

SAMTALEKORT OM DEMENS



Aldring og helse
Nasjonalt senter

SAMTALEKORT OM DEMENS

Samtalekortene er utviklet for å stimulere til diskusjon og erfaringsutveksling i individuelle samtaler eller gruppesamtaler med personer med demens og deres pårørende. Dette kan være i sammenhenger hver for seg, eller der personer med demens og deres pårørende deltar sammen.

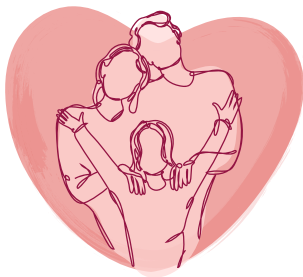
Det er ikke sikkert at alle kortene passer for alle, så det kan være lurt å velge ut aktuelle kort i forkant. Mange av spørsmålene egner seg for videre utforskning.

Personer med demens og pårørende er forskjellige med hensyn til bakgrunn og terskel for hva man ønsker å dele av opplevelser og erfaringer med andre. Det er viktig å tenke gjennom i hvilken sammenheng kortene skal brukes. Vanligvis vil det dreie seg om grupper der det legges vekt på informasjon, støtte og mestringsstrategier. Samtalene skal forgå i en trygg og fortrolig atmosfære, med respekt for den enkeltes forutsetninger for å delta.



Aldring og helse
Nasjonalt senter

FAMILIEN MIN

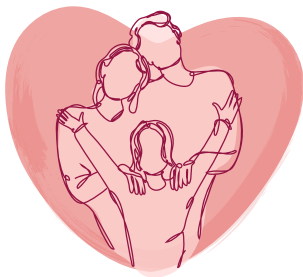


Er det annerledes å
være deg i familien
etter at mamma/
pappa ble syk?



Aldring og helse
Nasjonalt senter

FAMILIEN MIN

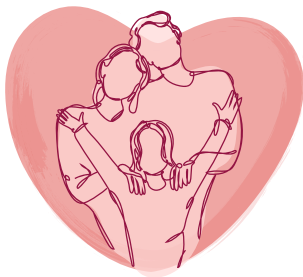


Har det blitt
annerledes mellom
dere i familien?



Aldring og helse
Nasjonalt senter

FAMILIEN MIN

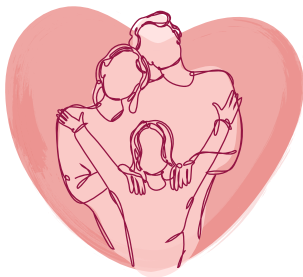


Hva skal til for at
din familie skal ha en
god dag sammen?



Aldring og helse
Nasjonalt senter

FAMILIEN MIN

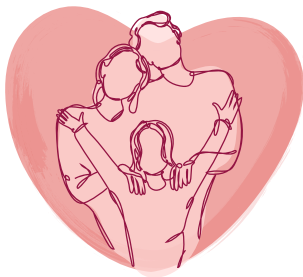


Gjør dere ting på en annen måte i familien deres nå, for eksempel ferier og feiring av jul og bursdag?



Aldring og helse
Nasjonalt senter

FAMILIEN MIN

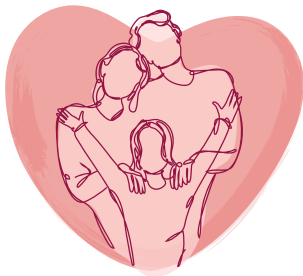


Hvordan snakker dere
sammen om demens-
sykdommen i familien?



Aldring og helse
Nasjonalt senter

FAMILIEN MIN

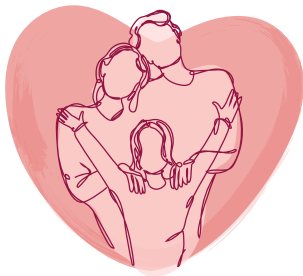


Må du hjelpe til mer
hjemme nå som din
mamma/pappa har
blitt syk? Hvilke
oppgaver har du fått?



Aldring og helse
Nasjonalt senter

FAMILIEN MIN



Liker du å hjelpe
til hjemme?



Aldring og helse
Nasjonalt senter

OM DEMENS



Er dagene dine
annerledes på grunn
av sykdommen til
mamma/pappa?



Aldring og helse
Nasjonalt senter

OM DEMENS



Nå som du vet at
mamma/pappa har
en demenssykdom
- Hva var det første du
merket at ble annerledes
med mamma/pappa?



Aldring og helse
Nasjonalt senter

OM DEMENS



Demens er en sykdom som ikke noen kan noe for, men har du likevel noen gang tenkt at det var noen andre sin skyld at mamma/pappa var annerledes, ble sint eller oppførte seg rart?



Aldring og helse
Nasjonalt senter

OM DEMENS



Har mamma/pappa
forandret seg etter
at hun/han fikk
demens?



Aldring og helse
Nasjonalt senter

OM DEMENS



Er det ting mamma/
pappa ikke klarer å
hjelpe deg med etter
at hun/han ble syk?



Aldring og helse
Nasjonalt senter

OM DEMENS



Hva tenker du om
å fortelle andre
om sykdommen?



Aldring og helse
Nasjonalt senter

OM DEMENS



Hva tror du andre
barn tenker om
demens?



Aldring og helse
Nasjonalt senter

OM DEMENS



Hva mener du er
viktig for barn som
har fått vite at deres
mamma eller pappa
har fått demens?



Aldring og helse
Nasjonalt senter

OM DEMENS



Er det noe ved
demens du synes
er vanskelig?



Aldring og helse
Nasjonalt senter

OM DEMENS



Hva er det som
er bra, selv om
mamma/pappa
har fått demens?



Aldring og helse
Nasjonalt senter

OM DEMENS



Hva kan du og
mamma/pappa fortsatt
gjøre sammen selv
om han/hun har fått
demens?



Aldring og helse
Nasjonalt senter

OM DEMENS

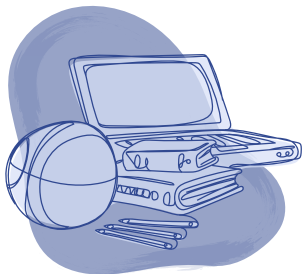


Synes du at du vet
nok om demens?



Aldring og helse
Nasjonalt senter

FRITID

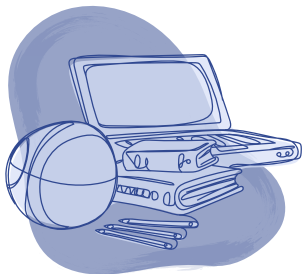


Hva liker du å
gjøre på fritiden?



Aldring og helse
Nasjonalt senter

FRITID

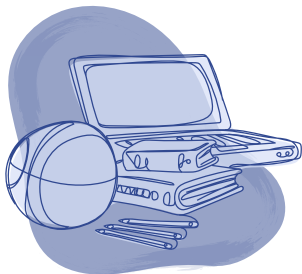


Hva liker du å gjøre
når du er alene?



Aldring og helse
Nasjonalt senter

FRITID

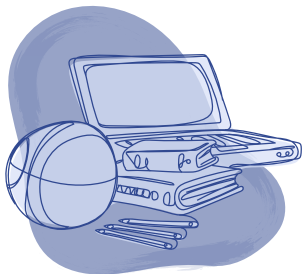


Hva gjør du for å
slappe av?



Aldring og helse
Nasjonalt senter

FRITID

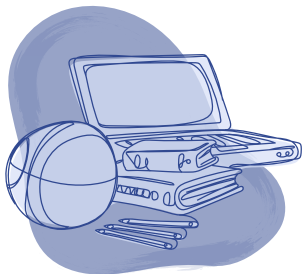


Har du en venn som
vet om sykdommen
til mamma/pappa?



Aldring og helse
Nasjonalt senter

FRITID

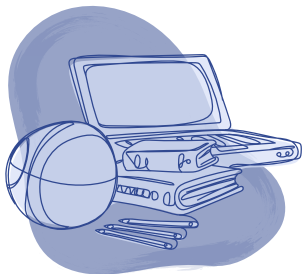


Er det noe dere pleide
å gjøre som familie
før, som du savner å
gjøre nå?



Aldring og helse
Nasjonalt senter

FRITID

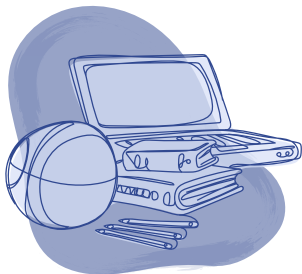


Hvordan er det å
være sammen med
andre for tiden?



Aldring og helse
Nasjonalt senter

FRITID

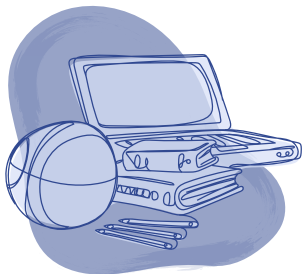


Hva liker du å snakke
med andre om?



Aldring og helse
Nasjonalt senter

FRITID

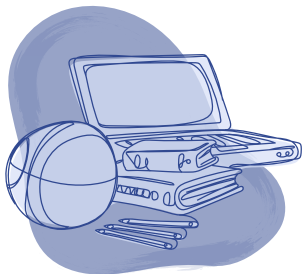


Er det noen aktiviteter
du har sluttet med etter
at pappa/mamma har
fått demens?



Aldring og helse
Nasjonalt senter

FRITID



Har interessene dine
forandret seg etter
at pappa/mamma
fikk demens?



Aldring og helse
Nasjonalt senter

HVORDAN JEG HAR DET



Hva er du fornøyd
med for tiden?



Aldring og helse
Nasjonalt senter

HVORDAN JEG HAR DET



Hva er du stolt av
ved deg selv?



Aldring og helse
Nasjonalt senter

HVORDAN JEG HAR DET



Har du det gøy og
ler ofte?



Aldring og helse
Nasjonalt senter

HVORDAN JEG HAR DET



Hva får deg til å le?



Aldring og helse
Nasjonalt senter

HVORDAN JEG HAR DET



Hvem (eller hva)
betyr mye for deg
for tiden?



Aldring og helse
Nasjonalt senter

HVORDAN JEG HAR DET



Hva gjør du når
du er lei deg eller får
andre vonde følelser?



Aldring og helse
Nasjonalt senter

HVORDAN JEG HAR DET



Hender det at du får
dårlig samvittighet for
noen i familien?



Aldring og helse
Nasjonalt senter

HVORDAN JEG HAR DET



Hva synes du om å
ta imot hjelp eller
trøst fra andre?



Aldring og helse
Nasjonalt senter

HVORDAN JEG HAR DET



Hva synes du om å
gi hjelp eller trøst
til andre?



Aldring og helse
Nasjonalt senter

HVORDAN JEG HAR DET



Hva kan gjøre at dagen din blir fin? Er det noe du kan gjøre selv for at dagen blir bra eller bedre?



Aldring og helse
Nasjonalt senter

HVORDAN JEG HAR DET



Hva synes du selv du er flink til – når du er sammen med familien, venner, på skolen, fritiden?



Aldring og helse
Nasjonalt senter

HVORDAN JEG HAR DET



Hva gjør du dersom
du får triste tanker
tanker eller følelser?



Aldring og helse
Nasjonalt senter

HVORDAN JEG HAR DET



Vet du noe som er
lurt å gjøre når man
har vonde tanker
eller følelser?



Aldring og helse
Nasjonalt senter

HVORDAN JEG HAR DET



Har du noen å snakke
med når du får
vanskelige tanker
eller følelser?



Aldring og helse
Nasjonalt senter

HVORDAN JEG HAR DET

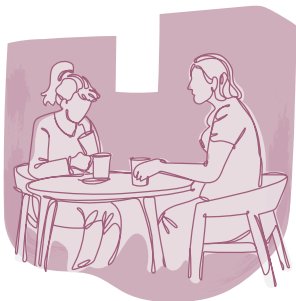


Klarer du å
konsentrere deg
om skole og lekser?



Aldring og helse
Nasjonalt senter

KONTAKT UTENFOR FAMILIEN

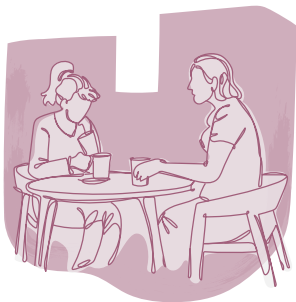


Har du fått tilbud om
å møte andre som har
en mamma eller pappa
som er syk?



Aldring og helse
Nasjonalt senter

KONTAKT UTENFOR FAMILIEN

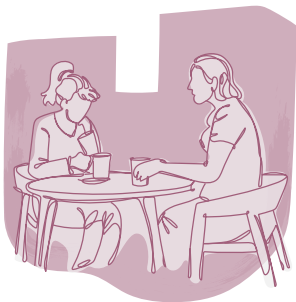


Kjenner du en voksen du stoler på – som du kunne fortalt om hvordan du har det? – en lærer, en nabo, mammaen eller pappaen til noen du kjenner?



Aldring og helse
Nasjonalt senter

KONTAKT UTENFOR FAMILIEN

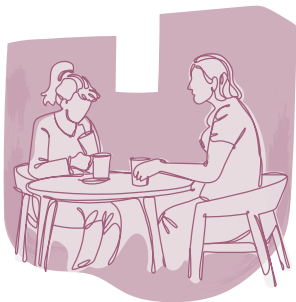


Kan du snakke med
noen om ting du
synes er vanskelig
hvis du trenger det?



Aldring og helse
Nasjonalt senter

KONTAKT UTENFOR FAMILIEN

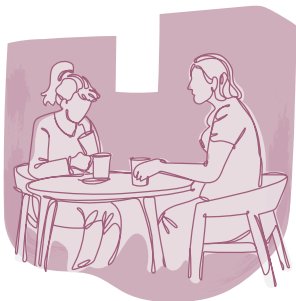


Synes du det var fint
å snakke med noen
etter at mamma/pappa
fikk demens?
Hvorfor/hvorfor ikke?



Aldring og helse
Nasjonalt senter

KONTAKT UTENFOR FAMILIEN

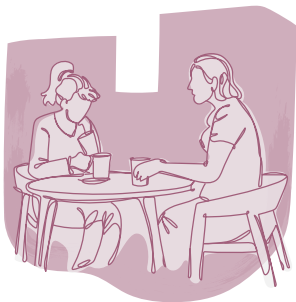


Hvordan kan andre
hjelppe familien din nå?



Aldring og helse
Nasjonalt senter

KONTAKT UTENFOR FAMILIEN



Har noen, slik som en
lege, helsesykepleier
eller andre fortalt deg
om demens?