

Existentiell samtalsgrupp kopplat till åldrande: Ett förbättringsarbete riktat mot äldres psykiska hälsa inom primärvården

Carl Anton Waltersson, & Isak Erling, Leg psykologer, Slottsskogens vårdcentral, Göteborg
carl.anton.waltersson@vgregion.se

Bakgrund

Slottsskogens vårdcentral är belägen i centrala Göteborg med strax över 10 000 listade patienter. Många av vårdcentralens patienter är över 75 år och ensamboende.

Problembeskrivning och syfte

Äldre patienter söker mycket somatisk vård på vårdcentralen men har i relativt låg grad fått hjälp för sin psykiska hälsa. En pilotstudie utformades 2017 med syfte att bättre fånga upp och behandla äldres psykiska mående. Ur denna studie framkom att äldre patienters ohälsa var kopplat till existentiella besvär såsom ensamhet, kroppsliga förändringar, livsförändringar och döden.

Förbättringen

En existentiell samtalsgruppsmetod bestående av 7 sessioner skapades för äldre patienter inom primärvården. Metoden är baserad på existentiell psykologi och har utformats för att i grupp bearbeta existentiella teman kopplat till åldrande.

Mätning av förbättringar

Gruppdeltagare har fått utvärdera gruppbehandlingen samt fyllt i för- och eftermätning beträffande livskvalitet samt ångest- och depressionssymtom.

Resultat

Kvalitativ- och kvantitativ analys pågår och har bl.a presenterats på Association of Gerontology Geriatrics European Region Congress 22/5 2019. Patienter från tre avslutade samtalsgrupper har uttryckt det väldigt givande att få bearbeta svåra teman kopplat till åldrande i grupp och tagit nya sociala kontakter efter behandling. Flera patienter har uttryckt det efterlängtat att äldres psykiska hälsa tydligare uppmärksammats i vårdcentralens arbete.

Slutsatser och konsekvenser

Förbättringsarbetet har visat på att det finns stora möjligheter att fånga upp äldres psykiska hälsa inom primärvården och att en existentiell samtalsgrupp kan ha goda effekter för att hjälpa äldre att hantera sin livssituation samt bryta social isolering. Den existentiella samtalsgruppen är nu en bestående del av vårdcentralens verksamhet.