

Rapport från FoU-Norrbotten

Rapport Nr 23, 2005



Individanpassad skriv- och lästräning för personer med demenssjukdom

Kathrina Nordell

Besöksadress

Vvarvsgatan 11
971 28 Luleå

Telefon

0920-20 54 00

Fax

0920-942 49

Hemsida

www.
founorbotten.se



FoU Norrbotten
Forskning och Utveckling inom Socialtjänsten

INNEHÅLLSFÖRTECKNING

Förord.....	i
Sammanfattning	ii
1. BAKGRUND	1
1.2 Roknäsgården.....	1
1.2.1 Allmänt	1
1.2.2 Beskrivning av Hjortonmyren.....	2
2. INLEDNING.....	2
2.1 Syfte	3
3. PROJEKTETS ARBETSGÅNG	3
3.1 Allmänt.....	3
3.1 Övningar.....	5
3.1.1 Läsövningar.....	5
3.1.2 Skrivövningar	5
3.1.3 Gruppövningar	6
4. METOD.....	6
4.1 Deltagare - urval.....	7
4.2 Etiska överväganden	7
4.3 Metodreflektion.....	8
5. RESULTAT	8
5.1 Person A (okt 2003—okt 2004)	8
5.1.1 Skrivning.....	8
5.1.2 Läsning	12
5.2 Person B (okt 2003—okt 2004):	13
5.2.1 Skrivning.....	13
5.2.2 Läsning	15
5.3 Övriga	16
6. REFLEKTIONER OCH SLUTSATSER	17
7. FORTSATT ARBETE	19
8. REFERENSER.....	20
<i>Bilaga 1. Bedömningsunderlag</i>	<i>22</i>
<i>Bilaga 2. Övningsuppgifter 1-42</i>	<i>23</i>

Förord

Detta pilotprojekt genomfördes under tiden okt 2003 – dec 2004 på demensavdelningen Hjortronmyren vid Rognäsårdens äldreboende i Piteå kommun.

Jag vill här passa på att tacka de personer som medverkat till projektets genomförande. Först och främst vill jag tacka samtliga boende som deltagit i studien. Tack även till anhöriga, utan ert starka stöd, uppmuntran och engagemang hade det inte varit möjligt att genomföra projektet. Jag vill också tacka Rognäsårdens personal för visat intresse samt min familj som stöttat och uppmuntrat mig under hela projekttiden.

Sist men inte minst vill jag framföra mitt tack till FoU Norrbotten för finansiering av projektet samt till min handledare Marianne Forsgårde för konstruktiva kommentarer vid slutförandet av denna rapport.

Kathrina Nordell
April 2005

”Liten nyckel kan
öppna stor dörr”
Turkiskt ordspråk

Sammanfattning

Allmänt

När man är äldre och bor på ett äldreboende kan man lätt tappa orienteringen om vad som händer i omgivningen. Det som tidigare var en naturlig del av vardagen, som att läsa tidningar och böcker samt att skriva brev och lösa korsord, görs alltmer sällan.

Modern forskning visar emellertid att språkträning förändrar hjärnan och att det med hjälp av intensiv språkträning går att aktivera de delar av hjärnan som styr läs- och skrivförmågan. Personer med demenssjukdom kan då visa oväntade kunskaper. Dessa är mestadels dolda men kan komma till ytan med rätt stimulans i en trygg miljö. Genomfört arbete utgick från att det är möjligt att med individuell läs- och skrivträning locka fram och även under en tid behålla latent kunskaper.

Pilotprojekt. Läs- och skrivövningar för personer med demenssjukdom

Under 2003-2004 genomfördes ett mindre försök med individanpassad skriv- och lästräning för personer med demenssjukdom vid Roknäsgården, Piteå kommun.

Övningarna var anpassade till individernas personliga förutsättningar på så sätt att uppgifterna tog hänsyn till tidigare livserfarenheter samt hur långt deras sjukdom hade framskridit. Efter regelbundna övningar, en gång per vecka, visade deltagarna anmärkningsvärda framsteg.

Läs- och skrivförmågans förändring under projektiden bedömdes med hjälp av ett i förväg färdigställt bedömningsunderlag. Här noterades datum, klockslag, uppgift, personens dagsform och motivation liksom resultatet av övningarna. Skrivövningarna bedömdes efter läsbarhet, Korrekt-Förstås-Obegripligt medan läsningen bedömdes som Flytande-Stapplande-Förståelse. Förändringar i befintlig medicinering och eventuella avbrott i övningarna noterades liksom andra iakttagelser och observationer tex. respons, kommentarer, kroppsspråk och miner etc. Den slutliga bedömningen baserades på genomförda övningar, mina egna noteringar vid övningstillfället samt bedömningsunderlaget.

Till att börja med deltog tre personer i projektet. Dessa bedömdes vara lämpliga eftersom de inte var så långt gångna i sin sjukdom, dvs de förstod vad de skulle göra. En av dessa kunde efter en kort tid inte motiveras att fortsätta varken i projektet eller i några andra aktiviteter.

Från att inte veta ens vilket år det var och att inte kunna skriva sitt namn kunde deltagarna efter en tid skriva dagens datum och dessutom kom deras ”gamla” rätt skrivna handstil fram. Både dessa färdigheter visade sig vara mycket viktiga för deras självkänsla och välbefinnande. Deras stolthet och motivation visade sig bl a med uttrycket att ”man måste ju kunna skriva sitt

namn för att kunna ta en växel”. En annan deltagare började skriva dagbok och här kan man se en häpnadsväckande språklig utveckling.

Det låga deltagarantalet gör att inga långtgående slutsatser kan dras. Trots detta tycks genomförda läs- och skrivövningar visa att varje individ har kvar kunskaper som kan lockas fram. Många av de gamla ”skolkunskaperna” fanns kvar. Det märktes bl a i de geografiska övningarna där kartboken varit ett intressant och välkommet inslag. Detsamma gällde historiska och politiska återblickar som väckte många minnen och tankar.

Projektet var inspirerande för både projektledare och deltagare som visade stor glädje och tacksamhet. De såg verkligen fram emot skrivövningarna. Andra, mer svårämbara effekter i form av ökad självkänsla, ökat välbefinnande och ökad trivsel iaktogs av projektledare och kollegor.

Individanpassad skriv- och lästräning för personer med demenssjukdom

1. BAKGRUND

Vid demenssjukdomar sker en successiv förändring i hjärnan som påverkar språket, så att både tal-, skriv- och läsförmågan försämras. Därigenom tappar man lätt orienteringen om vad som händer i det omgivande samhället. Det som tidigare var en naturlig del av vardagen, som att läsa tidningar och böcker samt att skriva brev och lösa korsord, görs alltmer sällan.

Det är vanligt att man på demensavdelningar aktiverar de boende genom att de får delta i praktiska göromål. Trots att sjukdomen fortskrider kan man på detta sätt behålla dessa färdigheter så länge som möjligt. Idén bakom aktuellt projekt är att läs- och skrivförmågan också kan bevaras under en tid, genom samma medvetna aktivering av dessa färdigheter.

Med denna insikt påbörjades spontana läs- och skrivövningar med de boende på Hjortronmyren, en demensavdelning inom Roknäsgården, Piteå Kommun. Resultatet av dessa inledande övningar var både uppmuntrande och stimulerande.

För att kunna utveckla idén och genomföra organiserade övningar ansöktes om projektmedel från FoU Norrbotten. Projektansökan beviljades 030611. Arbetet genomfördes av undersköterska Kathrina Nordell.

Projektets ursprungliga tidplan sträckte sig över 1 år, med start i september 2003. Efter senare kontakt med FoU Norrbotten utsträcktes tidplanen till att omfatta hela 2004. Projektet har i huvudsak genomförts under ordinarie arbetstid (ca 10%). Projektet har inte schemalagts utan tanken var att ta tillvara på de bra dagarna/stunderna hos de boende. Allteftersom övningarna tog mer och mer tid i anspråk gjordes många övningar utanför ordinarie arbetstid.

1.2 Roknäsgården

1.2.1 Allmänt

Roknäsgården, se Figur 1, är ett trivsamt äldreboende som ligger i Roknäs, ca 18 km utanför Piteå. På Roknäsgården finns totalt 56 platser i lägenheter med en storlek av 24-54 m². Roknäsgården har förutom Hjortronmyren även avdelningarna Slätterängen och Ljungheden. Denna och mer information om Roknäsgården finns på Piteå kommuns hemsida.¹

1/ Piteå kommun (2004)

Personalen består förutom boendechef och biträdande boendechef av undersköterskor och sjuksköterskor. De två sistnämnda yrkesgrupperna arbetar även natt. Roknäsgården har även tillgång till läkare, arbetsterapeut och sjukgymnast. Inom kommunen arbetar en sjuksköterska med övergripande medicinskt ledningsansvar (MAS).



Figur 1. Vy över Roknäsgården vars demensavdelning heter Hjortronmyren.

1.2.2 Beskrivning av Hjortronmyren

Avdelningen Hjortronmyren har plats för 10 boende. För att beviljas plats gäller att personerna har en utredd demenssjukdom och att de är fysiskt rörliga. Målsättningen är att personer som flyttar till ett boende ska kunna bo kvar till livets slut. Det innebär dock att flyttningar kan förekomma i undantagsfall.²

På avdelningen arbetar 9 undersköterskor med varierande arbetstid. Vid ett tillfälle per månad får personalen på Hjortronmyren handledning av en demenssjuksköterska.

2. INLEDNING

Det finns ungefär 150.000 personer i Sverige som lider av någon form av demenssjukdom. Antalet yngre personer med demens ökar, i dagsläget är 8.000-10.000 under 65 år. I Piteå kommun finns ca 600 personer med konstaterad demenssjukdom.

En intressant fråga är om man kan lära sig något nytt när man har en demenssjukdom. Under 1970-talet ansågs detta vara fullt möjligt medan man under 1990-talet ansåg att hjärnan redan var överbelastad och man avrådde från alla försök till nyinläring.³

2/ Piteå kommun. Socialtjänsten (2004).

3/ Zingmark K (2003)

Senare forskning styrker den tidigare uppfattningen att hjärnceller hos patienter med Alzheimers sjukdom faktiskt kan uppväckas. Minne och inlärningsproblem kan förbättras genom återuppväckande av hjärnceller som forskare tidigare ansåg vara döda.⁴ Ett forskarlag, vid King's College London och University of Stanford, hävdar att de kan uppväcka döda celler med hjälp av en kemisk budbärare kallad nervtillväxtfaktor (NGF). Det finns även andra forskargrupper som arbetar med detta.

Hjärnan och språket är ett område som till stor del är okänt. Enligt modern hjärnforskning (Prof. Martin Ingvar, Karolinska Institutet) är språket den mest komplicerade delen i vår hjärna. För varje ord aktiveras tre områden i hjärnan; det ena centralt är där ordet uttalas, alltså hur ordet låter, det andra området är hur ordet stavas och det tredje området är vad ordet betyder. Aktiveringen av dessa tre områden har visats genom hjärnröntgen.

Ett exempel som visar på effekter av intellektuell stimulering kan hämtas från forskning inom dyslexiområdet. Amerikanska forskare har visat att man med intensiv språkträning kan aktivera de delar av hjärnan som styr läs- och skrivförmågan. Upptäckten väntas få stor betydelse för personer med dyslexi. Barn, som under tre veckor fick daglig hjälp med bl.a. läsning och ordförståelse, fick också bättre koordination mellan hjärnans olika delar. Elizabeth Aylward, professor i radiologi, som ledde studien var mycket förvånad över resultatet och vill nu genomföra en långtidsuppföljning för att kunna se om förändringarna kvarstår. Mycket talar för att intensivträning kan vara ett bra sätt att hjälpa dyslektiker i framtiden. Träningen gav inte bara resultat på röntgenbilderna utan barnen uppvisade också statistiskt signifikant bättre läs- och skrivförmåga. Redan i dag vet man att barn som tidigt stimuleras med böcker och högläsning har bättre förutsättningar för att komma igång med läsning och skrivning än andra barn.^{5,6}

2.1 Syfte

Det övergripande syftet med studien var att undersöka om det är möjligt att genom individuella regelbundna övningar, bromsa upp försämringen vad gäller skriv- och läsförmågan hos personer med demenssjukdom.

3. PROJEKTETS ARBETSGÅNG

3.1 Allmänt

Arbetet var upplagt för att ge lättsam och lekfull skriv- och lästräning där största hänsyn togs till den boendes dagsform och förutsättningar. I samtliga övningar togs de boendes individuella erfarenheter tillvara genom tillbakablickar. De enskilda övningarna genomfördes hemma hos de boende. Arbetet genomfördes dels som enskilda övningar och dels som gruppövningar.

4/ Norrkunskap Demensutbildning (2003)

5/ SVT Text TV, 13 feb 2004

6/ Reinberg S (2003)

Projektet innehöll tre huvudsakliga arbetsområden; skrivning, läsning och nutidsorientering vilket bakades in i de två förstnämnda momenten. Olika individuella uppgifter upprepades vid flera tillfällen. Varje skrivuppgift var färdigställd i förväg.

I arbetet ingick att:

Ge viss nutidsorientering genom läsning av nyhetstidning '8 Sidor' och samtal om tidningens innehåll.

Ge varierad individanpassad träning med hjälp av Mentex, ett omfattande och varierat verktyg för minnesträning. Här ingår träning med bokstavslekar, fylleriövningar, associationsövningar, mm.

Genomföra individuellt anpassade skrivövningar

Vid starten och även under projektets gång studerades rapporter och böcker inom ämnesområdet demens för att få mer kunskap inför projektets genomförande (se Lästips). Projektet "Lättläst" gav många tips och idéer, bl a fick jag kännedom om tidningen "8 Sidor" som användes regelbundet under projekttiden. Samtal med gymnasielärare resulterade i råd och tips om pedagogik och förhållningssätt inför olika situationer.

Underlaget till skrivövningarnas innehåll baseras i huvudsak på min kunskap om deltagarnas intresseområden. Deltagarnas respons gjorde att övningarna utvecklades i den riktning som intresserade dem. Det tillkom nya övningar allt eftersom medan andra ändrades så att de blev svårare eller enklare än tidigare. Mycket av den information som använts har tagits från egna kunskaper och gamla skolböcker men i vissa fall har övningarna inspirerats av Mentex.

Inledningsvis gjordes en genomläsning av litteratur för kunskapsuppbyggnad inom området, se Lästips. För att få ett utgångsläge och för att bättre kunna följa och förstå projekt-resultaten gjordes initialt en sk demensskattning av deltagarna, med den s.k GBS-skalan⁷, vilken ger en funktionsbeskrivning av personer med demens-sjukdom. GBS-skattningen upprepades vid projektets slut.

7/ Bråne G (1997)

Faktaruta GBS (Gottfries-Bråne-Steen Scale)

GBS-skalan är en metod för bedömning av funktionsnivå för personer med demenssjukdom

- Myckert svårt störd med stor vårdtyngd och stort omvårdnadsbehov (0-21)
- Svårt störd med stor vårdtyngd och stort omvårdnadsbehov (22-42)
- Måttlig störd (43-63)
- Mycket lite störd i sitt beteende (64-84)

Deltagarnas första skrivövning fick utgöra utgångsläge för bedömningen av hur skrivförmågan utvecklades. Denna övning innebar att skriva namn, veckodag, datum och födelsedata. Andra faktorer av betydelse för deltagarnas resultat noterades. Exempel på sådana faktorer är ålder, form av demens, när de utreddes, övriga sjukdomar, medicinering, intressen, personlighet/karaktärsdrag och datum för inflyttning till demensavdelningen. Förändringar av dessa faktorer noterades under projektets gång.

Projektet hade ingen schemalagd arbetstid, avsikten var att ta tillvara på ”de bra stunderna”. Vid starten bedömdes att ca 15 minuter per läs- och skrivtillfälle var gränsen för vad deltagarna skulle orka med. Allteftersom deltagarnas intresse, motivation, kunnande och berättarglädje växte tog dessa träffar allt längre tid, upp till två timmar, i anspråk. Det blev således svårare att utföra dessa övningar under ordinarie arbetstid varför schemafria dagar togs i anspråk. Övningarna gav öppningar till minnen och samtal, här kom reminiscens in på ett väldigt naturligt sätt.

De enskilda läs- och skrivövningar genomfördes regelbundet medan gruppövningarna skedde mer sporadiskt då situationen gjorde det lämpligt.

3.1 Övningar

3.1.1 Läsövningar

Läsövningarnas innehåll avgjordes av personens intresseområden och dagsform. I början av projektet läste vi valda, i förväg urklippta artiklar. Detta visade sig vara en mindre lämplig form då det blev svårt att motivera dem till högläsning. Det fungerade bättre med mer spontan läsning. Ibland passade nyhetstidningen ”8 Sidor” och i andra fall läste vi dagens tidning. Detta blev en mera naturlig läsning och högläsning. Efteråt pratade vi alltid om vad vi läst, dels för att ge möjlighet till kommentarer men också för att jag skulle kunna bedöma hur de förstått innehållet.

3.1.2 Skrivövningar

Ett fyrtiotal olika skrivövningar har konstruerats. Vissa uppgifter är ”enkla” som att skriva namn, födelsedatum, namn på barn och föräldrar. Vissa andra tar fram gamla kunskaper i historia, politik och geografi. Flera andra uppgifter handlar om att minnas sångtexter, ordspråk och talesätt medan andra är av typen bokstavslekar. Övningarna kan indelas i följande ämnesområden:

- Namn – datum – födelsedatum
- Geografi
- Historia – Politik
- Min egen historia
- Namn- och bokstavslekar
- Sångtexter
- Ordspråk och talesätt
- Fri skrivning
- Motsatsord
- Kalenderfrågor

Vid varje träff skrevs namn, dagens datum, veckodag och årtal. Ytterligare skrivövningar gjordes; antalet övningar och typ av övning bestämdes av "dagen och stunden". Namn och dagens datum skrevs mao flera gånger per övningstillfälle. Skrivövningarna har använts både för enskilda övningar och i gruppövningar. Samtliga skrivövningar redovisas i Bilaga 2.

3.1.3 Gruppövningar

Gruppövningarna var aldrig planerade utan växte fram. Det började med att någon eller några få deltog i någon övning. Detta lockade till sig fler deltagare allt eftersom. Innehållet och svårighetsgraden avgjordes av den befintliga gruppen. Övningarna gjordes en par gånger per månad och genomfördes i avdelningens samlingsrum så att alla som ville kunde medverka.

Gruppövningarna, som var både muntliga och skriftliga, bestod oftast i att tex fylla i fortsättning på känd sångtext, ordspråk och talesätt medan andra var av typen bokstavslekar. I många fall samarbetade de boende. Det handlade ofta om gissningslekar, där de boende skulle ange tex fåglar, fiskar, blommor, namn, bilar etc som började på en viss bokstav.

Vid vissa tillfällen var det lämpligt med högläsning. Även här avgjorde den befintliga gruppen vilka böcker som lästes. Korta roliga historier, sagt av små barn, romaner med korta kapitel och enkelt innehåll, böcker med fler bilder än text, böcker från Lättläst.

Vid flera tillfällen, t ex till eftermiddagskaffet, passade det att spontant be någon boende att läsa vidare ur den aktuella boken.

4. METOD

Denna kvalitativa studie, som baseras på individanpassad skriv- och läs- träning, syftade till att undersöka om man genom regelbunden, individuell träning kan bromsa upp försämringen vad gäller läs- och skrivförmågan hos personer med demenssjukdom.

För att kunna se hur läs- och skrivförmågan förändrades under projektiden arbetade jag fram ett bedömningsunderlag (Bilaga 1). Denna blankett gjordes tidigt, efter eget huvud, innan projektet startade. Bedömningsunderlaget baseras på de uppgifter som jag ansåg nödvändiga.

Samtliga övningar bedömdes efter en tregradig skala. För skrivövningarna bedömdes läsbarhet som 1/ Korrekt 2/ Förstås 3/ Obegripligt. För läsövningarna användes 1/ Flytande 2/ Stapplande 3/ Förståelse av innehållet.

På samma bedömningsunderlag noterades även datum, klockslag, uppgift, personens dagsform och motivation. Annat som noterades var förändringar i befintlig medicinering, eventuella avbrott i övningarna och dess orsak, tex besök eller trötthet.

Frånsett att bedömningsunderlaget fylldes i efter varje övning fördes dagbok där andra iakttagelser och observationer noterades tex. deras respons, kommentarer, kroppsspråk och miner etc. Den slutliga bedömningen baserades på genomförda skrivövningar, mina egna noteringar vid övningstillfället, bedömningsunderlaget, samt för person A även hans egna dagboksanteckningar.

4.1 Deltagare - urval

Vid projektstarten, oktober 2003, fanns nio boenden på avdelningen. Under projektets gång har 6 personer har flyttat in, 1 person har flyttat till annan avdelning och 5 personer har avlidit. Av de nyinflyttade bodde tre personer endast en kort tid innan de avled.

Till att börja med deltog tre personer i projektet. Dessa bedömdes vara lämpliga eftersom de inte var så långt gångna i sin sjukdom, dvs de förstod vad de skulle göra. En av dessa kunde efter en kort tid inte motiveras att fortsätta varken i projektet eller i några andra aktiviteter.

De övriga två, person A och person B, har deltagit under hela projektiden. För dessa har individuella övningar tagits fram, övningar efter vars och ens kunskapsnivå och förmåga. Person A och B gjorde vardera 99 respektive 78 skrivövningar under de ca 45 veckor som projektet pågick, dvs i genomsnitt ca 2 övningar per vecka.

I gruppövningarna som genomfördes har som mest sex personer varit med vid ett och samma gruppövningstillfälle. Här gjordes inget urval av deltagare utan alla som ville kunde spontant, efter förmåga, delta i övningarna. Några av de boende var för långt gångna i sin sjukdom för att över huvudtaget kunna delta.

Försök gjordes även med att få med andra boende från övriga avdelningar på Rognäsgården. Under andra förutsättningar hade detta varit möjligt. Det fanns dock inte tillräckligt med tid inom projektet för att lära känna personerna, den tid som behövs för att bygga upp en relation och ett förtroende.

4.2 Etiska överväganden

Innan projektet startade informerades anhöriga om projektets innehåll och syfte. Samtliga var positiva och intresserade och godkänner sina respektive boendes medverkan. Ett särskilt kontrakt skrevs mellan mig och anhöriga

till person A och person B, ett kontrakt som tillåter mig att visa och berätta om delar av det skrivna materialet. De har även haft möjlighet att ta del av rapportens innehåll för kommentarer.

4.3 Metodreflektion

Det var svårt att motivera till läsövningar. Idén var att de skulle läsa högt ur i förväg utvalda tidningsartiklar. De var intresserade av innehållet men föredrog alltid att jag läste för dem. Det gick bättre om läsningen gjordes så spontant som möjligt, att de själva fick läsa vad de ville ur dagens tidning. Det blev därmed inte möjligt att utvärdera läsövningarna.

Skrivövningarna fungerade bra men den tregradiga bedömningskalan ”korrekt - förstås – obegriplig” visade sig vara för snäv, och ändrades till en femgradig skala efter hand. Det var inte meningsfullt att bedöma om svaret var rätt eller fel eftersom de fick den hjälp som de behövde. Detta var nödvändigt för att det skulle vara roligt och lekfullt och för att de inte skulle tycka att det var för svårt.

5. RESULTAT

Presentationen av resultatet baserades på genomförda skrivövningar, mina egna dagboksnoteringar, bedömningsunderlaget, samt för person A även hans dagboksanteckningar.

5.1 Person A (okt 2003—okt 2004)

Född 1922

Inflyttad Hjortronmyren våren 2003

Demens av Lewy Body-typ, utredd våren 2003

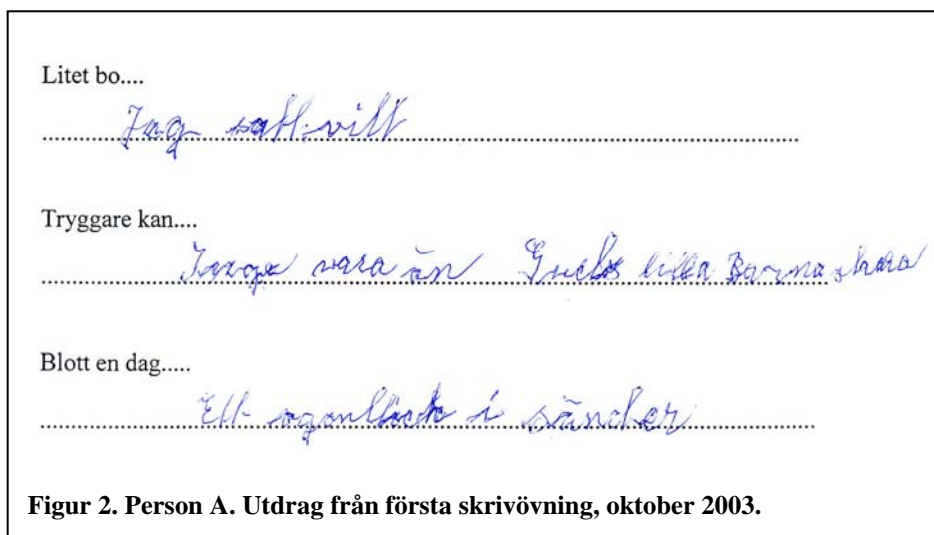
Demensskattning GBS-skalan: Mycket lite störd i sitt beteende 2003-10 och måttligt störd 2004-10.

Medicinförändring av betydelse 2004-09

5.1.1 Skrivning

Personen hade stora svårigheter att skriva i projektstarten pga okontrollerade ryckningar i armen. Pennan ”far iväg” som han själv uttryckte det. Han fick ont i armen av att skriva. Misstanke finns om att något cerebralt hade inträffat veckan före projektstarten.

Person A har, under hela projektiden, inga problem med att veta hur bokstäverna ser ut. Är motiverad och vill träna upp skrivförmågan. Namnteckningen och skrivandet utvecklas snabbt. Han har däremot aldrig varit någon ”skrivare” och stavar inte alltid rätt. Ett utdrag från hans första övning visas i Figur 2.



Han tränade flitigt på eget initiativ och började så småningom skriva egna dagboksanteckningar. Dessa utvecklades från att i början bestå av korta meningar till allt längre berättelser. Här skrevs också alltid dagens datum, vilket återknyter och påminner om tiden och nuet. Person A:s förbättrade tidsuppfattning visades av att han från att ha varit flera decennier fel nu kunde skriva rätt år och datum. Person A börjar så småningom även uttrycka egna känslor och tankar, skriver om händelser och diskussioner som ägt rum på avdelningen. Efter hand utvecklades förmågan att uttrycka sig i skrift.

I början av projekttiden frågade person A mig vad han skulle skriva men bara efter ett par månader skrev han helt på egen hand. Han var märkbart stolt över detta.

Senare började person A att hoppa över ord, vilket kanske berodde på att "tanken är snabbare än pennan". Han rättade ofta sig själv i efterhand och fyllde i saknade ord.

A förstår snabbt instruktioner och minns dessa, liksom svaren på övningarna. Likartade uppgifter löstes allt snabbare med tiden. Han ser fram emot skrivövningarna och frågar ofta när vi ska skriva igen.

Han är glad över att få visa vad han skrivit och växer av beröm och uppmuntran. A pratar ofta med andra boende, personal och anhöriga om skrivandet och visar gärna sina dagböcker. Till att börja uppskattas geografiövningarna allra mest. Ur en gammal skolatlas letar vi tillsammans upp städer, floder och berg som ingår i övningarna.

Efter hand blir bokstavsövningarna mest uppskattade, speciellt övningarna där det gäller att lista ut vilket namn som döljer sig bakom omkastade bokstäver. Ett exempel på skrivövning visas i Figur 3.

Datum 12.5.2004

	FLICKNAMN	POJKNAMN	STAD/LAND	DJUR
S	Sofia	Swante	Glockholms	Smigel
I	Iris	Ivan	Island	Igelkott
R	Rita	Ragnar	Rom	Rättor
A	Agda	Alfred	Spika	Syra
P	Pia	Patrik	Polen	Panter

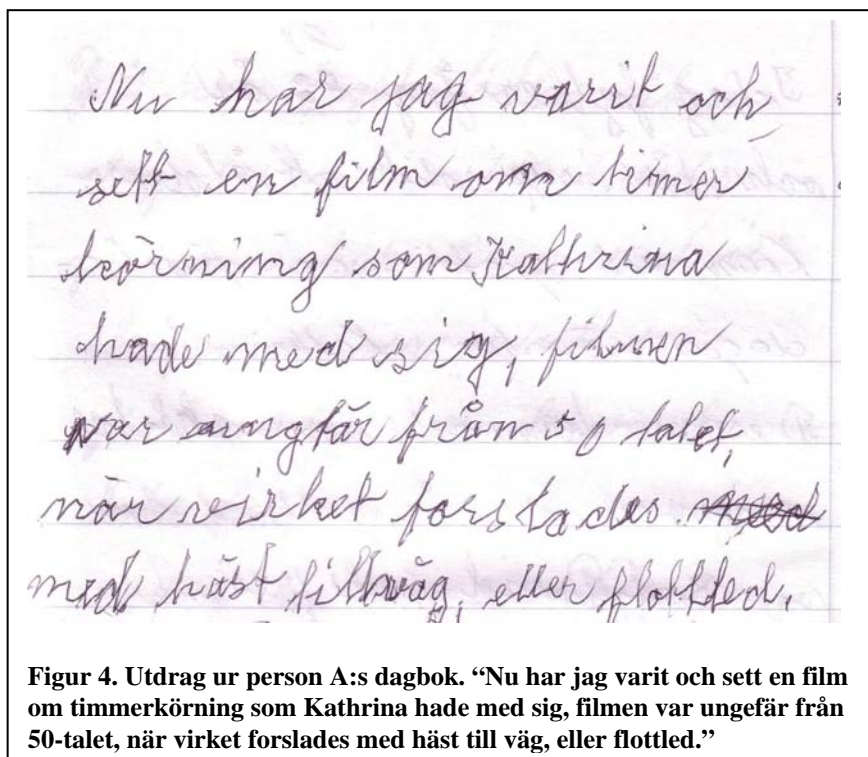
Figur 3. Person A. Exempel på skrivövning som dels innefattar att komma på flicknamn, pojknamn, städer/länder och djur som börjar på samma bokstav. Skrivövning från maj 2004.

Person A deltar ofta i gruppövningarna, samarbetar bra och tar ofta initiativ till att skriva ner gruppens svar. Han är mycket tacksam över skrivträningen, vilket han påpekar och skriver många gånger. Han är alltid lika glad och förväntansfull inför varje övning.

Person A är glad över allt han minns och kan. Många minnen väcks och berättarglädjen är stor. Efter att ha sett en film från 50-talet som handlade om skogsarbete och timmerkörning med häst visade han prov på sin ovanligt goda förmåga att uttrycka sig i skrift, se Figur 4.

Under semestertiden sommaren 2004 blev det ett uppehåll på ca 6 veckor. Skrivtillfällena blev få och det blev också allt glesare mellan hans dagboksanteckningar.

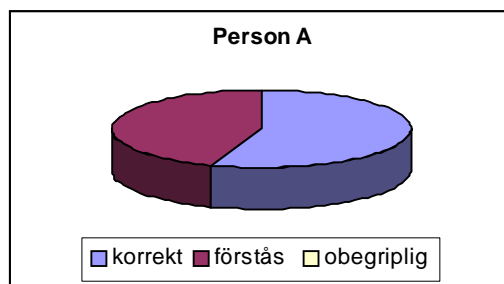
Han säger att han "har slöt till". Tänkbara förklaringar kan vara sjukdomens utveckling och/eller egen frånvaro och semester. Person A är dock fortfarande positiv till att skriva och gör alltid lika glatt och förväntansfullt våra gemensamma övningar.



Figur 4. Utdrag ur person A:s dagbok. "Nu har jag varit och sett en film om timmerkörning som Kathrina hade med sig, filmen var ungefär från 50-talet, när virket forslades med häst till väg, eller flottled."

Under augusti 2004 sker en märkbar försämring i A:s tillstånd. Han är okoncentrerad, har vanföreställningar och stor inbillningsförmåga. Hans oro och ångest gör att många av våra tänkta skrivövningar istället blir till en stunds samtal eller promenad. Han är inte lika social som tidigare och väljer nu ofta att vara ensam på sitt rum för att vila och sova.

Nu kommer han inte längre ihåg svar på skrivövningar som han tidigare kunnat. Det tar längre tid att lösa problem, t ex vid bokstavslekarna. Han förstår dock fortfarande instruktioner och klarar fortfarande att skriva, kan samtliga bokstäver.



Resultat av person A:s skrivövningar sammanfattas i Figur 5 och Figur 6. Figur 5 visar att mer än hälften av genomförda övningarna var helt korrekta. Person A presterade bra och skrivövningen var inte obegriplig vid något enda tillfälle. Det bör understrykas att projektledaren aldrig korrigerade stavfel eller annat i skrivövningarna, om inte deltagaren själv bad om hjälp.

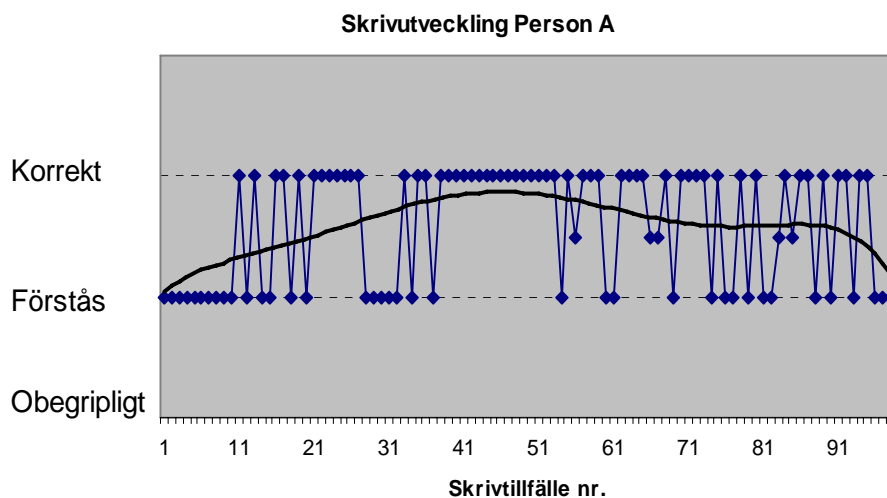
Figur 5. Av person A:s totalt 99 skrivövningar var 55% korrekta, 45% kan förstås och ingen var obegriplig.

Resultat av person A:s skrivövningar sammanfattas i Figur 5 och Figur 6. Figur 5 visar att mer än hälften av genomförda övningarna var helt korrekta. Person A presterade bra och skrivövningen var inte obegriplig vid något enda tillfälle. Det bör understrykas att projektledaren aldrig korrigerade stavfel eller annat i skrivövningarna, om inte deltagaren själv bad om hjälp.

Figur 6 visar ännu tydligare behovet av att använda en mjukare skala då skrivövningarna ska bedömas. Därför har här en femgradig skala använts, dvs. "nästan korrekt" och "nästan förståeligt" finns också med.

Av Figur 6 framgår att de första skrivövningarna kunde läsas och förstås men att det krävdes 10 övningar innan helt korrekta resultat uppnåddes.

Därefter varierade resultatet efter dagsformen. I mitten av perioden finns en lång period med helt korrekta övningar. Mot slutet, efter augusti 2004, kan man se en tydlig försämring.



Figur 6. Person A:s skrivutveckling under projektåret, okt 2003 - okt 2004. Under denna tid genomfördes 99 skrivövningar. Eftersom övningarna gjordes ca en gång per vecka indikerar kurvan person A:s individuella utveckling under försökstiden. Den blå kurvan visar "mätvärden" medan den mjuka kurvan visar ett slags medelvärde för hur skrivningen utvecklats.

Kommentarer från person A:

- Tiden går så mycket fortare när man skriver, man har alltid något att göra
- Märker du så snabbt jag tänker ut svaren?
- Madrid, det ligger ju i Spanien, det har vi skrivit! (kommentar vid nyhetssändning efter terroristattacken när staden Madrid nämns)

5.1.2 Läsning

Till att börja med läser vi och samtalar kring artiklar, utvalda efter personens intresseområden och läsförmåga. Person A har inga problem att läsa eller att förstå innehållet. Klarar av att komma ihåg hela artikeln (från början till slut) och att hålla "tråden i samtalet".

Läsövningar ändrade med tiden form och omfattade senare följande skrifter:

- 8 Sidor; Nyhetstidning, veckotidning, utgiven av projektet Lättläst. Person A tycker att detta är en bra och lättläst tidning. Läser och reflekterar över vad som står och minns tidigare händelser och sammanhang..
- Jakt- och Fisketidning; läser flytande, förstår och kommenterar innehållet.
- Illustrerad vetenskap, utvalda nummer efter hans intresseområden
- Valda delar ur olika böcker om krig och kungar
- Historieböcker, en bok från Lättläst förlaget, 1900-talet i ord och bild

Under augusti 2004 avtar läslusten. Person A har fortfarande inga läs- eller förståelseproblem men är okoncentrerad och orolig. Därefter läser han inte längre på egen hand, men tillsammans läser vi bl a "8 Sidor" med stor behållning.

5.2 Person B (okt 2003—okt 2004):

Född 1922

Inflyttad till Hjortronmyren våren 2001

Demens av Alzheimer typ, utredd febr 2001

Demensskattning GBS-skalan: Måttligt störd 2003-10 och svårt störd 2004-10

5.2.1 Skrivning

Personen hade stora svårigheter att skriva i projektstarten. Han håller krampaktigt i pennan, trycker hårt på pappret och blir lätt stressad och nervös.

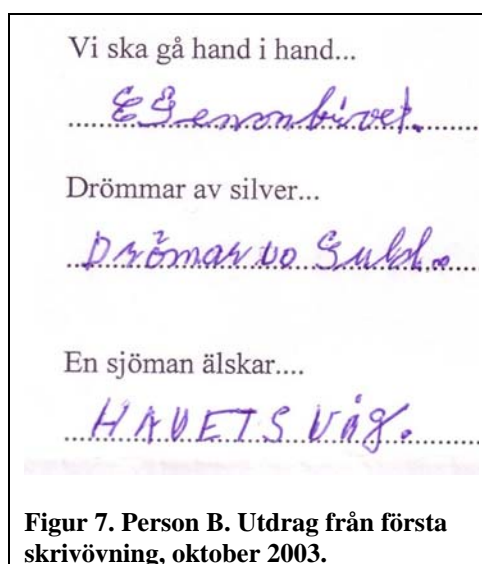
Person B har fått enklare skrivövningar med korta ord. I oktober 2003 var han glad, positiv och motiverad. Skrattar ofta, tycker det är roligt, men vill att detta ska vara en sak mellan oss två. Vi gör ca 2 skrivövningar vid varje övningstillfälle.

Vid det första skrivtillfället i oktober 2003 var namnteckningen svårtydd. Han blandar också skrivstil och textat. Ett utdrag från den första skrivövningen visas i Figur 7. Alla övningar har två moment, dels att förstå vad som ska skrivas och sedan att skriva svaret.

Inom kort utvecklades skrivningen och namnteckningen skrivs utan tvekan, rätt stavat, snabbt och med en vacker handstil. Genom att jämföra Figurerna 7 och 8 framgår att handstilen utvecklats markant.

Han är mycket belåten över att det går så bra att skriva. Pratar nu om skrivandet med andra boende, frågar om de också skriver och säger att det är nyttigt och viktigt att skriva. Person B frågar, för första gången, när vi ska skriva nästa gång. Han tycker att det är länge sedan sist. Person B klarade av att orientera sig i tiden dels genom att ta reda på dagens datum från en dagstidning samt genom att markera varje dag med ett kryss i almanackan.

Person B blev under projekttiden alltmer okoncentrerad och irriterad över sin omgivning. Det är viktigt för honom att ha fasta rutiner. Han reagerar med svettning och/eller darrning när invanda rutiner bryts på minsta sätt.



Figur 7. Person B. Utdrag från första skrivövning, oktober 2003.

Han hoppar över allt fler bokstäver, kommer inte ihåg hur bokstäverna ser ut. I början klarade person B att skriva genom att titta på hur projektledaren skrev bokstäverna. Efter halva försökstiden (april 2004) kunde inte B göra detta.

Då gjordes mer anpassade övningar där svaret fanns skrivet på skrivövningarna. Genom att se det tryckta ordet kom personen lättare ihåg hur bokstäverna såg ut i skriven form.

Datum..... 4-6-2004

ORDSPRÅK

ARG SOM ETT..... Bi.

LISTIG SOM EN..... Bär.

FLITIG SOM EN..... Mywa

FROM SOM ETT..... hamn

Figur 8. Person B. Med tiden blev stilen allt säkrare och flytande. Dagens datum skrevs i varje övning.

Datum..... 4-10-2004

GEOGRAFI, skriv landet

STOCKHOLM..... Stockholm

OSLO..... Norge.

ROM..... Italien.

KÖPENHAMN..... Danmark.

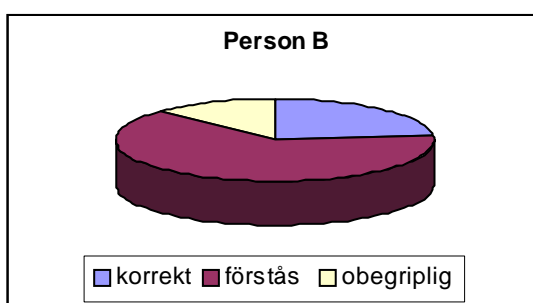
HELSINGFORS..... Finland

PARIS..... Paris.

Figur 9. Person B. I slutet av försöksperioden blev det allt svårare att klara de uppgifter som han tidigare gjort.

Figur 9 visar en övning där svaret är givet längst till höger (syns ej i figuren). Trots detta har person B svårt att veta vad han ska skriva. Man kan även se att stilen inte är lika säker som tidigare, se Figur 8.

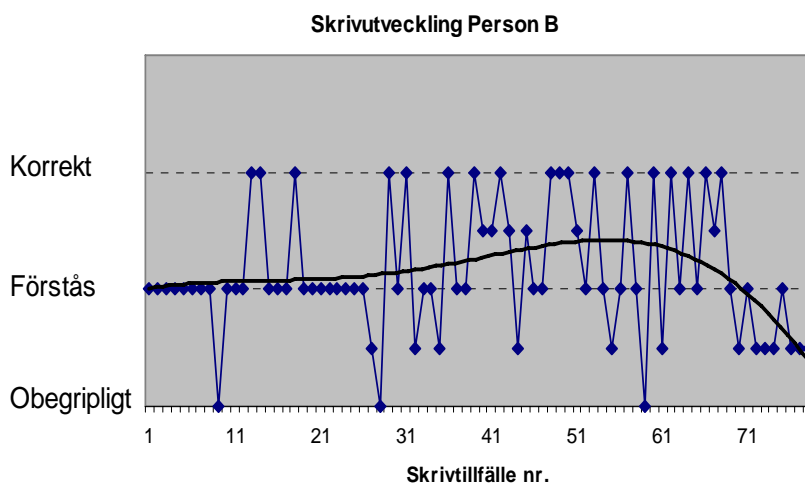
Person B har vid få tillfällen deltagit i gruppövningar och då endast vid muntliga övningar. Noterar att person B lätt blir stressad och det sker en klar försämring i både skrivande och läsande vid dessa tillfällen. Han blir mycket belåten över beröm.



Figur 10. Av person B:s totalt 78 skrivövningar var 23% korrekta, 64% kan förstås och 13% var obegripliga.

Resultat av person B:s skrivövningar sammanfattas i Figur 10 och Figur 11. Figur 10 visar att 87 % av genomförda övningarna kunde förstås eller var helt korrekta. I några fall presterade person B sämre och skrivövningen var ej begriplig. Han var okoncentrerad och orolig från mitten av försöksperioden.

Detta framgår tydligare av Figur 11 som visar utvecklingen under hela försöksperioden. Av Figur 11 framgår att de första skrivövningarna gick att förstås men att det krävdes ca 10 övningar innan helt korrekta resultat uppnåddes. Därefter blev resultaten sämre. I mitten av perioden gjordes nya övningar som var bättre anpassade till person B, se tidigare under detta avsnitt. Dessa övningar klarades bra under en lång tid men, efter augusti 2004, kan man se en tydlig försämring.



Figur 11. Person B:s skrivutveckling under projektåret, okt 2003 - okt 2004. Under denna tid genomfördes 78 skrivövningar. Eftersom övningarna gjordes ca en gång per vecka indikerar kurvan person A:s individuella utveckling under försökstiden. Den blå kurvan visar "mätvärden" medan den mjuka kurvan visar ett slags medelvärde för hur skrivningen utvecklats.

Kommentar från person B:

- Viktigt kunna skriva namnet ifall man behöver ta en växel
- Det här är ju lattjo
- Jag har tjuvtränat!
- Vi borde träna varje dag!
- Man har ju något att göra och dessutom är det ju roligt
- Hemskt om man inte kan skriva, man måste ju åtminstone kunna skriva namnet

5.2.2 Läsning

Läsningen utgick från urklippta artiklar som vi både läste och pratade om. Såg att jag fick bättre resultat ifall vi läste den tidning som person B hade på sitt bord. Person B blev dessutom glad över mitt intresse och min vilja att läsa tidningen. Till att börja med läste person B sakta men flytande, innehållet förstods endast vid några tillfällen. Sedan 2004-01 blev läsandet mer och mer hackigt, person B valde att läsa enbart rubriker, valde bort övrig text. Förstod inte ordens betydelse vilket orsakade många missförstånd. Person B blev alltmer upprörd över vad som hände i världen,

”människorna är inte kloka längre”. Språket är fortfarande korrekt men innebörden av orden har till stor del försvunnit.

5.3 Övriga

Person 1

Blodkärlsdemens, blir mycket lätt distraherad.

Person 1 har deltagit vid flera gruppövningar, såväl skriftliga som muntliga.

2003-10. Tar pennan och skriver sitt namn sakta men säkert. Liknar ett vackert broderi. Pratar om att han ofta skrev brev förr i tiden. Han fortsätter att skriva namn på föräldrar, barn, make och syskon.

En undersköterska kommer in i köket och frågar vad hans mamma hette, svaret blir; - Vänta då så ska du få se. Person 1 skriver sin mors namn som svar på frågan och fortsätter sedan med skrivandet.

En annan boende sätter sig vid bordet och frågar: Vad heter du? Person 1 svarar - Vänta så ska vi se, han tittar på det han skrivit och svarar. Skrattar sedan åt det komiska i att han var tvungen läsa sitt skrivna namn – som om jag inte vet vad jag heter!

Person 1 frågar ibland efter ”våra roliga övningar”. Han är allmänbildad och kunnig och har haft stor behållning av dessa övningar

Person 2

Demens av Alzheimerstyp, svårt dement

2003-10. Tar utan tvekan tag i pennan. Han störs av sin kofta, ärmen är uppvikta runt handleden och irriterar. Textar hela sitt namn och blir väldigt nöjd över resultatet.

Person 2 deltar inte i några övningar. Han skriver emellertid sitt namn vid enstaka tillfällen under projektiden.

Person 3

Demens av Alzheimerstyp, mycket lite störd i sitt beteende

Utredd och inflyttad under början av 2003.

Person 3 är allmänbildad och kunnig. Han är glad och förväntansfull inför skrivstarten och skriver utan några som helst problem.

Redan efter en månad blir han missmodig och vill inte skriva. Han frågar mig vad detta ska tjäna till. Han är mycket bestämd i sin uppfattning och svärmotiverad till all övrig aktivitet. Säger att det är för surrigt på avdelningen för att han ska kunna få ro till att skriva.

De påbörjade enskilda skrivövningarna avslutas under november 2003. Person 3 fortsätter dock att delta i gruppövningarna, både muntliga och skriftliga. Då tar han ofta pennan och skriver ”för gruppen”.

Person 4

Frontallobsdemens, svårt dement

Inget språk, går ej kommunicera med, har beteendemässiga störningar. Då han får papper och penna blir han lugnare, skriver mycket darrigt men med stor koncentration, skriver samma sak flera gånger i följd. Han sitter ofta i sin fåtölj med papper och penna/kritor.

6. REFLEKTIONER OCH SLUTSATSER

Syftet med studien var att få kunskap om det är möjligt att genom individuella regelbundna övningar, bromsa upp försämringen vad gäller skriv- och läsförmågan hos personer med demenssjukdom.

På grund det låga deltagarantalet kan inga långtgående slutsatser dras av genomförda övningar. Resultatet visar dock i enlighet med andra studier att sjukdomstillståndet hos Alzheimerspatienter kan förbättras med intellektuell stimulans. Genomförda läs- och skrivövningar visade således att personer med demenssjukdomar kan återvinna delvis dolda kunskaper. Detta kan förstås som ett resultat av skrivövningarna men kanske även av att deltagarna blev sedda och bekräftade genom att delta i regelbunda övningar och samtal.

Det var nödvändigt att individanpassa läs- och skrivövningarna då sjukdomsbilden var olika i starten med försämring under projektiden. För person A, som i starten har en mycket liten demensutveckling, gick skrivutvecklingen relativt snabbt uppåt för att så småningom bli helt korrekt. Person B som har mer utvecklad sjukdomsbild behövde betydligt fler övningstillfällen innan skrivförmågan förbättrades, se Figur 6 och Figur 11. Detta visar att var än personen finns i demensutvecklingen kan denna arbetsmetod vara av stor betydelse. En annan slutsats är att dessa övningar kräver kontinuitet med regelbunden skriv- och lästräning.

För de båda personer som medverkade hela projektiden i både läs- och skrivövningar var starten ganska besvärlig. De hade problem med att kunna skriva, både vad gäller motorik och kunskapen i sig, men efter hand gjordes stora framsteg. Mot slutet av perioden blev resultatet sämre, vilket kan ha flera orsaker tex att demenssjukdomen fortskred, medicinska förändringar men också det sex veckor långa uppehållet under juni-juli kan ha haft inverkan.

Andra, märkbara men mer svårsmätbara effekter kunde iakttagas både av projektledare, kollegor och anhöriga. Detta handlade om ökad självkänsla, ökat välbefinnande och ökad trivsel, dvs ökad livskvalitet i nuet. Från att inte veta ens vilket år det var och att inte kunna skriva sitt namn kunde deltagarna efter en tid skriva dagens datum och dessutom kom deras "gamla" rätt drivna handstil fram. Både dessa färdigheter visade sig vara mycket viktiga för deras självkänsla och välbefinnande. Deras stolthet och motivation visade sig bl a med uttrycket att "man måste ju kunna skriva sitt namn för att kunna ta en växel". En annan deltagare började skriva dagbok och här kan man se en häpnadsväckande språklig utveckling.

En erfarenhet av projektet är att övningarna måste ha rätt svårighetsgrad dvs varken vara för enkla ej heller för svåra. Stimulans, beröm och uppmuntran är nödvändigt även de dagar då resultatet ej blir bra. Övningarna kräver också att det finnas en uppbyggd relation mellan parterna för att hitta nycklarna till deras gamla kunskaper. Då blir det lättare att förstå varandra och skapa en lyckad konversation.

Många av de gamla skolkunskaperna fanns kvar. Det märktes tydligt i de geografiska övningarna. Dessa innefattade allt från lokal geografi (var bor vi nu) till städer, länder, floder, berg mm. Här har kartboken varit ett intressant och välkommet inslag. Detsamma gäller historiska och politiska återblickar som ger många minnen och tankar. Detta överensstämmer med andra studier som visar att denna typ av faktakunskaper är överinlärda och finns bevarade i det s.k. semantiska minnet, problemet är bara att kunna plocka fram och minnas dem.⁸

Det var viktigt för deltagarna att kunna skriva sitt namn och de kände stolthet över detta. En annan viktig sak var att vid varje övningstillfälle skriva dagens datum. Till att börja med var de flera decennier fel i tiden men efter en tid kunde de bättre orientera sig i tiden.

”Fylleriövningar” av olika slag i form av att skriva fortsättningen på kända sångtexter, ordspråk, talesätt, motsatsord liksom kalenderfrågorna har varit populära. Dessa kan med fördel användas i gruppövningar. Allra mest uppskattade var namn- och bokstavslekarna. Dessa användes såväl enskilt som i grupp.

Högläsning sker ofta vid eftermiddagskaffet. Denna måste anpassas till de som lyssnar och även till deras dagsform. Den bok som roade och glädde mest var ”En naken karl”⁹. Den har ett enkelt språk, är roligt illustrerad och har en historia som de lätt kunde förstå.

Många påbörjade lästunder blir avbrutna på grund av att någon av de boende stör de övriga i sådan omfattning att de inte kan tillgodogöra sig innehållet. Trots detta har flera trevliga lästunder genomförts med efterföljande samtal, reflektioner och kommentarer om innehållet. Ibland har det passat att någon av de boende själva har läst. Detta är emellertid ofta svårt då övriga boende ohämmat kritiserar läsningen, t ex att det går för sakta eller att läsningen är för stapplig. Erfarenheten är att denna form av lästräning bör ske enskilt för undvikande av sårande kommentarer från övriga boende.

Gruppövningarna hade stor betydelse. Förutom att uppgifterna stimulerade tankeverksamheten fick de bra kontakt genom samarbete och samtal kring uppgiften. Det utkristalliserade sig snabbt en ledare för gruppen som tog ansvar för att läsa upp frågorna och skriva ner svaren. Detta blev ett naturligt skrivtillfälle för de som normalt inte kunde motiveras till enskilt skrivande. Problem uppkom då någon ville skriva utan att klara av det. Gruppen löste detta med att någon annan förtydligade skrivningen, ovanför det redan skrivna. En annan iakttagelse var att grupper som fått lyckade resultat ofta sökte sig till varandra för fortsatt samarbete samtidigt som de inte uteslöt andra från att delta.

⁸ Basun H, Ekman S-L (1999)

⁹ Werkmäster, J (1998)

För de personer som deltagit i de enskilda skriv- och läsövningarna blev gruppövningarna tillfällen då de fick visa vad de kunde. Person A valde ofta att arbeta själv eftersom han mindes svaren på frågorna. ”Det här är ju lätt, det här har jag gjort flera gånger”, sa han stolt inför övriga deltagare. Person A hjälpte gärna övriga grupper med rätt svar. Person B deltog ofta i gruppövningarna men skrev aldrig, påpekade dock ofta för övriga hur viktigt det är att träna –”man måste ju kunna skriva!” Person B kunde svaren på flera frågor, skrattade ofta åt övriga ”som nu också skulle tränas”.

Eftersom deltagarnas sjukdom, som väntat, fortskred under projektets gång är det svårt att bedöma betydelsen av projektet. Ett annat problem är att det dessutom krävs ett ökande och mer varierat stöd med ökande demensgrad, då förmågan att utnyttja stöd samtidigt minskar.

Följande framsteg kunde noteras hos deltagarna:

- Förbättrad skrivförmåga.
Till att börja med förbättrades skrivförmågan avsevärt. Mot slutet av perioden har den försämrats även om den ännu är bättre än vid starten.
- Förbättrad tidsuppfattning
- Förbättrat minne - kommer ihåg svaren på tidigare övningar
Till att börja med förbättrades minnet avsevärt. Mot slutet av perioden har det försämrats på samma sätt som skrivförmågan även om den fortfarande är bättre än vid starten.
- Förbättrad förmåga att lösa problem tex vid nya bokstavsövningar (kasta om bokstäver, bilda namn)
- Gruppövningarna skapade gemenskap och samarbete
- Läsövningarna var besvärliga att genomföra i grupp men med rätt bok vid rätt tillfälle uppkom trevliga lässtunder.
- Enskilda lässtunder är att rekommendera.
- I allmänhet visade deltagarna uppskattning, glädje och tacksamhet vid övningstillfällena.

7. FORTSATT ARBETE

En naturlig fortsättning på genomfört projekt vore att genomföra ett liknande arbete med större grupper. Utgångspunkten bör vara de erfarenheter och slutsatser som dragits av försöket på Rognäsårdens demensboende.

Redan framtaget övningsmaterial och erfarenheter bör vidareutvecklas både innan och under det nya projektets gång. Arbetet bör göras i samarbete med flera äldreboenden och bör pågå under en längre tidsperiod, lämpligen under flera år, för att man ska kunna dra säkrare slutsatser om hur läs- och skrivövningar inverkar på välbefinnande och livskvalitet hos personer med demenssjukdomar.

8. REFERENSER

Basun H, Ekman S-L, Englund E, Gustafson L, Lannfeldt L, Nygård L, Terzis B, Wahlund L-O (1999). *Om demens*, Förlag Hagman, Solna

Bråne G (1997). *Att bedöma demens med GBS - skalan*. Natur och Kultur

Piteå kommun. Socialtjänsten (2004). *Verksamhetsplaner2004* sid 74.

Werkmäster, J (1998). *En naken karl*. LL-förlaget sid 64

Zingmark K (2003). *Noteringar från föredrag av K Zingmark*, Roknäsgården, 3 september 2003.

Webadresser:

Norrkunska Demensutbildning

<http://www.norrkunska.se/alznytt20010813.htm>

Piteå kommun (2004)

http://www.pitea.se/kommun/social/aldreomsorg/aldreboende_roknasgard_en.html

Reinberg S (2003). *New Technique Can Help Dyslexic Kids Read Better*.

<http://www.healthfinder.gov/news/newsstory.asp?docID=517414>

SVT Text 13 feb 2004

<http://svt.se/svt/jsp/Crosslink.jsp?a=175966>

LÄSTIPS – Bakgrundsmaterial

- Almberg, B, Jansson W *Fånga stunden - Hur man bemöter och förhåller sig till personer med demens.* Liber AB (1994)
- Bayley, J *Iris – en sorgesång.* Bonnier förlagen (1999)
- Cedersund, E, Nilholm, C *Samtal i äldreomsorgen – Samspelet mellan omsorgspersonal och äldre med Alzheimers sjukdom.* Studentlitteratur, Lund (2000)
- Cobbold Hjärne, M *Guppy till kvällsmat.* Bonniers Förlag AB, Stockholm (1993)
- Dencher, S.J *Alzheimer och senildemens - en handbok.* DEMA hälsa (1992)
- Dömstedt, T *Kärlek på dagcenter,* LL-förlaget (2001)
- Dömstedt, T *På rymmen från dagcenter,* LL-förlaget (1999)
- Edberg, A-K (red.) *Att möta personer med demens,* Studentlitteratur, Lund (2002)
- Fant, M *Att bli mamma till sin mamma.* Natur och Kultur (1988)
- Fant, M *De sista åren.* Natur och Kultur, (1991)
- Holme, I.M, Krohn Solvang, B *Forskningsmetodik. Om kvalitativa och kvantitativa metoder.* Studentlitteratur, Lund (1996).
- Isaksson, U *Boken om E.* Bonniers Förlag AB (1994)
- Lagerlöf, S *Tösen från Stormyrtorpet.* LL-förlaget (1999)
- Norberg, A, Zingmark, K, Nilsson, L *Att vara dement, människa instängd i trasig hjärna.* Bonnier utbildning, Stockholm (1994)
- Nystrand, A *Demens, Apoteken informerar om sjukdom och hälsa, nr 11.* Apoteksbolaget (1994)
- Powell, L.S, Courtice, K *Alzheimer: De anhörigas sjukdom.* Prisma (1990)
- Zingmark, K *Experiences related to home in people with Alzheimer's disease*
Umeå University Medical Dissertation, New series No 700-ISSN 0346-6612-ISBN 91-7191-934-1 (2000)

Rapporter från FoU-enheten i Piteå älvadal

- Rapport nr 2, 2001 *Att leva med en demenssjuk person*
- Rapport nr 4, 2002 *Ökat stöd i hemmet till äldre med demenssjukdom och deras anhöriga*
- Rapport nr 5, 2002 *Att förbättra vardagen för demenssjuka i kommunalt särskilt boende*

SAMMANSTÄLLNING SKRIVÖVNINGAR, BILAGA 2

Ämnesområden	Övningsuppgift nr:
o Namn – datum – födelsedatum	1
o Geografi	2, 18, 21, 22, 23, 24, 25, 26, 40
o Historia - Politik	17, 27, 28, 36, 37
o Min egen historia	3, 4, 33, 34, 35
o Namn och bokstavslekar	13, 14, 15, 16, 19, 20, 29, 30, 31, 32
o Sångtexter	5, 6
o Ordspråk och talesätt	12, 38
o Fri skrivning	7, 8, 9
o Motsatsord	10, 39
o Kalenderfrågor	11

Kathrina Nordell
Roknäsgården

Övningsuppgifter

SKRIVÖVNING

BEDÖMNING, max 9 p

Veckodag: _____

Dagens datum: _____

År: _____

Namn: _____

Född den: _____

Kathrina Nordell
Roknäsgården

Uppgift 1

BILAGA 2

SKRIVÖVNING

BEDÖMNING, max 2 p

Var bor vi nu?

Roknäsgården

Hjortronmyren

Kathrina Nordell
Roknäsgården

Uppgift 2

BILAGA 2

SKRIVÖVNING

BEDÖMNING, max 8 p

Hela familjen

Mitt namn: _____

Fru/makens namn: _____

Barnens namn: _____

Barnbarnens namn: _____

max 2 p oberoende av antal

Kathrina Nordell
Roknäsgården

Uppgift 3

BILAGA 2

SKRIVÖVNING
BEDÖMNING, max 4 p

Föräldrarnas namn

Fars namn: _____

Mors namn: _____

Kathrina Nordell
Roknäsgården

Uppgift 4

BILAGA 2

SKRIVÖVNING
BEDÖMNING, max 23 p

Namn _____

Datum _____

Vi ska gå hand i hand... _____

Drömmar av silver... _____

En sjöman älskar.... _____

Du gamla du fria.... _____

Litet bo.... _____

Tryggare kan.... _____

Blott en dag _____

Kathrina Nordell
Roknäsgården

Uppgift 5

BILAGA 2

SKRIVÖVNING
BEDÖMNING, max 14 p

Namn _____

Datum _____

Jag har hört om en stad _____

Man ska leva _____

Se Svarte Rudolf _____

Vem kan segla _____

Vad jag drömt om dig _____

Den första gång jag såg dig _____

Kathrina Nordell
Roknäsgården

Uppgift 6

BILAGA 2

SKRIVÖVNING
BEDÖMNING 1 p/ ord, max 15 p

Fri skrivning
Ämne "Tankar för dagen"

Kathrina Nordell
Roknäsgården

Uppgift 7

BILAGA 2

SKRIVÖVNING
BEDÖMNING 1 p / ord

Namn _____

Datum _____

Ordspråk

Tyst som en _____

Klok som en _____

Vit som _____

Hal som en _____

Stark som en _____

Ful som _____

Rik som ett _____

Arg som ett _____

Frisk som en _____

Glad som en _____

Kathrina Nordell
Roknäsgården

Uppgift 12

BILAGA 2

SKRIVÖVNING
BEDÖMNING, max 10 p eller 1 p /namn

Skriv flicknamn som börjar på bokstaven _____

Kathrina Nordell
Roknäsgården

Uppgift 13

BILAGA 2

SKRIVÖVNING
BEDÖMNING, max 10 p, eller 1 p / namn

Skriv pojknamn som börjar på bokstaven _____

Kathrina Nordell
Roknäsgården

Uppgift 14

BILAGA 2

SKRIVÖVNING
BEDÖMNING, 1 p / namn

Namn _____

Datum _____

Kasta om bokstäverna – hitta ett pojknamn

L I N S _____

T O T O _____

K E R I _____

F L O R _____

N Y V E G _____

T O R B E R _____

A V I R _____

Kathrina Nordell
Roknäsgården

Uppgift 15

BILAGA 2**SKRIVÖVNING**
BEDÖMNING, 1 p / namn

Namn _____

Datum _____

Kasta om bokstäverna – hitta ett flicknamn

GNIA _____

ASIL _____

RAKNI _____

JASON _____

ABBORR _____

VESA _____

HITED _____

ATTRIB _____

Kathrina Nordell
Roknäsgården

Uppgift 16

BILAGA 2**SKRIVÖVNING**
BEDÖMNING, 1 p / namn

Namn _____

Datum _____

Vilka namn hör ihop?

KARIN _____ ERLANDER _____

OLAUS _____ MÅNSDOTTER _____

KRISTIAN _____ HÅRFAGER _____

HARALD _____ VASA _____

GUSTAV _____ PETRI _____

TAGE _____ TYRANN _____

Kathrina Nordell
Roknäsgården

Uppgift 17

BILAGA 2**SKRIVÖVNING**
BEDÖMNING, 1 p / land

Namn _____

Datum _____

Geografi, skriv landet

STOCKHOLM _____

OSLO _____

ROM _____

KÖPENHAMN _____

HELSINGFORS _____

PARIS _____

BERLIN _____

MADRID _____

AMSTERDAM _____

NEW YORK _____

PEKING _____

Kathrina Nordell
Roknäsgården

Uppgift 18

BILAGA 2**SKRIVÖVNING**
BEDÖMNING, 1 p / namn

Namn _____

Datum _____

	FLICKNAMN	POJKNAMN	STAD/LAND	BJUR
	K			
	A			
	N			
	E			
	L			

Uppgift 19

Kathrina Nordell
Roknäsgården

SKRIVÖVNING
BEDÖMNING, 1 p / namn

Namn _____
Datum _____

	FLICKNAMN	POJKNAMN	STADLAND	DJUR
S				
I				
R				
A				
P				

Uppgift 20

Kathrina Nordell
Roknäsgården

SKRIVÖVNING
BEDÖMNING, 1 p / stad

Namn _____
Datum _____

Geografi – Vilka länder och städer hör ihop?

Grekland _____ Budapest
 Storbritannien _____ Helsingfors
 Polen _____ Reykjavik
 Ungern _____ Köpenhamn
 Island _____ London
 Danmark _____ Warszawa
 Finland _____ Athen
 Spanien _____ Paris
 Frankrike _____ Madrid

Kathrina Nordell
Roknäsgården

Uppgift 21

SKRIVÖVNING
BEDÖMNING, 1 p / stad

Namn _____
Datum _____

Geografi – Vilka länder och städer hör ihop?

Japan _____ Hanoi
 Turkiet _____ Delhi
 Israel _____ Tokyo
 Indien _____ Ankara
 Vietnam _____ Teheran
 Iran _____ Jerusalem

Till vilken världsdel hör dessa länder?

Kathrina Nordell
Roknäsgården

Uppgift 22

SKRIVÖVNING
BEDÖMNING, 1 p / land

Namn _____
Datum _____

Geografi – Vilka floder och länder hör ihop?

Amazonfloden _____ Afrika
 Mississippi _____ Ryssland (Sovjetunionen)
 Volga _____ Kina
 Ganges _____ Irak mfl länder
 Yangtze-kiang _____ Sydamerika
 Nilen _____ Nordamerika
 Kongo _____ Indien
 Eufrat/Tigris _____ Afrika

Kathrina Nordell
Roknäsgården

Uppgift 23

BILAGA 2**SKRIVÖVNING**

BEDÖMNING, 1 p / världsdel

Namn _____

Datum _____

Geografi**Rätt svar**Sahara _____ AfrikaUralbergen _____ Ryssland (Sovjetunionen)Kilimanjaro _____ AfrikaAnderna _____ SydamerikaHimalaya _____ Indien/TibetAtlasbergen _____ AfrikaKathrina Nordell
Roknäsgården**Uppgift 24****BILAGA 2****SKRIVÖVNING**

BEDÖMNING, 1 p / stad

Namn _____

Datum _____

Geografi / Sveriges län**Rätt svar**Norrbottnens län _____ LuleåVästerbottnens län _____ UmeåVästernorrlands län _____ HärnösandJämtlands län _____ ÖstersundGävleborgs län _____ GävleKopparbergs län _____ FalunUppsala län _____ UppsalaStockholms län _____ StockholmVästmanlands län _____ VästeråsVärmlands län _____ KarlstadÖrebro län _____ ÖrebroSödermanlands län _____ NyköpingKathrina Nordell
Roknäsgården**Uppgift 25****BILAGA 2****SKRIVÖVNING**

BEDÖMNING, 1 p / stad

Namn _____

Datum _____

Geografi / Sveriges län**Rätt svar**Östergötlands län _____ LinköpingSkaraborgs län _____ MariestadGöteborg och Bohus län _____ GöteborgJönköpings län _____ JönköpingKalmar län _____ KalmarGotlands län _____ VisbyKronobergs län _____ VäxjöHallands län _____ HalmstadBlekinges län _____ KarlskronaKristianstads län _____ KristianstadMalmöhus län _____ MalmöKathrina Nordell
Roknäsgården**Uppgift 26****BILAGA 2****SKRIVÖVNING**

BEDÖMNING, 1 p / rätt

Namn _____

Datum _____

HistoriaI vilket land var Nasser president _____Vilken av Jesu lärjungar hade en penningpung som symbol? _____Vem ledde revolutionen på Kuba 1959? _____Vem besegrade Goliat? _____Vad förlorade Simson när håret klipptes av _____Vilken svensk kung dog 1632? _____Från vilket land kom vallonerna? _____Kathrina Nordell
Roknäsgården**Uppgift 27**

BILAGA 2**SKRIVÖVNING**
BEDÖMNING, 1 p / rätt

Namn _____

Datum _____

HistoriaVem spikade upp 95 teser på slottskyrkoporten i Wittenberg?
_____På vilket berg mottog Moses stentavlorna?
_____Vad hette fartyget som sjönk den 24 april 1912?
_____Var fälldes den första atombomben?
_____Vilket parti tillhörde Hjalmar Branting?
_____Kathrina Nordell
Roknäsgården

Uppgift 28

BILAGA 2**SKRIVÖVNING**
BEDÖMNING, 1 p / namn

Namn _____

Datum _____

Kasta om bokstäverna – hitta ett flicknamn

TARSID _____

RIAMA _____

HOAJANN _____

ANDYG _____

DINGIR _____

FOSAI _____

ROTA _____

DAMAAN _____

ASKRINIT _____

Kathrina Nordell
Roknäsgården

Uppgift 29

BILAGA 2**SKRIVÖVNING**
BEDÖMNING, 1 p / namn

Namn _____

Datum _____

Kasta om bokstäverna – hitta ett pojknamn

HOJNA _____

SAMOT _____

NIXTES _____

VRALTE _____

SEUN _____

SHAN _____

KALIEM _____

LITERB _____

ANNTERL _____

Kathrina Nordell
Roknäsgården

Uppgift 30

BILAGA 2**SKRIVÖVNING**
BEDÖMNING, 1 p / namn

Namn _____

Datum _____

Kasta om bokstäverna – hitta ett pojknamn

RASL _____

ORREG _____

GGEERR _____

REBT _____

GRYTON _____

TUVASG _____

STANFE _____

KLAR _____

SEGIG _____

Kathrina Nordell
Roknäsgården

Uppgift 31

BILAGA 2**SKRIVÖVNING**

BEDÖMNING, 1 p / namn

Namn _____

Datum _____

Kasta om bokstäverna – hitta ett flicknamn

SILA _____

BARET _____

LARKA _____

MJAA _____

OMA _____

ERKLA _____

VALA _____

TUR _____

SNATI _____

Kathrina Nordell
Roknäsgården

Uppgift 32

BILAGA 2**SKRIVÖVNING**

BEDÖMNING, 1 p / rad

Namn _____

Datum _____

Skolan:

Jag började skolan när jag var _____ år

Hur långt hade jag till skolan _____

Hur tog jag mig dit _____

Hur många år gick jag i skola _____

En lärare som jag särskilt minns _____

Roligast i skolan var _____

Tråkigast i skolan var _____

Hur var det med skolmaten? _____

Kathrina Nordell
Roknäsgården

Uppgift 33

BILAGA 2**SKRIVÖVNING**

BEDÖMNING, 1 p / rad

Namn _____

Datum _____

Mitt första arbete:

När jag gick i skolan drömde jag om att bli _____

När jag var _____ år började jag arbeta

Jag jobbade som _____

Mina arbetstider _____

Min lön _____

Jag bodde då _____

Minnen från den tiden

Kathrina Nordell
Roknäsgården

Uppgift 34

BILAGA 2**SKRIVÖVNING**

BEDÖMNING, 1 p / rad

Namn _____

Datum _____

Jag är född den _____

Född i byn/staden _____

Mors namn _____

Fars namn _____

Mina syskon _____

Pappa jobbade med _____

Mamma jobbade med _____

Kathrina Nordell
Roknäsgården

Uppgift 35

BILAGA 2**SKRIVÖVNING**
BEDÖMNING, 1 p / rad

Namn _____

Datum _____

Sätt ihop rätt namnGUNNAR _____ ERLANDERTAGE _____ HANSSONOLOF _____ HERMANSSONPER ALBIN _____ PALMECH _____ STRÄNGKathrina Nordell
Roknäsgården**Uppgift 36****BILAGA 2****SKRIVÖVNING**
BEDÖMNING, 1 p / rad

Namn _____

Datum _____

Sätt ihop rätt namnHJALMAR _____ MOBERGALVA _____ BRANTINGSELMA _____ STRINDBERGAUGUST _____ MYRDALVILHELM _____ LAGERLÖFKathrina Nordell
Roknäsgården**Uppgift 37****BILAGA 2****SKRIVÖVNING**
BEDÖMNING 1P / ORD

Namn _____

Datum _____

OrdspråkARG SOM ETT _____ BILISTIG SOM EN _____ RÄVFLITIG SOM EN _____ MYRAFROM SOM ETT _____ LAMMSMAL SOM EN _____ STICKARUND SOM EN _____ OSTSVART SOM _____ SOTSMUTSIG SOM EN _____ GRISKathrina Nordell
Roknäsgården**Uppgift 38****BILAGA 2****SKRIVÖVNING**
BEDÖMNING 1P / ORD

Namn _____

Datum _____

Skriv motsatsordINNE _____ UTEFATTIG _____ RIKELAK _____ SNÄLLNORR _____ SÖDERSAKTA _____ FORTLEDSEN _____ GLADSVART _____ VITTFRED _____ KRIGKathrina Nordell
Roknäsgården**Uppgift 39**

BILAGA 2

SKRIVÖVNING
BEDÖMNING, 1 p / land

Namn _____

Datum _____

Geografi, skriv landet

STOCKHOLM _____ SVERIGE

OSLO _____ NORGE

ROM _____ ITALIEN

KÖPENHAMN _____ DANMARK

HELSINGFORS _____ FINLAND

PARIS _____ FRANKRIKE

BERLIN _____ TYSKLAND

MADRID _____ SPANIEN

AMSTERDAM _____ HOLLAND

NEW YORK _____ USA

PEKING _____ KINA

Kathrina Nordell
Roknäsgården

Uppgift 40

Rapporter som utgivits av FoU Norrbotten

22:2005 Arbetssättet vilar på en annan grund...

Elisabeth Bjuhr

21:2005 Yoga och Massage som friskvård

Anita Alalehto, Gabriella Andersson, Stefan Sävenstedt

20:2005 Delaktighet i arbetet

Maria Sundberg, Stefan Sävenstedt

19:2005 Betydelsefull mentor som komplement till handläggning

Maria Karlsson, Stefan Sävenstedt

18:2004 Utvärdering

Karl-Erik Björkén, Lennart Andersson

17:2004 Att nå ungdomar

Thabat Haddad, Linda Johansson, Eva-Lena Lundberg, Yvonn Silwärn

16:2004 Musik och taktil stimulering i omvårdnadsarbetet för människor med demenssjukdom

Ewa Karlsson

15:2004 BBIC utredning ur två perspektiv

Håkan Nilsson, Ingrid Burman

14:2004 Det är någon mening med det

Dagmar Grahn

13:2004 Jag har världens bästa arbete

Gabriella Andersson, Ann-Helen Kauppi

12:2004 Att se är att förstå

Stefan Sävenstedt

11:2003 Musik och rörelse

(Nytryck av Rapport nr 3:2002)

Carina Robertsson, Ewa Karlsson

10:2003 Whiplashskadade personer

Gunilla Granqvist

9:2003 Personalen - En resurs att räkna med!

Annika Bylund, Benitha Eliasson, Kerstin Fallström Mattsson

8:2003 Samverkansstigen. En studie av samverkan vid stöd till alkoholmissbrukare

Stefan Sävenstedt

7:2003 Ungdomars väg mot placering i HVB-hem

Johan Lodin

6:2003 Fyra projekt och fyra erfarenheter

Stefan Sävenstedt

5:2003 Musik som förberedelse för nattvila och sömn.

(Nytryck av Rapport nr 5:2001)

Ewa Karlsson

4:2002 Musik och hälsa. Erfarenheter från musikstunder

(Nytryck av Rapport nr 1:2001)

Ewa Karlsson, Ingela Edkvist

3:2002 Från sidan, ett projekt i kollegialt lärande

Christina Karlsson

2:2002 Musik i omvårdnadsarbetet, Anna ett exempel

Ewa Karlsson

1:2002 Mille-ett familjeprojekt med unga i centrum

Maria Jonsson

Rapporter som utgivits av FoU Piteå Älvdal (Nytryck)

5:2002 Att förbättra vardagen för demenssjuka i kommunalt boende

Fem FoU projekt

4:2002 Ökat stöd i hemmet till äldre med demenssjukdom och deras anhöriga

Karin Zingmark

2:2002 Ska vi koppla upp oss eller be sköterskan komma

Stefan Sävenstedt, Karin Zingmark

1:2002 Utvärdering av "Anhörig- en studiesatsning krig handikapp- och äldreomsorg i Piteå"

Marit Andersson