



Åpenhet om døden

GUIDE



Innhold

Bakgrunn	3
Eva	3
Alfred	3
Guide til etisk refleksjon	4
Arbeidshefte for refleksjon over egen praksis	4
Forberedelse til refleksjonmøtet	6
Gjennomføring av refleksjonmøtet steg for steg	7
Velkommen og innledning	7
Eva-filmen	9
Fastlegens første hjemmebesøk	10
Tema: Rolleutøvelse	10
Sykeseng i stua	13
Tema: Hvordan håndtere motstand i sårbare situasjoner?	13
Ledelse og etisk refleksjon	16
Tema: Hvordan kan etisk refleksjon bidra til åpenhet om døden?	16
Alfred-filmen	20
Sykehjemslegen leder inntakssamtalen	20
Tema: Å snakke om behandlingsavklaringer i livets siste fase	21
Hvilke hensyn skal veie tyngst?	25
Tema: Perspektivtaking	25
Alfreds siste timer	28
Tema: Når pasienten ønsker å snakke om døden	28

Bakgrunn

Filmene om Eva og Alfred er laget av Etikksatsingen i KS for helsepersonell i hjemmetjenesten og på institusjon, og er finansiert av Helse- og omsorgsdepartementet.

E-læringsverktøyet Åpenhet om døden skal bidra til økt kompetanse om etiske utfordringer i møte med døden og til økt åpenhet om døden. Dette er ikke en opplæringsfilm i alle aspektene ved lindrende omsorg og behandling, men et knippe etiske utfordringer vi har valgt ut etter samtaler med ulike kommuner og ansatte med ulike utdannelser og stillinger i tjenesten.

Filmene handler om to mennesker i livets siste fase. Hensikten med filmene er:

- å løfte temaet «åpenhet om døden» som Helse- og omsorgsdepartementet har satt på dagsordenen gjennom stortingsmelding 24, Lindrende behandling og omsorg – En dag skal vi alle dø, men alle andre dager skal vi leve.
- å gjøre helsearbeidere enda bedre i stand til å mestre krevende og komplekse situasjoner relatert til død, og kunne yte helhetlig omsorg i livets siste fase.
- å innføre etisk refleksjon som verktøy for å kunne håndtere slike situasjoner på best mulig måte for alle involverte parter.

Eva

Eva er en dame i 50-årene som over litt tid ikke hadde følt seg helt i form, og fikk hele livet snudd på hodet da undersøkelser viste at det var kreft. Legene informerte senere om at: «Nå er vi dessverre der vi ikke ønsket å være».

Eva selv forstår alvoret og erkjenner situasjonen, mens barna er i sjokk og nekter å innse at mor skal dø. Eva ønsker å dø hjemme, men hele situasjonen er preget av at mye er uavklart og at de ikke er samstemte i forståelsen av det som nå er i ferd med å skje med Eva.

Hvordan kan vi som helsepersonell hjelpe til og trygge både pasient og pårørende i en slik situasjon? Hvordan kan vi best håndtere belastningen det kan være å møte fortvilelse, sinne og sorg hos pasienter og pårørende? Hvordan kan vi som kolleger hjelpe hverandre å mestre dette på gode måter?

Alfred

Alfred er en eldre mann som flytter inn på sykehjem, selv om han helst vil bo hjemme. Hvordan oppleves det å flytte hjemmefra mot sin vilje? Hva med konas dårlige samvittighet overfor mannen sin? Og sønnen som tviholder på at faren skal bli frisk igjen – hva kan man si for å yte omsorg på den ene side og

varsomt realitetsorientere på den andre? Eller kanskje er det to sider av samme sak?

Hvordan kan vi snakke mer åpent om døden? Hvordan kan etisk refleksjon bidra til gode faglige og etiske refleksjoner rundt hvordan vi som helsepersonell kan stå i og oppleve mestring i situasjoner hvor vi møter døden og de døende?

Vi anbefaler dere å se begge filmene, uavhengig av om dere jobber i hjemmetjenesten eller på institusjon. Filmene tar opp situasjoner og etiske dilemmaer som er relevant for begge målgrupper.

Guide til etisk refleksjon

Dette dokumentet er en guide til hvordan dere kan gjennomføre etisk refleksjon knyttet til lindrende omsorg og behandling. Guiden skal brukes underveis mens dere ser filmene og viser steg for steg hvordan dere kan gjøre det.

Se gjerne filmene over flere samlinger. Da blir det god tid til refleksjon underveis, og god tid til å la lærdommene synke mellom samlingene.

Dere trenger ikke å kunne mye om etikk for å lede eller delta i refleksjonene. Guiden beskriver hvordan den etiske refleksjonen kan gjennomføres, og det er forslag til hva den som leder, kan si underveis. Det er viktig å sørge for at alle får komme til orde.

Man kan gjennomføre opplegget alene, men vi anbefaler å være to eller flere. Hvis dere er flere, bør en av dere lede møtet.

Å lede etisk refleksjonsgruppe i denne sammenhengen innebærer å starte og slutte møtet, holde tiden dere har satt av, bidra til

at gruppa er en trygg arena å dele erfaringer i, passe på alle får ordet og utfordre de som ikke sier noe. Videre å stille åpne og utdypende spørsmål der det er naturlig. Det er en rolle som ikke alle liker eller egner seg for, så det er viktig at den som leder passer og har lyst.

For å hindre at samlingene blir nedprioritert i en travel hverdag, kan det være lurt å forankre arbeidet i ledelsen, slik at det blir en del av kvalitetsforbedringsplanen. Hvis en person med myndighet inviterer, vil det bli lettere å få kollegene med.

I tillegg kan det være lurt å:

- sette opp en plan for alle samlingene og sette av tid i kalenderen
- avtale hvem som skal være med
- bestemme hvor lange møtene skal være, hvor de skal holdes og hvem som skal lede dem

Arbeidshefte for refleksjon over egen praksis

I tillegg til denne guiden er det utarbeidet et arbeidshefte med oppgaver som hver og en kan arbeide dere gjennom e-læringsverktøyet. Vi anbefaler særlig dere som vil arbeide grundig med dette temaet å bruke arbeidsheftet, fordi det gir bedre og dypere læring. Det går an å gjennomføre opplegget uten arbeidsheftet også.

Arbeidsheftene kan bestilles på mail fra Etikksatsningen i KS sitt fjernlager: ordre@lupro.no. Heftene sendes ut gratis. Del ut et arbeidshefte til hver deltaker i starten av det første møtet.

Etter møtet kan man bruke arbeidsheftet som sin «logg» når det gjelder situasjoner rundt

døden. Det er lett å glemme situasjoner fra praksis når dere skal møtes til etisk refleksjon. Derfor anbefaler vi at du noterer både små og store situasjoner så raskt du kan etter at de har skjedd. Reflektér over hva som skjedde, hvordan du løste det, hva du tenkte i situasjonen, og hva du følte. I situasjonen skjer og opplever vi de ulike elementene på en og samme tid, men i etterpåklokskapens lys er det nyttig å bruke litt tid på å skille det fra hverandre. Det kan gi et godt utgangspunkt for å bearbeide noe som kanskje var utfordrende eller ubehagelig. Ved å reflektere over hva som skjedde, kan du få en bedre mestringsfølelse neste gang du står i en liknende situasjon.

Eller kanskje du løste det på en god måte? Da er det lurt å reflektere over hva som gikk bra og hvorfor, slik at du blir bevisst på det, og tar det med deg i lignende situasjoner senere. Det er også fint om du kan dele denne refleksjonen med kollegaer, slik at det kan bli delt kunnskap og en felles kompetanseheving av tjenestene.

Arbeidsheftet gir en god støtte til systematisk, etisk refleksjon for å øke mestring i møte med komplekse situasjoner, som jo døden er.

Hvordan dere kan gjøre refleksjonene steg for steg, er forklart i arbeidsheftet.

Forberedelse til refleksjonsmøtet

Samarbeid om etisk kompetanseheving er KS' etikksatsning. På <http://www.ks.no/etiksk-kompetanseheving> finnes mye nyttig stoff, som filmer, webinar, verktøy og metoder for etisk refleksjon som er spesielt laget for de kommunale helse- og omsorgstjenestene.

Her er også informasjon om hvordan dere kan komme i kontakt med lederen for Etikksatsingen for å bestille metodekurs, innlegg på fagdager med mer.

GJENNOMFØRING AV ETISK REFLEKSJON

Guiden og arbeidsheftet gjør opplegget mulig å gjennomføre uten de store forberedelsene. Hele prosessen er grundig beskrevet og lett å gjennomføre.

Det kan gi deg mer ro og trygghet om du selv har sett gjennom filmene på forhånd, lest denne guiden nøye og studert arbeidsheftet for å få god oversikt over hvordan e-læringsverktøyet Åpenhet om døden er bygget opp.

FORDYPNING OM ETIKK:

Veileder om 6-trinnsmodellen» er en god og grundig innføring i hvordan man kan gjennomføre etisk refleksjon på en systematisk måte. Veilederen anbefales som en del av forberedelsene for dere som vil innføre etisk refleksjon som integrert del av praksis. Veilederen kan også leses som fordypning om dette viktige temaet.

OBS:

Som leder av den etiske refleksjonen gjennomfører du møtet og formulerer deg slik det er naturlig for deg. Denne guiden er kun ment som en støtte. Du må ikke gjøre alt akkurat sånn som det er beskrevet her, så lenge du følger gangen i filmene. Dere vil derfor oppleve at senere episoder er låst frem til dere har sett den foregående.

Gjennomføring av refleksjonsmøtet steg for steg

Velkommen og innledning

HENSIKT:

Hensikt: Alle deltagerne forstår hva som skal skje i møtet, og møteregler og forventninger er avklart, slik at deltakerne er klare til å starte refleksjonen.

OBS:

Det er viktig å skape en trygg og rolig atmosfære i rommet. Å snakke om døden kan være litt krevende, og kanskje sårbart for mange selv om de jobber med det. Start gjerne med en samtale om dette slik at deltagerne er godt forberedt og klare til å gå inn i refleksjonene. La alle dele sine forventninger om hva verktøyet og samlingene kan gi dem selv og avdelingen av kvalitetsforbedring.

Du kan for eksempel si:

«Velkommen til etikkrefleksjon knyttet til åpenhet om døden. Døden er kanskje et av våre siste tabuer. Vi vet at vi alle skal dø, og kanskje nettopp derfor er det mange som opplever døden som vanskelig å forholde seg til. Det gjelder egentlig oss alle, pasienter, pårørende og flere som faktisk jobber med lindrende behandling og omsorg regelmessig. Etisk refleksjon er et verktøy som kan brukes for finne gode måter å møte hverandre på, når døden er temaet».

Spør deltakerne hvilke forventninger de har til disse samlingene om etikkrefleksjon, og åpne opp for innspill.

Noter gjerne innspillene på flip eller tavle ettersom hva du har tilgjengelig.
Avklar forventningene ved å fortelle hva dere skal gjøre:

«E– læringsverktøyet vi skal ta for oss nå fremover, heter Åpenhet om døden. Det består av to filmer vi skal se sammen. I begge filmene oppstår det krevende situasjoner, og vi skal reflektere over ulike spørsmål knyttet til det som skjer, underveis.

Den ene filmen, «Eva – liv og død i hjemmet», handler om Eva som er alvorlig syk og vil dø hjemme. Den andre filmen, «Alfred – liv og død på sykehjemmet», handler om Alfred, en eldre mann som etter et lårhalsbrudd må flytte inn på sykehjem enda han så gjerne ville fortsatt å bo hjemme».

OBS:

Understrek at taushetsplikten gjelder for alle møtene dere skal ha. Det gjelder både det som andre deltakere sier, og hvordan de reagerer.

Om det er noe som trenger å luftes, må det gjøres i samlingen eller at det meldes som tema i oppstart av neste møte.

Du kan avrunde med å si:

«Høres det greit ut? Er det noe mer vi trenger å snakke om før vi starter den første filmen? Er det noen spørsmål?»

Svar på spørsmål deltakerne måtte ha før dere går videre og ser den første filmen.

Du velger hvilken dere skal se først, det spiller ingen rolle for læringsutbyttet. Begge filmene er relevante, uansett om dere jobber i hjemmetjenesten eller på institusjon.

Spill filmen:

Spill først av filmen «Introduksjon». Deretter ser dere filmene om Eva og Alfred, i den rekkefølgen dere ønsker.

Eva-filmen



Be deltagerne ta frem arbeidsheftene og slå opp på den riktige siden, der oppgavene til Eva-filmen starter.

MERK

Filmene er delt inn i 3 scener som hver har 3 handlingsalternativer, og dere skal reflektere over ulike oppgaver knyttet til det som skjer underveis.

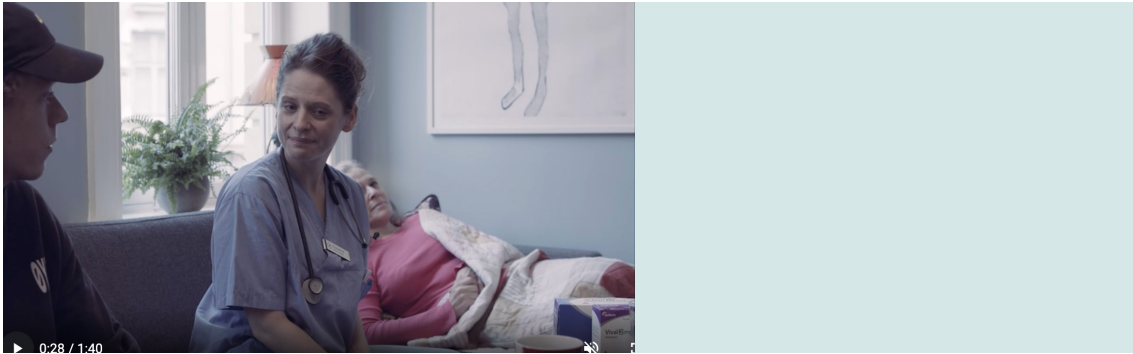
Scenene i filmen følger den samme strukturen, og stopper automatisk når dere skal reflektere. Filmene følger denne strukturen:

1. I en innledende scene oppstår en krevende situasjon hvor etisk refleksjon er et godt verktøy å bruke. Helsearbeideren må ta et valg om hva hun eller han skal gjøre.
2. Dere reflekterer over hva dere mener om dette før dere spiller av tre alternative måter å løse situasjonen på.
3. Før hvert alternativ får dere vite hva som er helsearbeiderens intensjon, altså hva hun eller han prøver å oppnå med å løse situasjonen på den måten, hvorpå dere får se dette alternativet utspilt og hvordan det fungerer i praksis.
4. Dere reflekterer over de tre alternativene ut fra oppgaver vi får underveis.
5. Sett av litt tid til å notere i arbeidsheftet.
6. Når dere er ferdige, trykker du på fortsett-knappen.
7. Se resten av filmen og les opp læringspunktene.

Fastlegens første hjemmebesøk

HENSIKT:

Hensikten med denne scenen er å reflektere over egen rolleutøvelse. Når er du privat, personlig eller profesjonell? Hvilke roller er hensiktsmessige i situasjonen og hvilke bør du unngå?



Tema: Rolleutøvelse

Liten innledning (kan godt leses høyt før du starter filmen):

For å gi god omsorg, må man ta i bruk hele seg. Det gjelder særlig den omsorgen som varer over tid. Vi har også følelser, og i en del møter er det relasjonen som blir viktig.

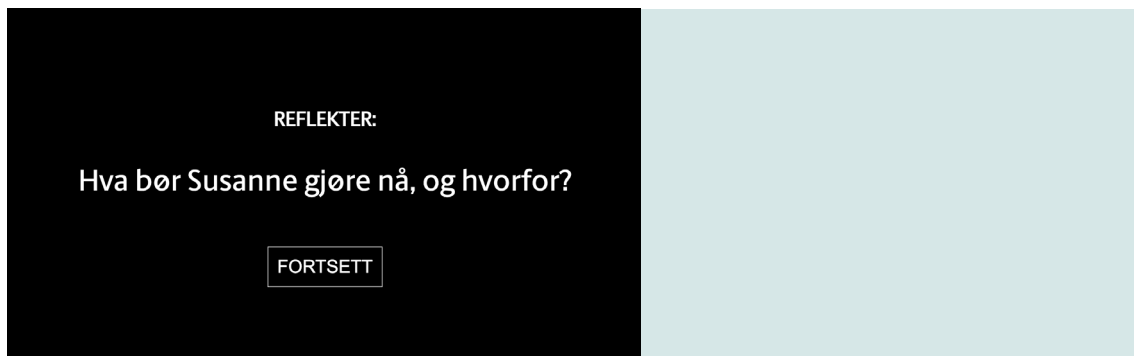
En helsearbeider er aldri en pårørende for pasientene, selv om vi bryr oss mye om dem. Pasientene bruker av og til ansatte som en erstatning for familie som ikke er der eller ikke finnes. Det er deres behov, og det kan vi la være slik det er uten å gå inn i rollen som «datter» eller «barnebarn». Vi skal være en trygg fagperson beboeren og de pårørende kan føle tillit til. Ved å unngå en privat relasjon til pasientene, blir både du og de friere til å føle, bestemme, og handle slik en selv vil og må. Dette er selvsagt ikke en motsetning til å være et medmenneske, men en sikring mot at våre egne behov styrer hva vi velger å gjøre i en situasjon, eller hvordan vi møter dem vi liker og dem vi ikke har noen særlig kjemi med.

Det er ikke alltid helt enkelt å vite hvor grensene går mellom det profesjonelle, det personlige og det private i hver enkelt situasjon og relasjon. Det er derfor viktig at vi reflekterer sammen, slik at det alltid er pasientens behov som står i sentrum. Det betyr ikke at dine behov og følelser er uviktige, men de må få rom et annet sted enn i pasientmøtet, for eksempel i etisk refleksjon.

Hvordan kan du øve opp enda mer følsomhet for hva du selv føler og trenger, slik at du ikke tar ut det i situasjoner hvor den andre er særlig sårbar, som for eksempel ved livets slutt? Hvordan kan du møte døende på en profesjonell måte og samtidig ta vare på deg selv?

Se filmen

Spill av filmen til den automatisk stopper ved refleksjonsoppgaven.



Du kan for eksempel si:

«Ja, hva tenker dere? Hva bør Susanne gjøre nå?

Tenk litt hver for dere, eller snakk sammen to og to i et par minutter. Skriv gjerne i arbeidsheftet, så kan vi dele i plenum etterpå».

Følg opp innspillene fra deltakerne.

Spill deretter av de tre alternativene Susanne selv prøver.

Når dere har sett alle de tre ulike handlingsalternativene, kan dere ta en ny runde med refleksjon. Vi har laget noen spørsmål dere kan bruke som et utgangspunkt. Dere kan velge om dere vil reflektere over alle eller noen dere synes er særlig relevante for dere. Styr etter hvor mye tid dere har tilgjengelig.

Spørsmål til refleksjon:

- Hvilke verdier er i spill i denne situasjonen? Hvilke verdier er viktige for hvem?
- Har du opplevd noe liknende? Hva skjedde?
Hva gjorde du? Hva tenkte du? Hva følte du?

Å skille mellom det som er mitt og det som tilhører situasjonen:

I arbeidsheftet er det en oppgave som handler om å reflektere over egne følelser om døden. Dere kan gjøre denne sammen dersom dere har nok tid tilgjengelig.

Be deltagerne finne frem oppgaven i arbeidsheftet.

Du kan for eksempel si:

«Selv om døden er noe som angår alle, er mange av oss mer enn andre eksponert for situasjoner hvor døden er til stede. Vi må selv ta ansvar for å håndtere egne følelser. Det er viktig å beskytte oss selv og våre kolleger før, i og etter krevende situasjoner. Etisk refleksjon gir bearbeiding fordi refleksjon over praksis gir kompetanse. Erfaring uten refleksjon kan feste seg som en opplevelse av manglende mestring og gi lavere selvtillit.»

Be deltakerne gå sammen i små grupper og reflektere over det å ivareta egne behov og grenser og bearbeide egne følelser. Hvordan kan vi gjøre det? Skriv gjerne notater i arbeidsheftet.

Avrund oppgaven etter ca 10 minutter. Åpne opp for at deltakerne kan dele det de har snakket om.

Skriv gjerne momenter som kommer opp på flip eller tavle ettersom hva du har tilgjengelig.

Spill av resten av filmen og les læringspunktene som kommer opp til slutt:

- *Ta utgangspunkt i der pasient og pårørende er. Inviter alle til å si noe.*
- *Gi rom for både pasient og pårørende.*
- *Still spørsmål, og svar på det de lurer på.*
- *Vær bevisst på eget og andres kroppsspråk.*
- *Vær ærlig og konkret når du svarer, og sjekk at alle forstår informasjon du gir.*

Spør gjerne om noen har forslag til flere lærdommer.

Du kan for eksempel si:

«Har dere flere tanker om hva vi kan lære av denne sekvensen med Susanne?»

Skriv gjerne momenter som kommer opp på flip eller tavle ettersom hva du har tilgjengelig.

Spør også om noen har spørsmål, og hvis noen har det, åpne opp for innspill. Ved behov kan noen få i oppgave å undersøke spørsmålet nærmere til neste gang dere møtes.

Fortell deltakerne at de kan få noen minutter til å notere i arbeidsheftene før dere skal fortsette med neste tema.

Når alle er ferdige, kan du gå videre ved å klikke på krysset i hjørnet. Da kommer du tilbake til menyen og velger neste scene.

Sykeseng i stua

HENSIKT:

Hensikten med denne scenen er å bevisstgjøre om hvor viktig det er å møte mennesker der de er, og at alle følelser, enten de har et språk eller ikke, på en eller annen måte må anerkjennes og kanskje også settes ord på, før medisinske og praktiske temaer kan tas opp på en god måte.



Tema: Hvordan håndtere motstand i sårbare situasjoner?

Liten innledning (kan godt leses høyt før du starter filmen):

Det er viktig å være bevisst på at alle har sitt eget perspektiv i en situasjon, og som helsearbeider må du se det for å håndtere situasjonen: Hva handler situasjonen egentlig om? Hvilke verdier er i spill, for hvem?

Se filmen:

Spill av filmen til den automatisk stopper ved refleksjonsspørsmålet.



Du kan for eksempel si:

«Ja, hva tenker dere? Hva bør Miriam gjøre nå?»

Dere kan gjerne snakke sammen to og to i et par minutter først, så kan vi dele i plenum etterpå».

Følg opp innspillene fra deltakerne ved å ta dem med inn i en felles refleksjon:

- Tenker vi likt eller ulikt?
- Hva betyr det hvis alle tenker likt?
- Hva betyr det hvis det er mange ulike meninger?

Spill deretter av de tre alternativene Miriam selv prøver.

Når dere har sett alle de tre ulike handlingsalternativene, kan dere ta en ny runde med refleksjon. Vi har laget noen spørsmål dere kan bruke som et utgangspunkt. Dere kan velge om dere vil reflektere over alle, eller noen dere synes er særlig relevante for dere. Styr etter hvor mye tid dere har tilgjengelig.

Spørsmål til refleksjon:

- Hva tenker dere er styrker og svakheter ved de tre handlingsalternativene her?
- Hva var det som gjorde at det gikk best i siste alternativ? Hvilke verdier tror dere lå til grunn for Miriams valg? (eksempler på verdier: Respekt, omsorg, tillit, konfliktskyhet, faglighet, integritet, rettferdighet)
- Bruk 6-trinnsmodellen (beskrevet i KS' «Veileder til 6-trinnsmodellen») og reflekter over dette etiske dilemmaet: Bør Miriam overtale Eva til å få inn sykeseng i stua?

Spill av resten av filmen og les opp læringspunktene som kommer opp til slutt:

- *Motstand handler ofte om følelser. Da er det viktig å møte pasienten og pårørende der de er.*
- *Pasienten bestemmer så lenge han eller hun er samtykkekompetent, men involver alle i prosessen.*
- *Still spørsmål og lytt til svarene, så kan du knytte din faglige vurdering til deres tanker og følelser.*

Spør gjerne om noen har forslag til flere lærdommer.

Du kan for eksempel si:

«Har dere flere tanker om hva vi kan lære av denne sekvensen med Miriam?»

Skriv gjerne momenter som kommer opp på flip eller tavle ettersom hva du har tilgjengelig.

Spør også om noen har spørsmål, og hvis noen har det, åpne opp for innspill. Ved behov kan noen få i oppgave å undersøke spørsmålet nærmere til neste gang dere møtes.

Fortell deltagerne at de kan få noen minutter til å notere i arbeidsheftene før dere skal fortsette med neste tema.

Når alle er ferdige, kan du gå videre ved å klikke på krysset i hjørnet. Da kommer du tilbake til menyen og velger neste scene.

Ledelse og etisk refleksjon

HENSIKT:

Hensikten med dette avsnittet er å bevisstgjøre om verdien av etisk refleksjon for å bidra til åpenhet om døden, mestring og bedring av praksis.



Tema:

Hvordan kan etisk refleksjon bidra til åpenhet om døden?

Liten innledning (kan godt leses høyt før du starter filmen):

Etisk refleksjon bidrar til mer åpenhet om døden blant kollegaer, noe som i sin tur kan gi mer sensitivitet for verdier, økt mestringsopplevelse, mot til å gå inn i situasjoner og dermed økt kvalitet på tjenestene til den som er døende og dennes pårørende. Det finnes flere modeller for etisk refleksjon. Vi introduserer to modeller i dette opplegget: Hjerte, hode hender-modellen og 6-trinnsmodellen. Hvilken metode dere bruker, avhenger av hva dere ønsker som resultat av refleksjonen. Er det handlingsalternativer, beslutningsstøtte, eller økt bevissthet om ulike etiske temaer innenfor lindrende omsorg og behandling?

Se filmen:

Spill av filmen til den automatisk stopper ved refleksjonsspørsmålet.

SPØRSMÅL TIL REFLEKSJON:

- Hva er etisk refleksjon?
- Hvilke erfaringer har du med etisk refleksjon?

Du kan for eksempel si:

«Ja, dere, vi har sett noen eksempler på etisk refleksjon i de andre sekvensene. Men hva er egentlig etisk refleksjon? Dere kan gjerne snakke sammen to og to i et par minutter først, så kan vi dele i plenum etterpå. Skriv gjerne svarene deres i arbeidsheftet».

Følg opp innspillene fra deltakerne: Er det mye likt eller mye ulikt? Hvorfor?
Utforskning av hvorfor man tenker som man gjør, er alltid spennende og lærerikt.

Her er en definisjon av etikk som du kan lese opp ved behov:

Etikk som fag kan defineres som systematisk tenkning om moralske problemer og sammenhenger. Moral er forstått som oppfatninger om rett og galt i ulike praktiske situasjoner. Etikk er systematisk tenkning om hva som er godt, rett og rettferdig. Etisk refleksjon er en kritisk virksomhet, det vil si at vi undersøker hva vi bør gjøre, hvilke holdninger som bør prege arbeidet, og hvordan våre rutiner og systemer bør være innrettet for at tjenestene skal holde høyest mulig faglig og etisk kvalitet. Dette betyr at etikk, som systematisk etisk refleksjon over verdispørsmål, retter seg mot:

- Handlinger (vanskelige valgsituasjoner, etiske dilemmaer m. m.)
 - Holdninger (til pasienter/brukere, pårørende, hverandre osv. altså organisasjonskulturen)
 - Institusjonelle ordninger (rutiner, retningslinjer, regler, prioriteringer, systemer etc.)
- (Hentet fra Etikkhåndboka, Eide/Aadland. 2020)

Deretter kan du si:

«Har noen erfaringer med etisk refleksjon fra før? Vil noen dele?»

Følg opp deltakernes svar. Kanskje har noen erfaringer, kanskje ikke.

Dersom noen har slik erfaring, kan du spørre hva som fungerte bra og hva som eventuelt var utfordrende? Om de har noen innspill til hvordan dere kan gjøre det?

Uansett er hensikten med dagens økt å få forståelse av hvordan etisk refleksjon kan brukes til å forbedre praksis og øke mestring i situasjoner med pasienter og pårørende knyttet til døden.

Du kan fortelle at det er derfor dere skal starte med/forbedre hvordan dere jobber med systematisk, etisk refleksjon.

Se filmen:

Spill av filmen til den automatisk stopper ved neste refleksjonsspørsmål:

SPØRSMÅL TIL REFLEKSJON:

- Mange helsearbeidere opplever at det er litt utfordrende å snakke med hverandre, pasienter og pårørende om døden. Hva handler det om?
- Kan du dele egne erfaringer fra en samtale om døden? Hva skjedde da?

Du kan for eksempel si:

«Hva er det som gjør døden til et utfordrende tema? Hva handler det om? Dere kan gjerne snakke sammen to og to i et par minutter først, så kan vi dele i plenum etterpå. Skriv gjerne svarene deres i arbeidsheftet».

Del i plenum. Skriv gjerne momenter på flip eller tavle ettersom hva du har tilgjengelig.

Du kan deretter følge opp med å si:

«Utfordrende situasjoner som dette, handler ofte om at det er mange verdier i spill, og flere personer å ta hensyn til. Det rasjonelle og følelsesmessige veves inn i hverandre. Her kan etisk refleksjon rydde opp.»

En fin måte å reflektere etisk på, er å stille seg følgende spørsmål:

- Hva skjedde?
- Hva tenkte jeg?
- Hva følte jeg?
- Hva gjorde jeg?

«Nå skal dere få en oppgave dere kan løse jobbe med hver for dere. Ta utgangspunkt i en utfordrende situasjon du har opplevd på jobben eller privat, og skriv dine tanker om den situasjonen i arbeidsheftet. Dere skriver hver for dere, men dere kan gjerne snakke med sidemannen ved behov. Vær så god.»

Følg opp med å spørre deltakerne hvordan de opplevde oppgaven. La dem komme med sine opplevelser.

Rund av etter noen minutter.

Oppsummer ved å for eksempel si:

«Det dere har gjort nå, er en av flere måter å reflektere etisk på. Vi kaller den «hjerte, hode, hender-modellen», fordi den henviser til tanke, følelse og handling. 6-trinnsmodellen, som er utviklet av Etikksatsingen i KS i samarbeid med Senter for Medisinsk Etikk (SME), er en annen god, mer omfattende modell som egner seg når man vil sortere en situasjon grundig, og deretter få frem hvilke handlingsalternativer som er mest etiske, eventuelt gjør minst skade».

Se filmen:

Spill av filmen til den automatisk stopper ved neste refleksjonsspørsmål:

SPØRSMÅL TIL REFLEKSJON:

- Finn eksempler på hvordan etisk refleksjon kan bidra til åpenhet om døden.
- Bruker dere etisk refleksjon hos dere? I så fall, i hvilke sammenhenger?
- Hvordan kan vi komme i gang med systematisk etisk refleksjon hos oss?

Rund av:

Spør også om noen har spørsmål, og hvis noen har det, åpne opp for innspill. Ved behov kan noen få i oppgave å undersøke spørsmålet nærmere til neste gang dere møtes.

Fortell deltagerne at de kan få noen minutter til å notere i arbeidsheftene.

Når alle er ferdige, kan du gå videre ved å klikke på krysset i hjørnet. Da kommer du tilbake til menyen.

Gå videre til Alfred-filmen hvis dere ikke allerede har sett den, eller hvis dere har det, til avslutningsfilmen «Oppsummering».

Alfred-filmen



Be deltagerne ta frem arbeidsheftene og slå opp på den riktige siden, der oppgavene til Alfred-filmen starter.

MERK:

Filmene er delt inn i 3 scener som hver har 3 handlingsalternativer, og dere skal reflektere over ulike oppgaver knyttet til det som skjer underveis.

Scenene i filmen følger den samme strukturen, og stopper automatisk når dere skal reflektere. Filmene følger denne strukturen:

1. I en innledende scene oppstår en krevende situasjon hvor etisk refleksjon er et godt verktøy å bruke. Helsearbeideren må ta et valg om hva hun eller han skal gjøre.
2. Dere reflekterer over hva dere mener om dette før dere spiller av tre alternative måter å løse situasjonen på.
3. Før hvert alternativ får dere vite hva som er helsearbeiderens intensjon, altså hva hun eller han prøver å oppnå med å løse situasjonen på den måten, hvorpå dere får se dette alternativet utspilt og hvordan det fungerer i praksis.
4. Dere reflekterer over de tre alternativene ut fra oppgaver vi får underveis.
5. Sett av litt tid til å notere i arbeidsheftet.
6. Når dere er ferdige, trykker du på fortsett-knappen.
7. Se resten av filmen og les opp læringspunktene.

Sykehjemslegen leder innkomstsamtalen

HENSIKT:

Hensikten med denne scenen er å bevisstgjøre om at pårørende kan ha sterke følelser som vi må bruke litt tid på å forstå, for å kunne få til en konstruktiv samtale om hva som er best for deres kjære og vår pasient. Det gjelder å være sensitiv og «spille på gehør» for å bygge og ivareta tillit til beboer og pårørende.



Tema:

Å snakke om behandlingsavklaringer i livets siste fase

Liten innledning (kan godt leses høyt før du starter filmen):

I innkomstsamtalen begynner et samarbeid med familien som trolig skal fortsette til beboeren er død. Derfor er det ønskelig å avklare viktige syn på ulike behandlingstiltak, som HLR og sykehusinnleggelse i livets siste fase. Grunnen til at dette bør tas opp tidlig, er at det kan være lettere å ha samtaler om dette før det blir aktuelt, og at vi gjerne vil høre og ivareta beboerens eget syn og vilje. Avgjørelsene må dokumenteres, gjerne i en palliativ plan.

Det er lite kunnskap utenfor helsesektoren om hva de ulike begrepene egentlig betyr. Det må informeres godt om hva begreper som for eksempel HLR minus betyr og innebærer, før beboer og pårørende kan ta stilling til spørsmålet. Om slike spørsmål kommer for brått på, kan det skape engstelse og motstand. For mange familier er det nok å ta innover seg den endringen innflytting til sykehjem er. Likevel er det gode grunner til å ta opp dette tidlig, fordi medisinske forandringer kan komme raskt og uventet.

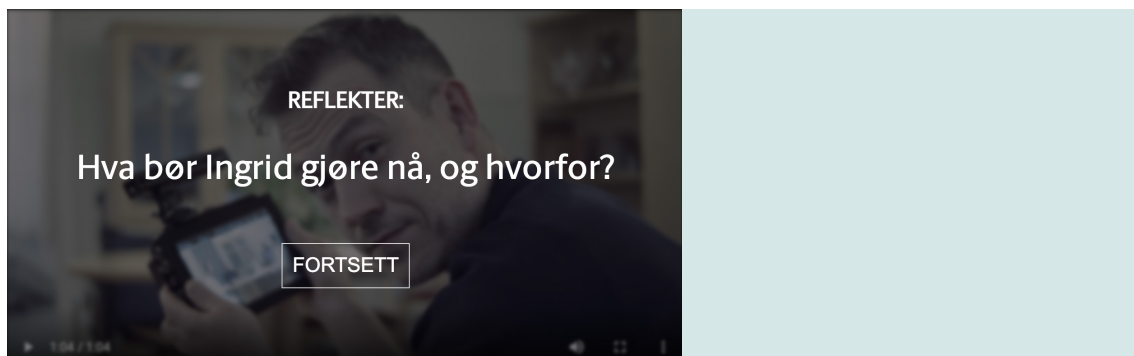
Hvis ikke noe annet står i journal eller i en palliativ plan, har ambulanspersonell plikt til å utføre HLR. Men det er ikke alltid det er til det beste for beboerne, og særlig ikke for dem som er i livets siste fase. Dette må sies på en nennsom måte, men hvordan gjør man det? Det finnes ingen fasit, men gjennom etisk refleksjon får du flere verktøy å ta i bruk, slik at du kan være fleksibel og lydhør for de andres perspektiv, og møte dem på en god måte der de er.

MERK:

Ifølge Pasient – og brukerrettighetsloven har Alfred og alle andre pasienter rett til å få informasjon om egen helsetilstand, men de har også rett til å ikke få vite alt om egen helsetilstand. Det er ikke nødvendig å vite alt, dersom det likevel ikke er noe som kan behandles. Hvis beboer uttrykker at han eller hun ikke ønsker informasjon, respekterer selvsagt alle ansatte beslutningen.

Se filmen:

Start filmen og spill av til den stopper automatisk første gang med en refleksjonsoppgave.

**Du kan for eksempel si:**

«Ja, hva tenker dere? Hva bør Ingrid gjøre nå?»

Dere kan gjerne snakke sammen to og to i et par minutter først, så kan vi dele i plenum etterpå».

Følg opp innspillene fra deltakerne ved å ta dem med inn i en felles refleksjon:

Tenker vi likt eller ulikt?

Hva betyr det hvis alle tenker likt?

Hva betyr det hvis det er mange ulike meninger?

Spill deretter av de tre alternativene Ingrid selv prøver.

Les deretter gjerne dette som en innledning til refleksjonsspørsmålene:

Hva er verdier? Hva er forskjellen på åpne og skjulte verdier?

Verdier er stabile mål, idealer og prioriteringer. Profesjonsetikken har et komplekst verdisystem: Dine egne verdier, profesjonens verdier og organisasjonens verdier. Når disse verdiene samsvarer og heller ikke skiller seg for mye fra praksis, slipper ansatte å stå i moralsk stress. Er det derimot ikke samsvar, kan det skape problemer.

Verdier kan være både åpne og skjulte. Begge er i utgangspunktet nøytrale, det vil si at de hverken er dårlige eller gode i utgangspunktet. De åpne verdiene er bevisste moralske idealer, som for eksempel respekt, rettferdighet, ikke – skade, selvbestemmelse. Skjulte verdier er ubevisste, tilslørte og førbevisste. De er ikke nødvendigvis skjulte fordi de er aktivt fortrent, men kan like gjerne være handlingsmønstre som har blitt til vane, eller gammel rutine som den bevisste tanken har sluttet å bry seg med.

Først når man reflekterer over slike vanehandlinger, kan man bevisstgjøre skjulte verdier, og oppdage hvilke mål eller gevinster handlingen faktisk ble styrt av. Da vil man opparbeide et mer bevisst forhold til egne verdier.

Når dere har sett alle de tre ulike handlingsalternativene, kan dere ta en ny runde med refleksjon. Vi har laget noen spørsmål dere kan bruke som et utgangspunkt. Dere kan velge om dere vil reflektere over alle, eller noen dere synes er særlig relevante for dere. Styr etter hvor mye tid dere har tilgjengelig.

SPØRSMÅL TIL REFLEKSJON:

- Hvilke verdier er viktige for hvem i denne situasjonen?
- Hvilke av disse verdiene vil dere si er åpne og hvilke er skjulte?
- Slå av lyden og spill alternativene uten lyd. Legg merke til kroppsspråket. Hva ser du?
- Hvordan er sammenhengen mellom etikk og verbal og nonverbal kommunikasjon?

Hva er verdier? Hva er forskjellen på åpne og skjulte verdier?

Verdier er stabile mål, idealer og prioriteringer. Profesjonsetikken har et komplekst verdisystem: Dine egne verdier, profesjonens verdier og organisasjonens verdier. Når disse verdiene samsvarer og heller ikke skiller seg for mye fra praksis, slipper ansatte å stå i moralsk stress. Er det derimot ikke samsvar, kan det skape problemer.

Verdier kan være både åpne og skjulte. Begge er i utgangspunktet nøytrale, det vil si at de hverken er dårlige eller gode i utgangspunktet. De åpne verdiene er bevisste moralske idealer, som for eksempel respekt, rettferdighet, ikke – skade, selvbestemmelse. Skjulte verdier er ubevisste, tilslørte og førbevisste. De er ikke nødvendigvis skjulte fordi de er aktivt fortrent, men kan like gjerne være handlingsmønstre som har blitt til vane, eller gammel rutine som den bevisste tanken har sluttet å bry seg med.

Først når man reflekterer over slike vanehandlinger, kan man bevisstgjøre skjulte verdier, og oppdage hvilke mål eller gevinster handlingen faktisk ble styrt av. Da vil man opparbeide et mer bevisst forhold til egne verdier.

Spill av resten av filmen og les opp læringspunktene som kommer opp til slutt:

- *En relasjon tåler bare det som tilliten i relasjonen kan bære. Først når tillit er etablert er det klokt å invitere til samtale om vanskelige temaer.*
- *Husk å se hele mennesket, ikke bare «en pasient», eller bare det medisinske. Han eller hun er i en sårbar situasjon.*
- *Legen har det medisinske ansvaret og tar de endelige avgjørelsene. Pass på at de pårørende ikke føler ansvar for medisinske beslutninger.*
- *Mye av etikken ligger i hvordan vi kommuniserer, ikke bare i hva vi sier.*
- *Vær åpen, spør og lytt og gi rom til pasient og pårørende med det du sier og med kroppsspråk.*
- *Ta hensyn til de pårørende gjennom hele samtalen, og forsøk å forstå deres perspektiv.*

Spør gjerne om noen har forslag til flere lærdommer.

Du kan for eksempel si:

«Har dere flere tanker om hva vi kan lære av denne sekvensen med Ingrid?»

Skriv gjerne momenter som kommer opp på flip eller tavle ettersom hva du har tilgjengelig.

Spør også om noen har spørsmål, og hvis noen har det, åpne opp for innspill. Ved behov kan noen få i oppgave å undersøke spørsmålet nærmere til neste gang dere møtes.

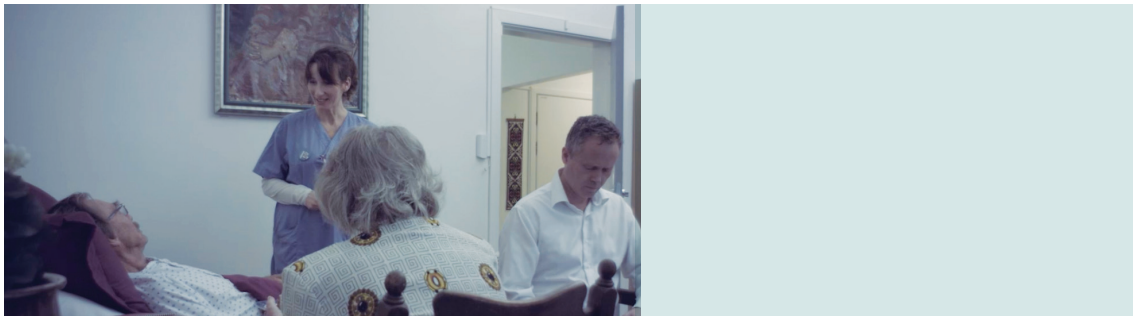
Gi deltagerne noen minutter til å notere i arbeidsheftene før dere skal fortsette med neste tema.

Når alle er ferdige, kan du gå videre ved å klikke på krysset i hjørnet. Da kommer du tilbake til menyen og velger neste scene.

Hvilke hensyn skal veie tyngst?

HENSIKT:

Hensikten med denne scenen er å øke bevisstheten rundt viktigheten av palliativ plan når det oppstår situasjoner hvor de ulike partenes behov og verdier er i konflikt, og hvor pårørende ikke evner å ta inn over seg hva som er til det beste for sin kjære i situasjonen.



Tema: Perspektivtaking

Liten innledning (kan godt leses høyt før du starter filmen):

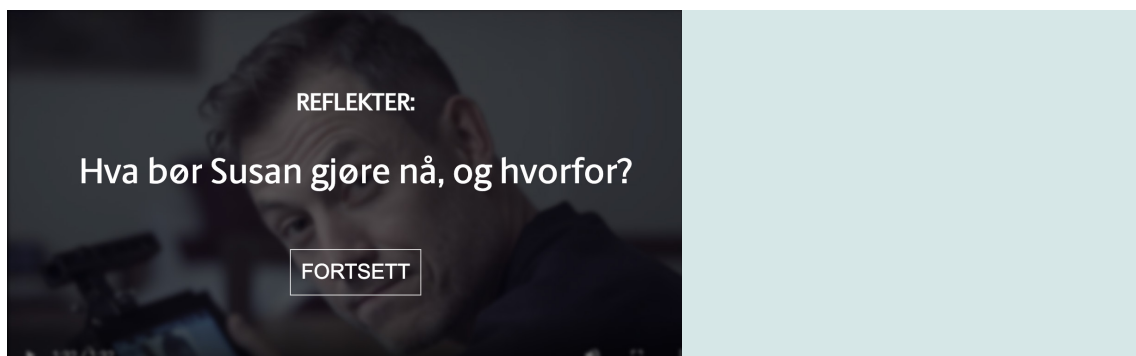
Døden er et tema som er veldig privat for mange. Fordi de kanskje aldri har snakket om det før, har mange et begrenset språk for hva de tenker og føler. Det kan være uvant å sette ord på redsel, tap, tro og håp når døden nærmer seg. Noen vil kanskje kjenne på en lengsel etter å få slippe og å gi slipp, noe som også er et tabu. Signaler på at noen vil snakke om døden, kan være både uklare og forsiktige.

I tillegg kommer våre egne tanker og følelser om å snakke om døden. Ikke alle helsearbeidere er fortrolige med slike temaer heller. Det kan for noen handle om egne erfaringer og egen ubearbeidet sorg eller frykt.

Etisk refleksjon i arbeidshverdagen kan hjelpe deg å stå i krevende situasjoner samtidig som du håndterer egne og andres følelser når det er mye som skjer på det emosjonelle planet.

Se filmen:

Start filmen og spill av til den stopper første gang med en refleksjonsoppgave.



Du kan for eksempel si:

«Ja, hva tenker dere? Hva bør Susan gjøre nå?»

Dere kan gjerne snakke sammen to og to i et par minutter først, så kan vi dele i plenum etterpå».

Følg opp innspillene fra deltakerne ved å ta dem med inn i en felles refleksjon:

- Tenker vi likt eller ulikt?
- Hva betyr det hvis alle tenker likt?
- Hva betyr det hvis det er mange ulike meninger?

Spill deretter av de tre alternativene Susan selv prøver.

Når dere har sett alle de tre ulike handlingsalternativene, kan dere ta en ny runde med refleksjon. Vi har laget noen spørsmål dere kan bruke som et utgangspunkt. Dere kan velge om dere vil reflektere over alle, eller noen dere synes er særlig relevante for dere. Styr etter hvor mye tid dere har tilgjengelig.

SPØRSMÅL TIL REFLEKSJON:

- Hvordan kan vi ta vare på oss selv og kollegaene våre etter krevende situasjoner?
- Hvordan kan palliativ plan brukes som etisk beslutningsstøtte?

Spørsmål til refleksjon:

- Hvordan kan vi ta vare på oss selv og kollegaene våre etter krevende situasjoner?
- Hvordan kan palliativ plan brukes som etisk beslutningsstøtte?

Perspektivtaking: Triadeøvelse

I arbeidsheftet er det en oppgave som kan passe til dette temaet. Det er en såkalt triadeøvelse, hvor deltakerne går i grupper på tre. En går i rolle som pasient, en som helsearbeider og en som observatør.

Be deltagerne finne frem øvelsen i arbeidsheftet og gå sammen i grupper på tre. Be dem notere i arbeidsheftet underveis.

Refleksjon etter triadeøvelsen:**Du kan for eksempel si:**

Det er ikke sånn at vi alltid vet hvordan situasjoner kommer til å bli, og det kan være godt å ha øvd litt på situasjoner som en selv opplever som sårbare eller krevende. Hvordan kan vi bruke perspektivtaking som forberedelse til krevende samtaler og situasjoner?

Skriv gjerne momenter som kommer opp på flip eller tavle ettersom hva du har tilgjengelig.

Spill av resten av filmen og les opp læringspunktene som kommer opp til slutt:

- *Mye av etikken ligger i hvordan vi kommuniserer, ikke bare i hva vi sier.*
- *Legen har det medisinske ansvaret og tar de endelige avgjørelsene. Pass på at de pårørende ikke føler ansvar for medisinske beslutninger.*

Spør gjerne om noen har forslag til flere lærdommer.

Du kan for eksempel si:

«Har dere flere tanker om hva vi kan lære av denne sekvensen med Susan?»

Skriv gjerne momenter som kommer opp på flip eller tavle ettersom hva du har tilgjengelig.

Spør også om noen har spørsmål, og hvis noen har det, åpne opp for innspill. Ved behov kan noen få i oppgave å undersøke spørsmålet nærmere til neste gang dere møtes.

Fortell deltagerne at de kan få noen minutter til å notere i arbeidsheftene før dere skal fortsette med neste tema.

Når alle er ferdige, kan du gå videre ved å klikke på krysset i hjørnet. Da kommer du tilbake til menyen og velger neste scene.

Alfreds siste timer

HENSIKT:

Hensikten med denne scenen er å gi økt sensitivitet for signaler pasientene kan gi når de ønsker å snakke om egen død og om det livet som har vært. Videre at man ikke skal være redd for å ta samtalen selv om man ikke vet helt hva man skal si.



Tema: Når pasienten ønsker å snakke om døden

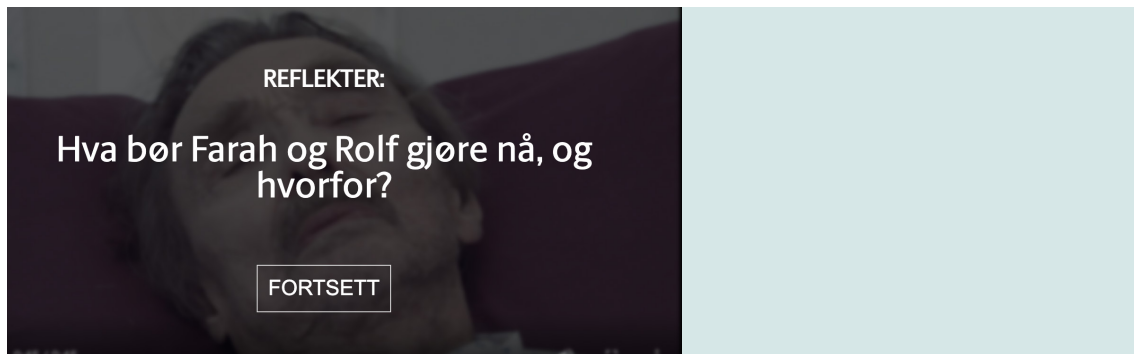
Liten innledning (kan godt leses høyt før du starter filmen):

Det er viktig å fange opp situasjoner hvor pasienten ønsker å snakke om døden. Tegnene på at noen vil snakke om døden er ofte forsiktige. Vær oppmerksom på små antydninger. Som i all annen omsorg er det viktig å være forberedt til å gi åndelig og eksistensiell omsorg. Et menneske som trenger slik omsorg, og gir uttrykk for det, viser deg en tillit du kan være stolt over å fortjene. Da må du bare stå i det og gjøre ditt beste, uansett hvor krevende du synes det er, eller du ikke vet helt hva du skal si. Kanskje er behovet for at noen skal lytte større enn at noen skal prøve å «fikse» noe som ikke kan fikses. La pasienten få lov til å være på sin «reise» og følg så godt du kan.

Du kan ikke snakke om døden uten å snakke om livet. Ta deg tid til å bli kjent med pasientene dine, og finn ut hvem pasientene er, om han eller hun har en tro, et livssyn eller noe annet som betyr mye. Det kan være alt mulig, en hobby eller en historie. Den informasjonen kan brukes til å skape trygghet når pasienten ligger for døden.

Se filmen:

Start filmen og spill av til den stopper første gang med en refleksjonsoppgave.



Du kan for eksempel si:

«Ja, hva tenker dere? Hva bør Rolf og Farah gjøre nå?»

Dere kan gjerne snakke sammen to og to i et par minutter først, så kan vi dele i plenum etterpå».

Følg opp innspillene fra deltakerne ved å ta dem med inn i en felles refleksjon:

- Tenker vi likt eller ulikt?
- Hva betyr det hvis alle tenker likt?
- Hva betyr det hvis det er mange ulike meninger?

Spill deretter av de tre alternativene Rolf og Farah selv prøver.

Når dere har sett alle de tre ulike handlingsalternativene, kan dere ta en ny runde med refleksjon. Vi har laget noen spørsmål dere kan bruke som et utgangspunkt. Dere kan velge om dere vil reflektere over alle, eller noen dere synes er særlig relevante for dere. Styr etter hvor mye tid dere har tilgjengelig.

Spørsmål til refleksjon:

- Hva er utfordrende i situasjoner når døden nærmer seg? Hvorfor?
- På hvilke måter ivaretok Farah og Rolf Alfred, i det siste alternativet? (medisinsk, psykologisk, sosialt, åndelig, eksistensielt)
- Hvordan ville du håndtert en slik situasjon? Hvorfor?
- Hvordan kan man vite når man bør holde samtalen gående, og når det er klokest å være i stillheten sammen?

Etterlattsamtalen: En anledning til å få tilbakemeldinger

Etterlattsamtalen er en anledning for de pårørende til å avslutte et viktig kapittel i deres liv. Det gir også oss en god anledning til å bli enda bedre på lindrende omsorg og behandling.

I arbeidsheftet er det en oppgave om etterlattsamtalen. Be deltagerne finne frem oppgaven, og arbeide med den nå dersom dere har tid.

Når de har svart på oppgaven, kan du be deltakerne dele det de har skrevet, og oppsummere i plenum.

Skriv gjerne momenter som kommer opp på flip eller tavle ettersom hva du har tilgjengelig.

Spill av resten av filmen og les opp læringspunktene som kommer opp til slutt:

- *Tegnene på at noen vil snakke om døden er ofte forsiktige. Som i all annen omsorg er det viktig å være åpen for å gi åndelig og eksistensiell omsorg. Rolf og Farah visste at Alfred likte å be det gamle Fadervår. Derfor lå teksten klar i skuffen.*
- *I etterlattsamtaler har følelsene ofte lagt seg, og man kan få en god samtale om hva som skjedde og hvordan det ble opplevd. Det er en god lukking for de pårørende, og en mulighet for oss til å bli enda bedre på lindrende omsorg og behandling.*

Spør gjerne om noen har forslag til flere lærdommer.

Du kan for eksempel si:

«Har dere flere tanker om hva vi kan lære av denne sekvensen med Rolf og Farah?»

Skriv gjerne momenter som kommer opp på flip eller tavle ettersom hva du har tilgjengelig.

Rund av:

Spør også om noen har spørsmål, og hvis noen har det, åpne opp for innspill. Ved behov kan noen få i oppgave å undersøke spørsmålet nærmere til neste gang dere møtes.

Fortell deltakerne at de kan få noen minutter til å notere i arbeidsheftene.

Når alle er ferdige, kan du gå videre ved å klikke på krysset i hjørnet. Da kommer du tilbake til menyen.

Gå videre til Eva-filmen hvis dere ikke allerede har sett den, eller hvis dere har det, til avslutningsfilmen «Oppsummering».