

**Værktøj # 5** "Guide til eksistentielle samtaler med ældre" er et redskab til at give dig et nuanceret billede af, hvem den ældre er som person. Værktøjet indeholder praktiske tips, forslag til eksistentielle samtale-temaer og spørgsmål. Formål: Disse forslag til samtale-temaer og spørgsmål er ikke en opskrift, du skal følge slavisk. Det afgørende er, at spørgsmålene hjælper dig til at få samtalen om de vigtige ting i livet i gang.

## VÆRKTØJ 5

# Guide til eksistentielle samtaler med ældre

For at kunne hjælpe ældre mennesker med at leve godt, må du have viden om deres unikke livsforhold. Denne viden handler ikke kun om helbredstilstand og særlige behov.

Eksistentielle samtaler er et redskab til at give dig et nuanceret billede af, hvem den ældre er som person. Ældres livshistorie spiller f.eks. ofte en betydelig rolle i deres nuværende livskvalitet. Har Jørgen på 95 levet et langt liv med klassisk musik og vandreture i naturen, er der stor sandsynlighed for, at han kan have glæde af Bach frem for Shubidua, og at en tur i det grønne måske kan være af stor betydning for ham. Har du nuanceret viden om den ældres liv, kan du bedre hjælpe ham eller hende til at leve godt.

I eksistentielle samtaler kan du få basal information om den enkelte ældres baggrund, livsstil og syn på livet. I det hele taget kan du få en bedre forståelse af, hvad et godt liv er for ham eller hende.

### Praktiske tips til samtalen:

- Prøv at skabe tryghed og tillid i samtalen. Hvis der er behov for at 'bryde isen', kan du eventuelt fortælle lidt om dig selv, hvis du har mod på det.
- Prøv at lægge mærke til, hvad der særligt optager den ældre, når han/hun svarer (f.eks. om han/hun udviser følelser om særlige emner).
- Stil gerne opfølgende og uddybende spørgsmål
- Lad den ældre tale ud – også selvom han/hun svarer på noget andet, end du spurgte om
- Brug spørgsmål, der åbner og uddyber samtalen – gerne 'hv'-spørgsmål (hvad, hvorfor, hvordan, hvem osv.)
- Bed gerne den ældre om at give eksempler, uddybe og fortælle videre
- Det er en god idé at lydoptage samtalen til senere granskning – husk at få lov af den ældre
- Nedenstående guide med samtale-temaer og spørgsmål er ikke en opskrift, du skal følge slavisk. Det afgørende er, at spørgsmålene hjælper dig til at få samtalen om de vigtige ting i livet i gang.
- Dan dig et overblik over spørgsmålene, inden du begynder samtalen.

## VÆRKTØJ 5

## MULIGE SAMTALE-TEMAER OG SPØRGSMÅL

## TEMA

## SPØRGSMÅL

Indledende fakta

*Hvad er dit navn?  
Hvad er din alder?  
Hvor længe har du været på plejecentret?  
Hvor længe har du været på pension?  
Hvad er din tidligere beskæftigelse?  
Hvad er din uddannelse?  
Hvilke fritidsinteresser/hobbies har du?  
Har du børn eller anden vigtig familie?*

Hvad er livskvalitet for den ældre?

*Hvad vil det sige for dig at have et godt liv?*

Hvad er et godt liv for den ældre?

Til uddybning:  
*Kan du give et eksempel fra din dagligdag, hvor du har det særligt godt? Noget som er særligt vigtigt for dig?*

Hvad kan stå i vejen for den ældres livskvalitet?

*Hvad kan stå i vejen for, at du har et godt liv?*

Til uddybning:  
*Kan du give et eksempel fra din dagligdag, som gør det særligt svært for dig at have det godt?*

Vigtige mennesker - i dagligdagen og i livet som helhed

*Hvilke mennesker er med til at give dit liv mening?*

*Hvilke mennesker bidrager til, at du kan have det godt?*

*Hvilke mennesker har før i tiden haft stor betydning for dig?*

Til uddybning:  
*Hvorfor er netop denne person / disse personer vigtig(e) for dig?*

*Kan du fortælle mig om en situation, hvor en person gjorde noget særligt vigtigt for dig?*

**TEMA****SPØRGSMÅL**

Vigtige aktiviteter

*Hvilke aktiviteter i din dagligdag er særligt vigtige for dig?**Hvilke aktiviteter, som du tidligere har beskæftiget dig med i dit liv, har været særlige betydningsfulde for dig?**Hvorfor har netop dette været vigtigt?*

Til uddybning:

*Det kan fx være fritidsaktiviteter, ting du har lavet med venner og familie eller aktiviteter i forbindelse med arbejde*

Vigtige begivenheder

*Hvilke begivenheder i dit liv har været særligt betydningsfulde for dig?**Hvorfor er netop den begivenhed særlig betydningsfuld? Hvad tror du, den har givet dig i dit liv?*

Vigtige steder

*Hvilke steder har en særlig betydning for dig i dit liv?**Hvorfor er netop det sted særligt betydningsfuldt?**Er der steder, hvor du føler, at du hører mere til end andre? Hvad er der særligt ved det sted?**Hvor føler du dig rigtig hjemme? Hvorfor netop dér?*

Til uddybning:

*- Det kan fx være steder, hvor der er sket noget vigtigt, som du ofte har besøgt, eller hvor du er opvokset*

Afslutning

*Er der noget, du vil tilføje, eller noget du synes jeg har glemt at spørge om?*