

NYTÅRSBREV 2020-21

Kære medlem af Foreningen Nærvær omkring Døende.

På tærsklen til det nye år gør vi status over det forløbne år og de aktiviteter, vi fik sat i gang trods de omstændigheder, som COVID-19 har skabt.

'Nærværs- og compassionstræning for hospicemedarbejdere'

Det mest banebrydende i foreningens arbejde i 2020 har været opstarten af forskningsprojektet *'Nærværs- og compassionstræning for hospicemedarbejdere'*, som hovedsagligt er finansieret af Vellivforeningen suppleret af en mindre bevilling fra Aase og Ejnar Danielsens Fond.

Med dette projekt har foreningen opnået at samarbejde med Dansk Center for Mindfulness og Interacting Minds Centre på Aarhus Universitet. Det muliggør den forskning, der foregår i forbindelse med projektet. Forskningen skal være med til at vise, hvordan det at træne nærvær og medfølelse påvirker dem, der arbejder direkte med døende.

Ifølge de foreløbige resultater fra de to hospices, som har modtaget de 8 ugers træning, udtrykker deltagerne stor tilfredshed med kursustilbuddet. Flere føler, at de har fået redskaber til at forblive nærværende og rolige i situationer, der er følelsesmæssigt krævende. Det gælder både i forbindelse med de udfordringer, der optræder i forbindelse med at være tilstede som en stabil og rolig støtte for den døende og de pårørende, men også i forbindelse med de konflikter, der kan opstå på arbejdspladsen. Samtidig har flere også beskrevet, at det pres, de oplever ved at tage på arbejde, når der er noget derhjemme, der trykker, er blevet lettet.

Undersøgelsens foreløbige resultater peger dermed på, at det at arbejde direkte med det menneske, man er som hospicemedarbejder, har betydning for, hvordan man håndterer de udfordringer, der opstår ved at have døden som arbejdsområde.

Projektet fortsætter i 2021, hvor kurset afprøves på yderligere to hospices og afsluttes med deltagelse i en international konference arrangeret af Dansk Center for Mindfulness,

Aarhus Universitet, hvor de endelige resultater præsenteres. De offentliggøres også i form af artikler i danske og internationale tidsskrifter.

Hold øje med projektets hjemmeside for opdateringer:

<https://mindfulness-paa-hospice.naervaeromkringdoende.dk/>

"Forstå døden", Aarhus Folkeuniversitet

Derudover har foreningen været medvirkende til at etablere kursusrækken "Forstå døden" på Aarhus Folkeuniversitet. (Den blev i første omgang udbudt i København) Samarbejdet har medvirket til, at forskere og formidlere har kunne sætte spot på, hvordan vi omgås døden i vores egen og i andre kulturer.

Deltagerne har udvist stor interesse og nysgerrighed på at lære mere om, hvordan vi hver især forholder os til vores egen død og støtter andre i at omgås døden som en naturlig begivenhed.

Det er vores håb, at vi kan slå kursusrækken op igen! Både i København og Århus.

Virtuelle foredragsaftener

Foreningen har foranlediget af corona situationen eksperimenteret med at afholde virtuelle foredragsaftener, da de planlagte arrangementer for medlemmer og andre interesserede som bekendt ikke har kunnet afholdes fysisk.

Vi har således haft ph.d. i antropologi, Jeanette Lykkegård, til at præsentere sin forskning om dødsritualer blandt tjuktjerne, et rensdyrnomadefolk i det nordøstlige Sibirien, hvor Jeanette Lykkegård har lavet 12 måneders feltarbejde i forbindelse med sin ph.d.-forskning. Her våger de levende over, spiser og sover sammen med den afdøde i tre døgn, inden den døde sendes videre via detaljerede ritualer.

Hvis du ikke havde lejlighed til at høre Jeanettes foredrag, kan du gense det via dette link:

https://us02web.zoom.us/rec/share/_scoPfbryjJIUIXI93_dQ7UDAY7Faaa81ihKqKEKzx1aUml754qkHGRs44dQlCu3 Password: 26EaBEv=

Kode: 26EaBEv=

Derudover har antropologistuderende, Kenni Hede fortalt om afskeden med sin mor, der døde af kræft under nedlukningen i marts. Kenni stillede spørgsmålet: Hvordan bruger vi vores sidste tid sammen når det uundgåelige synes at være det eneste øjet og følelserne kan fokusere på? Og tilføjer: Jeg havde været hos min familie i godt en uge, da regeringens første udmelding om landsdækkende COVID-19 nedlukninger ramte alle overskrifter. Med ét gled omverdenen væk, og vi forsvandt ind i en impermeabel membran, der omsluttede vores totale tilværelse. Tiden stod nærmest stille, eller nærmere, den moslede sig afsted i et tempo, der virkede underligt unaturlig, men som tillod os at være komplet tilstede over for hinanden og ikke mindst min mor, der fire uger senere tog sit sidste åndedrag i den hospitalsseng, vi havde fået installeret i forbindelse med hendes palliative pleje i hjemmet. Dette foredrag tager udgangspunkt i nogle af de personlige oplevelser jeg og min familie delte i de sidste 4 uger af min mors liv. Hvordan kedsomhed og brætspil blev en del af vores tid sammen, og hvordan samtaler om døden og livet efter gled i baggrunden, sammen med de mange andre udfordringer der danner rammen om foråret 2020. Dette til fordel for muligheden for komplet tilstedeværelse, nærvær og omsorg – både for min mor og resten af min familie.

Kennis foredrag kan genses via dette link:

https://us02web.zoom.us/rec/share/SQ6usW5MxpH-V3Vf0dneau9OIOjuhUKWGAGMJ8YhYvIarVzFSY_QRV981A0Pw4fU.1HEe9CeioStYcE47
Passcode: 65LeH\$%K

Kode: 65LeH\$%K

Aflyste arrangementer

Det var desværre ikke muligt at erstatte de to planlagte arrangementer omkring Allehelgen, hvor der både skulle have været afholdt en middag med tre forskellige foredrag på Kulturhuset KU.BE på Frederiksberg, (København). Samt en familieeftermiddag på Mejeriet i Alken, som skulle sætte fokus på dødkultur gennem tre foredrag med en præst, en bedekvinde og en forsker i døds- og mindekultur.

Vi har lovning på, at vi får lov at stille arrangementerne på benene igen, når tiderne gør det muligt at samles i et større antal. Vi håber på slutningen af foråret.

Behandlingstestamente

To bestyrelsesmedlemmer, Camilla Dalgård, anestesilæge på et større sygehus og Gitta Hansen, tidl. hjemmesygeplejerske og nuværende forretningsudvikler i et medicoteknisk firma, har foretaget en uformel miniundersøgelse af behandlingstestamentet.

Behandlingstestamentet trådte i kraft d. 1/1-2019. Det erstattede det tidligere livstestamente. Den største forskel er, at det er juridisk bindende, og at der er et punkt med omkring fravalg af "tvang".

Resumé af undersøgelsen

For at finde fyldestgørende information om testamentets brug og ikrafttrædelse er det nødvendigt at læse om det i "retsinformation"

(<https://www.retsinformation.dk/eli/retsinfo/2019/9934>). På Sundhed.dk hvor man registrerer sig er der nemlig intet nævnt om at testamentet først træder i kraft, når en borger er erklæret varigt inhabil.

Behandlingstestamentet lyder flot og fornemt, men dets anvendelighed synes at være yderst begrænset - særligt i sygehus regi.

Det faktum at det er et krav, at borgeren erklæres for "varigt inhabil" før testamentet træder i kraft, og før en sundhedsperson lovligt kan foretage opslag omkring det, gør testamentets anvendelighed begrænset.

Netop kravet om "varigt inhabil" gør det ikke anvendeligt i en akut situation, hvor borgeren fx. falder om med hjertestop, medmindre der er tale om en borger der på forhånd er erklæret "varigt inhabil", og folk omkring vedkommende kender til dette og har sikkerhed for, at der ikke skal ydes livreddende førstehjælp til vedkommende. Det kunne være en borger, der er svært dement og bor på plejehjem.

I forbindelse med et en uformel miniundersøgelse på en større anæstesiaafdeling blev den begrænsede anvendelighed også bekræftet, idet der kun var 1 anestesilæge ud af cirka 30, som havde fundet indikation på at lave et opslag på en patient. Dette efter mere end 1,5 år efter behandlingstestamentet trådte i kraft. Og opslaget fik ikke nogen konsekvens for den pågældende.

Ud fra det vi nu ved om behandlingstestamentet, så tvivler vi på det har nogen større konsekvens for den enkelte.

Begyndende program for foråret

D 22. februar kl. 19.30 - 21 afholder vi endnu et online foredrag:

AT LEVE OG DØ BEVIDST

V. Birgit Westphal Christensen, sygeplejerske, Master of Public Health, Doctor of Public Health. Tidligere lektor i international sygepleje og sundhed samt international sundhedskoordinator for Dansk Røde Kors og rådgiver for Danida, WHO, m.fl.

Foredragets indhold:

Den måde, vi forholder os til vores egen dødelighed på, påvirker den måde, vi er til stede i livet på. Det påvirker desuden både vores børns og børnebørns forhold til liv og død, og hvis vi magter at være åbne og forholde os til vores egen frygt, kan vores eksempel inspirere og vejlede dem, vi elsker højest.¹

Med udgangspunkt i min bog "Samtale om at leve og dø bevidst" (2018) og dens efterfølger "Ingen tid at spille" (udkommer 2021), som bygger på studier og livserfaringer som menneske og udsendt sygeplejerske i mange forskellige kulturer, præsenteres idéer, erfaringer og forskningsresultater, om hvorledes metoder som bl.a. mindfulness kan hjælpe en til at leve og dø mere bevidst - uanset spirituel orientering.

Foredraget er gratis for medlemmer. Pris for ikke-medlemmer: 50 kr.

Tilmelding på: mail@naervaeromkringdoende.dk

Vi er stadig meget interesseret i feedback på foreningens arbejde og satser på, at vi kommer til at foretage endnu mere formidling via de sociale medier og gennem vores hjemmeside. Så sørg endelig for at dele vores opslag og hold øje med nyheder!

Med ønsker om et rigtigt glædeligt nytår!

På foreningens vegne

Ann Ostfeld-Rosenthal, forkvinde

Hanne Bess Boelsbjerg, næstforkvinde
