

Mobbning bland äldre

Kännetecken för mobbning och agerande vid mobbningssituationer

Fanny Huurne & Samantha Bergdahl

Examensarbete
Socionom, Sjukskötare

2020

EXAMENSARBETE	
Arcada	
Utbildningsprogram:	Socionom, Sjukskötare
Identifikationsnummer:	6879 & 7117
Författare:	Fanny Huurne & Samantha Bergdahl
Arbetets namn:	Mobbning bland äldre: kännetecken för mobbning och agerande vid mobbning situationer
Handledare (Arcada):	Eivor Söderström
Uppdragsgivare:	Hugo och Maria Winbergs stiftelsen
<p>Sammandrag:</p> <p>Detta är ett beställningsarbete av Hugo och Maria Winbergs stiftelsen. Beställningen gjordes för att de skulle få mera information om mobbning bland äldre. Vi valde att göra ett verksamhetsinriktat arbete där slutresultatet var en broschyr. Broschyren fungerar som ett hjälpmedel för personalen i deras arbete, men skall även vara till stöd och hjälp för seniorer och deras anhöriga. Informationen har vi sökt via annan litteratur och innehållet i broschyren baserar sig på en diskussion med personalen på servicehemmet Tunaberg och deras önskemål. Vi har studerat hur man känner igen mobbning och hur man skall agera vid mobbningstillfällen. Arbetet berättar om mobbningens tre huvudgrupper och hur man känner igen dem. Vi tar även fram typiska drag hos en mobbare, vem som kan bli offer för mobbning och bakomliggande orsaker till varför någon mobbar. I arbetet berättar vi hur man skall agera vid mobbning, dock på en allmän nivå eftersom agerandet är beroende på situationen. En lista har gjorts för att underlätta upprätthållandet av en fridfull omgivning och en trygg socialisering bland seniorerna. Mobbning är subjektivt och man kan inte räkna med att en situation är lik den andra. Avgränsningarna har vi gjort med tanke på vad som passar bäst in i broschyren, personalens önskemål samt för att få en bra helhet av vad mobbning bland äldre betyder för hälsan, inklusionen, exklusionen och delaktigheten.</p>	
Nyckelord:	Mobbning, seniorer, äldre, servicehem, agera, kännetecken, Hugo och Maria Winbergs stiftelsen
Sidantal:	45
Språk:	Svenska
Datum för godkännande:	26.5.2020

DEGREE THESIS	
Arcada	
Degree Programme:	Social work, Nursing
Identification number:	6879 & 7117
Author:	Fanny Huurne & Samantha Bergdahl
Title:	Bullying among seniors: identifying bullying and acting when bullying occurs
Supervisor (Arcada):	Eivor Söderström
Commissioned by:	Hugo och Maria Winbergs stiftelsen
<p>Abstract:</p> <p>This paper is commissioned by Hugo och Maria Winbergs foundation to get more information about bullying amongst seniors. The result of this paper is a brochure to assist the staff in their work. The brochure is also meant to support and help seniors and their family and relatives. All information in this paper is retrieved from other literature. A discussion with the staff at the senior home Tunaberg was held to help us guideline what is important to have in our brochure. We have studied how to recognize bullying and how to operate when bullying occurs. Bullying is divided into three main categories which are explained and how to recognize these types of bullying. As well as what traits does the one who bullies have and who can become a victim to bullying. There can be underlying problems that can cause one to bully and they are explained in the paper. We have explained on a more general knowledge how to act when bullying accrues since the situation varies on how you should act on them. A list has been made to help maintain a peaceful environment and a healthy way to socialize amongst seniors. Bullying is subjective and you can never count on that two scenarios will be alike. Restrictions to the information have been made based on what we thought was necessary in the brochure, as well as the connection to health, inclusion, exclusion and participation. We have used a work-oriented study with product production.</p>	
Keywords:	Bullying, senior, elder, acting, senior home, characteristic, Hugo and Maria Winbergs foundation
Number of pages:	45
Language:	Swedish
Date of acceptance:	26.5.2020

INNEHÅLL

1	Inledning.....	6
2	Bakgrund.....	7
2.1	Tunaberg seniorhem.....	7
2.2	Lagar.....	8
2.3	Styrdokument, kvalitetsrekommendationer.....	9
2.4	Allmänt om mobbning.....	11
3	Syfte och frågeställning	12
4	Tidigare forskning	13
4.1	Övergrepp mot äldre.....	13
4.2	Mobbning bland äldre.....	14
4.3	Ålderism.....	15
4.4	Känna igen mobbning.....	15
4.5	Agerande.....	19
4.5.1	<i>Tillvägagångssätt för personal.....</i>	<i>21</i>
4.5.2	<i>Förebyggande arbete.....</i>	<i>22</i>
4.6	Litteratursökning.....	23
5	Teoretisk referensram	24
5.1	Hälsa.....	24
5.2	Inklusion och exklusion.....	26
5.3	Delaktighet.....	28
6	Metod.....	29
6.1	Verksamhetsinriktat arbete/produktutveckling som metod.....	29
6.2	Etiska aspekter/överväganden.....	31
6.3	Metodik och arbetsprocess.....	32
6.4	Bearbetning och analys.....	32
6.5	Formanalys/produktbeskrivning.....	33
6.6	Processbeskrivning.....	33
6.6.1	<i>Startfasen.....</i>	<i>33</i>
6.6.2	<i>Planeringsfasen.....</i>	<i>34</i>
6.6.3	<i>Processfasen.....</i>	<i>35</i>
6.6.4	<i>Färdig produkt.....</i>	<i>36</i>
7	Diskussion	37
7.1	Resultatdiskussion.....	37

7.2	Metoddiskussion	39
7.3	Slutdiskussion.....	40
Källor	42
Bilagor	45
Bilaga 1:	Tillvägagångslista för personal	45
Bilaga 2:	Kehittämistoiminnan konstruktivistinen malli.....	46
Bilaga 3:	Vår översatta version av del tre i Salonens modell.	46
Bilaga 4:	Mobbning bland äldre - Broschyr.....	47

1 INLEDNING

Detta arbete behandlar ämnet mobbning bland äldre. Att öka förståelsen för vad mobbning är samt varför det sker är viktigt oavsett målgrupp. Dock är forskning inriktad på mobbning gällande barn, unga och arbetsplatser betydligt mer förekommande än forskning gällande mobbning bland seniorer. Mobbning bland äldre är ett forskningsområde som är relativt nytt och den tidigare forskningen inom ämnet är knapp. Därför är det viktigt att undersöka ämnet för att kunna skapa en större och bredare förståelse om detta. Mobbing bland äldre är ett relativt nytt begrepp och någonting som många inte vet, eller tänker på att det existerar. I dagens samhälle blir det mera aktuellt med mobbning bland äldre och det är lika viktigt att ha kunskap om det som mobbning bland barn eller på arbetsplatser.

Det är viktigt att vårdpersonal på vårdhem eller seniorhem har kunskap och är medveten om hur man skall hantera mobbning bland äldre. Vårdarna är de som spenderar mest tid med seniorer och därför har de den största möjligheten att förhindra och förebygga mobbning.

Inom socionomens yrkesområde kan resultatet av detta examensarbete användas på ett flertal olika sätt. Resultatet kan exempelvis användas som grund för att utveckla ett anti-mobbningsprogram eller trivselregler. Mobbningsförebyggande arbete kan även inkluderas i exempelvis de aktiviteter som sker på seniorhemmet. Att genomföra denna studie ger inneboende, personal och anhöriga en chans att känna igen situationer och en kunskap om hur de kan gå till väga för att stötta och hjälpa. Att ta med alla parter leder till att alla får känna sig delaktiga. Ett fungerande antimobbningsprogram leder till välmående och kan i sin tur stärka det goda åldrandet för de inneboende.

Beställarna av arbetet är Hugo och Maria Winbergs stiftelse, som även upprätthåller Tunaberg seniorhem och Tunaro vårdhem. Organisationen vill satsa på att utveckla delaktighetsfrämjande arbetssätt som stärker seniorers välbefinnande, förebygger känsla av utanförskap och risk för mobbning. Med detta examensarbete strävar man efter att känna igen, agera vid och förebygga mobbning bland seniorer på seniorhem Tunaberg. Som verktyg skapas en broschyr med information om hur man kan gå tillväga.

Det här arbetet har genomförts i ett gott samarbete där vardera skribenten har fått använda sina sin egen specialkunskap och stött den andra för att uppnå det bästa möjliga slutresultat. Skribenterna har delat upp arbetet genom att svara på varsin forskningsfråga. Därefter har texten bearbetats tillsammans under uppbyggandet av dokumentet. Skribenterna har arbetat utifrån sin egen kunskap och därför även arbetat självständigt med de delar av dokumentet där de har haft mera kännedom och kunskap än den andra parten.

2 BAKGRUND

Av Finlands befolkning utgör en stor procent personer som är över 65 år (Befolkningsstruktur 2018). Detta betyder att allt flera seniorer behöver plats på ett vårdhem eller seniorhem när de inte mera kan bo hemma. I och med att seniorer kommer att samlas och bilda en grupp, på ett nytt sätt, på ett nytt ställe med nya människor, kommer det att uppstå konflikter på ett eller annat sätt. En form av konflikt kan uttrycka sig i mobbning, vilket är ett relativt nytt fenomen eftersom seniorer inte tidigare levt på samma sätt som de gör i dagens läge.

Eftersom befolkningen ur ett globalt perspektiv blir äldre och lever längre (Population ages 65 and above 2017) är mobbning bland äldre någonting man inte har förberett sig på eller har mycket kunskap om som individ och på samhällsnivå. Seniorhem och vårdhem finns över hela världen men beroende på land och kultur finns det mer eller mindre av dem i landet. I Norden finns det många hem för seniorer eftersom kulturen i dessa länder är att man som senior flyttar in till ett seniorhem eller vårdhem när man inte klarar av att bo hemma. Redan i syd eller mellan Europa är kulturen annorlunda, seniorer som inte klarar sig hemma flyttar in till familjen eller nära släkt då de inte vill att seniorer skall bo på seniorhem eller vårdhem. (Number of nursing and elderly home beds 2018)

2.1 Tunaberg seniorhem

Hugo och Maria Winbergs stiftelsen har grundats 1956 med en vision att ge service på svenska åt seniorer. Stiftelsen har grundat seniorhemmet Tunaberg och vårdhemmet

Tunaro, båda belägna i Esbo. Stiftelsen utvidgar sin verksamhet ytterligare genom att bygga ett nytt seniorhem.

Tunaberg seniorhem har 25st lägenheter för seniorer att bo i, alla utrustade med eget kök och badrum som är anpassade för seniorer. På Tunaberg kan seniorerna äta morgonmål, lunch, middag och kvällsmål antingen i deras egen lägenhet eller i matsalen. På seniorhemmet ordnas det aktiviteter och utflykter för seniorerna som varierar varje vecka. Seniorerna på Tunaberg har även tillgång till ett gym, bastu samt vård, fysioterapi och fotvård enligt eget behov. (Hugo och Maria Winbergs stiftelsen, 2018)

2.2 Lagar

Det finns finländska lagar som beaktar enbart den äldre befolkningen för att de skall kunna leva ett värdefullt liv. De skall få hjälp och stöd i diverse områden för seniorerna och man skall tillgodose deras behov.

Lag om stödjande av den äldre befolkningens funktionsförmåga och om social- och hälsovårdstjänster för äldre.

1§ Lagens syfte

Syftet med denna lag är att

1) stödja den äldre befolkningens välbefinnande, hälsa, funktionsförmåga och förmåga att klara sig på egen hand,

[...]

3) förbättra möjligheterna för en äldre person att få högkvalitativa social- och hälsovårdstjänster och handledning i användningen av andra till buds stående tjänster i enlighet med det individuella behovet och i tillräckligt god tid, när personens nedsatta funktionsförmåga kräver det, och

4) förbättra möjligheterna för en äldre person att påverka innehållet i de social- och hälsovårdstjänster som ordnas för honom eller henne och det sätt de utförs på samt besluta om val som gäller dem.

3§ Definition

I denna lag avses med

1) äldre befolkning den del av befolkningen som är i en ålder som berättigar till ålderspension,

2) äldre person en person vars fysiska, kognitiva, psykiska eller sociala funktionsförmåga är nedsatt på grund av sjukdomar eller skador som har uppkommit, tilltagit eller förvärrats i och med hög ålder, eller på grund av degeneration i anslutning till hög ålder,

3) verksamhetsenhet en funktionell helhet som har en offentlig eller privat tjänsteleverantör som huvudman och inom vilken huvudsakligen äldre personer tillhandahålls social- eller hälsovårdstjänster som utförs i tjänsteleverantörens lokaler eller i de äldre personernas egna hem.

(Lag om stödjande av den äldre befolkningens funktionsförmåga och om social- och hälsovårdstjänster för äldre 28.12.2012/980)

1§ möjliggör värdefullt liv för en senior och försäkra att senioren får den hjälp och stöd som hen behöver. Detta betyder även att senioren skall kunna leva så normalt som möjligt och kunna vara självständig med stöd av vård och andra tjänster. Hen skall få tillräckligt med information så att hen själv kan påverka hens egen vardag och allt som ingår i den. Servicen och annan vård som berör seniorer skall utvärderas och förbättras i den takt som personen behöver det utan längre dröjsmål. Detta är viktigt för att kunna skapa en trygg och säker vardag för den äldre befolkningen.

Syftet med 3§ är att stöda den äldre befolkningens välbefinnande, hälsa, funktionsförmåga och förmåga att klara sig på egen hand. Mobbning skadar både hälsan och välbefinnande och ger inte senioren ett värdefullt liv. Seniorer ska ges social- och hälsovårdstjänster som garanterar långvarig vård och omsorg på ett sådant sätt att de kan uppleva att deras liv är tryggt, betydelsefullt och värdigt och att de kan upprätthålla sociala kontakter och delta i meningsfull verksamhet som främjar och upprätthåller deras välbefinnande, hälsa och funktionsförmåga. Mobbning skapar en känsla av otrygghet, osäkerhet och ett dåligt självförtroende. Även det betydelsefulla i vardagen påverkas negativt. Detta betyder att seniorens vardag skall tryggas av personer inom verksamhetsområdet som har den nödvändiga utbildningen. Kommunen ska säkerställa att arrangemangen för långvarig vård av äldre personer är bestående. Om det inte är befogat att ändra på dem för att personen själv önskar det, hans eller hennes servicebehov har förändrats eller av någon annan särskilt vägande och grundad anledning.

2.3 Styrdokument, kvalitetsrekommendationer

Det finns rekommendationer hur en senior skall kunna leva ett tryggt och säkert liv. Rekommendationerna hjälper och stöder anstalter och lokaler att skapa en anpassbar miljö var seniorer kan vistas utan problem. Även hälso-aspekter tangeras i dessa

rekommendationer. Rekommendationerna är publicerade av Social- och Hälsovårdsministeriet (Social och Hälsovårdsministeriet 2017 s.16–17)

REKOMMENDATION 1

Kommunerna stöder den äldre befolkningens hälsa och funktionsförmåga genom olika åtgärder som förstärker

- a) de äldres självständiga aktiviteter,
- b) de gemensamma insatserna av olika aktörer (organisationer, företag, och församlingar samt råd/paneler för äldre, medborgare, klienter/närståendevårdare) och
- c) samarbetet mellan kommunens olika verksamhetsområden för att främja välbefinnandet
 - förbättring av tillgången till och tillgängligheten för näridrottsplatser samt förstärkning av motionsrådgivningen med låg tröskel
 - förstärkning av hälsofrämjande och inkluderande gruppverksamhet.

Det skall finnas olika aktiviteter för seniorerna för att stärka deras välbefinnande och hälsa. Det borde finnas olika aktiviteter för olika funktions hindrade seniorer så att så många som möjligt kan delta i de olika aktiviteterna. Detta hjälper dem att känna sig inkluderade och en del av en större gemenskap. Fysiska aktiviteter hjälper seniorerna att klara sig bättre i vardagen och får dem att vara självständiga senare i livet. Självständiga seniorer betyder att de kan bo hemma längre som hjälper kommunerna att använda vårdplatserna till de som inte längre kan bo säkert hemma. Samarbetet med andra institutioner och kommuner gör det möjligt för seniorerna att träffa andra och nya människor som kan skapa vänskap som är nödvändig för ett hälsosamt liv. Oberoende om man bor hemma eller på ett vård- eller service hem skall man ha tillgång till olika aktiviteter. Privata sektorn och kommunala sektorn kan använda dessa tillfällen även till att informera seniorerna om nya råd, rekommendationer, produkter, service med mera.

REKOMMENDATION 2

Kommunerna och landskapen ökar genomförandet av dokumenterat effektiva interventioner – såsom motion, kostrådgivning, förebyggande av fall, förbättring av vaccinationstäckningen – för att främja den äldre befolkningens hälsa och funktionsförmåga.

Det är viktigt att vara uppmärksam hur seniorer lever, vad deras levnadsvanor är och jämföra dem med dagens rekommendationer. Seniorerna kan mista sina tänder eller insjukna så att maten de ätit tidigare inte mera går att äta. Det är viktigt att seniorerna får i sig en mångsidig kost och dricker tillräckligt. Det kan förebygga hälsoproblem och ge

mindre besök till hälsostationer. Kommunen skall erbjuda och informera om olika vacciner och andra sätt att skydda sig mot virus och sjukdomar.

REKOMMENDATION 3

Kommunerna och landskapen inkluderar riktade åtgärder för riskgrupper i sitt serviceutbud. Behovet av tjänster kan förebyggas eller minskas genom att man påverkar riskerna. Följande faktorer ökar risken för nedsatt funktionsförmåga:

[...]

- Sämre humör, psykiska störningar såsom depression

[...]

- Upplevelse av ensamhet

[...]

- Illa behandling, våld eller hot om våld i familjen eller inom den närmaste kretsen

Många seniorer lever ensamma och det sociala umgänget har minskat vilket kan få hen att känna sig ensam och deprimerade. Om senioren inte har anhöriga som kan se efter hen är det viktigt att kommunen ser till att senioren kan leva utan oro eller depression. Förutom aktiviteter är det viktigt att hen som är i behov av vård får den så fort som möjligt. Även uppföljningar av hälsan kan hjälpa senioren att må bättre, leva ett längre liv och minska oron för sjukdomar eller funktionsnedsättningar.

2.4 Allmänt om mobbning

Det är inte ovanligt att man i något skede av sitt liv upplevt mobbning. Vissa blir mer utsatta för mobbning än andra. Som individ upplever man och hanterar mobbning på olika sätt. Det är viktigt att berätta åt någon om man blir mobbad för att man skall få hjälp och stöd för att hantera det. Ordet mobbning har fått sin början redan då etologen Konrad Lorenz skrev om hur djur attackerar byten med sin flock. Senare blev Peter-Paul Heine- mann intresserad av barns negativa beteende mot andra barn och fortsatte att använda ordet mobbning. (Vi mobbar int' 2003 s. 7) Därför är det mycket vanligt att när man tänker på mobbning är det oftast barn i skolor man tänker på, hur de mobbar eller blir mobbade på skolgården. De flesta undersökningarna är inriktade på barn som ger en

begränsad syn på hur och när mobbning egentligen sker, eftersom mobbning fortsätter i olika sammanhang utanför skolan och senare i livet. Mobbning kan ske under hela livet, från syskonmobbning till mobbning bland seniorer (Brank m.fl. 2012 s. 214). Mobbning är när man med avsikt upprepade gånger använder aggressivt beteende som en form av makt eller styrka riktat mot en enskild person eller en grupp. (Bonifas 2016 s. 5)

3 SYFTE OCH FRÅGESTÄLLNING

Syftet med vårt examensarbete är att skapa en broschyr som behandlar ämnet mobbning bland äldre; inriktat på hur man känner igen mobbning och hur man agerar. För att kunna skapa denna broschyr måste vi undersöka hur man känner igen mobbning och hur man skall agera vid olika tillfällen. Broschyren kommer i första hand fungera som stöd åt personalen på Tunaberg. Detta för att de skall få en uppfattning hur de kan känna igen mobbning och hur de kan agera när det sker. De kan därefter söka sig vidare till andra källor för att gå mera ingående in i förebyggande av mobbning. Seniorerna skall även ha tillgång till och kunna använda sig av broschyren. Den skall vara lätt förstådd så att den kan vara till hjälp för den som blir mobbad. Även anhöriga skall få en inblick i mobbningen bland äldre genom broschyren. Detta ställer ett krav på broschyrens innehåll då det bör vara på en lämplig nivå för alla tre målgrupperna.

Genom att besvara dessa frågeställningar har broschyren utvecklats. Forskningsfrågorna är;

1. Hur kan den professionella känna igen mobbning?
2. Hur bör man som professionell agera vid mobbning bland äldre?

Tanken kring frågan “Hur kan den professionella känna igen mobbning?” är att bygga upp en tillräcklig kunskapsgrund för att kunna känna igen mobbning i ett tidigt stadie. Veta vem som kan bli offer för mobbning eller vem som har karaktärsdrag för en som mobbar och varför någon mobbar. Även hur mobbning delas upp och konkreta exempel på vad som är mobbning. Med den andra frågan “Hur bör man som professionell agera vid mobbning bland äldre?” skall ge information om hur man som professionell skall agera vid mobbningsituationer, men också vad den äldre själv kan göra. Vi började arbetet som tre skribenter och arbetet innehöll då även en tredje forskningsfråga vilken var

”Hur kan man förebygga mobbning bland äldre?”. Vi anser att förebyggande arbete är en viktig del och valde därför att kort ta upp det inom agerande.

Dessa frågeställningar har besvarats med hjälp av litteratur och forskningsprojekt. För att kartlägga problemet och kunna göra ett så centrerat arbete som möjligt har en kort diskussion med några av vårdarna på Tunaberg utförts.

4 TIDIGARE FORSKNING

Här presenterar vi de tidigare forskningarna som handlar om mobbning eller faktorer som kan påverka mobbningssituationer. Vi anser att de alla är relevanta och skapar en bra grund för ämnet. Med dessa som grund kan vi senare bygga upp en fungerande helhet.

4.1 Övergrepp mot äldre

Studien *Psychological abuse among older persons in Europe: a cross-sectional study* behandlar psykiska övergrepp mot äldre. Detta är enligt forskningen ett problem av stor oro över hela världen. Forskningens resultat tyder på att psykiskt övergrepp mot äldre var vanligare i de norra nordiska länderna, vilket understöder denna forskning. Skribenterna tar även upp att faktorer såsom lågt socialt stöd och höga ångestnivåer spelade en viktig roll, vilket även är förekommande på ålderdomshem. Slutligen bör man påpeka att resultatet av denna typs forskning ofta underskattas då det finns vissa svårigheter att mäta de psykiska övergreppen. (Macassa m.fl. 2013 s. 28–29)

World Health Organizations (Elder abuse 2018) hemsida förklarar begreppet övergrepp mot äldre som en enda, eller upprepade handlingar, eller brist på passande handlingar, som äger rum inom ett förhållande där man förväntar sig tillit vilket kan orsaka skada eller nöd till en äldre person. Övergrepp mot äldre kan ta olika former, bland annat psykiskt, fysiskt, ekonomiskt och sexuellt. Detta arbete kommer fokuseras på mobbningen, vilket kan falla under såväl det fysiska som det psykiska. Även WHO tar upp att övergrepp mot äldre är ett växande problem i och med länders snabbt åldrande befolkning.

From health and social care perspectives, unless both primary health care and social service sectors are well equipped to prevent, identify and deal with the problem, elder abuse will continue to be highly prevalent, underdiagnosed and overlooked.

Detta examensarbete är ett litet steg mot rätt riktning då det gäller undersökning av mobbningen bland äldre. I och med att denna forskning genomförs blir det lättare för personalen, de inneboende och anhöriga att identifiera problemen och på så sätt undviker man att dessa ignoreras.

4.2 Mobbning bland äldre

Studien *Bullying in nursing homes: Prevalence and consequences to psychological health* har undersökt mobbning i vårdhem eller hem för seniorer. Wood använde sig av frågeformulär för att undersöka hur den psykiska hälsan påverkas av mobbning. Det konstateras i undersökningen att forskning om mobbning har fokuserats mest på skolor, arbetsplatser och fängelser. Han tar upp hur den psykiska hälsan påverkas av mobbning med observation från tidigare undersökningar som gjorts på arbetsplatser och fängelser. I undersökningen jämför han om etnicitet, ålder och kön har betydelse för om man känner sig mobbad eller inte. Wood skriver att offren för mobbning ofta har samma personlighetsegenskaper så som låg självkänsla eller att de har en lägre position i gruppen än mobbaren. Därpå berättar han att mobbningens beteende är olika bland könen. Män skriker och förödmjukar offret medan kvinnor fryser ut mobbningsoffret från sociala umgänget och sprider rykten om mobbningsoffret. Kvinnor är mera indirekta och män mera direkta i hur de mobbar. Det finns dock ingen större skillnad bland könen när det gäller mobbningsoffren. (Wood 2007 s. 12–15)

Resultaten i forskningen *Peer bullying in seniors' subsidised apartment communities in Saskatoon, Canada: participatory research* tyder på att mobbning bland äldre har likheter med mobbning bland yngre, bland annat då det gäller konsekvenser och typ av mobbning. Skribenterna tar även upp att för att minska mobbning bland äldre bör man fokusera på skapandet av säkra och respektfulla levnadsmiljöer. (Goodridge m.fl. 2017 s. 8) Denna forskning är genomförd i Kanada, vilket är relativt långt bort. Trots det kommer den användas i detta examensarbete eftersom den understöder skapandet av respektfulla och säkra levnadsmiljöer, vilket även detta arbete hoppas göra.

4.3 Ålderism

Ålderism är fördomar som enligt Lars Andersson är de mest accepterade i dagens värld. Ålderism kan riktas mot vem som helst, men äldre tillhör den kategori där problemen är störst. Attityder mot åldrandet baserar sig bland annat på rädslan för det egna åldrandet samt döden. (Andersson 2008 s. 5) Detta kan vara en av de bakomliggande orsakerna till att mobbning förekommer på ålderdomshem, det handlar alltså om ålderism mot äldre av äldre. Tidigare forskning, som denna, om ålderism understöder detta arbete i och med att det skapar medvetenhet om rädslan för det egna åldrandet. De personer som upplever detta bör få stöd och en chans att prata ut om rädslan, istället för att utveckla den till diskriminering eller mobbning jämt mot andra.

4.4 Känna igen mobbning

Mobbning kan delas in i tre olika huvudgrupper, verbal, social och fysisk mobbning. Verbal mobbning är bland annat att skymfa en person, hota eller retas med ett mål att skada personen. Social mobbning är till exempel att frysa ut någon, sprida rykten eller att förödmjuka någon på en offentlig plats. Exempel på fysisk mobbning är att knuffa, slå eller söndra den andras egendom. (Andersen & Buchanan 2017 s. 34–35) Mobbning kan inverka mycket på den mobbades psyke till exempel ge låg självkänsla, depression och ångest. (Wood 2007 s. 1) Det finns typiska drag för vem som mobbar och vem som blir mobbad. Den som mobbar har drag av hyperaktivitet och är impulsiv. Hen kan också ha svårt att uttrycka sig verbalt och därför vara impulsiv med sina handlingar. Det kan betyda också att mobbaren inte inser att hens handlingar skadar en annan. Hemförhållandena kan också ha en inverkan på om någon mobbar t.ex. våld eller brottslighet har förekommit i hemmet. De som blir mobbade har oftast svårt i sociala sammanhang eller kan inte följa normala sociala normer. Även de som har få vänner är typiska offer för mobbning. Att tillhöra en minoritet, såsom etnicitet eller religion, i en grupp kan vara en faktor till att man blir mobbad. (Brank m.fl. 2012 s.217–218)

Alla mobbnings tillfällen måste granskas kritiskt eftersom alla mobbningsituationer inte alltid är mobbning utan argumentering, symptom av sjukdom eller att någon har en dålig dag.

Seniorer som flyttar in i äldre boende så som service hem har olika orsaker varför de flyttar. Deras livs situation kan ha drastiskt förändrats genom sjukdom, dödsfall, ekonomiska brister eller de kan inte bo hemma av andra orsaker. Vissa kan känna sig lättade över att inte bo ensam medan andra kan känna sig tvingade till att ändra på sitt liv som hen inte är villig att göra. Detta betyder att senioren kan känna sig som om hen inte har kontroll över sitt eget liv och därför reagerar aggressivt. De kan söka efter makt i sitt eget liv genom maktutövning i form av mobbning. Med denna maktutövning känner de att de får krafter av att skapa rädsla, oro, sårå någon eller genom att skapa konflikter mellan andra seniorer. (Senior Bullying: Guest post by Robin Bonifas, 2012) Eftersom senior hem kräver att man anpassar sig till nya förhållanden, rutiner och regler kan det kännas för senioren begränsande och nervärderande att följa regler som hen inte har behövt göra förut (National Center for Assisted Living 2017, s.2). Hen måste ge upp sin frihet att kunna bestämma över alla aspekter i sitt liv så som mattider, när hen går i duschen eller när de vaknar. Detta kan betyda att senioren vill ta över de allmänna utrymmena för att skapa makt åt sig genom att bestämma över vem som sitter var och vem som får vistas i utrymmena (Senior Bullying: Guest post by Robin Bonifas, 2012).

Personer med mentala sjukdomar så som schizofreni och demens kan ha svårt att förstå normala sociala normer och lätt bli offer för mobbning. Dessa personer kan även vara de som mobbar eftersom de kan uppfatta situationer på fel sätt och reagera impulsivt som ger sig uttryck i mobbning. Dessa personer behöver mera uppmärksamhet för att finna det rätta sättet att vårda sjukdomen. (Senior Bullying: Guest post by Robin Bonifas, 2012) Även infektioner och andra sjukdomar kan göra någon förvirrad och gör att personen fungerar irrationellt.

Mobbning har många olika former och kan ske när som helst och var som helst. Det behövs två eller flera delaktiga i en mobbningssituation och det kan finnas en eller flera offer i samma situation. Eftersom mobbning har olika former kan det vara svårt att känna igen vad mobbning egentligen är. Alex Gadd som skrivit boken *Adult Bullies: A Guide to Dealing with Grown-up Bullying* beskriver en mobbare som någon som aktivt eller passivt får offret att må dåligt. Med aktiva metoder menar han att nervärdera eller genom att avskräcka offret. Med passiva metoder såsom att ignorera eller genom att avvisa från

rum, samtal etcetera. (Garbe 2018 s. 42) Det är skillnad mellan att reta och att mobba. Att retas betyder att alla involverade retas lika mycket med varandra och att ingen blir skadad fysiskt eller psykiskt och att alla har en positiv attityd i sammanhanget (Violence Prevention Works 2016). Kännetecknen för mobbning är att beteendet är riktat mot en person eller en grupp. Det finns en obalans mellan makt och önskan för makt och att situationerna upprepar sig. Det finns mobbings situationer var mobbningen sker endast en gång. Personer som har en mer krävande personlighet skall man inte blanda med att hen mobbar eftersom önskan för makt eller kontroll inte finns med i beteendet. Sjukdomar kan ge upphov till dessa mer krävande beteenden (Bonifas 2016 s. 9)

Bonifas berättar att i mångt och mycket är mobbning bland äldre lika som för unga eftersom båda åldersgrupperna upplever fysisk, psykisk och social mobbning i gemensamma utrymmen (Garbe 2018 s. 43). Det finns inte tillräckligt med undersökningar för att man skall kunna direkt peka ut en mobbare. Mobbaren mår bra av att få dominera och trycka ner någon annan och de upplever inte heller att de sårar. De har mindre empati för sina medmänniskor vilket kan bero på att de har mindre vänner eller förlorat dem, men det finns inte tillräckligt med undersökningar för att kunna påvisa detta. Undersökningar och studier har kunnat visa att mobbning i en hög ålder har samband med att förlora vänner och familj, gå i pension och att flytta ut ur sitt hem. Detta kan jämföras med en ungdom som byter skola och de får utbrott över den nya situationen. (Garbe 2018 s. 43)

Som tidigare skrivits delas mobbningen in i tre huvudgrupper social, verbal och fysisk mobbning. Social mobbning är verbal eller icke-verbal kommunikation där målet är att begränsa eller förhindra någons sociala interaktioner. Detta betyder att skvallra, ignorera och lämna utanför en grupp, undvika eller att använda ett avskräckande kroppsspråk (Garbe 2018 s. 43). Som exempel är att man i matbordet inte låter någon annan sitta i samma bord eller flera kommer inte till en aktivitet för att "Olle" kommer att vara där. Verbal mobbing betyder det att man hotar eller avskräcker någon annan för att skapa rädsla hos hen. Även att kalla någon till fula namn, göra narr eller säga sarkastiska kommentarer om någon annan (Garbe 2018 s. 43). Ett exempel är att någon upprepade gånger sa åt "Olle" att hen kommer att slå "Olle" så att "Olle" inte kan få ro när han funderar på om han kommer att bli slagen eller inte. Fysisk mobbning är aggressiv och oönskad fysisk kontakt med någon annan, hens husdjur eller egendom. Att knuffa, slå, sparka, stjäla eller förstöra hör till denna kategori (Garbe 2018 s. 44). Exempel på fysisk mobbning är att

man tar sig in i någon annans rum och tar någons förstoringsglas utan att ha frågat lov eller med tanke på att lämna tillbaka den.

Kännetecken på att någon blir mobbad är att personen undviker särskilda utrymmen eller kommer inte på aktiviteter fastän personen har visat stort intresse för det. Personen kan också ta en omväg till sitt rum eller matsalen. Även kommentarer om att man inte får vara med eller att någon sagt att den inte tycker om hen är tecken på mobbning. Nya seniorer som uttrycker att de har svårt att få vänner efter att har varit med på aktiviteter och andra sammankomster kan bero på att mobbning pågår. (Garbe 2018 s. 44)

I ett webbinarium, framfört av Robin Bonifas, tar hon upp sina senaste undersökningsresultat gällande mobbning inom långtids vårdinrättningar. Hennes studie visar bland annat att ett aggressivt beteende ofta är ett symptom på otillfredsställda behov. Hon tar även upp att mobbning påverkar alla i samma boende. Enligt studien är typiska reaktioner på ett ångestfyllt beteende och interaktioner ilska, irritation, frustration, rädsla, ångest/spänning/oro, hämnd följt av skam, självisolering, förvärring av mentala hälsotillstånd.

Bonifas tar upp tre olika kategorier av mobbning; dessa är verbal, fysisk och social. Verbal mobbning förklarar hon att visar sig som öknamn, förolämpa och/eller hota, sarkasm eller elaka skämt riktade mot en specifik individ. Fysisk mobbning kan ta form genom att skuffa, slå, förstöra egendom, stjäla och/eller dra krokben på någon annan. Social mobbning handlar om att exkludera, skvallra, sprida rykten och använda negativt kroppsspråk (härma, opassande gester) förklarar hon.

Enligt Bonifas kan man lägga märke till olika sorters typiska beteenden hos personer som antingen mobbar andra eller själv blir mobbad. Beteendet hos individer som mobbats tar form som självisolering, att undvika specifika områden eller aktiviteter, att ta långa omvägar för att komma till och från gemensamma områden, klagomål som "de gillar mig inte" eller "de kommer inte att låta mig" eller ett deprimerat humör. Typiska beteenden hos individer som mobbar kan däremot vara att skrämna personal, säga till andra vad de ska göra på ett "bossigt" sätt, kritiserar andra eller att sakna empati mot dem eller göra upprepade klagomål om andra. (Identifying, Preventing, and Responding to Bullying in Long Term Care Facilities 2015)

Artikeln *Bullying among seniors - A Prevention and Surveillance Resource for Assisted Living Providers*, tar upp en skillnad i typen av mobbning beroende på vilket kön som utför den. Skvaller, passiv-aggressivt beteende och att manipulera känslor är några av kvinnors mest typiska mobbningsformer. Männerna använder sig däremot av en direkt, spontan, verbalt eller fysiskt aggressiv typ av mobbning dit även överläghetskomplex och överbeskyddande hör. Trots olikheterna i typen av förekommande mobbning hos könen har man ändå lyckats sammanfatta typiska drag hos människor som mobbar, oavsett kön. Dessa typiska drag är en saknad av empati, få vänner, ett makt-, och kontrollbehov, att ha svårt för individuella skillnader, att använda makt och kontroll på andra individers bekostnad, att lida av låg självkänsla, att stärkas genom att orsaka konflikter eller få andra individer att känna sig hotade, rädda eller sårade.

I denna artikel delar man upp mobbning i fyra olika kategorier; fysisk, verbal och relationell mobbning samt skada av annans egendom. Fysisk mobbning beskrivs som fula blickar, dominerande fysisk närvaro, slå, sparka eller andra fysiska övergrepp, sexuella trakasserier eller övergrepp. Verbal mobbning består av negativa/kritiserande kommentarer om utseende, personlighet mm., krävande och "bossig" med annan inneboende, oönskade eller ovälkomna sexuella kommentarer. Relationell mobbning sker då man ignorerar en annan inneboende, skvallrar, eller deltar i en grupp som konspirerar för att isolerar en annan inneboende. Namnet på den fjärde kategorin, skada av annans egendom, talar långt för sig själv men beskrivs som att stjäla eller skada föremål som tillhör en annan inneboende. Även detta klassas i denna artikel som en typ av mobbning. (National Center For Assisted Living 2017 s. 2–3)

4.5 Agerande

Det är inte möjligt att agera på alla mobbningssituationer eftersom de kan ske i privata utrymmen eller då ingen annan finns närvarande. Däremot är det mycket viktigt att agera då man ser eller upplever mobbning. Första steget till att agera eller förebygga mobbning är att förklara och definiera vad mobbning är. Då alla är närvarande och informerade kan det diskuteras och närmare definieras vad organisationen önskar och vad som inte

accepteras. Framför regler och vad som är förväntat av alla involverade men även vilka åtgärder som tas då mobbning sker. (Garbe 2018 s. 45)

Robin Bonifas tar i sitt webseminarium *Identifying, Preventing, and Responding to Bullying in Long-Term Care Facilities*, upp att alla inneboenden har rätt till individualiserad vård och att vara fri från vanvård. Då det gäller agerande vill hon poängtera att alla inneboende är olika och varje incident är annorlunda. (Identifying, Preventing, and Responding to Bullying in Long Term Care Facilities 2015). Det finns alltså inget allmänt svar på hur man ska agera vid en mobbningsituation utan det är situations anpassad. Nedan följer förslag på olika tillvägagångssätt.

I sin studie har Robin Bonifas lagt märke till att seniorer använder sig av följande strategier för att hantera utmanande sociala relationer. De undviker kontakt med den upprörande individen eller går bort från platsen, de peppar sig själva, de väljer att "bita sig i tungan" istället för att kommentera, de prioriterar individuella aktiviteter, de låter det gå eller väntar tills läget lugnar sig, de strävar efter att se och förstå den andras synvinkel, erbjuder alternativ till problematiska beteenden, de prioriterar att lugna ner andra, spenderar tid med husdjur, och upprätthåller förhållanden med en stödande individ. (Identifying, Preventing, and Responding to Bullying in Long Term Care Facilities 2015)

I artikeln *Bullying Among Seniors - A Prevention and Surveillance Resource for Assisted Living Providers* tas upp olika strategier personalen kan använda sig av för att agera mot mobbningen. En av strategierna är att kommunicera tydligt till de inneboende och förklara att mobbning är oacceptabelt. En annan strategi är att anskaffa sig en så kallad "anti-mobbningpolicy", vad som ingår i policyn (riktlinjen) bör kommas överens tillsammans med de äldre så de har en chans att påverka. I samband med att de inneboende skriver under policyn bör personalen även varna dem för vad som sker ifall de bryter mot de gemensamma reglerna. Detta kan vara effektivt då seniorerna sällan vill äventyra deras plats, utan vill stanna kvar på boendet. Alternativt kan detta även stå med i policyn som en påminnelse. Att dela idéer då utmanande situationer uppstår och tillsammans (med lämplig personal) hitta eventuella lösningar är ett tredje sätt att agera vid mobbningsituationer. Slutligen kan man ta reda på om det finns externa tjänster och/eller resurser som man kan dra nytta av. (National Center For Assisted Living 2017 s. 5)

4.5.1 Tillvägagångssätt för personal

Då någon blir mobbad är det viktigaste att hålla sig lugn, professionell och följa organisationens procedurer (Garbe 2018 s.45). Man skall inte låta sig provoceras av situationen eller provocera de som är involverade. Tilltala personerna med namn och gör din åsikt klar med auktoritet men utan att hota eller straffa. Lyssna på alla parter och behåll ögonkontakt, avbryt dem inte om möjligt. Genom att lyssna på den som mobbat och låta hen berätta sin sida på ett hälsosamt sätt kan minska aggressionen och känslan på hämnd. (What to do when seniors bully 2013)

En viktig del av agerandet är att ha kunskap och vara utbildad i hur man skall agera vid mobbning (Garbe 2018 s. 45) När det sker mobbning skall en eller flera personer ur personalen evaluera situationen. Om den är fysisk skall man ingripa i situationen genast för att undvika att någon blir skadad. Då det föregått ett brott skall polisen kallas på plats, därefter skall den huvudansvariga meddelas om situationen och hen skall även evaluera situationen för potentiell fara för närvarande personer. Den huvudansvarige avgör även om anhöriga borde kontaktas. I mindre allvarliga situationer skall huvudansvariga med hjälp av annan personal lugna ner situationen och prata med involverade samt eventuella åskådare. Detta görs för att få så mycket information om händelsen som möjligt, det vill säga bakgrundsinformation och vem som var med. Personligheterna hos de som var involverade kan tas i beaktande av personalen, men det är däremot inte en orsak för osakligt uppförande. Efter att all information har blivit samlad om situationen är det viktigt att personalen diskuterar sinsemellan. Det som bör diskuteras är bland annat varför mobbningssituationen uppstod, hälsan av de involverade och miljön de befann sig i. Om den involverade personen har en minnessjukdom är det bra att fundera över terapi, ändringar i medicineringen eller andra åtgärder som skulle vara till nytta för personen. Därefter reflekterar man om anhöriga måste informeras. Slutligen diskuteras även andra steg för att förebygga mobbning i framtiden. Om mobbningen trots detta fortsätter kan man ta reda på om det finns någon extern tjänst eller resurs som är mera insatt i mobbning; hur man agerar och förebygger situationer. Klara och tydliga regler om mobbning, som man kan hänvisa till i fall de behövs, är ett hjälpmedel man kontinuerligt kan använda sig av. Det är även bra att ha fastställda följder som träder i kraft i fall någon bryter mot reglerna. (National Center for Assisted Living 2017, s. 4–5)

För en kortare version av tillvägagångssätt se bilaga 1. Tillvägagångslista för personal.

4.5.2 Förebyggande arbete

I sin studie har Robin Bonifas hittat några grundstenar till ett förebyggande arbetet på äldreboenden. Hon säger att alla bör sträva efter att skapa en miljö som främjar empati. Detta kräver en kultur med respekt, där inneboende och personal hålls ansvariga för sitt beteende. Det kräver även någon (med högt förtroende) som är villig att stå upp för det som är rätt. Bonifas poängterar även nödvändigheten av att lägga märke till handlingar av vänlighet samt att belöna dessa offentligt. (*Identifying, Preventing, and Responding to Bullying in Long Term Care Facilities* 2015)

Artikeln *Bullying Among Seniors - A Prevention and Surveillance Resource for Assisted Living Providers* tar upp ett flertal punkter inom det förebyggande arbetet. Först och främst bör det utvecklas tydliga regler och förväntningar på beteenden; gällande både personal och inneboende. Det gäller att uppmana alla att vara med och bestämma dessa regler och vad förväntningarna ska vara. Överväg tillsammans att lägga till information om mobbning (anti-mobbning-policy) i antagningsavtalet för att redan i förväg kunna diskutera med nya inneboende och deras anhöriga angående processerna för att hantera mobbning. Denna policy kan även skraddarsys med innehåll som direkt kan minska mobbning, exempelvis "inga reserverade platser" i gruppevenemang och aktiviteter. (National Center For Assisted Living 2017 s. 3–4)

Artikeln tar fortsättningsvis upp att det är viktigt att regelbundet hålla gruppdiskussioner angående utmaningarna i det gemensamma boendet och där även komma fram med gemensamma lösningar på dessa utmaningar. Dessa gruppdiskussioner kan ske i form av inneboendes möten, avdelningsmöten eller familjeevenemang; då även anhöriga kan delta. Man bör även uppmuntra både personal och inneboende att rapportera händelser av mobbning och ta alla klagomål på allvar. Personalen måste känna sig stöttade vid rapportering. Vid regelbunden utbildning för de anställda ökar kunskapen om var gränser för olämpligt beteende går. Det gör det även lättare att både känna igen och agera vid mobbning och/eller annat "svårt" beteende. Den regelbundna utbildningen bör även inkludera

aktiviteter som främjar utvecklingen av empati. (National Center For Assisted Living 2017 s. 3–4)

På samma sätt som Bonifas tar upp vikten av att lägga märke till handlingar av vänlighet gör skribenten även i denna artikel. Personalen bör bekräfta de inneboende som varmt välkomnar nya inneboende och/eller är vänliga mot de inneboende som är “utfryssta” ur gemenskapen. Man kan exempelvis skapa ett grupp-koncept där deltagarnas jobb är att uppmärksamma godhjärtade handlingar och belöna dem. Eventuellt kan man även nominera både inneboende och anställda som varit särskilt omtänksamma. (National Center For Assisted Living 2017 s. 3–4)

För att demonstrera positiva interaktioner relaterade till konflikt och mobbning kan man exempelvis skapa ett träningsprogram med rollspel, där även inneboende kan delta. Personalen kan även skapa ett hälsoprogram som främjar personligt ansvar, medkänsla, tolerans och empati. Slutligen kan personalen hjälpa de inneboende att öka sina sociala nätverk, exempelvis under måltider i matsalen eller under aktiviteter. Detta bidrar även till att bildningen av gäng minimeras. (National Center For Assisted Living 2017 s. 3–4)

4.6 Litteratursökning

Litteraturen vi har använt har vi hittat främst med hjälp av olika sökmotorer. Vi har använt oss av vanliga sökmotorer så som Google men även använt oss av olika databaser så som Academic Search Complete EBSCO, Emerald insight och Google Scholar. Sökorden som använts har varit både på engelska och på svenska, med kombinationsorden AND samt OR. Se exempel på sökord nedan.

- bullying AND (elderly or aged or older or elder or geriatric or elderly people or old people or old people)
- bullying AND (retirement home or nursing homes or living facilities)
- ageism or age discrimination OR bullying AND (elderly or aged or older or elder or geriatric or elderly people or old people or old people)
- bullying AND why bullying OR why bullies bully

- group dynamics AND (elderly or aged or older or elder or geriatric or elderly people or old people or old people)
- varför mobbning
- mobbning bland äldre
- varför mobbar man
- ålderism bland äldre
- vad är mobbning
- orsaker till mobbning.

Materialet vi använt oss av har varit på olika språk men främst på engelska eftersom vi hittade mest material med engelska sökord. Då vårt ämne har väldigt knapp forskning har vi använt många olika sökords kombinationer på de olika databaserna och sökmotorerna. En del av litteraturen har även hittats som källor i materialet vi funnit. Litteraturen har varit böcker, artiklar och websidor. Alla källor med relevant information har vi använt oss av.

5 TEORETISK REFERENS RAM

Här nedan presenteras de teoretiska referensramarna vi valt att använda oss av i detta arbete. Referensramarna är både från ett vård- och ett socionomperspektiv.

5.1 Hälsa

Ur ett vårdperspektiv är det utvalda begreppet hälsa. Hälsa kan indelas i tre grupper, psykisk, fysisk och social hälsa. Dessa grupper är också grupperna som mobbning delas upp i vilket har en betydelse för referensramen i arbetet. Ordet hälsa har olika definitioner beroende på källan, dock definierar WHO (World Health Organisation) hälsa som “Hälsa är ett tillstånd av fullkomligt fysiskt, psykiskt och socialt välbefinnande, inte endast frånvaro av sjukdom eller svaghet” (About WHO 2018). Studien utgår ifrån WHO:s definition av hälsa.

Hälsa betyder dock inte bara det att man är fri från sjukdomar eller känner sig frisk utan även att man kan återhämta sig från olika sjukdomstillstånd och bibehålla hälsa. Det finns

olika faktorer som påverkar hälsan så som diet, fysisk kondition, miljö, gener och utbildning. Detta betyder inte att alla faktorer måste vara de bästa eller perfekta för att man skall kunna uppleva hälsa utan att man har en bra balans mellan dessa. (What is good health? 2017)

Den fysiska hälsan är lättare att definiera än den psykiska hälsan eftersom det beror på eventuella diagnoser och diagnoser man inte ännu har fått och friheten från mentala störningar. Psykiska hälsan är inte bara att vara frisk från mentala sjukdomar, depression eller ångest utan också förmågan att njuta av livet, återhämta sig från dåliga tider eller händelser och känna sig säker i sin vardag. Psykiska och fysiska hälsan går in i varandra eftersom båda är beroende av varandra. Fysiska sjukdomar eller fysisk ohälsa kan inverka på den psykiska hälsan negativt så som förhindrad rörelseförmåga, dödliga sjukdomar eller smärta. Vice versa kan psykisk ohälsa inverka negativt på den fysiska hälsan så som t.ex. ätstörningar. (What is good health? 2017)

Muskelmassan förtvinar och styrkan minskar när man blir äldre och rörelseförmågan försämras men man kan upprätthålla en bra fysisk hälsa med olika aktiviteter. Den fysiska aktiviteten påverkar muskelmassan och styrkan som kan förbättras även hos de som är över 70 år. Därmed är det viktigt att upprätthålla fysiska aktiviteter så som till exempel att promenera, trädgårdsarbete och hushållsarbete t.ex. städning. Efter en period av immobilisering är det viktigt att börja röra på sig så fort som möjligt för att kunna upprätthålla den fysiska hälsan. (Grimby 1986 s. 235–236)

Den sociala hälsan har är en mycket viktig del av hälsan för en senior. Senare i livet påverkas den fysiska hälsan märkvärt och därmed även den psykiska hälsan. Därför har den sociala hälsan en stor vikt på att hålla dessa två hälsoaspekter i balans. Det har kunnat påvisas att positiva sociala interaktioner har en positiv effekt på hälsan t.ex. blodtrycket sjunker. Ett bra socialt nätverk har också positiva effekter både på sociala kompetenser, självkänsla och självbild. Det sociala nätverket har betydelse även i svåra tider så som att få hjälp och stöd samt hjälp att hantera svåra eller stressfulla tider. Den sociala hälsan påverkas både positivt och negativt av socialt umgänge, det kan leda en in på hälsosamma matvanor, motionering och en regelbunden vardag men det kan även medföra negativa vanor så som alkohol och andra berusningsmedel. För seniorer kan umgänget ha minskat

med åren vilket inte ses som en hälsorisk men kan ha en stor inverkan på den. (Agahi Neda m.fl. 2010 s. 175–178)

5.2 Inklusion och exklusion

Madsen (2006) förklarar social inklusion ur ett socialpedagogiskt perspektiv som en strävan efter att skapa en miljö där man accepterar och värdesätter en social och kulturell mångfald. Detta innebär att man skapar en miljö där det finns utrymme för olikheter så att varje individ kan vara delaktig i samhällets sociala gemenskap. Då man aktivt arbetar för inklusion motarbetar man samtidigt exklusion, d.v.s. utstötning. Delaktighet och gemenskap ska finnas på alla plan i samhället. Målet med social inklusion är att alla individer ska vara inkluderade i samhället oavsett livsstil, särskilda behov, funktionshinder etcetera. Ordet exklusion har två betydelser: att hålla någon ute, som redan befinner sig utanför, och att stöta ut någon som hitintills har befunnit sig innanför. I båda betydelserna är det frågan om att utesluta någon eller att hålla någon utanför - antingen som en aktiv handling (att stöta ut) eller som en mer passiv handling (att hindra någon från att komma in). Inklusion betyder att medräkna, att innefatta någon i helheten. (Madsen 2006 s. 172)

Madsen tar upp att området personer med nedsatt fysisk och psykisk funktionsförmåga dominerades av ett medicinskt tänkande med läkare och sjuksköterskor i ledningen. Insatsen ska dock vara inriktad på att förbättra den enskildes livsutveckling genom samvaro och behandling, inte bara omsorg och vård. Med tiden har området utvecklats till att bli det största socialpedagogiska verksamhetsområdet. Fokuset har nu förflyttats från sjukdom och diagnos i centrum till en inriktning på personlig utveckling, livskvalitet, integration och integritet. (Madsen 2006 s. 19) Även om Madsen i just denna text hänvisar till yngre vuxna stämmer det även in på de äldre i samhället.

Social integration blir en fråga om individernas förmåga att leva upp till gruppens normer. Denna process kallas för assimilation, eftersom individens integration betraktas som fullbordad först när han eller hon har tillägnat sig gruppens normer, det vill säga när den enskilda individen själv har blivit bärare av gruppens normer. Individen har uppnått en social tillhörighet, eftersom han eller hon kan identifiera sig med gemenskapens normer. Denna process kan beskrivas som internaliseringsprocess, varigenom yttre moraliska

normer blir inte förpliktelser gentemot gruppen. Att vara integrerad i samhället är således att vara integrerad i gruppen eller de sociala system som förmedlar integration mellan individ och samhälle. I denna förståelse kan marginalisering eller utsötning förklaras med att det sociala systemet inte är i stånd att upprätthålla sina normer i förhållande till de enskilda medlemmarna. (Madsen 2006 s. 136–7)

Sociala nätverk kan betraktas som uttryck för människors strävan att skapa gemenskaper runt bestämda normer och värderingar som de delar med varandra. De skapar en social tillhörighet genom att vara en moralisk gemenskap, och de möjliggör socialt deltagande inom en rad områden som har subjektiv betydelse för deltarana. Ett socialt nätverk kan betraktas som en resurs för den enskilda individen, och det utgör ett socialt kapital som kan aktiveras för att förverkliga mål som individen tillskriver särskild betydelse. Ett nätverk med många resurser utgör inte bara av det antal människor som ingår i nätverket. Resurser är också en fråga om hur bra medlemmarna av ett nätverk känner varandra inbördes. Marginalisering eller utstötning kan i denna förståelse betraktas som ett resultat av bristfälliga nätverk, då social integration är en fråga om att ha tillgång till sociala resurser. Det är således ett välkänt faktum att personer med ett tätt socialt nätverk har mycket större möjligheter att hantera arbetslöshet, sjukdom eller uppfostringsproblem än personer med ett svagt nätverk. Det gäller även i arbetet med vuxna i gruppboende (fysiskt och psykiskt funktionshindrade, personer med psykiska sjukdomar). (Madsen 2006 s. 140–141)

I stämplingsteorin är det omvärldens reaktioner på avvikelsen som skapar avvikelsen och låser fast personen i en avvikarroll på grund av bestämda förväntningar på personen och dennes handlingar. Det avvikande beteendet utvecklas i en dynamisk process, där den stämplade personen reagerar på omvärldens reaktioner. Ett sätt att besvara omgivningens reaktioner är att ta över eller ikläda sig rollen som avvikare, varvid stämplingen förstärks. Det betyder att personen har utvecklat avvikaridentitet genom att tillägna sig omvärldens stämpel, som på så vis blir grundläggande i personens självuppfattning. De ursprungliga orsakerna kan vara sociala, kulturella och psykiska faktorer i personens miljö, där den primära avvikelsen exempelvis kan utgöras av ett brott mot normer om hur man uppnår positiv uppmärksamhet från andra människor. Hur avvikelsen utvecklas beror då på hur omgivningarna reagerar på den primära avvikelsen. Reaktionerna kan vara avvisanden,

moraliska fördömanden och hot. Stämplingsprocessen är både en social och en individuell process där personen deltar aktivt i sin egen stämpling genom att bygga upp en negativ självidentitet. (Madsen 2006 s. 187–8)

5.3 Delaktighet

Delaktighet är ett centralt begrepp inom socialpedagogiken. Begreppet i sig kan tolkas på många olika sätt. Inom den sociala branschen handlar delaktighet ofta om integrering och normalisering. Delaktighetskänslan ökar då man får känna samhörighet med andra människor. Att känna sig jämlik och jämnvärd är en förutsättning för att känna delaktighet med andra människor, och på så sätt även delaktig i sin egen vardag. Därför är det viktigt att normalisera vardagen hos personer som känner sig utslagna. (Gustavsson 2004 s. 20)

Individens funktioner har en betydelse för dennes aktiviteter och därmed delaktighet. Nedsatt syn och hörsel samt depressiva symptom försvårar en persons engagemang i bland annat sociala aktiviteter. Människor gör inte heller allt vad de egentligen klarar av, detta beror bland annat på andras attityder, den egna identiteten och självkänslan. Även miljön spelar en avgörande roll då äldre personer är den åldersgrupp som sätter mest värde på naturen, men ibland är inte en lockande miljö tillräckligt då det kan finnas förflyttningssvårigheter. (Bravell 2013 s. 132–133)

Vården ska bygga på en humanistisk människosyn och där med ska den äldre stå i centrum och ses som ett objekt, d.v.s. att man pratar med den äldre, inte till. Varje människa, oavsett ålder, ska även behandlas utifrån hens egna förutsättningar. Äldre människors rättigheter handlar inte bara om lagar och förordningar. Lika viktigt är människors uppfattningar samt samhällets föreställningar om de äldre. Dessa föreställningar behandlar hur äldre personer ska vara, samt inte ska vara, vad de ska göra, och inte göra. (Bravell 2013 s. 217–218)

Att vara aktiv och delaktig i det sociala livet har stor betydelse för hälsa och välbefinnande. Äldre personer upplever att de med ökad ålder får svårare att utöva de aktiviteter de vill samt att vara delaktig både i och utanför hemmet. Dessa svårigheter kan leda till

isolering och ensamhet, minskad fysisk aktivitet och ett ökat beroende av andra personer för att klara vardagen. (Ekwall 2010 s. 105)

Ju större upplevd ohälsa, desto mer tid tillbringas i hemmet och dess närmaste omgivning. Äldre som känner sig begränsade till sitt hem förändrar även sin upplevelse av delaktighet. De äldres delaktighetsuppfattning kan utvecklas från att hjälpa barn och barnbarn till att studera gatulivet genom ett fönster i bostaden. Eftersom åldrandet är en process bestående av ständig anpassning till sjunkande fysisk kapacitet utvecklar de äldre strategier för att kunna utföra de aktiviteter de verkligen vill och/eller behöver utföra. Ett exempel på detta är till exempel att den äldre personen sätter sig ned då den klär på sig. (Ekwall 2010 s. 108–109)

Delaktighet innebär att vara delaktig i de beslut som rör den egna livssituationen, d.v.s. att ha kontroll över sin livssituation och kunna bestämma över sitt liv. Delaktighet är nödvändigt för att en person ska kunna utveckla och behålla sin hälsa, vilka aktiviteter som är meningsfulla och bidrar till delaktighet & hälsa är personligt. Kommunikation, förflyttning, personlig vård och mellanmänskliga relationer är några av de områden där en människa enligt IFC kan vara aktiv och delaktig. (Ekwall 2010 s. 106–107)

6 METOD

Verksamhetsinriktat arbete med produktutveckling valdes som metoden för detta arbete. Hur hela arbetet framskridit och vad som har beaktats finns beskrivet i detta kapitel.

6.1 Verksamhetsinriktat arbete/produktutveckling som metod

Denna del av arbetet baserar sig på Salonens litteratur om verksamhetsinriktat arbete som stöd för vår process. Salonens "Kehittämistoiminnan konstruktivistinen malli" (se bilaga 2) beskriver den arbetsprocess som strävas efter. (Salonen 2013 s. 20) För att förenkla arbetet har modellen översatts till svenska.

Under startfasen bör man tänka på medverkare, FUI (forskning, utveckling och innovation), material, dokumentering, behov, miljö och engagemang. Denna fas är avklarad då

det är klart vem man kommer jobba med, vad man vill göra för sorts arbete, behovet av att detta görs och är engagerade att genomföra det. Start fasen kräver alltså att man har en helhetsbild av vad som kommer ske under arbetet, även om man inte känner till alla detaljer än.

Planeringsfasen innehåller i stort sätt samma delar. Här utvecklas medverkarna till nyckelpersoner. Projektet delas även upp i olika delar, medverkarna blir samarbetspartners och det tillkommer ansvar till arbetet. Dessa två delar bör uppfyllas under examensarbetsplanen för att kunna gå vidare till nästa steg.

Nästa del i Salonens modell är en helhet bestående av fyra delar som vi har valt att kalla "Processfasen". För att förenkla hur detta fungerar har vi skapat en bild (se nedan).

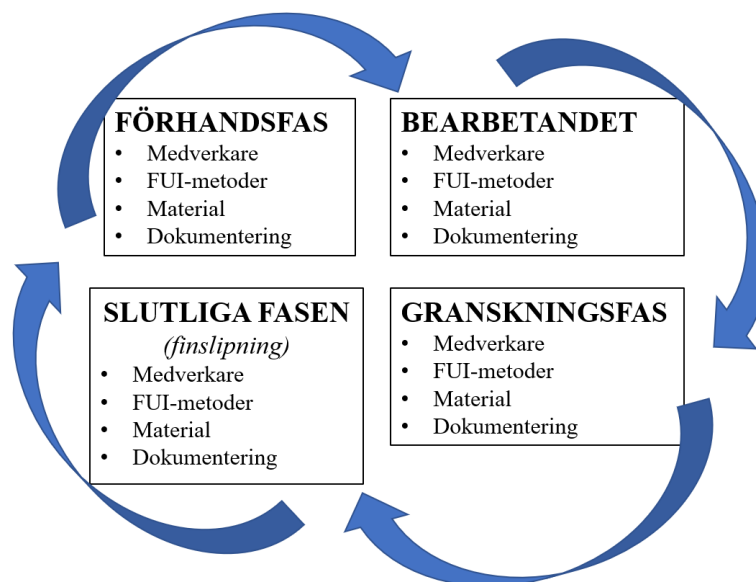


Bild 1. Vår översatta version av del tre i Salonens modell.

Denna del är när processen är i gång. Det är viktigt att hålla fokus på samma frågor för att skapa ett gott arbete. Denna del av modellen baserar sig på att man skall arbeta i olika steg och även specificera steg för steg. Eftersom det är ett verksamhetsbaserat arbete är det extra viktigt att dokumentera processen från början till slut. Denna typ av arbete innebär även samarbete, där man med medverkarna kollar upp vad situationen är, om arbetet går mot rätt håll och vad som bör utvecklas eller ändras. Även materialet är avgörande eftersom arbetet till stor del baserar sig på detta.

Det sista delen i Salonens modell har översatts till "Färdig produkt". I denna del kommer presentation, spridning, publicering och överenskommelse av den färdiga produktens nyttjanderätt. Denna del är avklarad då arbetet är klart. Presentationen sker under seminariet, men bör även presenteras för medverkarna på ett eller annat sätt enligt överenskommelse. Spridning och publicering sker då arbetet är godkänt och publiceras på yrkeshögskolornas elektroniska publikationsarkiv Theseus. På grund av denna publikation blir nyttjanderätten av den färdiga produkten svår att definiera, eftersom alla har tillgång till den elektroniska versionen av arbetet.

6.2 Etiska aspekter/överväganden

Etiska överväganden ska synas genom hela examensarbetsprocessen. De handledande lärarna kommer granska detta arbete under hela processen för att godkänna utförandet av god vetenskaplig praxis. Då diskussionen med personalen på Tunaberg sker kommer de att informeras om att det är frivilligt att delta och att de är anonyma. Personalen kommer även informeras om till vad informationen kommer att användas till. Informationen från diskussionen kommer att lagras på ett säkert ställe.

Detta examensarbete är ett verksamhetsinriktat arbete, vilket innebär att det kommer behandla andra forskares verk. För oss är ett viktigt krav att återge materialet korrekt. Detta innebär att materialet ska placeras i rätt sammanhang och på ett fullständigt sätt. Då man tar fakta ur kontexten kan det få en annan innebörd, vilket bör undvikas. Det strider även mot etiska överväganden att förfalska både resultat och data. För att undvika detta strävas det efter att alltid återge resultat i sitt ursprungliga sammanhang och på ett korrekt sätt. (Jacobsen 2007 s. 24–27) Då det gäller pålitlighet och trovärdighet bör ett kritiskt förhållningssätt mot våra källor äga rum. Detta innebär att källans kvalitet samt hur känd, gammal och pålitlig den är granskas. Plagiering undviks genom att ange fullständiga källor och information till de källor som användes. På grund av detta metodval bör det ständigt reflekteras över om forskningen och teorin går att koppla ihop med produkten. I vårt arbete och under processen undersöks allt relevant material för vårt arbete. När tillräckligt med information är insamlat undersöks materialet noggrant. Detta görs för att försäkra oss om att materialet som används i studien är relevant för sammanhanget. Detta för att

försäkra oss om att informationen som används är tillförlitligt mätt och anskaffad. Validiteten skall även säkerställas, vilket betyder att resultatet jämförs med tidigare resultat från undersökningar gjorda av andra även om de använt sig av en annan metod eller teknik. En bedömning av innehållsvaliditeten i arbetet görs med hjälp av att be några från personalen på Tunaberg, som är väl insatta i problematiken, att uttala sig, för att få en bättre insyn i vad de söker och strävar efter med vårt arbete och den kommande antimobbings broschyren. Källorna vi använder kommer att granskas kritiskt och kontrolleras för att vara trovärdiga. Vi kommer att använda oss av flera källor för att få ett pålitligt resultat. Det kommer att användas flera olika former av litteratur för att få en mångfaldig information som ger oss ett trovärdigt resultat.

6.3 Metodik och arbetsprocess

Metoden i detta arbete är verksamhetsinriktat arbete med en produktutveckling. Med hjälp av tidigare forskning och undersökningar fördjupas ämnet mobbing som sedan anpassar till målgruppen äldre. Först förtydligas det vad mobbing är samt hur och varför mobbing sker. Anpassning till äldre sker genom att hitta centrala aspekter och samband i litteraturen vi använder oss av. Kartläggning av situationen kommer att ske genom att diskutera med några ur personalen på Tunaberg seniorhem. Studien utvecklas med hjälp av de svar som fås för att uppfylla deras behov. Då vi samlat all information börjar utvecklingen av antimobbingsbroschyren. Målgruppen för broschyren är personalen men den kommer även att finnas till hands och vara användbar för seniorerna och deras anhöriga.

6.4 Bearbetning och analys

I detta arbete används material på olika språk så som engelska och svenska. Källan som används måste granskas kritiskt för att försäkra att den är pålitlig. Genom att läsa igenom hela materialet förstås helheten och det mest väsentliga kan användas till arbetet. Tolkningarna kommer att ske individuellt beroende på vem som läst materialet. Dock kommer skribenterna att stöda varandra om det behövs hjälp med tolkningar, analyseringar, bearbetning och översättningar. Om materialet är på ett annat språk, översätts det som används

till svenska. Vid handledningstillfällen finns stöd att få med källor eller material som inte kan bearbetas, analyseras eller tolkas på egen hand.

6.5 Formanalys/produktbeskrivning

Som Denice Haldin beskriver i sin videoföreläsning är det processen som utvecklar och styr produkten och inte produkten som styr eller utvecklar processen i ett verksamhetsbaserat arbete. (Vetenskapsteori och metodik 2016) I planeringen av arbetet har vi kommit fram till att vår slutliga produkt kommer att vara en broschyr. Broschyren kommer att finnas tillhands på Tunabergs seniorhem för personalen, inhoppare eller praktikanter men även för seniorerna och anhöriga. Man kan inte på förhand veta när mobbning kommer att ske och på vilket sätt, med det i tankarna anses att en broschyr är den rätta lösningen då denna produkt går att använda när som helst och finns tillgänglig hela tiden. Broschyren skall vara en enkel informationskälla, innehålla det mest väsentliga utan att ha för mycket information. Den skall vara lätt att läsa och lätt att hitta det man söker efter. Den kommer att finnas i ett fysiskt exemplar men även som elektronisk form för enklare sökning och för att kunna ge ut exemplar till behövande. Broschyren kommer att basera sig på litteratur. Innehållet i produkten utvecklas och formas enligt önskemål från personalen på Tunaberg.

6.6 Processbeskrivning

Här presenterar vi hur vår arbetsprocess har genomförts och vad som har gjorts eller genomförts under vilken fas.

6.6.1 Startfasen

Start fasen började då vi kom överens om att skriva detta examensarbete tillsammans. Eftersom detta är ett beställningsarbete visste vi att våra medverkare skulle komma från beställaren, men det mer exakta var upp till oss att bestämma. Vi hade även ett färdigt bestämt tema vilket gjorde att vi i princip visste vad vi skulle skriva om, därför lade vi istället ned den första tiden på att skapa en passande rubrik till arbetet. Vi började med att söka information för att samla ihop material att arbeta med. Detta gav oss ett smakprov

på ämnet och en större kunskap om vad vi skulle jobba med fram över. Vi insåg att det finns ett stort behov av detta arbete och vi blev därför väldigt engagerade att få skapa produkten. Vi skapade under startfasen en helhetsbild av vad som skulle göras för att få ett lyckat arbete; detta var bland annat samarbete med medverkarna, samla in ett bra material och dokumentera det.

Denna studie avgränsades genom att fokusera på hur man känner igen mobbning och hur man skall agera när mobbning sker. Även beställarnas önskemål avgränsade studien. Den grundläggande informationen fick vi delvis genom forskning gällande andra åldersgrupper men den anpassades så att informationen blev relevant även för seniorer. Avgränsningen gjordes för att undvika ett väldigt brett resultat då syftet med studien är att utveckla en broschyr, främst för personalen, på Tunaberg.

Insamlingen av material bestod av tidigare forskningar och annan litteratur som behandlar ämnet. Under vår diskussion med personalen på Tunaberg fick vi även veta vad beställarna främst var intresserade av och detta blev en sorts utgångspunkt för arbetet. Vi använde oss av flera olika sökord, databaser och källor för att skapa en så bra helhetsbild som möjligt.

6.6.2 Planeringsfasen

I planeringsfasen fortsatte vårt påbörjade arbete. Vi valde vem vi ville samarbeta med av beställarna och bestämde även ett möte med dem för att kunna diskutera arbetet och få riktlinjer i hur vi skulle bygga upp det. Även arbetet med att bygga upp materialet fortsatte, vi sökte upp mer information och försökte göra den än mer djupgående. Vi försökte dokumentera vår process så noggrant som möjligt, men eftersom vi jobbade mest enskilt blev det svårt. Vi bokade därför även in några gemensamma möten, utöver de med våra samarbetspartners, för att kunna se var vi stod i vår planering. Helhetsbilden av vad som skulle göras blev i planeringsfasen allt mer detaljerad.

I detta skede känns det värt att nämna att vi var tre skribenter som började jobba med arbetet, men inom kort var det bara två som fortsatte. Detta innebar en hel del förändringar och vi fick planera om större delar av arbetet, vilket även rubbade vår tidsplan.

Då det bestämdes att endast två av oss skulle fortsätta arbetet var vi redan klara med planeringsfasen men vi var trots det tvungna att komma tillbaka och ändra på en hel del för att skapa en fungerande helhet. En tredjedel av vårt ursprungliga arbete försvann och det innebar att vi var tvungna att tänka om och hitta en ny plan för hur vi skulle gå vidare med arbetet. Denna tredjedel var förebyggande arbete, vilket vi ansåg vara både viktigt och relevant för att skapa en fungerande helhet och därför tog vi slutligen med det som en del av agerandet på mobbning bland äldre.

6.6.3 Processfasen

Processfasen blev för oss väldigt lång. Det var svårare att hitta djupgående material än vi trodde. Vi spenderade väldigt mycket tid på att söka material, sedan gå igenom det och konstatera att det ej gick att använda. Listan med källor som vi använde oss av blev väldigt lång eftersom vi hittade lite information på fler olika ställen. Arbetet omstrukturerades en hel del och vi sökte efter nytt material där vi ännu saknade information. Broschyren började även utvecklas under denna fas.

Som en form av kartläggning för arbetet använde vi oss av personalen på servicehemmet Tunaberg. Vi hade en frivillig diskussion med tre personer från personalen, två heltidsanställda och en inhoppare. Denna diskussion tog plats i servicehemmets utrymmen. Vi hade förberett oss med samtalsämnen om mobbning och hur mobbningen ger sig uttryck bland seniorer. Det diskuterades även hur de hanterat tidigare mobbning, i fall det skett, och vad de skulle behöva för hjälpmedel för att i framtiden kunna hantera mobbning bland äldre.

Personalen har under sin karriär stött på mobbning bland äldre och har då oftast hanterat det direkt då mobbningen sker eller har just skett. Ibland har de fått reda på i efterhand att någon blivit mobbad och har då diskuterat med mobbaren och den som blivit mobbad. De berättade att mobbningen oftast sker då personalen inte är på plats men kan även ske då de finns i närheten. Mobbningen har gett sig uttryck i fysisk mobbning så som att dra krokben på någon eller våldsamt språk. Även att sprida rykten eller skvallra om andra är ett av de mobbningsätt som syns bland de äldre. Personalen hade även lagt märke till att

det bildades grupper till exempel vid matborden var det diskuterades olämpliga samtalsämnen eller där andra människor blev utfrysade från bordet. Det diskuterades att seniorernas värld har blivit mycket liten eftersom många inte rör på sig längre så de ser inte så mycket andra människor än de som bor på stället. De lever ännu i sin egen värld var de bestämmer om allt och alla. Det kommenterades att många utövar sin makt som ger sig uttryck som mobbning. Detta leder ofta till att andra går med i mobbningen för att också stärka sin makt i boendets samhörighet. Seniorerna hinner inte heller med i dagens utveckling med nya normer och sociala etiketter. Även tekniken och hur man får service har ändrats på de senaste 10 åren vilket seniorer har svårt att förstå och lära sig.

Personalen på Tunaberg har utvecklat regler som alla skall följa; personal, inneboende, gäster och andra besökare. Dessa regler kallar de "Trivselregler" som personalen och inneboenden har skrivit under att de följer. Om någon av dessa regler bryts kommer personen att få en varning och med tillräckligt många varningar kommer personen att vara tvungen att flytta från servicehemmet.

Det personalen önskade få ut av vår antimobbnings broschyr var vad som räknas till mobbning, hur man skall känna igen det samt konkreta exempel på mobbning. De önskade även få veta hur man skall agera vid mobbningen, vem man skall prata med (när, var och hur) och hur man ska rapportera vidare om mobbningen till både personalen och de inblandades anhöriga.

6.6.4 Färdig produkt

Broschyren utvecklades efter att vi hade samlat tillräckligt med information. Vi valde ut det vi tyckte att var viktigt och nyttigt att veta om kännetecknen för mobbning och agerande vid mobbningssituationer. Layouten byttes under utvecklingen när vi ansåg behöva en större layout än planerat. Den slutliga layouten blev dubbelsidiga A4: or. Broschyren är kortfattad och lätt att läsa för att så många som möjligt skall ha tillräckligt med intresse att läsa igenom den och förstå vårt budskap. Den skall skapa en förståelse för mobbning bland äldre på en basnivå men även innehålla källor för större helheter för de som vill fördjupa sig mera i ämnet. Våra exempel i broschyren är okomplicerade. Vi valde att ta med ett exempel som inte var mobbning, men som kan tolkas som mobbning. Detta för

att skapa en bättre förståelse mellan vad är mobbning och vad som är personlighet. Broschyren kommer att visas för beställarna och de kommer att ha rätt att använda sig av den som de vill, förutsatt att de inte ändrar i innehållet.

7 DISKUSSION

Vi valde att dela upp diskussionerna de följande kategorierna; resultatdiskussion, metoddiskussion och slutdiskussion.

7.1 Resultatdiskussion

Vårt resultat är vår antimobbings broschyr. Informationen vi satt in i broschyren är den tidigare forskning med litteratur som har stött vårt ämne. Det har gett en bredare bild och förståelse för vad mobbning bland seniorer är. Det finns mycket som påverkar varför en senior blir mobbad eller varför någon mobbar. Båda forskningsfrågorna blev besvarade på det bästa sättet vi kunde få fram dem. Vi anser att vi har fått en bra grund för hur man känner igen och agerar vid mobbning bland seniorer. Men det behövs mera forskning i ämnet för att man skall kunna förebygga det på samma sätt som man gör i skolor och på arbetsplatser.

Mobbning och hälsa har ett sammanband med varandra. Båda delas in i samma huvudkategorier fysisk, psykisk och social. Oberoende hur en senior blir mobbad inverkar de på hans hälsa. Fysisk mobbning så som att dra krokben eller slå med en käpp kan ge livsbestående skador åt en senior. Blir en senior slagen i armen och bryter den är det inte säkert att den helas fullständigt. Detta kan betyda att armens funktion inte mera fungerar så som den gjorde före mobbnings tillfället. Detta kan fortsätta med påverkan på den psykiska hälsan eftersom armfunktionen kan ha varit betydelsefull för en senior som till exempel spelar instrument. Då kan senioren bli deprimerad som sedan påverkar hans sociala umgänge som reflekterar till den sociala hälsan. Det är en ond cirkel som startas bara på grund av att senioren blev mobbad. Däremot kan mobbningen göra att den mobbade fokuserar mera på t.ex. sin psykiska hälsa genom att meditera, rita eller skriva för att hantera mobbningen. Detta ger en bra psykisk hälsa och ett sätt som senioren kan agera till mobbningen. Det är ingen lösning till mobbning men det är ett sätt som får senioren

att hantera situationen på ett hälsosamt sätt. Det kan även vara fysisk aktivitet eller tala med någon annan som är i samma situation eller har empati för situationen. Alla olika aspekter på hälsan håller hälsan i balans. Om någon av fysiska, psykiska eller sociala hälsan är i obalans påverkar det de andra delarna, likväl upprätthåller de varandra och stöder varandra i fall en av hälsan inte är frisk.

Hälsan påverkas beroende på hur och när man reagerar på mobbning. Finns det förebyggande metoder, sätt att agera eller tydliga regler som beaktar mobbning. Desto längre det går innan man agerar på en mobbningsituation desto mer påverkas hälsan för den som blir mobbad.

Alla sorters mobbning skapar exklusion. Ett av många tecken på mobbning är att den mobbade drar sig undan umgänget, och även om detta sker av egen vilja betyder inte det att personen är frivilligt exkluderad. Mobbning, speciellt den verbala, kan även leda till att den mobbade börjar bygga upp en negativ självidentitet och på så sätt stämplar sig själv. Stämplingsteorin förklarar hur personen reagerar på omvärldens åsikter och besvarar dessa med att ikläda sig rollen som avvikare. Mobbningen kan basera sig på att personen gjort ett brott mot normerna, eventuellt på grund av psykiska faktorer, och detta gör att personen exkluderar sig själv från gemenskapen. Att agera rätt och ha ett fungerande förebyggande arbete förhindrar därför att den äldre blir totalt exkluderad ur gemenskapen.

Personer med ett brett socialt nätverk har större möjligheter att hantera motgångar i livet, så som sjukdom, än personer med ett begränsat nätverk. På så sätt kan utstötning betraktas som ett resultat av bristfälliga nätverk. Detta påvisar åter tyngden av att inkludera de äldre i gemenskapen för att ge dem ett så brett nätverk som möjligt. Man strävar efter att alla ska känna sig inkluderade för att uppnå så god (social) hälsa som möjligt.

Med ålderdomen kommer flera "käppar i hjulet" då det gäller delaktighet. Nedsatt syn, försämrad hörsel och depressiva symptom försvårar en persons engagemang i sociala aktiviteter. Om personen har en eller flera av dessa och sedan även utsätts för mobbning är risken stor att personen hellre avstår från aktiviteter eller helt enkelt tappar intresset. Att vara aktiv och delaktig i det sociala livet har stor betydelse för hälsa och välbefinnande,

vilket betyder att dessa blir lidande då personen inte visar intresse. Detta kan i sin tur leda till både isolering och ensamhet.

Vilka aktiviteter en person anser vara meningsfulla och som bidrar till delaktighet och hälsa är personligt för var och en. Ju färre intresseområden desto viktigare att personen ska kunna utföra dessa. Om personens meningsfullaste aktivitet är kommunikation och hen blir upprepade gånger mobbad om hur hen talar kan detta leda till att personen hellre drar sig tillbaka och sitter tyst.

Gemensamt för både det sociala- och hälsoområdet blir alltså att mobbningen har negativa effekter på människan som utsätts för detta. Båda områdena jobbar emot mobbning för att uppnå en god livskvalité och en god hälsa, eller i detta fall det goda åldrandet. Från det sociala perspektivet handlar mycket om att uppnå en god social hälsa medan hälso-perspektivet främst fokuserar på den fysiska hälsan. Dessa hänger dock starkt ihop med varandra och därför är multiprofessionella team viktigt i mobbningsituationer då både den psykiska, sociala och fysiska hälsan äventyras.

Enligt lagen (Lag om stödande av den äldre befolkningens funktionsförmåga och om social- och hälsovårdstjänster för äldre 28.12.2012/980) bör vi stödja de äldres välbefinnande, hälsa och funktionsförmåga. Forskning har visat att mobbningen försämrar alla tre av dessa områden. I kvalitetsrekommendationer gällande tjänster för äldre tas det upp att faktorer som depression, upplevelse av ensamhet, illa behandling, våld och hot ökar alla riskerna för nedsatt funktionsförmåga. Mobbning kan ske i form av våld, hot eller illabehandling. Mobbningens följder kan bli ensamhet och "dåligt humör" men även depression. Att ett fenomen, mobbning, kan ha så många och allvarliga *negativa* effekter på människan gör det extra viktigt att känna igen vad mobbning är. Det vore även fel att känna igen mobbning och låta den ske utan att agera och försöka förhindra att det upprepas.

7.2 Metoddiskussion

Verksamhetsarbete med produktutveckling anser vi att var den rätta metoden för oss. Det skulle även ha gått med litteratursökning men på detta sätt fick vi friare händer på hur vi söker information och utvecklar den. Vi valde att följa Salonens modell av ett

verksamhets arbete och utför vårt enligt den strukturen. Själva utförandet tog väldigt lång tid och vi startade som tre skribenter och slutförde arbetet som två skribenter. Detta skapade en viss stress på hur vi skulle ändra på arbetet. Diskussionen med personalen på Tunaberg hade vi förberett oss med så neutrala frågor som möjligt som skulle hjälpa oss att kartlägga vårt arbete. Dock visade sig att vi inte behövde fråga alla förberedda frågor eftersom diskussionen löpte fram och de kom svar på frågor som vi inte hade ännu ställt. Det var en intressant diskussion som gav oss en inblick i hur professionella upplever att mobbning sker i det dagliga yrket.

Att söka litteratur visade sig vara en stor utmaning. Vi gick igenom en mängd med litteratur som vi inte har kunnat använda oss av. Det finns inte tillräckligt med forskning som enbart har studerat mobbning bland äldre så vi har använt oss av de källor som tangerar seniorer eller annan information som inte är åldersbundet. Broschyren utvecklades först i ett senare skede. Vi hade redan börjat utveckla en broschyr som senare visade sig vara för liten då det inte fanns tillräckligt med textutrymme. På grund av att det fanns tre målgrupper för broschyren var det svårt att plock ut vad som skulle finnas i broschyren. Den skall vara intressant och lätt läst och lätt förstådd så att alla målgrupper är intresserade att läsa broschyren och få tillräckligt med information. Det är sedan meningen att personalen skall kunna söka sig vidare för att få en mer djupgående information och eventuellt få utbildning inom ämnet.

Vi hade handledningar med jämna mellanrum som gjorde att vi gick igenom arbetet grundligt. Vi reflekterade över strukturen och innehållet som gjorde att vi gick fram och tillbaka mellan punkterna i Salonens referenspunkter i vår process.

7.3 Slutdiskussion

Mobbning bland äldre var ett intressant ämne att studera och ett ämne som borde vara mera på tapeten. På grund av att det finns lite forskning i ämnet hade vi stora krav på den litteratur vi använde oss av. Det begränsade utbudet av information visade också att många inte känner till att mobbning sker även bland äldre. När människor samlas sker det mobbning och därför är det viktigt studera och forska i ämnet för att människor skall må

bra. Mer forskning behövs bland de olika åldrarna och på olika ställen under människans liv eftersom det också pågår utanför skolor och arbetsplatser.

Vi vill tacka våra beställare och den personal som deltog i vår diskussion. Det var givande att få träffa dem och höra deras åsikter om ämnet. Tack vare detta fick vi flera goda idéer om vad vi skulle ta upp i vårt arbete samt vilket innehåll som skulle prioriteras i vår broschyr. Personalen kan användas som en informationskälla för vidare undersökning och forskning för att få en större inblick i ämnet mobbning bland äldre.

Vi hoppas att vårt arbete kommer att inspirera flera att studera ämnet mobbning bland äldre och utveckla hur man känner igen det och agerar, men även förebygger det. Förslag på fortsatt forskning är förebyggandet av mobbning bland äldre. Det är viktigt att forska i hur man förebygger mobbning när det kommer till seniorers säkerhet, trygghet och välbefinnande. Även forskning som behandlar ämnet mobbning bland äldre och hur man kan hjälpa och stöda de seniorer som blir mobbade är ett förslag på fortsatt forskning. Vi hoppas även att se fortsatt forskning ur ett annat perspektiv, exempelvis intervju-studier, för att få en mera djupgående bild av hur det ser ut i äldreomsorgen.

KÄLLOR

- About WHO, 2018, World Health Organisation Tillgänglig: <https://www.who.int/about/mission/en/> Hämtad: 03.12.2018
- Agahi Neda, Lennartsson Carin, Wånell Sven Erik, Österman Jenny, 2010, Sociala relationer, socialt deltagande och hälsa bland äldre personer, vol.3 Socialmedicinsk tidskrift
- Andersen, Felicia & Buchanan, Jeffrey, 2017, Bullying in Senior Living Facilities: Perspectives of Long-Term Care Staff, Journal of Gerontological Nursing, Thorofare Vol 43, upplaga 7
- Andersson, Lars, 2008, Ålderism, Malmö: Studentlitteratur
- Befolkningsstruktur, 2018, Statistikcentralen Tillgänglig: https://www.tilastokeskus.fi/tup/suoluk/suoluk_vaesto_sv.html Hämtad: 28.11.2018
- Bonifas Robin, 2016, Bullying among older adults: how to recognize and address an unseen epidemic, Health Professions Press, Baltimore
- Brank, Eve, Hoetger, Lori & Hazen, Katherine, 2012, Bullying, Annual Review of Law and Social Science, Vol. 8
- Bravell, Marie, (red.) 2013, Äldre och åldrande - grundbok i gerontologi 2: a upplagan, Gleerups: Malmö.
- Ekwall, Anna (red.) 2010, Äldres hälsa och ohälsa - en introduktion till geriatrisk omvårdnad, Lund: Studentlitteratur.
- Elder abuse, 2018, World Health Organization. Tillgänglig: https://www.who.int/ageing/projects/elder_abuse/en/ Hämtad: 25.10.2018
- Garbe Kathie, 2018, Bullying among older adults, The Journal on Active Aging
- Goodridge, Donna & Heal-Salahub, Jennifer & Paus Jensen, Elliot & James, Geogre & Lidington, Joan., 2017, Peer bullying in seniors' subsidised apartment communities in Saskatoon, Kanada: participatory research, Health and Social Care in the Community, 25(4), s. 1439–1447
- Grimby Gunnar, 1986, Physical Activity and Muscle Training in the Elderly, Acta Medica Scandinavica
- Gustavsson, Anders, 2004, Delaktighetens språk, Lund: Studentlitteratur

Hugo och Maria Winbergs Stiftelsen, 2018 Tillgänglig: <http://www.winbergs.fi>
Hämtad: 03.12.2018

Identifying, Preventing, and Responding to Bullying in Long Term Care Facilities
2015, NORC Ombuddy, Tillgänglig: https://www.youtube.com/watch?v=AzelwGFEH5A&feature=emb_title Hämtad: 01.02.2020

Jacobsen, Dag Ingvar. 2007, Förståelse, beskrivning och förklaring: Introduktion till samhällsvetenskaplig metod för hälsovård och socialt arbete. Lund: Studentlitteratur

Lag om stödjande av den äldre befolkningens funktionsförmåga och om social- och hälsovårdstjänster för äldre 28.12.2012/980, Finlex. Tillgänglig: <https://www.finlex.fi/sv/laki/ajantasa/2012/20120980> Hämtad: 25.03.2020

Macassa, Gloria & Viitasara, Eija & Sundin, Örjan & Barros, Henrique Torres & Gonzales, Francisco & Ioannidi-Kapolou, Elisabeth & Melchiorre, Maria Gabriella & Lindert, Jutta & Stankunas, Mindaugas & Soares, Joaquim J.F., 2013, Psychological abuse among older persons in Europe: a cross-sectional study, Journal of Aggression, Conflict and Peace research, 5(1), s. 16–34.

Madsen, Bent, 2006, Socialpedagogik: integration och inklusion i det moderna samhället, Lund: Studentlitteratur

National Center For Assisted Living, 2017, BULLYING AMONG SENIORS - A Prevention and Surveillance Resource for Assisted Living Providers

Number of nursing and elderly home beds, World Health Organization
Tillgänglig: https://gateway.euro.who.int/en/indicators/hfa_491-5101-number-of-nursing-and-elderly-home-beds/visualizations/#id=20070 Hämtad: 29.11.2018

Population ages 65 and above, 2017, The World Bank Tillgänglig: <https://data.worldbank.org/indicator/SP.POP.65UP.TO.ZS?view=chart> Hämtad: 29.11.2018

Salonen, Kari, 2013, Näkökulmia tutkimukselliseen ja toiminnalliseen opinnäytetyöhön – opas opiskelijoille, opettajille ja TKI-henkilöstölle, Turun Ammattikorkeakoulu.

Senior Bullying: Guest post by Robin Bonifas, 2012, Bonifas Robin & Frankel Marsha, PhD, MSW and Marsha Frankel, LICSW Tillgänglig: <http://www.mybetternursing-home.com/senior-bullying-guest-post-by-robin-bonifas-phd-msw-and-marsha-frankel-licsw/> Hämtad: 15.04.2019

Social och Hälsovårdsministeriet, 2017, *Kvalitetsrekommendation för att trygga och ett bra åldrande och förbättra servicen 2017–2019*, Helsingfors Tillgänglig:

http://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/80133/07_2017_Laatus-uositusjulkaisu_sv_kansilla.pdf?sequence=1&isAllowed=y Hämtad: 25.03.2020

Vetenskapsteori och metodik, 2016, Haldin, Denice , Arcada: Videoföreläsning
Tillgänglig: <https://www.youtube.com/watch?v=mJgqdhcqtNs&feature=youtu.be>
Hämtad: 03.12.2018

Vi mobbar int', 2003, Arcada – Nylands svenska yrkeshögskola Tillgänglig: <https://folk-halsan.fi/globalassets/unga/professionella/mobbningsforebyggande/vi-mobbar-int-mappen.pdf> Hämtad 27.03.2020

Violence Prevention Works, 2016 Tillgänglig: <http://www.violencepreventionworks.org>
Hämtad: 30.09.2019

What is good health?, 2017, Felmanon Adam, Medical News Today, Tillgänglig: <https://www.medicalnewstoday.com/articles/150999> Hämtad: 05.02.2020

What to do when seniors bully, 2013, Shumaker, Linda, Pennsylvania Behavioral Health and Aging Coalition

Wood, Frank., 2007, Bullying in nursing homes: Prevalence and consequences to psychological health, Walden University, Doctor of Philosophy Psychology, Minneapolis.

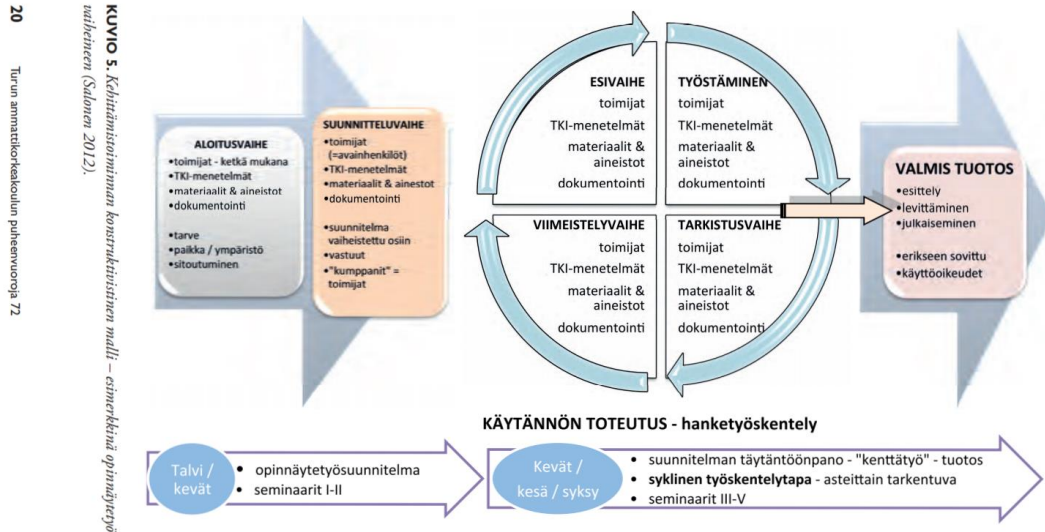
BILAGOR

Bilaga 1: Tillvägagångslista för personal

1. Personalen observerar eller informeras om en situation som involverar mobbning
2. Personalen bedömer om det finns en omedelbar eller överhängande fysisk fara för någon, och i så fall vidtas omedelbara åtgärder för att avbryta situationen.
3. Personalen meddelar ledarskapet (handledare eller liknande)
4. Ledarskapet bedömer potential för fysisk fara och i så fall huruvida lämpliga åtgärder har vidtagits för att skydda offret, eller om nödvändigt; alla inneboende.
 - A. om ett brott har begåtts rapporterar ledningen händelsen till behöriga myndigheter.
 - B. ledningen bedömer om anhöriga till de involverade bör informeras om händelsen.
5. Om händelsen är mindre allvarlig kan personalen hjälpa till att lösa situationen. Ledningen bör samla in så mycket information eller bevis som möjligt. Prata med vittnen bland både personal och inneboende samt individer som kan ha ytterligare bakgrundsinformation om de inblandade. Personalen bör ta hänsyn till vad de redan vet om de berörda individerna (personligheter etcetera).
6. Ta all information och bolla idéer om möjliga lösningar!
 - A. Skulle mobbaren dra nytta av rådgivning?
 - B. Finns det miljöfaktorer som kan hjälpa förhindra mobbning? (närheten till varandra)
 - C. Om en inneboende med demens uppvisar ett mobbningsbeteende, vad är det som utlöser detta?
7. Utveckla en korrigerande plan och kommunicera planen till de drabbade parterna och personalen. Överväg om planen bör tilläggas i de inneboendes vårdplanerna och om anhöriga för meddelas.
8. Med personalen "utbildad" i korrigeringsplanen kan de hjälpa till att genomföra, övervaka de inneboende och rapportera om framstegen.
9. Om en inneboende fortfarande uppvisar mobbningsbeteende (vare sig kronisk, icke-diskriminerande eller målmedveten) bör personalen ompröva möjliga lösningar. Om andra är i riskzonen kan det vara nödvändigt med överföring, frivillig eller ofrivillig.

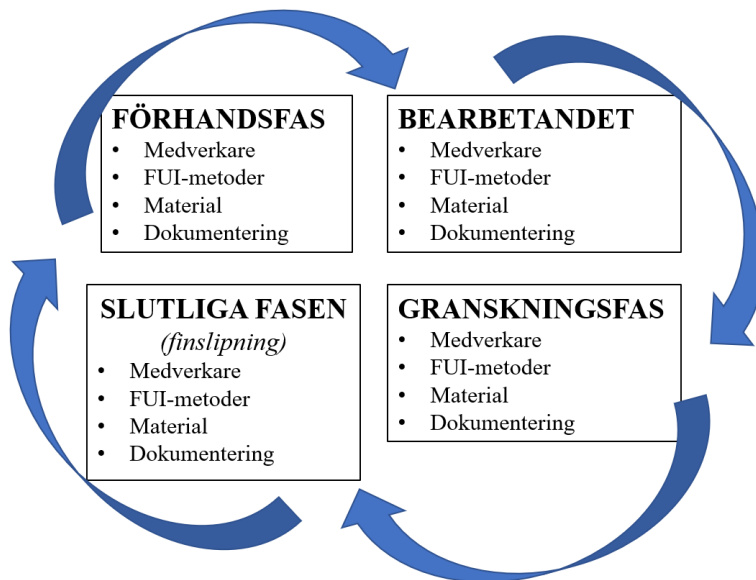
Källa: National Center For Assisted Living, 2017, *BULLYING AMONG SENIORS - A Prevention and Surveillance Resource for Assisted Living Providers*, National Center For Assisted Living.

Bilaga 2: Kehittämistoiminnan konstruktivistinen malli



Källa: Salonen, Kari, 2013, Näkökulmia tutkimukselliseen ja toiminnalliseen oppinäjykytyöhön – opas opiskelijoille, opettajille ja TKI-henkilöstölle, Turun Ammattikorkeakoulu.

Bilaga 3: Vår översatta version av del tre i Salonens modell.



Källa: Salonen, Kari, 2013, Näkökulmia tutkimukselliseen ja toiminnalliseen oppinäjykytyöhön – opas opiskelijoille, opettajille ja TKI-henkilöstölle, Turun Ammattikorkeakoulu.

MOBBNING BLAND ÄLDRE

KÄNNETECKEN OCH AGERANDE



ALLMÄNT OM MOBBNING

Mobbning förekommer i alla åldrar. Redan som barn bland syskon eller som skolmobbing, för vuxna som mobbning på arbetsplatsen och senare i livet även mobbning bland äldre.

Som individ upplever och hanterar man mobbning på olika sätt. Det är viktigt att berätta för någon om man blir mobbad för att kunna få hjälp och stöd att hantera det.

MOBBNING ÄR NÄR MAN MED AVSIKT
UPPREPADE GÅNGER
ANVÄNDER AGGRESSIVT BETEENDE
SOM EN FORM AV MAKT ELLER
STYRKA RIKTAT MOT EN ENSKILD
PERSON ELLER EN GRUPP

HUR KÄNNER MAN IGEN MOBBNING?

Mobbning och att retas är inte samma sak.

Mobbning är när man med avsikt använder aggressivt beteende som en form av makt eller styrka över någon annan, enskild person eller grupp.

Detta slutar oftast i att ena parten känner välbefinnande och makt medan den andra känner sig nervärderad, rädd eller mår psykiskt dåligt.

I en situation där någon retas har båda parterna lika värde mellan varandra och där av utövar ingen makt över den andra.

Kännetecknen för mobbning :

- **Aggressivt beteende mot enskild person eller en grupp**
- **En obalans mellan makt och önskan om makt**
- **Skär oftast upprepade gånger**

Då någon blir mobbad kan det synas genom att personen undviker vissa utrymmen, aktiviteter hen har visat intresse för eller att hen tar omvägar till allmänna utrymmen och/eller andra lokaler.

Nyinflyttade seniorer som har svårt att få vänner kan också vara ett tecken på att mobbning har pågått.

HUVUDGRUPPERNA FÖR MOBBNING

Fysisk mobbning:

Aggressiv och oönskad fysisk kontakt med någon, dennes husdjur eller egendom. Att knuffa, sparka, slå, stjäla eller förstöra egendom hör till denna kategori.

Verbal mobbning:

När man försöker hota eller avskräcka någon annan. Till denna kategori hör även att göra narr av eller säga sarkastiska kommentarer om någon annan.

Social mobbning:

Är icke-verbal eller verbal kommunikation där målet är att förhindra eller bergänsa någon annans sociala interaktioner. Att skvallra, ignorera eller lämna någon utanför en grupp är social mobbning. Ett kroppsspråk som är hotande eller avskräckande för någon annan räknas även till denna kategori.

ARGUMENTERING, SYMPTOM AV
SJKDOM ELLER ATT NÅGON HAR EN
DÅLIG DAG ÄR INTE MOBBNING.

GRANSKA DÄRFÖR SITUATIONEN
KRITISKT INNAN BEDÖMNINGEN GÖRS

För seniorer som flyttar in i vårdhem eller liknande anstalter har livet, eventuellt, förändrats drastiskt. Sjukdom, dödsfall, ekonomiska brister eller att de inte kan bo hemma pga. andra orsaker. Vissa kan känna sig lättade över att inte bo ensam medan andra kan känna sig tvingade till att ändra på sitt liv, vilket hen inte är villig att göra.

Seniorer som söker mera makt i sitt liv kan reagera aggressivt till att behöva följa någon annans regler och tidtabeller. Senioren kan vilja ta över de allmänna utrymmena för att skapa makt åt sig, exempelvis genom att bestämma över vem som sitter var och vem som får vistas i de gemensamma utrymmena.

ÅGERANDE

Vad kan senioren göra?

- Undvika kontakt med den andre
- Avlägsna sig från platsen
- Prioritera individuella aktiviteter
- Spendera tid med husdjur
- Fokusera på förhållanden med en stödande individ/individer
- Sträva efter att se och förstå den andra och dennes synvinkel

ALLA INNEBOENDE ÄR OLIKA
OCH VARJE SITUATIONER ÄR UNIK

Informera alltid personalen om mobbning sker;
även om du inte själv bevittnat den.

AGERANDE

vad kan personalen göra?

Då mobbningen pågår:

- Håll dig lugn och professionell, låt dig inte provoceras av situationen eller de involverade
- Tilltala personerna med namn
- Kommunicera tydligt till de inneboende och förklara att mobbning är oacceptabelt
 - utan att hota eller straffa någon
- Lyssna på alla parter, även den som mobbat
- Försök tillsammans med seniorerna hitta eventuella lösningar på problemet

EN VIKTIG DEL AV AGERANDET ÄR
ATT HA KUNSKAP OCH VARA
UTBILDAD I HUR MAN SKALL AGERA

Om det finns en omedelbar fysisk fara för någon avbryt då mobbningsituationen med detsamma.

TILLVÄGAGÅNGS- LISTA FÖR PERSONALEN

- Personalen observerar eller informeras om en situation som involverar mobbning
- Personalen bedömer om det finns en omedelbar eller överhängande fysisk fara för någon, och i så fall vidtas omedelbara åtgärder för att avbryta situationen
- Personalen meddelar ledarskapet (handledare eller liknande)
- Ledarskapet bedömer potential för fysisk fara och i så fall huruvida lämpliga åtgärder har vidtagits för att skydda offret, eller om nödvändigt; alla inneboende.
 - A. om ett brott har begåtts rapporterar ledningen händelsen till behöriga myndigheter.
 - B. ledningen bedömer om anhöriga till de involverade bör informeras om händelsen

Bilaga 4/9(14)

- Om händelsen är mindre allvarlig kan personalen hjälpa till att lösa situationen. Ledningen bör samla in så mycket information eller bevis som möjligt. Prata med vittnen bland både personal och inneboende samt individer som kan ha ytterligare bakgrundsinformation om de inblandade. Personalen bör ta hänsyn till vad de redan vet om de berörda individerna (personligheter etcetera).
- Ta all information och bolla idéer om möjliga lösningar!
 - A. Skulle mobbaren dra nytta av rådgivning?
 - B. Finns det miljöfaktorer som kan hjälpa förhindra mobbning? (exempelvis närheten till varandra)
 - C. Om en inneboende med demens uppvisar ett "mobbingsbeteende", vad är det som utlöser detta?
- Utveckla en korrigerande plan och kommunicera planen till de drabbade parterna och personalen. Överväg om planen bör tilläggas i de inneboendes vårdplanerna och om anhöriga för meddelas
- Med personalen "utbildad" i korrigeringsplanen kan de hjälpa till att genomföra, övervaka de inneboende och rapportera om framstegen
- Om en inneboende fortfarande uppvisar mobbningsbeteende (vare sig kronisk, icke-diskriminerande eller målmedveten) bör personalen ompröva möjliga lösningar. Om andra är i riskzonen kan det vara nödvändigt med överföring, frivillig eller ofrivillig

AGERANDE

förebyggande arbete

Antimobbnings handlingsprogram (policy)

- Utveckla tydliga regler och förväntningar
 - Uppmana alla att vara med och bestämma så de har en chans att påverka innehållet
- Skräddarsy programmet, exempelvis inga reserverade platser för gruppevenemang och aktiviteter kan direkt minska mobbningen
- Be de äldre skriva under avtalet och informera i samband med det vad som sker om man bryter mot de gemensamma reglerna
 - Skriv eventuellt in följderna i programmet
- Lägg till programmet i välkomst materialet för nyinflyttade så både senioren och dennes anhörige känner till processerna

SENIORERNA VILL SÄLLAN ÄVENTYRA
SIN PLATS PÅ BOENDET UTAN VILL
GÄRNA STANNA KVAR DÄR

AGERANDE

förebyggande arbete

Vad kan personalen göra?

- Håll regelbundna gruppdiskussioner angående utmaningarna i det gemensamma boendet
 - Kom även fram till lösningar på dessa!
- Uppmuntra inneboenden att rapportera händelser av mobbning
 - Ta alla klagomål på allvar!
- Lägg märke till handlingar av vänlighet och beröm dessa offentligt
- Hjälプ de inneboende att öka sina sociala nätverk, exempelvis under måltider i matsalen

Aktiviteter inom förebyggande arbete:

- Skapa ett grupp-koncept där deltagarnas jobb är att uppmärksamma godhjärtade handlingar och belöna dem
 - Nominera särskilt omtänksamma personer
- Skapa ett träningsprogram med rollspel för att demonstrera positiva interaktioner relaterade till konflikter och mobbning
- Skapa ett hälsoprogram som främjar medkänsla, tolerans och empati

EXEMPEL

Exempel 1:

Bob har en ledig plats berdvid sig vid matbordet men han låter inte Anna komma och sitta på den platsen. Men när Anders kommer får han sätta ner sig.

Detta är ett tillfälle var Anna blir utsatt för social mobbning

Exempel 2:

Bob har en ledig plats bredvid sig vid matbordet men låter inte någon sätta sig ner på platsen.

Detta är inte mobbning eftersom det inte riktar specifikt mot någon eller en skärskild grupp

Exempel 3:

Anna har alltid samma kläder på sig. Berit och Beth sitter och små pratar med varandra och börjar sprida rykten att till andra att Anna är så fattig att hon inte har råd att köpa andra kläder. De som får höra detta tror att det är sant.

Detta är mobbning eftersom det riktar sig mot en person och det sprider negativa rykten om Anna som aldrig har uttalat sig om saken.

LAG OM STÖDJANDE AV DEN ÄLDRE BEFOLKNINGENS FUNKTIONSFÖRMÅGA OCH OM SOCIAL- OCH HÄLSOVÅRDSTJÄNSTER FÖR ÄLDRE

Syftet med denna lag är att stöda den äldre befolkningens välbefinnande, hälsa, funktionsförmåga och förmåga att klara sig på egen hand.

Mobbning skadar både hälsan och välbefinnande och ger inte senioren ett värdefullt liv.

Seniorer ska ges social- och hälsovårdstjänster som garanterar långvarig vård och omsorg på ett sådant sätt att de kan uppleva att deras liv är tryggt, betydelsefullt och värdigt och så att de kan upprätthålla sociala kontakter och delta i meningsfull verksamhet som främjar och upprätthåller deras välbefinnande, hälsa och funktionsförmåga.

Mobbning skapar en känsla av otrygghet, osäkerhet och ett dåligt självförtroende där även det betydelsefulla i vardagen påverkas negativt.

Detta betyder att seniorens vardag skall tryggas av personer inom verksamhetsområdet som har den nödvändiga utbildningen.

Lag om stödjan­de av den äldre befolkningens funktionsförmåga och om social- och hälsovårdstjänster för äldre 28.12.2012/980

CENTRALA KÄLLOR:

- Bonifas Robin, 2015, Identifying, Preventing, and Responding to Bullying in Long-Term Care Facilities, NORC Library.
- Bonifas Robin, 2016, Bullying among older adults: how to recognize and address an un-seen epidemic, Health Professions Press, Baltimore.
- Bonifas Robin, Frankel Marsha, 2012, Senior Bullying: Guest post by Robin Bonifas, PhD, MSW and Marsha Frankel, LICSW.
- Garbe Kathie, 2018, Bullying among older adults, The Journal on Active Aging.
- National Center For Assisted Living, 2017, BULLYING AMONG SENIORS - A Prevention and Surveillance Resource for Assisted Living Providers, National Center For Assisted Living.



TEXTEN BASERAR SIG PÅ
EXAMENSARBETET;

MOBBNING BLAND ÄLDRE
*KÄNNETECKEN FÖR MOBBNING
OCH AGERANDE VID
MOBBNINGSSITUATIONER*

SAMANTHA BERGDAHL & FANNY HUURNE

