

NORDIC MONTESSORI

*Stor og internasjonal
konferanse i Bergen*

ELDRE OG DEMENS

*Montessoripedagogikk
på institusjoner*

EN STOR FAMILIE

*Vi besøker Harstad
Montessoriskole*

Montessori

magasinet



Montessori for eldre og personer med demens har fått vind i seilene, også i Norge. Carolyn Magnussen og Elisabeth Rydland driver Montessori Eldre Ressurs, og jobber med å sette montessoripedagogikken ut i livet på Villa Enerhaugen og Kvinesdal bo og dagsenter.

Montessori for eldre og mennesker med demens

Tekst og foto/ Eirin Eikås

Selvstendighet. Meningsfulle aktiviteter. Frihet. Ansvar. Fellesskap. Dette er ikke noe bare barna våre, men alle mennesker har godt av. Og akkurat slik det er lett å gi små barn for mye hjelp, enten det er fordi vi vil at ting skal gå fort eller for å være snille, gjelder også det de eldste. Vi gjør ting for dem som de gjerne kunne ha gjort for seg selv, dersom de fikk sjansen. Montessori for eldre og mennesker med demens handler om å gi folk muligheten til å hjelpe seg selv. Å skape et forberedt miljø som tilrettelegger for selvstendighet.

– Mitt fokus er på hva personen *kan* gjøre, og hva personen *ønsker* å gjøre, sier Jennifer Brush.

Det noteres ved bordene. Rundt 20 ansatte på Villa Enerhaugen i Oslo, en institusjon for unge mennesker med demens, er samlet for å lære mer om hvordan montessoripedagogikken kan brukes med deres beboere.

Amerikanske Jennifer Brush har over tjue års erfaring med montessoripedagogikk for denne gruppen, og hun var én av de aller første Montessori for Ageing and Dementia-

trainerne i verden som ble godkjent av Association Montessori Internationale (AMI). Nå reiser hun jorda rundt, sprer kunnskap og hjelper institusjoner med å skape tilrettelagte miljø for beboerne sine. Hun er i Norge med stipend som Fulbright Specialist takket være Carolyn Magnussen og Elisabeth Rydland i Montessori Eldre Ressurs, som tipset både Villa Enerhaugen og Kvinesdal om muligheten og hjelp til med prosessen.

I går fikk Jennifer omvisning og observerte på Villa Enerhaugen, i dag er det kurs for halvparten av de ansatte, resten skal få den samme gjennomgangen i morgen.

Et forberedt miljø

På lerretet viser Jennifer bilder av en typisk gang på et sykehjem. Det er ryddig, rent og sterilt, men også vanskelig å finne detaljer å feste blikket på. Hun spør: **Har du noen gang gått deg vill i hotellkorridorer?**

Tankene går umiddelbart til endeløse, lange rekker av



Jennifer Brush, Elisabeth Rydland og Carolyn Magnussen.
– Det er takket være dem at jeg er her i Norge nå, sier Jennifer. Som montessoripedagoger med mange, mange års erfaring fra skole, bruker Elisabeth og Carolyn nå sin kompetanse til å bygge et tilbud som ivaretar eldre og demente i Norge.

dører som får alt til å se likt ut hver gang du runder et hjørne. Selv en ung og frisk person med god retningssans kan streve. Tenk om du slet med å huske og orientere deg. Og dette var hjemmet ditt.

På neste bilde viser Jennifer en annen måte å gjøre det på, en pyntet dør med en krans og et bilde. Ved siden av døren er en innebygd hylle med fotografier og gjenstander som betyr noe for hun som bor der.

– Dere kan oppfordre beboerne og familien til å ta med møbler og ting hjemmefra som gjør rommene personlige. Det skal oppleves som et trygt og hjemmekoselig sted. Og bruk merking og kontraster, sier Jennifer, og viser flere bilder: Et bad der veggen bak det hvite toalettet er malt mørk. Støtthåndtaket ved toalettet og i dusjen er sort og står tydelig fram fra de hvite veggene de er montert på. Sorte håndtak på hvit baderomsinnredning, der hver skuff er merket etter innhold.

Hun forteller at det er viktig å unngå gjenskinns og mønster på gulvene, og går over til å vise eksempler på

«Det er som en epidemi, og mennesker med demens er yngre og kroppene friskere enn de var før. Hvordan vi tar oss av og tilrettelegger for dem er et felt som er overmodent for et paradigmeskifte.»

Jennifer Brush

tydelig skilting med ikoner og tekst, høy kontrast, store bokstaver uten seriffer. God skilting hjelper beboerne med å finne fram i korridorene. I tillegg anbefaler hun å bruke dekorasjon til å skille de ulike oppholdsrommene fra hverandre.

– Lag holdepunkter i korridorene ved å henge opp kunst, eller sette ut vaser. Poenget er at det må være ulikt. Ser du bildet av en hund, da vet du at du er like ved døren til rommet ditt, sier hun.

– Får en ny giv

I pausen medgir Jennifer at hun skulle ønske de hadde mer tid. Det blir mye informasjon på en gang, og i tillegg ønsker hun å få tid til å svare på spørsmål og snakke om motforestillinger som måtte dukke opp. Når hun besøker institusjoner, er det ikke uvanlig at reaksjonene er ganske delte. Fra å bli inspirert og klø etter å gjøre om på alt med en gang, til frykt for at dette aldri vil la seg gjennomføre på egen arbeidsplass. Og kanskje begge deler samtidig. Hos Villa Enerhaugen er stemningen god.

Berit Johnsen jobber som assistent, og dette er første gang hun har hørt om montessoripedagogikk for eldre og mennesker med demens.

– Jeg har hørt om montessori før, men kjenner ikke så mye til dette. Det er veldig interessant og absolutt noe jeg ser behov for på avdelingen. Noe gjør vi allerede, men vi kan kanskje gjøre mer av det, eller med de beboerne som er vanskelige å få i aktivitet, sier hun.

Blant annet tenker hun at det er rom for forbedring med de beboerne som det er krevende å få kontakt med. Annet Jennifer snakker om er de allerede godt i gang med, forteller hun, som for eksempel å ha kontraster i miljøet, male beboerrom og gjøre det mer trivelig.

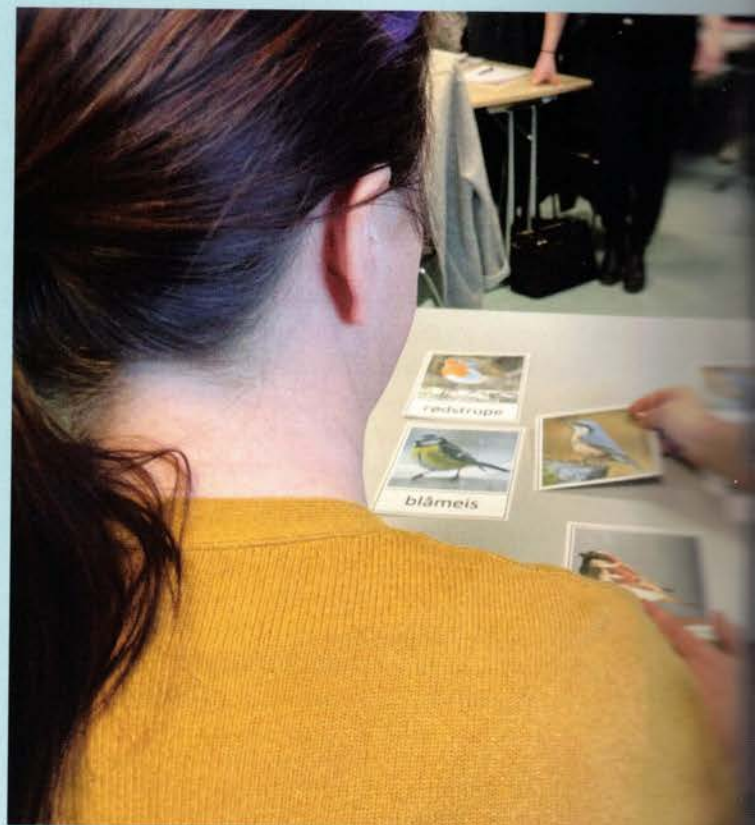
– Å være med på dette kurset gjør at man får en ny giv og verktøy til å gjøre noe. Vi sitter her på bordet og snakker oss imellom om hva vi kan gjøre underveis, smiler hun.

Tilpasset materiell

Langs veggene står hyller med montessorimateriell; såkalte matching cards med blant andre Elvis Presley og Greta Garbo, en vannkanne og en laminert lapp med en høflig oppfordring om å vanne plantene. En annen lapp illustrert med en tannbørste beskriver alle stegene som skal til for å pusse tennene. Dette er en måte å hjelpe mot mer selvstendighet på, å gi instruksjoner som veileder

«Materiellet er en portal som kan lede inn til noe annet.»

Carolyn Magnussen



personen gjennom hele prosessen.

Noe av materialet er gjenkjennelig fra for eksempel montessoribarnehagen, som metallsjablongene eller mugger og små skåler til helle- og sorteringsøvelser. Bunkene med matching cards er laget med tanke på personene som skal bruke dem. Der et barnehagemateriell er tilpasset barnehagebarnet, skal materialet her ikke undervurdere den voksne, men heller gå detaljert inn i noe personen har eller har hatt kunnskap om, som klassifikasjon av ulike tungtransport eller fuglearter i nærmiljøet.

Materiell er noe Carolyn og Elisabeth har brukt mye tid på. De har også laget egne bøker med bilder tilpasset beboernes liv og interesser, som «Tone jobber i haagen» og «Fra Kvinesdal til Brooklyn». Selv om tekstene er enkle, må det være et innhold som engasjerer.

– Materialet er en portal som kan lede inn til noe annet, sier Carolyn, og beskriver et enkelt materiell med ulike mynter. Det kan brukes til å putte mynter i en sparebøsse. Eller sortere dem etter valuta, verdi eller årstall. De kan matches med flagg eller bøker om landet de er fra. Og de kan være samtaleåpnere. Kanskje personen har besøkt landet mynten er fra, eller til og med bodd der?

Presentasjoner

Nøkkelen til materialet ligger i presentasjonene. Her blir personen vist hvordan materialet kan brukes, og den som gir presentasjonen kan få verdifull kunnskap om personens interesser og kognitive og motoriske ferdigheter. Som en punktliste ser det enkelt ut: Sørg for at materialet som skal presenteres er klart, inviter en person til å se på, demonstrer og repeter hvordan det brukes, inviter personen til å delta selv, observer og gjør nødvendige endringer, oppmuntre personen og gi kun den hjelpen som trengs, rydd og sett på plass, og si takk til slutt. Så spør Jennifer:

– Hva skjer hvis en person sier nei til å bli med på presentasjonen?

Hun oppfordrer til å tenke på hva grunnen kan være. Kanskje de ikke vet hva de skal gjøre og blir usikre. Det kan også være at materialet ikke ser innbydende ut, eller at de rett og slett ikke har lyst akkurat nå.

– Hvis jeg er sikker på at dette materialet vil passe til personen, kan det hende jeg sier at «Jeg skal uansett gjøre det, vil du holde meg med selskap?» uten å legge noe mer press på dem til delta, sier hun. Kanskje blir de likevel engasjert.



Elisabeth Rydland viser et eksempel på en presentasjon med hjelp av en av de ansatte. På bordet foran dem legger hun rolig ut bilder av spettemeis, rødstrupe, blåmeis og spurv. Underveis kommenterer hva hun gjør og hvorfor til alle som står rundt og ser på.

– Snakk minst mulig, la den andre få være konsentrert, sier hun. Nomenklaturkortene er et eksempel på materiell det er lett å tilpasse både interesser og kognitive ferdigheter. For noen vil fire ulike kort være mer enn nok, for andre kan man ha opptil tolv ulike kort på en gang.

Berit Johnsen er assistent på Villa Enerhaugen. – Å være med på dette kurset gjør at man får en ny giv og verktøy til å gjøre noe.



Hva er magnetisk og hva er ikke-magnetisk? Ved å observere personen får man mye informasjon om hva de kan. Må magneten testes på alle gjenstandene tilfeldig, eller går personen mer målrettet til verks? Og hva med det som blir sagt? – Nå hørte jeg at du sa ordet fra kam, og da vet jeg at du kan det, kommenterer Elisabeth.



– Det er veldig sjelden at jeg ikke får noen til å gjøre noe med meg. Veldig sjelden, hvis aktiviteten jeg har valgt matcher både interesse og kognitive ferdigheter.

Møt behovene

En vanlig bekymring med materiellet, er at beboerne vil putte det i lommen og ta det med seg på rommet sitt. Eller at de kan skade seg ved å putte det i munnen.

– Alt vi mennesker gjør er å forsøke å møte behovene våre, det gjelder også beboerne. Kan vi møte dem på en annen måte? Kan de for eksempel ha mer personlig tilpasset materiell på rommene sine? spør Jennifer. Hun legger til at et av poengene med at beboerne blir med på å rydde vekk materiellet, er at de da vet hvor det er og kan finne det fram selv senere.

– Min erfaring er at vi tar vekk mye fra miljøet fordi vi vil ha det ryddig, sier en av de ansatte. – Nå får vi utfordret oss selv, og det er bra.

– Og inkluder beboerne i å holde orden og å holde det rent. Engasjer dem i vanlige, hverdagslige gjøremål og sørg for å ha taltalende utstyr som for eksempel en fin støvkost, sier Jennifer.

– Gi dem roller

Som en forlengelse av dette anbefaler Jennifer de ansatte

å gi beboerne ulike roller i dagliglivet på institusjonen.

– Det kan være to ulike roller i løpet av en dag, og de kan gjentas. Det kan være å tørke av et bord, lese et dikt, brette håndklær, fylle på fuglefôr. Å ha rutiner og daglige gjøremål man utfører gir mestring. Men husk at det skal være noe som er meningsfullt for personen som gjør det, ikke bare noe som «keeps them busy», sier hun, og foreslår at de kan ha en tavle på personalrommet der det står hvem av beboerne som har fått hvilke roller og oppgaver.

– Tenk «baby steps», sier hun. Det kan være å tenke på én person, og hva du kan gjøre for at han eller hun skal få bli mer selvstendig. Eller se på miljøet og velg én enkelt ting du kan endre.

– Og bygg dette opp organisk. Man må ikke gjøre alt på en gang, sier Carolyn.

I morgen skal resten av de ansatte få det samme intensivkurset. Deretter har de to dager med Jennifer, der de skal planlegge tiltak som settes ut i livet. Etter en liten påskeferie og sightseeing i Norge or Jennifer, står Kvinesdal for tur.

Økt interesse

Montessori for eldre og personer med demens har fått vind i seilene. Under den internasjonale



«Før tenkte man mer «locks or chaos» om denne gruppen, men det er ikke det som skjer. Som menneske trenger man vite at man har frihet uansett alder eller funksjonsivå.»

Jennifer Brush

montessorikonferansen i Praha i 2017 var en hel dag før selve konferansen forbeholdt «Montessori for Ageing and Dementia», og Jennifer Brush var en av de sentrale foredragsholderne.

For undertegnede var dette det første møte med montessoripedagogikk for denne gruppen mennesker. Og det slo ned som en åpenbaring akkurat som når man først blir kjent med montessoripedagogikk for barn: Det åpenbare, det selvsagte. Så klart må det være slik!

Historiene som ble fortalt gjorde inntrykk. Hvordan en institusjon opplevde at brukerne fikk urinveisinfeksjon igjen og igjen, men knapt hadde én infeksjon etter at mugger med kaldt vann, glass og skiltet «Please have a drink» ble satt ut i oppholdsrommene. Hvordan personer som ikke hadde kunnet gå på do selv på flere år gjenerobret denne ferdigheten med illustrerte skilt som ga detaljert veiledning om hvert steg i prosessen.

Da var det allerede flere år siden montessoripedagog Carolyn Magnussen hadde tatt kontakt med Villa Enerhaugen første gang for å være frivillig der i seks uker. Hun jobbet som montessoripedagog på Montessoriskolen Lyse, og oppdaget montessoripedagogikk for eldre og personer med demens da svigermoren hennes fikk Alzheimer.

– Ukene på Villa Enerhaugen var en åpenbaring;

beboerne som satt livløse i stolene sine eller vandret målløst frem og tilbake i korridorene fikk tilbake engasjement og livsgnist da jeg samlet en dem i en liten gruppe for flagg og land-presentasjon med 3-dels kort, forteller hun.

Fått støtte til nytt prosjekt

Carolyn og Elisabeth tok Jennifer sitt AMI-kurs i Montessori for Ageing and Dementia i Dublin i 2018 og startet Montessori Eldre Ressurs i 2021.

Koronapandemien har gitt dem noen ekstra utfordringer. Eldre mennesker var nå blant de aller mest utsatte, og måtte skjermes. Dørene til institusjonene ble stengt, men etter hvert fant de noen løsninger, som å ha lesesirkel utendørs.

– Og det var helt magisk! Mennesker som sykepleierne trodde ikke hadde språk leste plutselig nomenklaturkortene høyt og smilte mens de matchet kortene med iver, forteller de.

Nå kan de igjen jobbe som normalt, og denne våren fikk de innvilget støtte fra Stiftelsen Dam og Nasjonalforeningen for folkehelsen til et nytt prosjekt, «Gjøreglede». Dette er aktivitetsbokser med lesebevarende og kognitivt stimulerende materiell spesielt tiltenkt og designet for personer med demens. En webside



Elisabeth Rydland viser en «mystery bag» med vanlige gjenstander fra kjøkkenskuffen. Kontrollarket er laminert i matt papir for å unngå gjenskin, og bildene av gjenstanden er scannet fra kjøkkenskuffen hjemme. – Her kunne vi også bare hatt omrisset av gjenstanden, sier Elisabeth. Når personen legger slikkepotten over bildet av smørekniven, kommenterer hun det ikke. – Det handler ikke om alt må være rett, men om å bli kjent med og kjenne personen.



Hva liker du best? Høst eller vår? Jordbær eller epler? – Å spørre kan være en inngang til lesing, og det gir oss også informasjon om hva de liker, sier Carolyn Magnussen.



med nedlastbart materiell, bøker og instruksjonsvideoer er også en del av prosjektet.

– Pårørende, frivillige og andre omsorgspersoner kan oppleve at det de har å tilby i hverdagen blir mer og mer begrenset, og at samtaleemnene og kommunikasjonen snevres inn. Vi ønsker å inspirere og engasjere til sosialt samspill og gode samtaler, gi et pusterom, og også være en avlastning i hverdagen. Aktivitetene kan også styrke finmotorikk, bevare ferdigheter, være kognitivt stimulerende og bygge bro inn til minner og tidligere opplevelser, forteller de.

I første omgang skal tilbudet lanseres i samarbeid med to kommuner i Vest-Telemark. Det åpnes opp for hele Norge i juni 2023.

– Det er en epidemi

For Jennifer, Carolyn og Elisabeth er det viktig å understreke at alderdom og demens er noe som angår oss alle.

– Alle kjenner noen som har eller har hatt demens. Det er som en epidemi, og mennesker med demens er yngre og kroppene friskere enn de var før. Hvordan vi tar oss av og tilrettelegger for dem, er et felt som er overmodent for et paradigmeskifte, sier Jennifer.

– Jeg har jobbet med dette i tjue år, og jeg har lagt merke til en økt interesse de siste seks til åtte årene. Som samfunn har vi fått nye tanker om funksjonshemninger. Før tenkte man mer «locks or chaos» om denne gruppen, men det er ikke det som skjer. Som menneske trenger man å vite at man har frihet, uansett alder og funksjonsnivå.