

Att prata om döden (men mest om livet): DöBra-kortleken

Malin Eneslätt. Leg sjuksköterska, med. dr.

Inst. för hälsa, lärande och teknik, Luleå tekniska universitet

Inst. för Lärande, Informatik, Management och Etik, Karolinska Institutet.

Carol
Tishelman



Ida Goliath



Lena Kroik



Therese
Johansson



DöBra

Olav
Lindqvist



Sophia
Savage



Åsa
Olsson



Max
Kleijberg



Malin
Eneslätt



Lars E.
Eriksson



www.dobra.se



DöBra







Tillgänglig för allmänheten 2018



AFTONBLADET+

NYHETER SPORT PLUS TV LOKALT NÖJE MAT & DRICK KULTUR LEDARE

Ny metod: Så pratar du om döden med anhöriga



Vi ska alla den vägen vandra – men att prata om döden är svårt, tycker

svt NYHETER

Nyheter Lokalt Sport SVT Play Barn

SMÅLAND



Merparten av kursdeltagarna i Västervik är kvinnor. Foto: SVT

Unik studiecirkel i Västervik – här lär sig deltagarna att dö

Publicerad igår 06:00

Forskningsprojekt



Malin



Therese



Åsa



Ida



Lena

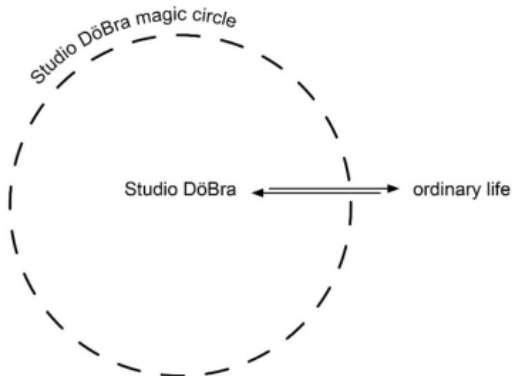
DöBra-caféer



DöBra-kortleken som samtalsverktyg

- Att ha något konkret att göra
- Att inte behöva börja från noll
- Att anpassa djup på samtal
- Att "tvingas" prioritera

Figure 3. Studio DöBra magic circle



DöBra-kortlekens genomslagskraft

- Personlig utveckling
- Stärkande för privata och professionella relationer
- Lära om och med varandra
- Vidgar perspektiv
- Förbättrar professionellt samarbete
- Frågor om döende och död har aktualiserats i nya sammanhang



”Tabut att prata om döden är borta”

14 oktober 2024 • Lästid: 6 min

Motstånd och rädsla har bytts mot lugn och trygghet. Numera pratar anställda på Axcgården gärna om sista tiden i livet med de äldre. Utbildning i ”dödssamtal” och en kortlek gör det lättare att göra rätt vid vård i livets slutskede.



Nytt projekt



Svenska Tornedalingars Riksförbund
Tornionlaaksolaiset



Piteå kommun

Funktionsrätt
Luleå



Demensförbundet



Mirja ska bli dödsdöla: "Jag fick möta min egen död"



Riksförbundet
HjärtLung
Luleå

Ung
Cancer



LULEÅ KOMMUN

PRO



KALIX KOMMUN

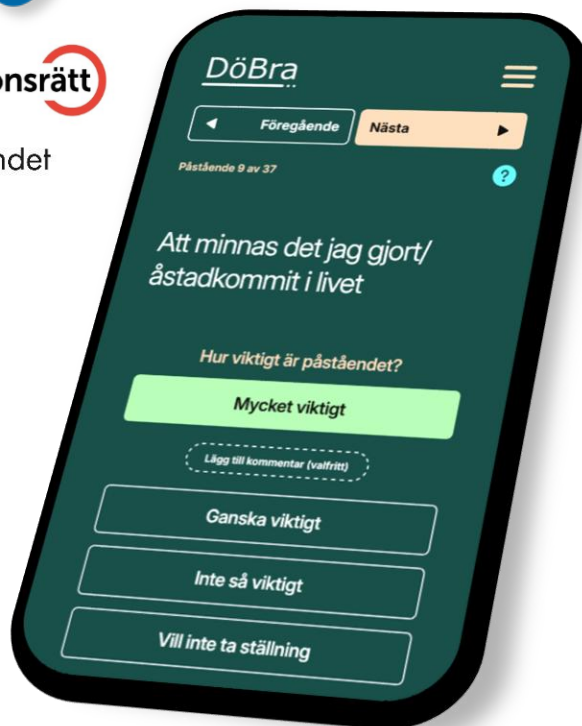
region
västerbotten

Volante



Synskadades
Riksförbund

Esperanza



Vill du testa DöBra-appen?



- Vi söker personer som under ca sex veckor vill testa en app som kan främja samtal och reflektion om livets slut.
- Vi söker personer med olika bakgrund och i varierande åldrar
- Du behöver ha en skärm (telefon, läsplatta eller dator) men du behöver inte vara duktig på att använda den!



Finansiering

- Forskningsrådet för hälsa, arbetsliv och välfärd (FORTE)
- Forskarskolan i vårdvetenskap vid Karolinska Institutet
- Vårdalstiftelsen
- Centrum för personcentrerad vård (GPCC)
- Strategiska forskningsområdet vårdvetenskap (SFO-V), Karolinska Institutet/Umeå universitet
- Stockholm stads äldreförvaltning
- Demensfonden
- Ulrica Cronés fond
- Kamratföreningen Sahlgrensringen

Tack för att jag fick berätta detta!

Malin.Eneslatt@ltu.se

www.dobra.se



Valfria alternativ – några exempel

*”Att ha rätt till
aktiv dödshjälp”*

*” Att ha min nalle
med mig”*

*”Att få dö ute i
naturen och inte bli
hittad”*

*”Att det finns
utrymme för min
andlighet”*

Allmänheten, Delstudie I

Resultat: DöBra-kortleken

Påståenden	# (1-10)	# prio 1	Poäng
Att ha mina närmaste kring mig	42	13	288
Att vara fri från smärta	41	9	288
Att inte ha svårt att andas	39	5	250
Att inte känna oro eller ångest	32	2	188
Att behålla min värdighet	32	1	181
Att vårdas av personal som jag trivs med	27	1	131
Att ha någon som vet om mina värderingar och prioriteringar, och kan föra min talan	27	0	125
<i>Valfritt alternativ</i>	25	8	170
Att inte dö ensam	25	3	155
Att bli behandlad på det sätt jag önskar	25	0	116
Att känna mänsklig beröring	24	1	121
Att vara klar och redig	23	1	156

Äldreomsorgen/boende och närstående

Alltså de känslor som det väckte är att, här är det personal som bryr sig. Alltså, här vet man att döden kommer. Hon kommer inte att bli bättre, hon kommer inte komma härifrån, utan det är enda utvägen.

...Och de bryr sig om henne. De bryr sig om att göra det bästa möjliga för henne, och det tycker jag känns tryggt.

Närstående



Äldreomsorgen/boende och närstående



Jag hade tänkt att samtal om vård i livets sista tid var någonting som ingår i äldreomsorg...

...Ja, och jag tänkte faktiskt att samtalet var intressant för jag fick lära mig nya saker om den delen av livet.

Boende