

Spidsen: Den professionelle samtale

Hvordan kan professionelle, netværkspersoner og ældre mennesker få en god samtale om tunge temaer og dybe eksistentielle spørgsmål? Elene Fleischer er ph.d., forsker og konsulent i Selvmordsforskning, formidling og forebyggelse. Se www.elene.dk

Det var en ældre mand, der skød sig. Der var intet at mærke på ham. Manden havde haft en stor stilling, en værdsat mand, der var vant til at bestemme. Han var over 80 år, fik hoftebrud og kunne ikke længere være til nytte. Det var hans værdighed, der blev påvirket. Han ville ikke være sølle og dårlig og komme på plejehjem.

Han var inde hos os på plejehjemmet i tre dage, men ville ikke være der og tog hjem. Han meldte klart ud, at han ikke skulle på plejehjem. Når jeg ser tilbage på forløbet, kan jeg se, at han bestemte sig, mens han var her. Han ville ikke ende som nogen af dem, der bor her, sidde glædesløst og vente på at modtage hjælp.

Han vendte hjem til egen bolig, og den sidste aften, da jeg kom på rutinemæssigt aftenbesøg, så han fodbold på tv sammen med en jævnaldrende, der var på besøg. Dagen efter var han død.

Jeg kan godt se, at det for ham var for nedværdigende at flytte på plejehjem. Han kunne ikke leve med at skulle have hjælp af andre til at klæde sig af og vaske sig. Han kunne ikke stige ned fra sin piedestal, og vi kunne ikke yde ham den rigtige hjælp i forhold til hans opfattelse af sig selv.

(Fra et interview med plejepersonale, 2001)

En mulig samtale

I en samtale med den 80-årige mand ville jeg fx sige: *Jeg tænker på, hvordan det mon er at have haft så stor en stilling og så megen indflydelse, som du har haft tidligere i dit liv, og så opleve at din krop strejker, at din krop ikke længere vil det, som dit hoved gerne vil. Kommer der ikke noget umiddelbart svar, kan der efter en kort tænkepause*

reflekteres videre, og der kan siges: Er det okay, at jeg deler mine tanker med dig, og at jeg siger højt, hvad jeg tænker? Almindeligvis vil dette spørgsmål hverken blive besvaret klart med et nej eller et ja, men måske med et hmmm. Det vigtige er her, at skulle der opstå en tænkepause igen, så er det ok, og den fyldes ikke ud af ligegyldige ord, af smalltalk.

Formodentlig vil han ikke afvise mig, sin samtalepartner, og hvis han bliver tavst, kan jeg bestemme mig for, at det er en tænkepause og ikke en afvisende tavshed, jeg står over for. Derefter kan der fortsættes: Jeg tænker på, hvordan jeg selv ville reagere, den dag min egen krop strejker. Eller hvordan ville jeg mon selv reagere, hvis det blev mig, der behøvede hjælp til alt?

Man kan fortsætte med den form for selvsamtale og sige: *Jeg tror, at jeg i første omgang ville blive vred på skæbningen eller på Vorherre, og derefter ville jeg blive desperat ved at skulle tænke på, at jeg nu er nødt til at være afhængig af andres hjælp.*

Formålet med den højt tænkende refleksion er at signalere, at man lige nu forsøger at forstå den anden ved at sætte ord på de almindeligste tankemæssige og følelsesmæssige reaktioner. Når disse normaliserende udsagn er sagt højt, gælder det om at vurdere med sig selv, se sig selv med den ældre mands øjne: Kan relationen bære, at jeg går videre, eller er jeg allerede nu gået langt? Hvordan er mandens kropsholdning? Hvordan ser han ud i ansigtet?

Når min indre og tavse selviagttagelse og selvrefleksion er afsluttet, tager jeg en kortvarig indirekte øjenkontakt, fortsætter og siger: *Har du også sådanne*

følelser, eller har du andre?

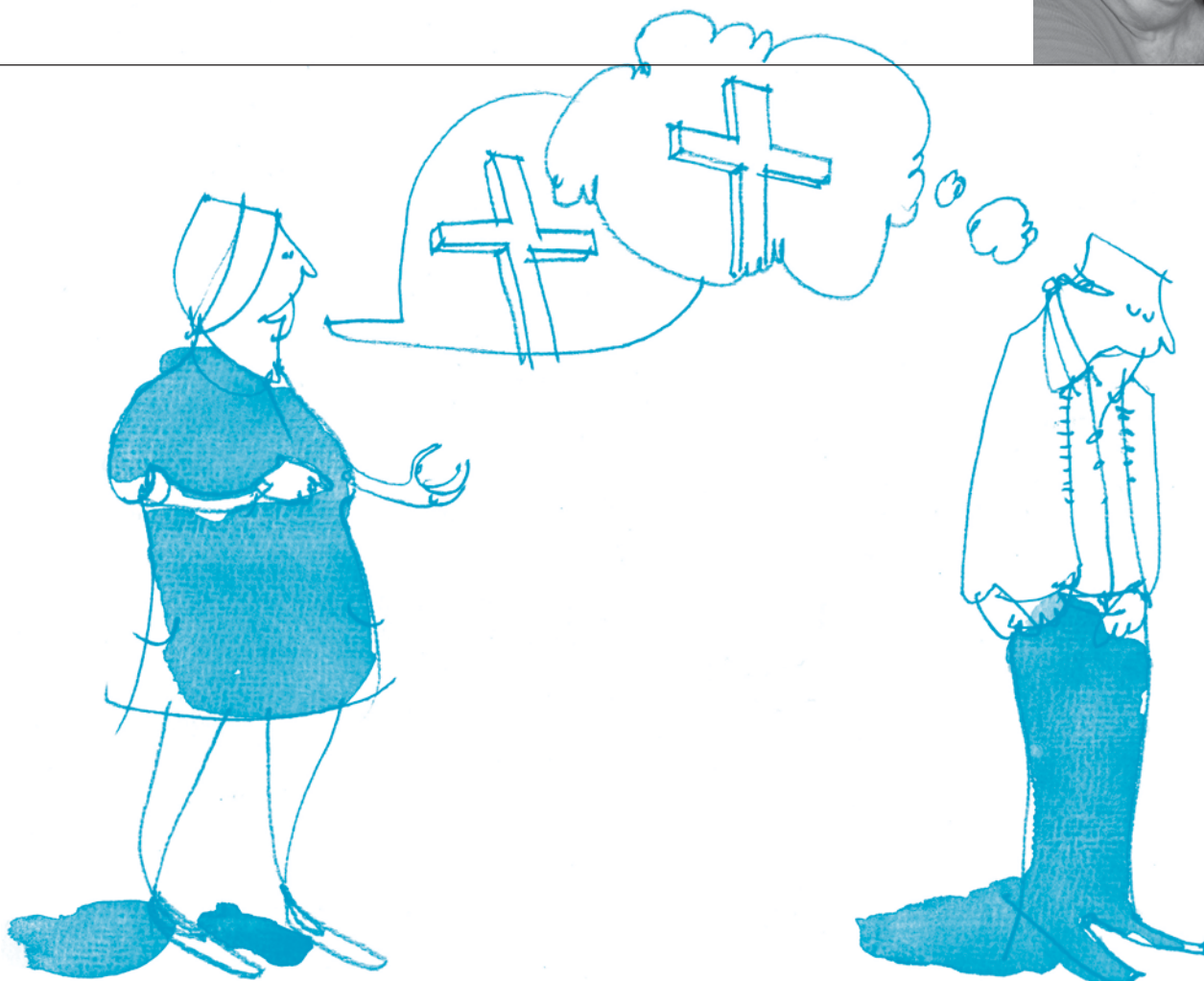
På dette tidspunkt vil der næsten altid være etableret en kontakt og en begyndende samtale, og der kan tales lidt videre, hvis situationen er til det. Måske kan der siges: *Jeg har talt med mange ældre mænd, der har sagt, at det værste er at miste kontrollen. Andre har sagt til mig, at det værste er at være til besvær. Andre igen har sagt, at det er lige så svært at være til besvær som at miste sin værdighed. Andre igen har sagt, at det værste er at skulle bede om hjælp. At det føles forkert.*

På det tidspunkt er der forhåbentlig skabt en god alliance og en betydningsfuld samtale for os begge. Hvis ikke, kan samtalen afsluttes ved at sige: *Jeg tror at det ligesom for mange andre mænd er svært for dig, at jeg går så direkte på det svære. Er det ok, at vi slutter i dag, og at vi aftaler et tidspunkt, hvor jeg kommer igen?*

Andet besøg

Når han efter tre dage siger, at han ikke skal på plejehjem, men vil hjem, kan et forsøg på at etablere en dialog eller på at indgå i en meningsbærende relation åbnes ved at sige: *Mange mennesker synes, at det værste er at komme på plejehjem, andre synes, det værste er at have utålelige smerter, og for mange af os betyder alt dette, at vi begynder at tænke over meningen med at leve videre og tænke på, om livet er værd at leve videre på.*

Under denne samtale vil jeg sikre mig, at jeg taler klart og tydeligt, så ordene kan høres, og at jeg sidder, så mit ansigt ikke er underbelyst. Desuden vælger jeg ofte at sidde sådan, at det er nærliggende for mig at se ud på himlen, ud i haven eller på et billede i stuen. På



den måde er jeg frit stillet til at vælge mellem den direkte og indirekte øjenkontakt. Jeg vil være opmærksom på, at det i de svære samtaler om følelser er vigtigt at have en imaginær grænse mellem mig og min samtalepartner. Det er vigtigt, at ingen af os taber ansigt. For sker det, går også alliancen mellem os i den betydningsfulde samtale i stykker.

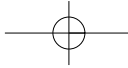
Vil denne mand samtale på et intellektuelt, tankemæssigt og eksistentielt niveau, må samtalen holdes der, hvor han er. Det er ham og hans behov, der bestemmer, hvilke temaer, tanker og følelser der samtales om.

Hvis det opleves, som om alliancen kan bære det, kan jeg godt spørge til døden, måske lidt henkastet: *Hvad er døden for dig? Noget godt eller noget skidt?*

Siger han nu, at han ikke ønsker at leve, at døden vil være en befrielse, så vælger jeg at gå videre ved måske at sige: *Nu er jeg nødt til at spørge dig om noget, som kan være svært for os begge: Når du siger, at døden ville være en befrielse, er du så også begyndt at tænke, at du selv kan vælge livet fra – tænker du på selvmord?*

Bliver han nu tavs, kan jeg efter en god tænkepause sige: *For nogle af os er døden noget, der skaber angst, men også noget, vi ved, at vi ikke kan undgå.* Jeg kan lade refleksionspauserne være til stede og kun opfordre ham til at samtale ved at se hurtigt og flygtigt på ham. Forbliver han tavs, kan jeg forsigtigt og måske med en lidt lavere stemmeføring sige: *Mennesker benytter tavshed på*

Alle, der arbejder fagligt i ældresektoren, bør blive bevidste om de forskellige former for ensomhed og deres indvirkning på de svære emner i samtalerne med gamle mennesker



Mange mennesker synes, at det værste er at komme på plejehjem, andre synes, det værste er at have utålelige smerter, og for mange af os betyder alt dette, at vi begynder at tænke over meningen med at leve videre og tænke på, om livet er værd at leve

forskellig måde. Nogle af os bliver tavse, fordi vi ikke ved, hvad vi skal sige. Andre bliver tavse, fordi de ikke kan finde de rigtige ord. Andre igen bliver tavse, fordi det er for svært, eller fordi den anden har været for nærgående. Jeg håber ikke, at jeg har været for nærgående og kommet til at gå over dine grænser.

Udtrykker han tanker om selvmord, må jeg fortsætte med at spørge: *Hvem skal finde dig, når du er død ved selvmord? Eller hvem skal ikke finde dig efter dit selvmord?* Svarene på disse konkrete spørgsmål skal danne grundlag for den efterfølgende behandlingsstrategi.

Faglige og personlige kompetencer

Alle, der arbejder fagligt i ældresektoren, bør blive bevidste om de forskellige former for ensomhed og deres indvirkning på de svære emner i samtalerne med gamle mennesker. Uden denne grundige, forudgående refleksion på det personlige, det teoretiske og det fagspe-

cifikke område får vi ikke en ligeværdig og respektfuld samtale med livstrætte, kriseramte og sorgfulde og måske selvmordstruede mennesker.

Vore samtalefærdigheder består både af personlige kompetencer, faglige og teoretiske kompetencer. Den vigtigste del er efter min mening de personlige kompetencer, for det er disse, der er grundlaget for, at samtalen kan dreje sig om eksistentielle, tunge og livsvigtige elementer i livet, samtidig med at et ægte nærvær er til stede.

[Denne artikel er tidligere bragt i PsykologNyt 4/09.](#)

