Dette er en kasuistikk som er hentet fra SME (Senter for medisinsk etikk) sin side.

<http://www.med.uio.no/helsam/tjenester/kunnskap/etikk-helsetjenesten/kasuistikker/>

Benytt Etikk - adventskalenderen som utgangspunkt for etisk refleksjon på ved din arbeidsplass.**Torsdag 22.12. Hver ny morgen**

vil jeg huske hvor vakkert det er å våkne

hvor dyrebart
hvert pust av liv er

(Dikt av Linda Opskar)

Hvordan vekker vi beboere/brukere opp til en ny dag?

Benytt Etikk - adventskalenderen som utgangspunkt for etisk refleksjon på ved din arbeidsplass.**Fredag 23.12.**

Det er dagen før dagen:

Hvordan snakker vi med beboere/brukere om vår egen juleforventning, julestri, julefri og familietid?



Hvordan kan vi snakke om våre gleder uten å berøre andres vemod og savn?

(Foto: webforumet.no)

Benytt Etik - adventskalenderen som utgangspunkt for etisk refleksjon på ved din arbeidsplass.

Lørdag 24.12.

Gledelig jul! Takk for følget, og vi ønsker hver og en av dere en fredelig og god jul. Ta vare på hverandre i denne vakre og litt skjøre høytiden!

Mange av våre gamle er vant til at juleevangeliet leses. Jeg legger det ved i form av Prøysens julekveldsvisa (originalen finner du i Bibelen, Det nye testamentet, i Lukasevangeliet kap. 2, vers 1-20).

Retten til fri livsytelse for våre beboere/brukere kan gjerne være et tema i forlengelsen av høytiden. Åndelig og eksistensiell omsorg er en del av helhetlige omsorgen vi ønsker å gi. Hvordan ivaretar vi det?

Er vi flinke til å gi hverandre ros?

Tirsdag 1.12.



Alle trenger at noen ser og bekrefter dem. Tenk i dag litt over hvor mye det betyr at noen av de du jobber sammen med gir deg en positiv tilbakemelding. Dagens oppgave er at du tre ganger skal gi ros til personer du jobber sammen med (medarbeider, kollega, leder), helst relatert til det dere jobber med. På slutten av dagen tar du deg litt tid til egenrefleksjon og tenker gjennom hva det gjorde med deg selv og den andre at du ga disse tilbakemeldingene.

Foto: Jan Normann Svendsen

Tvang og «tvang».

Onsdag 2.12.



Tvang og «tvang» En sykepleier sier: «Virksomheten skal ivareta medbestemmelse. Dette er ikke alltid like lett når brukeren ikke kan uttrykke seg klart eller vet hva som er til eget beste. Det blir en balansegang mellom sterk motivering og respekt for den uttrykte viljen. Grensen til tvang er noen ganger uklart.» Til refleksjon:

Hvor går grensen mellom sterk motivering og tvang?
Hvordan forvalter vi denne grensen under press?

Foto: John Tore Gundersen, ProMo Foto

Informasjonsflyt og samarbeid.

Torsdag 3.12.



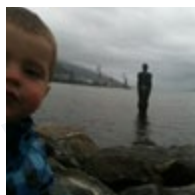
På et aktivitetssenter har to kolleger arbeidslunsj. De har ikke noe eget lunsjrom så de spiser i kjøkkenkroken på fellesarealet. Noen av brukerne sitter også i nærheten og spiser. Andre brukere vandrer litt rundt mens personal snakker sammen. Personal har en hektisk hverdag, og de har ikke mulighet til å ha møter siden det er brukere tilstede hele dagen. De snakker om at Karianne, som er en av brukerne, har menstruasjon og ikke kan være med på badingen. Jens har fått klyx på morgenen og har sivende avføring, derfor kan heller ikke han være med å bade.

- Hva er det etiske aspektet ved denne situasjonen? Hvilke handlingsalternativ finnes?
- Og hvilke konsekvenser får de for de berørte?

Casen er hentet fra refleksjonsheftet: Etske utfordringer knyttet til arbeidet med mennesker med utviklingshemming.

Barn som pårørende. <https://youtu.be/uH0a8pmsVXE>

Fredag 4.12.



Når mor eller far blir syk eller går bort, har både små og store barn mange spørsmål og tanker om dette.

Hør på Dagfinn Lyngbøs versjon av «Hjerteknuser» og reflekter rundt hvordan man kan møte barn som pårørende, på deres premisser.

Foto: Kristin Sørensen

Rett til selvbestemmelse.

Lørdag 5.12. *Torbjørn har fått innvilget hjemmehjelp men er skeptisk til å få hjelp av personer fra en annen kultur.*



Hvilke etiske utfordringer kan dette føre til?

Casen er hentet fra refleksjonsverktøyet «Torbjørn»

Når taushetsplikten blir utfordret.

Søndag 6.12. *Naboen din spør hvordan det går med en annen nabo som er pasient ved avdelingen hvor du jobber. Hva gjør du?*



Snakk litt om hvilke verdier som kommer i konflikt i denne situasjonen.?

Casen er hentet fra prosjektets refleksjonskort for Ledere, medarbeidere og brukere/pårørende.

Foto: Elin Kløvstad

Hva betyr ARBEIDSGLEDE for deg?

Mandag 7.12. Foto: John Tore Gundersen. ProMo Foto.

**Ensomheten har mange ansikter.**

Tirsdag 8.12. *Ho er søt, einsemd,
so lenge vegen attende
til dei hine
er open.*

Olav H. Hauge



Foto: John Tore Gundersen, ProMo foto.

Når brukeren ikke vil bestemme.

Onsdag 9.12.



En utviklingshemmet mann som tidligere har bodd på institusjon i mange år kvier seg ofte for å ta avgjørelser selv. Han sier: «kan ikke du bestemme det, da?». Eller: «Jeg vet ikke, det er det samme for meg». Denne mannen viser tydelig ubehag ved å måtte foreta valg.

Hva handler denne historien om?

Er det riktig å forvente at mannen i historien skal bestemme selv?

Hvilke handlingsalternativ står vi ovenfor her?

Casen er hentet fra debattheftet «Brukermedvirkning i helse- og omsorgssektoren».

Julebord med bismak.

Torsdag 10.12.



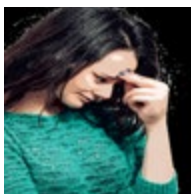
Etter årets julebord er flere av de ansatte fyllesyke på vakt dagen derpå. De øvrige ansatte spøker og tuller med dette og sier at «En gang i året må det være lov å være litt sliten på jobb».

Reflekter rundt denne situasjonen. Kunne dette ha skjedd på din arbeidsplass?

Foto: Elin Kløvstad.

Kunsten å lede etisk refleksjon.

Fredag 11.12.



Du er leder for en etisk refleksjonsgruppe. I løpet av refleksjonsstunden viser en av deltagerne som har høy status i arbeidsgruppa, tydelig at han er misfornøyd med din lederstil både med kroppsspråk og tvetydige kommentarer. Hvordan kan du håndtere denne situasjonen på en god måte?

Case og foto er hentet fra rollespillet «Ta regien på refleksjonen».

Fru Hansen vil ikke spise.

Lørdag 12.12.



Fru Hansen vil ikke spise. I det siste har hun spist svært lite. Hun sier at hun ikke orker mat - Hun føler seg syk og svak og ferdig med livet. Hun nekter å åpne munnen når du prøver å gi henne brødet. Du har nettopp snakket med datteren, som sier at dere må sørge for at moren får i seg mat. Hvilke handlingsalternativ har du?

Casen er hentet fra Etikkhåndboka for kommunenes helse og omsorgstjenester.

Er en regel alltid en regel?

Søndag 13.12.



I en avrusningsavdeling står det i reglementet at rusing i avdeling eller på permisjon fører til utskrivelse. Lise har vært i avdelingen lenge og ga rene prøver ved tilbakekomst etter permisjon. En kveld tar hun deg til side og forteller at hun hadde besøkt en rusavhengig ekskjæreste og tatt amfetamin første kveld av permisjonen. Hun sier at hun angrer og at det var en dårlig opplevelse som ikke fristet til gjentagelse. Videre sier hun at hvis hun blir kastet ut av avdelingen nå vil hun mest sannsynlig gå tilbake til ekskjæresten og begynne å ruse seg igjen, fordi hun ikke har noe annet sted å bo. Hvordan vil du håndtere denne situasjonen?

Foto: Elin Kløvstad.

En historie om høflighet.

Mandag 14.12.



En gammel dame jeg hadde vært hjemme hos flere ganger, var takknemlig at hun ville gi meg en gave til jul. Der jeg kommer fra, er det svært uhøflig å avvise gaver, og det sitter dypt i meg fremdeles. Jeg vet jo at vi ikke har lov til å ta imot, men klarte ikke å si nei. Reflekter rundt dette dilemmaet.

Casen er hentet fra Etikkhåndboka for kommunenes helse og omsorgstjenester. Foto: Christine Næss Evensen.

Hvordan viser dere respekt for brukerne ved din arbeidsplass?

Tirsdag 15.12.

<https://youtu.be/9pnlUHUzwRQ>

Se det humoristiske innslaget til Trond Viggo Torgersen om respekt for eldre og reflekter rundt spørsmålet ovenfor.

Hvor mye jul skal man feire?

Onsdag 16.12.

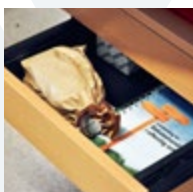


Ved sykehjemmet er det uenighet om hvordan dere skal feire jul. Mange i personalgruppen ønsker at avdelingen skal «stråle som ei julestjerne». Andre mener at det må tas hensyn til at ikke alle nødvendigvis har et positivt forhold til juleferien og at vonde minner kan bli forverret av all julestasen. Noen av pasientene har også en annen trosretning. Hvor mye jul skal man feire?

Foto: Pixabay.

Rus på arbeidsplassen.

Torsdag 17.12.



«Her om dagen fikk jeg informasjon om at en avdelingsleder ruset seg på jobb. Medarbeiderne på avdelingen hadde tatt det opp med lederen av til avdelingsleder, men ingenting skjedde. Hos oss jobber vi på tvers av avdelingene, og jeg satt i en arbeidsgruppe med to av dem som hadde meldt fra. Etter et møte kom de inn på mitt kontor og fortalte at de var svært bekymret og lurte på hva de skulle gjøre siden de ikke nådde fram. Jeg er jo leder for en annen avdeling så de to medarbeiderne 'hører ikke til' hos meg. Men man bør jo følge linjen, bør man ikke?» Casen er hentet fra «Etikkhåndboka for kommunenes helse- og omsorgstjenester»

Foto: Elin Kløvstad.

Hvordan ønsker jeg å bli møtt når andre møter meg med respekt?

Fredag 18.12.

Hvordan ønsker jeg å bli møtt når andre møter meg med respekt, hvordan tror vi at andre vil at vi skal være når vi møter dem med respekt? «Å vise **respekt**, åpenhet, tillit og omsorg krever etisk klokskap og ett bevisst forhold til egne motiver og verdier.»

Stortingsmelding nr.25, 8.2.4



Hva er å hjelpe en annen?

Lørdag 19.12.

Hjelp kan være altfor lett å gi – og altfor vanskelig å be om.

Utsagnet er fra prosjektets refleksjonskort for ledere, medarbeidere og brukere/pårørende.

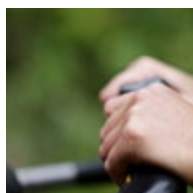


Foto: Kvalitetskommuneprogrammet.

Hvordan kan vi legge til rette for livsglede?

Søndag 20.12.

<https://youtu.be/p4W19aB4bCQ>

Se på videoklippet og gjør en idemyldring rundt hvordan dere kan skape livsglede på deres arbeidsplass.

Er det greit å ikke re sengen på sykehjemmet hver dag?

Mandag 21.12.

Spørsmålet er hentet fra prosjektets etiske refleksjonskort for ledere, medarbeidere og brukere/pårørende.

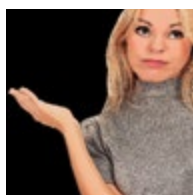


Foto: Fra rollespillet «Ta regien på refleksjonen».

Kunsten å lede en refleksjonsgruppe 2.

Tirsdag 22.12.

Du skal lede den etiske refleksjonsgruppen ved ditt arbeidssted. En av deltagerne Tause Tove, faller tidlig ut av refleksjonen, tar frem mobiltelefonen og logger seg på facebook. Hva kan årsaken være til at hun velger dette? Hvilke handlingsalternativ har du som leder?



Case og foto er hentet fra rollespillet «Ta regien på refleksjonen»

Hva slags verdier er viktig for dere i jula? Er de verdiene i fokus elles i året?

Onsdag 23.12. Foto: Pixabay.



Gledelig jul!

Torsdag 24.12. *I forrige luke reflekterte vi rundt verdier som er viktige for oss i jula. Hvordan kan vi realisere disse verdiene i dag slik at flest mulig får en gledelig jul?*



Foto: Pixabay.

Hender det at det brukerne våre uttrykker stopper å gjøre inntrykk på oss?

Mandag 1.12. *Sitatet over er fra Ellen Mogård Larsen, FoU-leder Utviklingscenter for sykehjem i Nordland.*



Ta utgangspunkt i teksten under eller se filmen «Voksne skaper vennskap - på nett» ved å klikke på bildet:

Tirsdag 2.12. *«Det du ser kan du gjøre noe med. Men hva med det du ikke ser? Hva gjør du hvis du ser stygge kommentarer eller netthets på f.eks. facebook, twitter eller andre sosiale medier?»*



Filmene «Voksne skaper vennskap- på nett» er fra årets kampanje i «Manifest mot mobbing»

Howdan ivareta den enkeltes verdighet og integritet i samhandling med andre?

Onsdag 3.12. Ta gjerne utgangspunkt i historien under og reflekter rundt spørsmålet over:



«En beboer på sykehjemmet nekter å stelle seg. Han er klar og orientert. Nå har noen av de andre beboerne begynt å kommentere at vedkommende lukter vondt».

En sammenstilling av flere case fra deltakerkommuner i prosjekt «Samarbeid om etisk kompetanseheving».

Hvilke konsekvenser tror du det vil ha for brukere og personal at noen stiller krav, mens andre ikke gjør det?

Torsdag 4.12. *«Sofie har en lettere utviklingshemming og bor i en bolig med heldøgns bemanning. Hun har generelt god helse og god språkforståelse. Sofie er glad i kaffe om morgenen, men det er en uskrevet regel på 'huset' at ingen får kaffe før frokost. En nyansatt assistent stiller spørsmål ved denne rutinen. En kollega forklarer at slik har det alltid vært, og at man må gjøre det sånn for at Sofie skal spise frokost. En annen dag erfarer den nyansatte at et personale gir Sofie kaffe hvis hun ber om det. Noen av personalet er ikke så opptatt av om hun spiser frokost eller ei, hun spiser så bra til alle andre måltider. De sier det ikke er uvanlig at Sofie hopper over frokosten».*



Case hentet fra heftet «Ethiske utfordringer knyttet til arbeidet med mennesker med utviklingshemming».

Reflekter rundt spørsmålet over.

Reflekter rundt følgende case:**Fredag 5.12.**

Sivert har den siste tiden fått større problemer med å orientere seg i nærmiljøet enn tidligere, og et par ganger har folk måttet ut og lete etter han. Anna har snakket med hjemmetjenesten om dette, og de ble sammen med Sivert enige om å prøve en døralarm. Alarmen utøses når Sivert går ut, og Anna mottar melding på sin mobiltelefon. De ble enige om at hun blir varslet dersom Sivert ikke er tilbake innen 30 minutter, og Anna velger da om hun vil kjøre hjem for å se til han. Reflekter rundt hvordan dette kan være en positiv løsning for:

- Sivert som bruker
- Anna som pårørende
- kommunen som tjenesteyter

Case hentet fra heftet «Våke – et refleksjonshefte om velferdsteknologi, juss og etikk for helsepersonell», Kristiansund kommune. Klikk på bildet for å lese mer.

Klarer vi å se bak det ytre? Å se personen foran oss og ikke bare demenssykdommen?**Lørdag 6.12.**

«Jeg synes det kan være vanskelig å nå inn til pappa», sier programleder for Puls, Helene Sandvig. Faren hennes er rammet av demens. I dette klippet møter Helene sykepleieren Gina Nordby, som ved hjelp av sang og musikk klarer å vekke noe hos de demenssyke.

Filmen er fra Puls-programmet på NRK den 20.10.14.

<https://youtu.be/BuRLnnqn9qY>

Se filmen eller ta utgangspunkt i spørsmålene over.

Ta utgangspunkt i teksten på refleksjonskortet under. Hva gjør du og hvorfor?**Søndag 7.12.**

Reflekter rundt spørsmålet over. Når dere er ferdige, huk av under og registrer navn, post- og e-postadresse, så er dere med i trekningen av en «Refleksjonsverktøy-pakke».

Refleksjonskortet er utarbeidet av prosjekt «Samarbeid om etisk kompetanseheving».

Hvem definerer hva som er et godt liv? Hva er et godt liv for deg?**Mandag 8.12.**

«Jeg ønsket, og ønsker fortsatt, å vise at det å ha et sykt barn ikke trenger å bare være et helvete, at å leve med alvorlig sykdom også er et liv».

Magne Helander, far til Ylva som døde av hjernesvulst 7 år gammel.

Reflekter rundt spørsmålet over.

Skal personell kunne nekte å lese en bønn fra en annen religion sammen med en bruker til tross for at dette betyr mye for brukeren?

Tirsdag 9.12. Reflekter rundt spørsmålet over.



Hva er arbeidsglede for deg?

Onsdag 10.12.

Reflekter rundt spørsmålet over. Når dere er ferdige, huk av under og registrer navn, post- og e-postadresse, så er dere med i trekningen av en «Refleksjonsverktøy-pakke».

Videoen «Glow – skap gode dager» er en intern musikkvideo om arbeidsglede og fellesskap blant medarbeiderne i helse-, sosial- og omsorgstjenestene i Drammen kommune. De vil skape gode dager på jobb sammen med innbyggere som trenger deres tjenester.

<https://youtu.be/y2XUKUsDlzM>

«Ugress er blomster de også, når du blir kjent med dem», sitat Ole Brumm.

Torsdag 11.12. Reflekter rundt sitatet over.



Ta utgangspunkt i teksten under og reflekter rundt følgende: Hvem sin verdighet er det som krenkes i denne historien, brukeren eller pleierne?

Fredag 12.12.



«En eldre mann bor på sykehjem og har ingen nær familie. Han er i perioder svært deprimert og har kanskje begynnende demens. Han har også store problemer med å få magen til å fungere. Han er svært opptatt av dette med magen og snakker om det til stadighet. Han mener at den beste måten å få magen til å fungere er at han får maten servert mens han sitter på toalettet. Noen ansatte mener dette er uverdigg, og nekter å bringe maten inn på toalettet, mens andre mener at den lille gleden må de unne ham. Det fører til at han deler de ansatte inn i 'snille' og 'slemme', og nekter å ta i mot hjelp fra 'de slemme'. Han regnes for å være 'vanskelig' blant de fleste av personalet, og det er ingen som ønsker å være hans faste hjelper. Når han ikke får maten servert dit han ønsker, blir han opprørt og roper skjellsord mot personalet når de hjelper ham av og på toalettet».

Case og bilde hentet fra debattheftet «Brukermedvirkning i helse- og omsorgstjenestene», KS 2011.

Reflekter rundt spørsmålet over.

Ta utgangspunkt i teksten på refleksjonskortet under. Hva gjør du og hvorfor?

Lørdag 13.12. Case hentet fra NSF sine refleksjonskort.



Reflekter rundt spørsmålet over.

Hvordan snakker du om din arbeidsplass, som du er en del av, til venner og bekjente?

Søndag 14.12. Er du bevisst hvilke holdninger og verdier du formidler gjennom måten du omtaler arbeidsplassen din på?



Reflekter rundt spørsmålet over.

Ta utgangspunkt i teksten under. Hva tenker dere om denne påstanden?

Mandag 15.12. «Det med hygiene er mer utfordrende å få til hos oss i hjemmetjenesten, både når det gjelder pasientenes personlig hygiene og den generelle hygiene i miljøet til pasientene. Vi arbeider jo i større grad i andre sitt hjem. De ansatte på sykehjemmet har mer innflytelse over pasientene virker det som».



Reflekter rundt spørsmålet over.

Hva er forskjellen på begrepene «tvang» og «makt»?

Tirsdag 16.12. Reflekter rundt spørsmålet over. Når dere er ferdige, huk av under og registrer navn, post- og e-postadresse, så er dere med i trekningen av en «Refleksjonsverktøy-pakke».



Foto: Elin Kløvstad

Ta utgangspunkt i bildet under. Ha en åpen samtale rundt hvilke tanker bildet gir dere.

Onsdag 17.12.

Når dere er ferdige, huk av under og registrer navn, post- og e-postadresse, så er dere med i trekningen av en «Refleksjonsverktøy-pakke».



Foto: Elin Kløvstad

Ta utgangspunkt i teksten på refleksjonskortet under. Hva gjør du og hvorfor?

Torsdag 18.12.

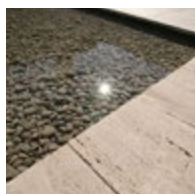
Reflekter rundt spørsmålet over. Når dere er ferdige, huk av under og registrer navn, post- og e-postadresse, så er dere med i trekningen av en «Refleksjonsverktøy-pakke».



Case hentet fra prosjekt «samarbeid om etisk kompetanseheving» sine refleksjonskort.

Les diktet under. Hvilke tanker gjør du deg når du leser dette diktet?

Fredag 19.12.



*«Du skal ikke klistre fine øyeblikk
opp på veggene i tankene
og forgylle den med lengselen din.
Du skal kjøre spettet
hardt innunder arrete hverdager
og vippe dem opp.
En etter en.
Det er derfor livet har deg på mannsapslista».*

Dikt av Kolbein Falkeid

Reflekter rundt spørsmålet over med utgangspunkt i diktet.

Ta utgangspunkt i teksten på refleksjonskortet under. Hva gjør du og hvorfor?

Lørdag 20.12.

Reflekter rundt spørsmålet over. Når dere er ferdige, huk av under og registrer navn, post- og e-postadresse, så er dere med i trekningen av en «Refleksjonsverktøy-pakke».



Case hentet fra Fagforbundets refleksjonskort «For mye forlangt - i dialog om eldres rettigheter».

Hva er verdighet for deg?**Søndag 21.12.**

Reflekter rundt spørsmålet over. Når dere er ferdige, huk av under og registrer navn, post- og e-postadresse, så er dere med i trekningen av en «Refleksjonsverktøy-pakke».

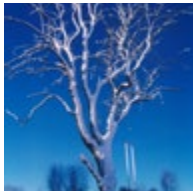


Foto: Morten Evensen

**Howdan møter dere, som helsepersonell, pårørende som har mistanke om en demenssykdom hos en av sine nærmeste?
Hvilke hensyn er det viktig å ta?**

Mandag 22.12.

Se filmen og reflekter rundt spørsmålene over eller ta kun utgangspunkt i spørsmålene

<https://youtu.be/XXHhx-K8NVQ>

Ta utgangspunkt i teksten på refleksjonskortet under. Hva gjør du og hvorfor?**Tirsdag 23.12.**

Reflekter rundt spørsmålet over.



Hva er en god jul for deg? Hvordan kan vi som helsepersonell bidra til å ivareta brukerens verdier knyttet til opplevelsen av en god jul?

Onsdag 24.12.

Reflekter rundt spørsmålene over. Når dere er ferdige, huk av under og registrer navn, post- og e-postadresse, så er dere med i trekningen av en «Refleksjonsverktøy-pakke».



I Kent i Storbritannia brukes bla. dokker som terapi for personer med demens. Hvordan kan det være med på å ivareta personens verdighet og livskvalitet?

Søndag 1.12.

Reflekter rundt spørsmålet over eller se filmen fra BBC News ved å klikke på bildet. Hva tenker dere rundt dette?



Les utdraget under og reflekter rundt følgende: Hvem er de berørte partene og hvilke verdier står på spill for dem?

Mandag 2.12.

Utdrag fra skuespillet «Torbjørn»:

«Demenssykdommen til Torbjørn blir stadig verre og de pårørende bestemmer seg for å søke ham inn på sykehjem. På sykehjemmet er det overbelegg, og man er usikre på om Torbjørn er så dårlig at han trenger en plass. Familien er fortvilet og Anna er svært sliten. Etter at familien har kontaktet en lokalpolitiker, og i tillegg fortalt sin historie til pressen, får Torbjørn plass på sykehjem. For å få plass til Torbjørn gjør man om et enmannsrom til tomannsrom. Personen som Torbjørn skal dele rom med har ingen pårørende, og klager aldri på noe.»



Les mer om «Torbjørn» ved å klikke på bildet.

Kan velferdsteknologi hjelpe oss til å se nye og bedre måter å gi tjenester på?

Tirsdag 3.12.

Ved bruk av alle typer teknologi er det helt sentralt at hensikten med å ta det i bruk er vurdert skikkelig. Etisk refleksjon er en metode som hjelper til å stille nødvendige spørsmål; hvilke konsekvenser får teknologien? Tar vi dette hjelpemiddelet i bruk for å understøtte brukerens mestringsevne, egenkontroll og trygghetsfølelse, for å øke vedkommende sin livskvalitet? Eller er det noe vi gjør kun for medarbeidernes skyld? Eller lar vi hensynet til de pårørende veie tyngre enn hensynet til brukeren?

Se filmen av Sturla Sandsdalen som en liten inspirasjon til refleksjon eller benytt teksten som utgangspunkt.

<https://youtu.be/tZJqWvlz4e8>

Hvem har vi i sentrum når vi organiserer tjenestene vi gir? Hva hemmer og fremmer at vi kan gjøre ting annerledes?

Onsdag 4.12.

Reflekter rundt spørsmålene over med utgangspunkt i teksten under eller ved å se filmen. Hva tenker dere rundt dette?

«Gitarist Pertti har hørt på punk i over 30 år, men i 1980 måtte han kaste og brenne platene med de finske punkbandene han elsket. De som jobbet på institusjonen han bodde på da, ville ikke høre på den slags musikk. Han og de andre gutta i bandet kjedet seg på institusjonen for utviklingshemmede, og ville vekk fra kaldt neonlys, kjedsomhet og hjelpepleiere. De ville ut på byen, drikke øl og høre på musikk. I 2008 fikk fire av guttene muligheten til å spille sammen og punkrock ble veien ut av det kjedelige institusjonslivet.»

(Utdrag fra artikkel i Aftenposten).

<https://youtu.be/j8a9aYOn8nw>

Hva gjør vi når pasientens ønsker er vanskelig å oppfylle fordi mange hensyn må tas?

Torsdag 5.12.

Les teksten under og reflekter rundt spørsmålet over:



«Bjørn har kreft med spredning og er i terminal fase av sin sykdom. Han er innlagt på sykehus, men er definert som ferdigbehandlet og dermed utskrivningsklar. Kreftkoordinator fra kommunen har samtaler med Bjørn og det kommer frem at han er utrygg og ønsker å avslutte livets sitt på sykehus. Kommunen kan tilby plass på lindrende enhet, men han ønsker verken opphold her eller å dø hjemme. Kreftkoordinator vet at kommunen har store utgifter knyttet til kjøp av ekstra døgn på sykehus for utskrivningsklare pasienter. Det er stort fokus på å senke disse utgiftene slik at midlene heller kan benyttes til å bygge opp kommunens egne tilbud. I tillegg har kommunen brukt samhandlingsmidler for å bygge opp en lindrende enhet. Sykehuset har overbelegg.»

(Caset er hentet fra heftet «Tips og hjelp til å komme i gang med etisk refleksjon», KS 2013. Klikk på bildet for å lese mer om heftet.)

Hva gjør du når du mistenker at en kollega gjør noe som kan gå utover pasientenes sikkerhet?

Fredag 6.12.

Reflekter rundt caset under:

«Det lukter alkohol av sykepleierstudenten eller er det etterbarberingsvann? Han kommer ofte for sent til avtaler og du fornemmer at det er noe som ikke stemmer.»



(Caset er hentet fra NSF's refleksjonskort).

Enkelte i personalgruppa forsøker å imøtekomme alle brukernes ønsker og behov. Dette gjør at brukerne definerer dem som snille mens de andre i personalgruppa blir de slemme. Er det mulig å være «snill» uten å skape økte forventninger?

Lørdag 7.12.



«Medarbeiderne i en hjemmetjeneste har vært på seminar om brukermedvirkning. På møtet etter seminaret startes en diskusjon ingen har turt å ta tak i tidligere. Ute på bygda går det nemlig historier om hvem i hjemmetjenesten som er 'snille' og hvem som er 'slemme'. 'De snille' er fleksible og tar ofte et tak ekstra om det trengs. 'De slemme' holder seg til vedtaket som brukerne har fått i tiltaksteamet. De som omtales som slemme føler ubehag ved dette, og opplever at de presses til å ta på seg flere oppgaver enn det som er vedtatt. Dessuten mener de at 'de snille' bidrar til å skape økte forventninger blant innbyggerne i kommunen, noe de på sikt ikke kan innfri. Dette vil da gå ut over deres egen helse og arbeidsmiljø. 'De snille' oppfatter situasjonen annerledes og hevder at det er viktig å sette seg ned, snakke med brukerne og stimulere dem sosialt. Det dreier seg om å være et medmenneske, hevder de. En av dem sier: 'Kanskje det er bra at brukerne stiller litt krav til oss. Det er ikke nødvendigvis sånn at dette bare fører til at vi må løpe fortere. Kan hende det også stimulerer oss til å jobbe litt smartere.'»

(Caset er hentet fra debatthefte om brukermedvirkning i helse- og omsorgssektoren, KS 2011)

Les med om brukermedvirkning ved å klikke på bildet.

Les utdraget under eller se filmen og reflekter rundt følgende: Hvilke verdier og hensyn overveier vi når vi har mistanke om at en person har en demenssykdom, og i vet at vi bør gjøre noe i forhold til det?

Søndag 8.12.

Erling Bonde om livet som pårørende til demenssyke Ingrid:

«Ingrid fikk demensdiagnosen da hun var 52 år, og da var hun småbarnsmamma. Atferden hennes endret seg på en måte lenge før hun fikk diagnosen, men jeg forbant det ikke med demens. Ingrid bagatelliserte en del ting, noe fulgte hun ikke opp i en samtale. Det kan nok ha vært en del gule lapper også, men jeg tenkte ikke så veldig mye over det egentlig den gangen. Det var venner av oss som tipset meg om at noe var virkelig galt, og da ble det til at Ingrid og jeg snakket om det. Den samtalen vi hadde var en gryende samtale om at det kan være smart å få sjekket ut dette. Det var ikke mer enn at hadde du hatt vondt i en fot, så sier noen at du bør oppsøke legen. Vi kunne ikke noe spesielt mer om det, så det var ingen dype samtaler. Poenget var jo å komme seg til legen. Og jeg er veldig glad for at det skjedde såpass tidlig i løpet som det gjorde for Ingrid. Jeg tror det betydde at Ingrid fikk mange gode år, og kunne bo hjemme.»
(Hentet fra Helsedirektoratets film «Erling Bonde - om livet som pårørende til demenssyke Ingrid»).

<https://youtu.be/1zji1OupNg0>

Hvordan kan vi opprettholde en bevissthet om den makt vi har og utøver i møte med pasienten?

Mandag 9.12.

Ta gjerne utgangspunkt i historien under og reflekter rundt spørsmålet over:



«Pasienten var en 93 år gammel mann med langt kommet Alzheimers sykdom, nedsatt syn, sterkt nedsatt hørsel, desorientert for tid og sted, sterkt redusert korttidshukommelse og periodevis plaget av hallusinasjoner og vrangforestillinger. Sykdommen gjorde det vanskelig for pasienten å forstå hva som skulle skje og hvorfor. Resultatet ble at han mange ganger motsatte seg helsehjelpen. Noen ganger var det nærmest umulig å få til et samarbeid om å kle seg om morgenen. Det var også stadig en utfordring å få ham til å ta medisinerne sine. Pleiepersonalet følte at tillitsskapende tiltak i forhold til stell, pleie og medisiner ikke lenger førte fram. De fryktet blant annet pårørendes reaksjoner dersom deres far hadde på seg pyjamas når de kom på besøk. Pårørende hadde det allerede vanskelig med en hjelpeløs far som hadde mistet grepet om tilværelsen.»

Historien er hentet fra Lars Helge Myrsets artikkel «Etisk refleksjon forebygger tvang og krenkelser», Demens og Alderspsykiatri vol.14, nr.4, 2010.

Ta utgangspunkt i teksten under eller se filmen «Voksne skaper vennskap - sammen» og reflekter rundt følgende:

Tirsdag 10.12.

«Det er viktig at Noen tar tak i problemer en ser, og Alle var sikker på at Noen skulle gjøre det. Enhver kunne ha gjort en forskjell, men Ingen gjorde det.

Noen synes dette var svært uheldig, for det var Alles ansvar.

Alle trodde Enhver måtte forstå at noe måtte gjøres, men Ingen forstod at Alle ville tenke at det var Noens ansvar.»

<https://player.vimeo.com/video/73599678>

Bør en gammel pasient med lungebetennelse få slippe behandling?

Onsdag 11.12.

«En 77 år gammel enke ønsker ikke antibiotikabehandling for lungebetennelse til tross for at dette sannsynligvis vil ha kurativ virkning. Bør hun få slippe behandling? Hvilke etiske og juridiske prinsipper må man ta hensyn til når man vurderer et slikt tilfelle?»

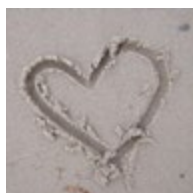


Caset er hentet fra Senter for medisinsk etikk v/Universitetet i Oslo (SME) sine nettsider. Les en vurdering av dette caset og mer om SMEs arbeid ved å klikke på bildet.

Hvordan ivareta en døende pasients verdighet?

Torsdag 12.12.

Pleie og behandling av mennesker i livets avslutning innebærer mange etiske utfordringer. Reflekter rundt spørsmålene under:



1. Hva er en verdig livsavslutning for akkurat dette mennesket?
2. Hvem andre enn mennesket selv kan definere verdighet på egne vegne?

Hvordan kan man ivareta brukernes selvbestemmelsesrett samtidig som man skal ivareta omsorgsplikten?

Fredag 13.12.

Ta utgangspunkt i caset på bildet og reflekter rundt spørsmålet over.



Caset er hentet fra heftet «Etiske utfordringer knyttet til arbeidet med mennesker med utviklingshemming». Klikk på bildet for å lese mer om heftet.

Hvordan ivareta verdier som er sentrale for brukeren/pasienten i situasjoner hvor tidspress kan sette disse verdiene på prøve?

Lørdag 14.12.

Reflekter rundt caset på bildet.



Caset er hentet fra Fagforbundets dialogkort «For mye forlangt? - i dialog om eldres rettigheter».

Hvordan si i fra om uakseptabel oppførsel til en kollega?

Søndag 15.12. Ta utgangspunkt i bildet og reflekter rundt spørsmålet over.



Når dere er ferdige, huk av under og skriv inn navn, mail og tlf.nr. Da blir refleksjonen deres registrert og dere er med i trekningen av «Refleksjonsverktøy-pakken».

Foto: John Tore Gundersen / Utviklingscenter for sykehjem i Nordland

Hva gjør at noen pårørende oppleves som vanskelige å forholde seg til for helsepersonell?

Mandag 16.12. Reflekter rundt spørsmålet over og deretter følgende:



Hvordan kan helsepersonell møte pårørende som oppleves som vanskelige på en god måte?

Til slutt anbefales dere å se på filmen om «Vanskelige pårørende?» fra Pårørendeprogrammet.no – på bildet til venstre for å komme til filmen.

Har du reflektert rundt at brukeren/pasienten du møter hver dag er så mye mer enn det du ser?

Tirsdag 17.12. Ta utgangspunkt i teksten på refleksjonskortet og reflekter rundt spørsmålet over.



Kortet er hentet fra prosjekt «Samarbeid om etisk kompetanseheving» sine refleksjonskort. For å lese mer om disse, trykk på kortet.

På hvilken måte kan musikk tas i bruk som metode i deres arbeid med brukere/pasienter for å gi enda bedre tjenester?

Onsdag 18.12.

Ta utgangspunkt i filmen «Musikkterapi og omsorgssang» fra Fagforbundet, eller teksten under og reflekter rundt spørsmålet over.

«Musikk er et godt utgangspunkt for samvær og kommunikasjon. I tillegg skaper musikk trivsel. Musikk og sang kan være nyttige verktøy på sykehjem, spesielt i utfordrende situasjoner. Musikk gjør at mange av dem som ikke snakker så mye til vanlig kvikner til og blir engasjerte og aktive. Ofte dukker det opp minner hos de eldre som blir utgangspunkt for en samtale. Musikk setter i gang prosesser i kroppen. Forskjellige deler i hjernen blir aktivert – og hjernen må jobbe mer. Det gir økt energinivå, og motivasjon til å gjøre bevegelser og til å holde seg oppe og i gang. I kroppen skjer det både en kognitiv og en fysisk aktivisering gjennom musikk.»

<https://player.vimeo.com/video/58545826?title=0&byline=0&portrait=0&autoplay=true>

Kjærligheten overvinner alt - bare ikke turnus?

Torsdag 19.12. Ta utgangspunkt i spørsmålet over og reflekter rundt caset under:



«En funksjonshemmet mann, som bor institusjon, har truffet kvinnen i sitt liv. Hun er også funksjonshemmet og bor i en annen kommune. De ønsker å treffe hverandre så ofte som mulig. Hun er kronisk syk og det er vanskelig å planlegge besøkene lang tid i forveien da de aldri vet når hun er frisk nok til å ta i mot besøk. Kommunen sier at besøkene må avtales minst 14 dager i forveien. Når de er klare for å treffe hverandre, får de ikke hjelp til å reise på kort varsel da det ikke passer med turnusen til de ansatte.»

Er smått, godt i demensomsorgen?

Fredag 20.12. Ta utgangspunkt i teksten under eller se filmen om demenslandsbyen De Hogeweyk i Nederland og reflekter rundt spørsmålet over (filmene varer i ca. 23 min):



«I Norge er det vanlig å tenke at små enheter for personer med demens er veien er gå for å gi god omsorg. I Nederland utfordrer man denne praksisen og har bygget en demenslandsby for 152 brukere. Her finnes det supermarked, restaurant, frisør, teater/kino mm og alt bemannes av pleiere og frivillige med kompetanse innen demens. Beboerne opplever å leve tilnærmet normalt og kan bevege seg fritt rundt inne i landsbyen. Det brukes 30 % mindre medisiner enn i vanlige institusjoner, de spiser mer, er mer fysisk aktive og lever lengre.»

Ta utgangspunkt i caset under. Hva gjør du?

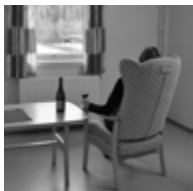
Lørdag 21.12.



«Du jobber i ett bemannet bofellesskap hvor Tore bor. Tore har en moderat psykisk utviklingshemning og autismspekterforstyrrelse. På grunn av ulike omstendigheter, har han behov for 1:1-oppfølging døgnet rundt. I dag skal du være sammen med Tore på kveldsvakten. Når du kommer inn til Tore forteller han at han ønsker å dra til kjæresten sin, Claus. Du synes det høres litt underlig ut og prater derfor med en kollega. Din kollega sier at det er tull at Tore er kjæreste med en mann, og at Tore bør realitetsorienteres for hva som er riktig i forhold til at både han og Claus er menn. Enda en kollega sier seg enig, men du er i tvil.»

Retten til å velge verdier i eget liv

Søndag 22.12. Ta utgangspunkt i bildet. Ha en åpen samtale rundt hvilke tanker bildet gir dere.
Foto: Elin Kløvstad



Hva er ensomhet for deg? Hva er ensomhet for dine brukere/pasienter?

Mandag 23.12. Ta utgangspunkt i bildet og reflekter rundt spørsmålene over og/eller sitatet under:



«For hvor mye ensomhet kan et enkelt menneske løfte? Aldri mer enn sin egen vekt.»
Lars Saabye Christensen

Foto: John Tore Gundersen / Utviklingscenter for sykehjem i Nordland

Hvilke verdier er viktige for dere i julen? Er disse verdiene i fokus ellers i året?

Tirsdag 24.12. Reflekter rundt spørsmålet over.

