

Synstab er også en sorg. Den nye sorgforståelse

Mai-Britt Guldin (PhD)

- Ny tilgang til sorg og sørgende
- Paradokserne ved tab: vi er blevet dårligere til at håndtere tab
- Vi reducerer tab og producerer nye tab
- Når systemer ikke anerkender tab og sorg, så gør vi sorgen større
- Når vi ikke udvikler sprog for tab, så bliver vi mere sårbare overfor tab
- Hvis vi forsøger at gøre tab usynlige, bliver de tematiseret
- hvis vi ikke anerkender tab, gør vi de ramte til tabere

Hvordan forstår vi sorg?

Modeller i forståelsen af døden / sorg

- Sorgens faser og opgaver (Freud: Cullberg, 1980. Davidsen-Nielsen 1987.)
- Dødens faser (Kübler-Ross, 1969)
- Dual Process model (Strobe og Schut, 1999) Pendulering mellem tab og restaurering
- Continuing bonds (Klass, Silverman & Nickman, 1996): er den model de fleste arbejder ud fra i dag

Det er ældre modeller, er 25 + år gamle

Forskning i de tidligere modeller giver en snæver forståelse af sorg i menneskelivet:

Tab og sorg sker ikke kun ved dødsfald

Modellerne kommer ikke hele vejen rundt

Arbejder hen imod at komme hurtigt videre

Flere aspekter udelades helt f.eks. kropslig og eksistentiel forståelse

Tab og sorg udforsket som en kort proces (6-18 mdr.)

De har fokus på negative aspekter af sorg som udskudt sorg, forlænget sorg, ventesorg m.m.

Sorg handler ikke kun om død:

Sorg kan også opstå over pga. helbred / diagnose, kærestesorg, alderdom, firing / pension, identitet m.m.

Levende tab:

- Sygdomsforløb
- Det mentale helbred er mere påvirket før dødsfald end efter
- Ikke erkendt og anerkendt
- Har flere populære navne : ventesorg, foregribende sorg, udskudt sorg, forsinket sorg
- Forskningsmæssig afgrænsning - hvordan kan vi definere levende tab, så den enkelte bedre kan se sig selv i det?

Sorg reaktioner; bio-psyko-social-eksistentiel model

Sorg er hård ved vores fysiske sundhed. F.eks. broken heart syndrome

Sorg øger forekomsten af hjertesygdom i året efter, at de har mistet en nær

Infektioner: øges voldsomt hos mennesker i sorg. Immunforsvaret påvirkes af ekstra adrenalin i kroppen

Vi mangler et hverdagssprog for sorg, det er svært at finde ord.
Nogle kulturer har et bedre sprog for sorg; sit with the pain, de dødes dag m.m.

Kun den enkelte kan fortælle os, hvordan han / hun oplever det at have mistet og hvor meget sorg der er.

Hvorfor skulle jeg miste mit syn?

2 paradigmer : Naturvidenskaberne: biomedicinsk årsagsforklaring (at forklare verden)
Humanistiske videnskaber: unikke meningsstrukturer og eksistentiel forståelse (at forstå verden)

Det eksistentielle: fælles for alle mennesker. Bliver tydeligt når vi har livsforandringer

- Kierkegaard: Muligheder og begrænsninger
- Sartre: Frihed, ansvar og valg
- Frankl: Mening

Eksistentielle spændinger

Fysisk : Liv - død

Psykisk: frihed - nødvendighed

Social: alenighed - forbundethed

Åndelig eksistentiel: mening - meningsløshed

Hvorfor kan vi ikke tale sammen om det? Hvorfor finder vi ikke fælles ord?

Hvordan kan jeg selv balancere det her, hvordan bliver min egen tænkning omkring det?

Hvor kan vi se nogle muligheder for at gribe og gøre noget?

IPM orienterings-punkter:

Sorg kan bevæge sig i alle dimensioner

- fysisk dimension: hjælpe kroppen i balance ved f.eks. åndedræt, afspænding, mindfulness, natur, sund mad, ekspressiv kunst, søvn

- følelsesmæssige dimension: give plads til sorgen. Kontakt til følelser. Mindes.

Selvomsorg - pause fra sorgens følelser. Drage omsorg for sig selv, lave noget der giver livskvalitet. Bevæge sig lidt imellem sorg og selvomsorg. Nedsæt belastning.

- Kognitiv dimension: hvad er vigtigt at fastholde? Hvad er vigtigt at tage med videre i dit liv? Minderitualer og hverdagsritualer. Hvordan kan du udtrykke din sorg?

- social dimension: sorg sætter relationer under pres. Sørgende kan føle sig isoleret, ensomme og forladte. Kognitive og følelsesmæssige reaktioner kan besværliggøre kommunikation. Det kan være svært at tale om sorg og at bede andre om hjælp. Venner kan føle sig magtesløse og berøringsangste. Venner oplever den sørgende som sensitiv.

Hvem er dine tætte og nære? Kvalitet i relationer fremfor kvantitet. Fortrolighed finder vi i det nære. Hvilke støttemuligheder har du?

- åndelig-eksistentiel dimension: hvad venter mig? Ret opmærksomheden på, hvor du vil hen. Hvad er vigtigt i livet nu? Vi kan ikke leve uden resonans.

Hvor er det vi har resonans? Det kan være de nærmeste familiemedlemmer, naturen, frivillighed musik m.m. Nye aktiviteter.

Sorg går ikke væk, men vi integrerer den i livet.

Et etisk dilemma knyttet til den demente patient med AMD

Maja Rahbek, læring- og uddannelsesansvarlig sygeplejerske
Jannie Hassinggaard Pedersen, klinisk sygeplejespecialist, Vejle Sygehus

-når patienten med demens kommer til IVI behandling

Mentimeter - hvad tænker alle om ordet ETIK. Værdighed, omsorg, respekt og mange flere.

Forklaring af excellent sygepleje som tænkehorisont - danner en sygeplejefaglig referenceramme

Den etiske fordring og den gyldne regel (Martinsen og Lønstrup)

- den etiske fordring

Omsorgen for den anden opstår spontant

Vi kan ikke opøves i at være spontane eller i den etiske fordring, MEN vi kan opøves til opmærksomt at høre den tone som den etiske fordring klinger ud med

- den gyldne regel

hvis der ikke opstår spontan omsorg for den anden, kan man anvende den gyldne regel

vi skal sætte os i den andens sted og situation

vi skal berøres af indtryk fra den anden - vores ansvarsfølelse skal vækkes

vi skal se tingene på ny, prøve og korrigere fordomme

Grundlæggende retninger indenfor etikken

- dydsetikken (hvordan opnås det gode liv)

- konsekvensetikken (konsekvensen af handlingen)

- pligtetikken (den rigtige handling)

- situationsetikken (den rigtige handling afhænger af den unikke situation)

I det etiske dilemma bliver vi i tvivl om, hvad der er den rette handling. Menneskesynet sættes på prøve. Knytter sig til konkrete situationer. Etikken bliver synlig.

- hvad kan jeg gøre? Praktisk / teknisk

- Hvad skal jeg gøre? Juridisk

- Hvad bør jeg gøre? Etisk

Gennemgang og refleksion over case. Der er ikke et endegyldigt facit.