

# Samtalsmottagning för Äldre vill bryta ensamhet och isolering

Mallasalen på Uppsala stadsbibliotek var välfylld när Samariterhemmets nya verksamhet – Samtalsmottagning för Äldre - lanserades. Syftet med samtalsmottagningen är att erbjuda äldre kostnadsfria samtal med legitimerade psykoterapeuter med egen erfarenhet av att åldras. Som äldre har man i regel lättare för att öppna sig för en terapeut som själv är äldre och som har lång livserfarenhet.



”Samtalet oss människor emellan kan ha en obeskrivlig kraft. Värdet av att få lätta sitt hjärta, att dela sina tankar, att i trygghet få sätta ord på det som tynger och som oroar är stort, likaså värdet av att få stöd och mod att berätta om det man aldrig trott man skulle våga dela med någon annan. Det kan handla om allt ifrån oron för övergången till livet som pensionär till längtan att få sluta sina dagar”, säger Charlotte Engel, diakon och verksamhetsansvarig för samtalsmottagningen.

Även om man är ensam eller har familj och nära vänner finns det ett särskilt värde att samtala med någon utomstående, någon som varken är familj, vän eller arbetskamrat, någon som kan konsten att lyssna och som dessutom har särskild kunskap, förståelse och möjlighet att förklara och göra oss något mer trygga med det som sker.

Lanseringen på Stadsbiblioteket inleddes med att verksamhetsansvariga, Charlotte Engel, berättade om syftet och innehållet i verksamheten, som sedan övergick i ett samtal med en av Sveriges älskvärda författarinna Gerda Antti som delade sina erfarenheter på temat ”Så tar jag itu med min ensamhet”. Ensamheten, det ofrånkomliga när man blir äldre, och ens alldeles eget ansvar att hantera. ”Varje dag kan man uppleva något fint”, och hon upplever att hon till och med upplever mer idag med alla sina erfarenheter av livet i bagaget. På frågan hur hon upplever att omvärlden ser på henne, som den äldre kvinna hon är, 91 år fyllda, menar hon att vi har lätt att se ner på gamlingar, men att hon bestämt sig för att inte bry sig om det. Det är okunnighet att tro att åldern gör att en människa plötsligt ingenting kan, förstår eller tycker... ”Samtidigt får vi lite skylla oss själva då vi håller inne med våra erfarenheter istället för att ta plats i samtalen.” Att vara den man är, inte den man borde vara är viktigt för Gerda som avslutar sin session med orden ”Livet är ett fint påhitt av Gud”.

Publiken fick även möjlighet att lyssna till vår egen uppsalaförfattarinna Elsie Johansson som intervjuades av Ulla Arnell, 83 år och en av de verksamma psykoterapeuterna vid

Samtalsmottagning för Äldre. I ett öppet samtal delade Elsie med sig av de svårigheter i livet som hon tagit itu med för att idag var "en väldigt lycklig människa", som hon uttryckte det. Det var särskilt intressant att lyssna på samtalet i ljuset av att när Elsie själv för många år sedan hade behov av samtal och sökte hjälp hamnade hos just psykoterapeuten Ulla Arnell. Och här samtalade de öppet om de samtalen och hur lyriken som Elsie producerat under alla år faktiskt föddes här, under dessa samtal. "Alla har livsberättelser, men de tror inte det", menar Elsie.



Diakonistiftelsen Samariterhemmet har under 130 år erbjudit stöd till människor i alla åldrar i bekymmersamma livssituationer. Vi har en lång tradition och erfarenhet av att möta människor i livets alla skeden och kunskap om samtalets innebörd och betydelse när livet blir svårt.

Samtalet har en obeskrivlig kraft, det vet vi. Samtalsmottagning för Äldre är en mycket efterlängtd verksamhet då behovet är stort. Vi har däremot noterat att det är mestadels kvinnor som hör av sig och vill ha hjälp, men det betyder inte att män saknar behovet av någon att samtala med. Det är därför en särskild utmaning för oss att nå ut till männen. Samtalsmottagningen är glada att vi även kan erbjuda samtal med manlig "ålderskompetent" terapeut.

Samariterhemmet Samtalsmottagning för äldre har kunnat starta genom de medel vi fått från Johanniterorden i Sverige och framför allt från Stiftelsen Edla och Gustav Th Lindbergs donationsfond som förvaltats av Svenska Röda Korset. För att få långsiktighet och stabilitet i verksamheten för vi en dialog med Socialnämnden och Äldrenämnden om ett fördjupat samarbete. Vi är tacksamma över att vi, tillsammans med andra, kan vara med och bidra till att de äldre i vår kommun mår bättre.