



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

EDY-CARE: INNOVATIVA METODER OCH VERKTYG I SKOLAN FÖR ÖKAD SOCIAL INKLUDERING AV UNGA OMSORGSIVARE





EDY-CARE:

**INNOVATIVA METODER OCH VERKTYG I SKOLAN FÖR
ÖKAD SOCIAL INKLUDERING AV UNGA OMSORGSIVARE**

The EDY-CARE project was funded by the Erasmus+ Programme of the European Union under Grant Agreement No.2017-1-SE01-KA201-034583. The content of this report solely reflects the views of the EDY-CARE project consortium. The European Union is not liable for any use that may be made of the information contained herein.
All rights reserved: no part of the material of this handbook may be reproduced without specific written permission.

“Om personal hade lyssnat på oss, skulle vi ha känt oss mindre ensamma”

Medlem i Eurocarers arbetsgrupp för unga omsorgsgivare

“En enkel åtgärd kan förändra unga omsorgsgivares liv!”

Medlem i Eurocarers arbetsgrupp för unga omsorgsgivare

“Många människor förnekas den framtid de kan ha och förtjänar eftersom de istället måste hjälpa sina familjer”

Ung omsorgsgivare på en högskola



Författare

Pauline Johanson, Linnaeus University (projektledare) – Sverige

Elizabeth Hanson, Linnaeus University (projektledare) – Sverige

Valentina Hlebec, Faculty of Social Sciences, UL – Slovenien

Karina Sirk, Faculty of Social Sciences, UL – Slovenien

Maja Mrzel, Faculty of Social Sciences, UL – Slovenien

Licia Boccaletti, Anziani e non solo società cooperativa – Italien

Alessandra Manattini, Anziani e non solo società cooperativa – Italien

Bruno Alves, Cuidadores Portugal – Portugal

Ana Ribas Texeira, Cuidadores Portugal – Portugal

Francesca Centola, Eurocarers – Belgien

Projektledare: pauline.johansson@lnu.se

TILLKÄNNAGIVANDEN!

EDY-CARE teamet vill tacka alla som deltagit, gett stöd och samarbetat i detta arbete. Det hade inte varit möjligt utan er. I Sverige: Nationellt kompetenscentrum anhöriga (Nka). I Slovenien: Srednja vzgojiteljska šola, gimnazija in umetniška gimnazija Ljubljana. I Italien: CFP Nazareno, Carpi. I Portugal: Câmara Municipal de Vila Nova de Gaia; Direção Regional Norte do Instituto Português do Desporto e da Juventude; Administração Regional de Saúde do Norte; Direção Geral da Educação; Comissão Nacional de Promoção dos Direitos e Proteção das Crianças e Jovens; Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação da Universidade do Porto; Escola Secundária Dr. Joaquim Gomes Ferreira Alves – Valadares. Utöver det vill vi tacka alla deltagare i expertgrupperna och alla elever, lärare och annan skolpersonal i de deltagande skolorna. Avslutningsvis vill vi framföra vår djupa tacksamhet till professor Saul Becker för att han gett sitt tillstånd till att använda, översätta och sprida MACA, och till medlemmar i Eurocarers arbetsgrupp för unga omsorgsgivare och Carers Trust för ert bidrag och inspiration.

EDY-CARE-projektet finansierades av Erasmus + programmet inom Europeiska Unionen enligt avtal nr. 2017-1-SE01-KA201-034583. Europeiska kommissionens stöd till produktionen av denna publikation omfattar inte några uppgifter om innehållet, vilket endast återspeglar upphovsmännens synpunkter inom EDY-Care projektet, och kommissionen kan inte hållas ansvarig för någon användning som kan göras utifrån uppgifterna i den.

Alla rättigheter förbehållna: ingen del av materialet i denna handbok får reproduceras utan skriftligt tillstånd från projektledaren.



FOREWORD

“Children shall have the right to such protection and care as is necessary for their well-being”

The European Union Charter for fundamental rights, that applies to EU institutions and bodies, and to Member States when they apply European Union law, states clearly that children have the right to care.

However, there is a significant number of children and young people, who instead of being taken care of, find themselves in a situation where they need to take care of their parents, grandparents or siblings; this is frequently overlooked and undervalued. Instead of living a life of social interaction with their peers, discovering the world and having fun, young carers must administer medicines, call the ambulance or deal with social services. Young carers are often invisible and consequently, lack adequate support, which has considerable impact on their school performance, relationships and adult lives.

Projects like EDY-CARE provide tools to identify and assist young carers in pursuing their life plans and to perform well at school. Schools, teachers and other professionals working directly with children in the education sector are best placed to support young carers, with whom they spend many hours. It is therefore important to support these professionals in their crucial mission.

The EDY-CARE project, which is funded under the Erasmus+ project, not only provides practical tools for professionals; but also gives a voice to the young carers themselves.

As the Vice-president of the European Commission responsible for democracy and demography, I am also tasked with the preparation of a comprehensive EU strategy for the rights of the child, including for children who are in particularly vulnerable situations and require additional attention and care. I am committed to ensure that every child should have an equal and promising start in life and access to real opportunities.



Dubravka Suica
Vice-President of the European Commission for Democracy and Demography

Som den projektledande partnern inom EU Erasmus + EDY-CARE-projektet och i min roll som vice ordförande för forskningen vid Eurocarers, är det mig ett stort nöje att presentera EDY-CARE-handboken till dig, nämligen till alla er som i er roll som lärare och skolpersonal (skolsköterskor, kuratorer, psykologer, rektorer, ungdomsarbetare, ungdomstränare) som träffar unga omsorgsgivare i era skolor varje dag i hela Europa.

Unga omsorgsgivare är unga människor som spelar en viktig roll i vårt samhälle eftersom de ofta regelbundet ger hjälp, stöd och vård till en äldre, sjuk och/eller funktionshindrad familjemedlem eller betydande annan. Tyvärr är deras situation fortfarande osynlig för många yrkesverksamma. EDY-CARE-projektet riktar sig till skolpersonal eftersom forskningen har lyfts fram att unga omsorgsgivare med omfattande omsorgsansvar riskerar att lämna skolan utan betyg. Detta kan i sin tur ge livslånga negativa konsekvenser både för dem och för samhället som helhet.

EDY-CARE-projektet rymms inom policyn för FN:s Barnkonvention som säger att varje barn har rätt till (bland annat) utbildning (artiklarna 28 & 29). Vidare finns Europa 2020-strategin, som inkluderar målet att minska EU:s genomsnittliga andel barn som lämnar skolan till under 10%.

De fyra Eurocarers medlemspartnerna Linneuniversitetet, Sverige (projektledare), Universitetet i Ljubljana, Slovenien, Anziani e non Solo, Italien och Cuidadores Portugal har tillsammans med Eurocarers arbetat med skolpersonal och unga omsorgsgivare i sina respektive länder för att producera denna handbok. Vi hoppas verkligen att den kommer att fungera som en användbar resurs genom att tillhandahålla metoder och verktyg för att nå ut och identifiera unga omsorgsgivare och därefter ge lämpligt och snabbt stöd. Det ultimata målet är att göra det möjligt för unga omsorgsgivare att lämna skolan med fullständiga betyg och därmed öka möjligheterna för dem att uppfylla sina livsmål.



Elizabeth Hanson
Vicepresident för
forskningen
inom Eurocarers



1. INTRODUKTION	10
EDY-CARE projektet	11
2. UNGA OMSORGSIVARE	12
Unga omsorgsgivare i Europa.....	13
Konsekvenser av att vara ung omsorgsgivare, illustrerade med autentiska citat.....	13
Emotionellt välbefinnande	13
Fysisk hälsa	14
Stabil miljö.....	14
Utbildning och socialisering	15
3. IDENTIFIERING	17
Hur kan unga omsorgsgivare identifieras i skolan?	17
Omsorgsaktiviteternas påverkan på utbildning: EDY-CARE enkäten	18
4. GODA EXEMPEL FRÅN EUROPA	21
4.1. Mot en ung omsorgsgivarvänlig skola	21
4.2. Mot en multiprofessionell ansats för att stödja unga omsorgsgivare	29
5. SPECIFIKT ARBETE	31
5.1. I SVERIGE.....	31
Sammanfattning	31
Social inklusion och utbildning	31
Samskapande strategier: Vad vi gjorde i Sverige?.....	31
Beskrivning av de nationella verktygen	32
Hur kan du hjälpa en ung omsorgsgivare i skolan?.....	32
Hur kan du hjälpa en ung omsorgsgivare i skolan?.....	32
Vad finns att göra?.....	33
6. SLUTSATSER OCH POLICYREKOMMENDATIONER	34
References	36
7. BILAGA	39
EDY-CARE Enkäten – Svensk version.....	40



1. INTRODUKTION

En stor andel ungdomar i Europa har en betydande roll i att ta hand om sina sjuka och/eller funktionshindrade familjemedlemmar. Verkligheten av unga omsorgsgivares liv och dess uttryck ökar allt mer nu när ämnet studeras (Leu et al., 2019).

Fenomenet unga omsorgsgivare har till stor del varit osynligt i sociala policyn och professionella sammanhang. Ändå är verkligheten den att barn och unga med betydande och omfattande omsorgsansvar för en familj eller andra närstående existerar. Vidare kan unga omsorgsgivare möta ett stort antal svårigheter om de inte får stöd och de kan befinna sig i en mer sårbar situation som till och med kan riskera deras egen utveckling, hälsa och välbefinnande, och deras framtida chanser i livet kan äventyras.

I vissa sammanhang och länder i Europa kan omsorg för någon betraktas som naturligt och unga omsorgsgivare känner sig sällan som en anhängvårdare, vilket i sin tur kan leda till att hälso- och sjukvårdspersonal inte heller blir medvetna om att det finns unga omsorgsgivare. Det är därför ofta utmanande för professionella att vara medvetna om unga omsorgsgivares behov, preferenser och situation och de effekter som en omsorgsgivande roll har på deras vardag och framtida liv (Leu & Becker, 2016).

Ändå är det viktigt att lyfta fram att omsorgsinsatserna kan ha en positiv inverkan på unga omsorgsgivare, det kan ge en ökad mognadsnivå, mer självständigt arbete, bättre förhållningssätt gentemot vuxna, större möjligheter att utveckla olika färdigheter och förmågan att hantera utmanande situationer, de får mer kunskap om hur man arbetar och hanterar människor i allmänhet. De kan få ökat självförtroende, en högre grad av tolerans, empati, ökad självkänsla, egenvärde och starkare familjerelationer (Aldridge et al., 2016).

Men om de inte får tillräckligt med stöd, kan de omsorgsgivande insatserna ha en negativ inverkan på unga omsorgsgivares utbildning, eftersom det kan förhindra dem från att arbeta produktivt i skolan, såväl som det kan påverka deras förmåga att upprätthålla närvaro och möjligheter att nå sina lärandemål. I ett längre perspektiv kan detta leda till färre möjligheter till arbete och vidare utbildning. Det kan också leda till social utslagning. Genom att investera i innovativa utbildningsmetoder och utbildning riktad till skolpersonal, har detta projekt målet att främja vänliga skolmiljöer för unga omsorgsgivare med bättre stöd för unga omsorgsgivare för att förbättra deras möjligheter till utbildning och goda framtida chanser i livet.

EDY-CARE PROJEKTET

Projektet "Innovativa metoder och verktyg i skolan för ökad social inkludering av unga omsorgsgivare" (EDY-CARE), syftade till att öka medvetenheten bland lärare och annan skolpersonal (t.ex. skolsjuksköterskor, psykologer, socialarbetare, ledning) om unga omsorgsgivare (16-19 år), så de kan identifieras, få bättre möjligheter till utbildning och ökad social inklusion.

Specifika mål för EDY-CARE var:

- Att utveckla ett bedömnings-/utvärderingsverktyg som kan hjälpa lärare och skolpersonal att identifiera unga omsorgsgivare,
- Att utveckla och testa ett paket med utbildningsstrategier, didaktiska metoder och organisatoriska anpassningar som skolor kan använda för att underlätta för unga omsorgsgivare och stödja dem i deras skolgång,
- Att utveckla en handbok med praktiska riktlinjer och rekommendationer om hur lärare och skolpersonal på bästa sätt kan arbeta med unga omsorgsgivare,
- Att utveckla en öppen onlinekurs (Massiv open online course, MOOC-kurs) för lärare och skolpersonal om fenomenet unga omsorgsgivare, deras behov och preferenser.

Genom att utveckla innovativa utbildningsmetoder och verktyg för skolpersonal kan EDY-CARE bidra till en främjad skolmiljö för unga omsorgsgivare.

EDY-CARE-PROJEKTETS HANDBOK

Den här handboken har utvecklats i projektländerna Sverige, Slovenien, Italien och Portugal med stöd av Belgien. Handboken är avsedd att fungera som en guide för skolpersonal om hur de kan arbeta för att stödja och stärka unga omsorgsgivare.

Handboken riktar sig till lärare och annan skolpersonal som är intresserade av att veta mer om unga omsorgsgivare, hur de kan identifieras i skolan, om goda Europeiska exempel och vad som kan göras för att stödja unga omsorgsgivare i skolan.

2. UNGA OMSORGSIVARE

Unga personer som har ett omsorgsansvar definieras i litteraturen som unga omsorgsgivare och det är "barn och unga, under 18 år, som ger eller avser att ge vård, omsorg eller stöd till en annan familjemedlem. Detta, sker ofta eller regelbundet, och är av den betydelse eller omfattning att omsorgen antar en ansvarsnivå som vanligen förknippas med en vuxen person" (Becker, 2000, p. 378).

Unga vuxna omsorgsgivare är personer mellan 18-24 år som ger eller avser att ge vård, assistans eller stöd till en annan familjemedlem utan ersättning. Den person som tar emot vård är ofta förälder men kan också vara syskon, morförälder eller annan släkting som är handikappad, har en kronisk sjukdom, psykiska svårigheter eller annat tillstånd (inkluderar även missbruk) som är kopplat till behov av vård, stöd eller tillsyn (Becker, 2000). Uppgifterna och vårdnivån beror på flera faktorer, och inkluderar sjukdomens eller funktionsnedsättningens art, nivå och frekvens av behov av vård och strukturen och stödet från andra familjemedlemmar. Unga omsorgsgivare tar ofta på sig känslomässigt och/eller praktiskt omsorgsansvar som normalt kan förväntas av en vuxen och som kan inkludera följande aktiviteter:

HUSHÅLLSARBETE

t.ex. laga mat, diska och tvätta kläder etc.

PERSONLIG OMSORG

t.ex. hjälpa personen att klä av, klä på och tvätta sig, gå på toaletten och hjälpa till med mediciner etc.

ANSVAR FÖR HUSHÅLLET

t.ex. handla, reparera och lyfta tunga saker etc.

EMOTIONELLT STÖD

t.ex. hålla ett öga på någon, ge stöd och prata med någon som är orolig

EKONOMISK OCH PRAKTISKT STÖD

t.ex. hjälpa till med att betala räkningar, arbeta deltid etc.

OMSORG AV SYSKON

Se efter ett syskon, antingen ensam eller med en förälder närvarande.

Multidimensional Assessment of Caring Activities (MACA-YC18)¹

UNGA OMSORGSIVARE I EUROPA

Även om de uppgifter vi har idag om hur många unga (unga vuxna) omsorgsgivare som verkligen finns i Europa är begränsade, har några nationella studier och statistik bidragit till att visa på en betydande, men till stor del fortfarande okänd, befolkningsgrupp. Storbritannien, det land som är ledande inom detta forskningsområde, har uppskattat att cirka 8 % av deras befolkning 11-18 år är unga omsorgsgivare (Carers Trust, 2015).

Storbritanniens folkräkning för år 2011 (England och Wales) (Carers Trust, 2011) visade att det fanns 177 918

¹ MACA-YC18 Copyright © 2012 (Becker, Becker, Joseph & Regel, 2012).

unga omsorgsgivare under 18 år, men då antalet ökat med tiden var detta 27 976 fler unga omsorgsgivare än år 2001 (en ökning med 19 % under 10 år). Irland visade att år 2016 (Central Statistics Office, 2016) var 3 800 barn under 15 år engagerade i att ge omsorg till någon, vilket motsvarade 1,9 % av alla anhängvårdare. Hälften av dessa barn (1901), som utförde denna obetalda omsorg, var 10 år eller yngre. I Italien finns det, enligt den senaste nationella statistiken (ISTAT, 2015), 391 000 unga och unga vuxna omsorgsgivare (15-24 år), vilket motsvarar 6,6 % av hela befolkningen.

Befolkningsräkning och officiell statistik är viktig. Ändå förbises ofta unga omsorgsgivare eller underskattas de till antalet (föräldern är kanske inte medveten om eller vill avslöja att det finns en ung omsorgsgivare i familjen). Som en bekräftelse på detta avslöjade en källa från BBC News (Kendall, 2018) att det finns 800 000 unga omsorgsgivare i England (i motsats till de 166 000 som identifierats via befolkningsräkningen). För andra länder ger forskningsprojekt eller andra källor följande antal uppskattade unga omsorgsgivare: Nederländerna 6 %, 13-17 år (Leu et al., 2019), Irland 6,6 %, 15-24 år (Central Statistics Office), 2016), Sverige 7 %, 14-16 år (Nordenfors et al., 2014) och Schweiz 7,9 %, 10-15 år (Leu et al., 2019), medan det i andra länder inte finns någon data tillgänglig (såsom för Portugal och Slovenien) (Eurocarers, 2017).

KONSEKVENSER AV ATT VARA UNG OMSORGSGIVARE, ILLUSTRERADE MED AUTENTISKA CITAT

EDY-CARE-projektet, i Sverige, Slovenien, Italien och Portugal, har samlat verkliga historier som hjälper till att spegla den påverkan ett omsorgsansvar kan ha på unga omsorgsgivares liv. Lärare och annan skolpersonal, såsom psykologer, sjuksköterskor och kuratorer, måste vara medvetna om denna stora påverkan när de arbetar nära och har regelbunden kontakt med barn och ungdomar, av vilka några är unga omsorgsgivare. Dessa yrkesverksamma kan spela en viktig roll som "förtroliga" och de har kapacitet att ge vägledning och stöd. För att bättre förstå unga omsorgsgivares verklighet illustreras detta med följande uttalanden som fångats av citaten nedan.

EMOTIONELLT VÄLBEFINNANDE

Unga omsorgsgivare kan känna sig förvirrade, uppleva höga nivåer av oro, depression, ångest, stress och andra mentala hälsoproblem (CareSearch, 2019; The Children's Society, 2018; Aldridge et al., 2016; Carers Trust, 2016). De kan också känna skuld känslor när de lämnar den person de ger omsorg till när de går i skolan. De kan också uppleva rädsla för att förlora sin familjemedlem eller att ärva samma sjukdom tillsammans med en känsla av hjälplöshet eller att ha för lite kontroll över situationen. De kan också vara distraherade i skolan på grund av att de oroar sig för den person de tar hand om (Carers Trust 2017a; Aldridge et al., 2016).

"Jag har så dåligt samvete när jag känner att jag lämnar min mamma när jag vet att hon är full, och då ska du sitta där i skolan, lyssna på läraren och försöka göra ditt bästa" (David, 17 år, Sverige).

"Omedelbart efter skolan åkte jag hem med den första möjliga bussen eftersom jag kände mig

skyldig medan jag var på skolan, medan min mamma var tvungen att ta hand om min pappa ... Jag minns otaliga kvällar och nätter när mamma och jag funderade på hur vi skulle överleva månaden, vad som behöver göras och så vidare. Känslan av ensamhet förvandlades sedan till depression ... Vi var ensamma i detta, utan stöd och hjälp. Ingen lärde oss att ta hand om och hantera de utmaningar som kom ... De utmaningar jag mötte var mer psykosociala, inte så mycket fysiska eller ens ekonomiska. Vid den tiden hade det varit väldigt bra att fått prata med en psykolog eller en socialarbetare som kunde hjälpt mig att förstå att jag inte var tvungen att sätta mitt liv på "paus" och hjälpa mig att bli av med känslan av skuld" (Sandi, tidigare ung vårdare, Slovenien).

"Min mamma säger att hon är okej, men jag tror inte att en person som aldrig går ut och som inte gör något ensam kan vara okej. Hon är bra på att låtsas känna sig bra och hennes förmåga att dölja sina verkliga känslor skrämmer mig mycket. Jag är ständigt rädd, jag lever med skräcken att hon kan skada sig själv som hon gjort tidigare" (Ylenia, 17 år, Italien).

"Det som oroar mig mest är beteendet hos min mormor som har Alzheimers. Det har varit väldigt svårt, hon är aggressiv ibland och känner inte ens igen oss" (Bárbara, 17 år, Portugal).

"Min far dog förra året och min mamma fick diagnosen bröstcancer. Jag kände ibland att jag ville gråta, men jag kunde inte, för det skulle vara mycket själviskt av mig" (Alexandre, 17 år, Portugal).

FYSISK HÄLSA

Unga omsorgsgivare kan uppleva brist på sömn vilket kan leda till trötthet, brist på koncentration, och som vidare kan leda till svårigheter med att klara av sina läxor (Aldridge et al., 2016). Denna dåliga livsstil när de måste vara uppe på natten och kanske upprepade gånger lyfta en tung vuxen kan ge sämre hälsa (The Children's Society 2018; Carers Trust, 2018; Carers Trust, 2017a).

"Jag är alltid trött, jag kämpar för att fullfölja mina uppgifter och vara fokuserad, eller snarare vaken, under lektionerna. Nästan varje natt väcker min bror mig för att läsa en bok om tåg, hans stora passion. Varje natt, samma bok. Han vill bara göra detta med mig och han blir väldigt arg om våra föräldrar försöker ta min plats. Så vi tillbringar minst en timme med att titta på olika tågmodeller, sedan somnar han, men det händer inte med mig ... jag kan inte somna igen och jag ser ofta soluppgången" (Giovanni, 18 år, Italien).

"Jag hjälper min farfar att duscha och ibland måste jag hålla honom i mina armar. Jag måste stödja hans kropp" (Ricardo, 16 år, Portugal).

STABIL MILJÖ

Unga omsorgsgivare kan uppleva traumatiska livserfarenheter, vilket kan innebära att familjen delas genom skilsmässa eller dödsfall, det kan vara förlust av inkomst och bostad vilker ger ytterligare utmaningar att hantera (CareSearch, 2019) utöver de negativa effekterna av den sjukdom som personen de ger omsorg till har (Carers Trust, 2017a; Carers Trust, 2014).

"Det är som att bo i en berg- och dalbana, när situationen lugnat ner sig händer det något annat svårare och värre än det som hände innan. Eftersom min mamma dött av en hemsk sjukdom,

dränkte min pappa sin sorg i alkohol. Vissa dagar är han bara tyst medan andra dagar ta han sig inte ens ur sängen och går inte till jobbet. Just nu verkar hans arbetsgivare ha förståelse för detta, men jag vet inte hur länge det kommer att hålla, vi har inte råd att leva utan hans lön. Efter att ha tagit hand om min mamma i flera år, så nu är det min pappa som behöver mig. Ibland undrar jag, vem tar hand om mig?“(Marco, 16 år, Italien).

Som 14-åring verkar José för ung för att ha en så tung börda, men han är den som tar hand om sin mamma, som kämpar mot cancer. *“Jag insåg att jag var tvungen att göra det när min mamma berättade om testresultaten. Hon var helt förstörd, och jag började ta hand om henne direkt” / två år, medan hans far har arbetat, har det varit upp till José att ge henne mat med en spruta, hjälpa henne att klä på sig och hjälpa henne med hennes dagliga hygien. Behovet av omsorg ökade när familjen fortsatte att bekämpade sjukdomen. I sommar gick José inte till stranden en enda dag, istället stannade han hemma med sin mamma, “Jag grät till och med, men det är min mamma och hon är en krigare.” På skolan försöker José ha ett normalt liv, men ofta sitter han i klassen och tänker på sin mamma, om allt går bra. (José, 14 år, Portugal).*

UTBILDNING OCH SOCIALISERING

Unga omsorgsgivare upplever ofta konsekvenser i sitt sociala liv (t.ex. få sociala kontakter, socialt stigma och mobbning) (Sempik & Becker, 2013). Omsorgsaktiviteter kan hindra dem från att arbeta produktivt i skolan, upprätthålla en regelbunden närvaro, nå uppsatta lärandemål och slutföra sin utbildning (Becker & Leu, 2014; Aldridge & Becker, 2003). Ett omsorgsansvar kan ha en negativ inverkan på deras engagemang och prestation och de kan uppleva svårigheter med att koncentrera sig, de kan uppleva utmaningar med tidsfrister, ha begränsad tid för att göra sina läxor och missa skolan för att ge omsorg (Aldridge et al. , 2016). Effekter på kort sikt (låga prestationer, frånvaro och att de slutar skolan) kan ha konsekvenser på lång sikt (låg anställbarhet på grund av lägre utbildningskvalifikationer och mindre möjligheter till högre utbildning) (Becker & Leu, 2014). Bristen på sociala färdigheter och låg självkänsla kan äventyra deras personliga liv och framtida möjligheter till arbete. Unga omsorgsgivare kan ha mindre tid för personlig utveckling, att vara med vänner och göra andra sociala aktiviteter (CareSearch, 2019), de riskerar social utslagning och fattigdom. (Becker & Leu, 2014).

“Jag var så ensam och trodde att ingen annan hade det som jag. Jag berättade inte för någon hur det var hemma. Jag skämdes över min familj eftersom den kändes så annorlunda än andra familjer”. (Camilla, 16 år, Sverige)

“Det var självklart för mig att tillbringa större delen av min tid under eftermiddagen med att ta hand om min far och få ihop mina egna önskemål och fritid i enlighet med detta. Vid den tiden var min största utmaning känslan av att jag inte kunde prata med någon annan än min mamma om allt som hände hemma ... En av de största utmaningarna var att ta beslutet att stanna hemma och inte gå på universitet”. (Sandi, tidigare ung vårdare, Slovenien).

I skolan försöker Tiago ha ett normalt liv, men ofta är han i klassen och tänker på sin mamma, om allt är bra, om sårn (kemoterapieffekt) läker. *“Jag har vuxit mycket. Allt i mitt liv har förändrats. Samtidigt hör jag mina vänner prata och jag ser att de inte vet hur det är att möta livet. Många lärare är inte medvetna om min situation och det kanske är på grund av det som de inte förstår när jag ibland är mer distraherad eller ointresserad av lektionen. Men sanningen är att*

det på senare tid har varit svårare att följa med i skolan, för jag har varken huvudet eller aptiten till att plugga eller göra läxor” (Tiago, 14 år, Portugal).

“Jag har inte många vänner i skolan, jag är väldigt blyg och upplever svårigheter att få nya vänner. På skolan har jag blivit mobbad av ett gäng tjejer som satte fast ett tuggummi i mitt hår ... Jag har aldrig bjudit in någon vän hemma eftersom jag är rädd för min mammas reaktioner men å andra sidan har jag aldrig blivit inbjuden till någon annas hem heller” (Greta, 16 years old, Italy).



3. IDENTIFIERING

HUR KAN UNGA OMSORGSIVARE IDENTIFIERAS I SKOLAN?

Detta är en checklista för lärare som kan hjälpa till att identifiera möjliga unga omsorgsgivare (Carers Trust, 2017b).

SER DETTA BEKANT UT?

Det kan finnas många skäl till varför en ung person faller under indikatorerna nedan, men att svara ja till alla eller flertalet av dem kan dock indikera på att det är en ung omsorgsgivare. Har du undersökt eller har du information om barnets familje-situation? Vet du om det finns en chans att han/hon tar hand om någon?

När du har identifierat ungdomar som kan vara unga omsorgsgivare kan du använda enkäten (MACA och listade förklaringar) för att se vilken typ av ansvar en ung omsorgsgivare har och vilka familjeförhållanden som följer av ett sådant ansvar.²

KÄNNER DU EN UNG PERSON SOM:

- ofta är försenad eller frånvarande dagar eller veckor från skolan utan anledning?
- ofta är trött, orolig eller tillbakadragen?
- har sociala problem eller svårigheter att få vänner?
- omvänt, klarar de sig väl med vuxna och presenterar sig själva på ett moget sätt för sin ålder?
- utsätts för mobbning? Detta är ibland uttryckligen kopplat till en familjemedlem?
- är nedstämd?
- har svårt att koncentrera sig på sitt arbete?
- har svårt att delta i aktiviteter utanför läroplanen eller att delta i skolresor?
- är isolerad på grund av sin familjesituation eller för att de saknar sociala färdigheter mot sina kamrater (och ändå är de bekväma med vuxna)?
- Inte lämnar in läxor/skoluppgifter i tid, eller slutför det sent och med en låg nivå, eller plötslig oförklarlig minskning av prestation?
- är orolig och bekymrad för en sjuk eller funktionshindrad familjemedlem?
- visar upp en beteendeproblematik?
- gråter i skolan?

² Checklisten kan hämtas från Erasmus Project Results Platform <https://ec.europa.eu/programmes/erasmus-plus/projects/eplu-project-details/#project/2017-1-SE01-KA201-034583>

- har fysiska problem såsom ryggsmärta (kanske från tunga lyft)?
- är hemlighetsfull om sin familjesituation?
- visar tecken på försummelse eller dålig kost (inte har lunch eller lunchpengar med sig)?
- vars föräldrar inte engagerar sig i skolan, inte deltar i skolevenemang?

OMSORGSAKTIVITETERNAS PÅVERKAN PÅ UTBILDNING: EDY-CARE ENKÄTEN

För att hjälpa lärare och annan skolpersonal att identifiera unga omsorgsgivare utvecklades ett enkätverktyg med fokus på omsorgsrollens upplevda påverkan på utbildning.

EDY-CARE-enkäten är mycket innovativt, eftersom det i de involverade länderna inte finns några bevis på att ett liknande verktyg används inom skolans område.

För att bättre identifiera möjliga unga omsorgsgivare i skolan användes MACA-YC18 (Joseph, Becker & Becker, 2012) som en del av enkäten. Specifikt var detta utgångspunkten för utvecklingen men som visade sig vara känslig för ländernas kontext avseende förväntade medelvärden av omsorgsaktiviteter för att kunna skilja omsorgsgivare från icke-omsorgsgivare. Det ursprungliga medelvärdet som togs fram i Storbritannien visade sig vara för lågt för att skilja en ung omsorgsgivare från en icke ung omsorgsgivare i andra länder. I dessa länder kan många olika livssituationer faktiskt leda till att en ung person genomför ett stort antal aktiviteter hemma (därmed högre MACA-poäng) utan att han/hon är omsorgsgivare.

Som en följd av detta resultat utvecklade EDY-CARE-teamet att antal flervalsfrågor för att förstå unga människors specifika livssituationer. Dessa frågor utarbetades med en "bottom-up" strategi vid en brainstorming i Slovenien som sedan slutförde det första utkastet som kommenterades och förfinades av hela projektgruppen. Denna första version översattes sedan till de deltagande ländernas språk, verifierades av nationella grupper (t.ex. lärare och unga omsorgsgivare själva) och en pilot studie genomfördes i flera skolklasser i de deltagande länderna. Den slovenska projektgruppen analyserade sedan resultaten och skrev en rapport, som granskades av övriga länder innan den slutliga versionen.³

IPå detta sätt utvidgades MACA-enkäten med en serie uppföljningsfrågor för att bedöma om den unge utför extra uppgifter hemma på grund av hans/hennes omsorgsansvar eller på grund av andra livssituationer.

EDY-CARE-enkäten gör det möjligt för användaren att bestämma omfattningen av aktiviteter som en ung person gör för sin familj, orsakerna bakom detta engagemang, såväl som (upplevd) påverkan av dessa uppgifter på den unga personens utbildning.

VÅRA RESULTAT

EDY-CARE enkäten besvarades av totalt 574 elever. De flesta av deltagarna var 19 år gamla, inkluderat 342

³ Rapporten Impact of Caring Activities on Education an Assessment Tool (beskriver processen och resultatet) och EDY-CARE enkäten (på alla partners språk) finns på Erasmus Project Results Platform <https://ec.europa.eu/programmes/erasmus-plus/projects/eplu-project-details/#project/2017-1-SE01-KA201-034583>

(85,3%) deltagare från Sloveniens och 66 (94,3%) från Sverige. Deltagarna i de andra urvalen var yngre. I det italienska urvalet var 25 (58,1%) deltagare 18 år gamla och 16 (37,2%) var 17, medan 45 (77,6%) deltagare var ännu yngre (16 år gamla) i det portugisiska urvalet. Enkät har också anpassats till varje projektpartners nationella förutsättningar (se bilaga 1).

Projektets resultat visade att ungdomar i olika regioner i Europa utför en rad aktiviteter såsom: hushållsaktiviteter, hushållshantering, ekonomiska och praktiska uppgifter, personlig och känslomässig omsorg och ser till syskon (se figur 1 nedan för en översikt över de viktigaste omsorgsaktiviteterna som utförs av unga omsorgsgivare).



Figur 1. Olika omsorgsaktiviteter utförda av unga omsorgsgivare i Europa

En mängd olika livssituationer kan leda till att en ung person utför en stor mängd aktiviteter hemma. Till exempel:

- Den unga personen ger hjälp till någon som har en fysisk eller psykisk svårighet, beroende, kronisk sjukdom eller någon annat som kräver vård under en längre tid;
- Den unga personen utför en stor mängd hushållsuppgifter eftersom han/hon bor med en ensam-

stående förälder;

- Den unga personen tar hand om syskon eftersom båda föräldrarna arbetar på heltid (figur 1).

RESULTATET VISADE OCKSÅ ATT:

1) Unga omsorgsgivare rapporterade ett högre ansvar jämfört med de som inte var unga omsorgsgivare, särskilt större omfattning avseende hushållsgöromål och ansvar för hushållet oavsett vilken person de gav omsorg till (morföräldrar, föräldrar, syskon etc.).

2) De som tar hand om någon med en fysisk funktionsnedsättning, livsbegränsande tillstånd eller psykisk ohälsa rapporterade ett högre omsorgsansvar jämfört med de som tar hand om någon med andra sorters tillstånd.

3) De vars föräldrar ger omsorg till någon, som inte kan utföra sina egna dagliga aktiviteter, rapporterade störst (övergripande) omsorgsansvar.

4) De högsta känslomässiga omsorgsaktiviteterna rapporteras av dem vars föräldrar tar hand om någon annan.

5) Förutom hushållens övergripande ansvar har unga omsorgsgivare också betydande ansvar för ekonomiska och praktiska uppgifter, personlig vård, emotionell vård och omhändertagande av syskon. Detta är särskilt fallet för ungdomar som tar hand om någon med en fysisk funktionsnedsättning, livsbegränsat tillstånd eller psykisk ohälsa.

4. GODA EXEMPEL FRÅN EUROPA

4.1. MOT EN UNG OMSORGSIVARVÄNLIG SKOLA

EDY-CARE-teamet har gjort en genomgång av **goda exempel** i olika länder som **främjar skolmiljöer som är vänliga för unga omsorgsgivare**. Syftet med denna genomgång var att bygga vidare på erfarenheter från andra länder och försöka anpassa dessa strategier till projektländernas kontexter.

I det här avsnittet hittar du en översikt över konkreta aktiviteter som skolor kan genomföra, kategoriserade efter mål (**förstå, öka medvetenheten, identifiera, lyssna, stödja och utvärdera**). För var och en av kategorierna finns goda exempel angivna, och som förklaras mer i detalj i efterföljande avsnitt. Länkar till de exempel som anges finns på EDY-CARE-webbplatsen:

<https://eurocarers.org/current-projects/edycare/resources-and-links/>

De erfarenheter som finns samlade i denna översikt bekräftar **den viktiga roll som utbildningssystemen kan spela, där små förändringar i skolor kan resultera i stora förändringar i unga omsorgsgivares liv!** Detta kan med tiden utökas till ett vidare stödsystem som involverar olika kategorier av aktörer.

Titta på dessa goda exempel och anpassa dem till ert sammanhang/specifika behov. **Vi hoppas att du får inspiration från följande goda exempel på insatser!**

SYFTE	EXEMPEL PÅ INSATSER	
 FÖRSTÅ: SKOLAN ÄR ENGAGERAD I ATT FÖRSTÅ OCH TILLGODOSE UNGA OMSORGSIVARES BEHOV 	<ul style="list-style-type: none">• Utse en anställd som är ansvarig för unga omsorgsgivare. Informera om denna person till familjer, elever och personal.• Skiva in i skolans policy om unga omsorgsgivare (separat eller integrerad i andra policyer) som erkänner unga omsorgsgivare som en särskild grupp utsatta elever.	<p>The Young Carers in Schools programme (UK)</p> <p>Action for Young Carers, Carers Federation (UK)</p>
 ÖKA MEDVETENSHETEN: MEDVETENHETEN ÖKAS GENOM ATT KUNSKAP DELAS OM FUNKTIONSHINDER, SJUKDOM OCH UNGA OMSORGSIVARE I SKOLAN 	<ul style="list-style-type: none">• Information om funktionshinder, sjukdom och unga omsorgsgivare (och tillgängligt stöd) finns tillgängligt för elever och skolpersonal.• Samlat team eller föreläsningar för att öka medvetenheten om unga omsorgsgivare med frågor och att integrera positiva bilder av funktionshinder/sjukdom (inklusive psykisk sjukdom och missbruk).• Drama/konst för att öka medvetenheten om frågor gällande unga omsorgsgivare.• Artiklar om unga omsorgsgivare i skoltidning/nyhetsbrev	<p>The Young Carers in Schools programme (UK)</p> <p>Action for Young Carers, Carers Federation (UK)</p> <p>Schools 'Safe environments for young carers' (Belgium)</p> <p>Supporting children in schools who have a parent with mental illness – The 'Who Cares ?' Programme (UK)</p> <p>Young Carers Self Exploration Groups (UK)</p> <p>Young Carers Schools Development Work (UK)</p> <p>CLOUD Schools Engagement Program (Australia)</p>

IDENTIFIERA: UNGA OMSÖRGSGIVARE IDENTIFIERAS I SKOLAN

- Regelbunden utbildning för personal för att identifiera unga omsorgsgivare, inklusive de som kan vara dolda.
- Inskrivningsformulär innehåller en fråga som hjälper till att identifiera familjer där någon har en långvarig sjukdom eller vårdbehov.
- Planer för överlämning mellan skolor där information om identifierade unga omsorgsgivare kan delas till nästa skola.
- Överenskommelse mellan hem och skola med frågor om extra stöd behövs eller om det finns någon sjukdom/funktionshinder i familjen som kan påverka barnet/föräldrarna som omfattas av överenskommelsen.
- Ämnet presenteras i olika sammanhang.
- Frågeformulär till alla elever
- Kontroll av skolans uppgifter om elever med funktionsnedsättning för att identifiera syskon till unga omsorgsgivare.

The Young Carers in Schools programme (UK)
Schools 'Safe environments for young carers' (Belgium)

Supporting young adult carers – Crisis plans (UK) Available [here](#), page 17-18

Easing everyday life with an ID card (UK) Available [here](#), page 23-24

LYSSNA: LYSSNA PÅ UNGA OMSÖRGSGIVARE, KONSULTERA DEM OCH GE DEM TID OCH UTRYMME ATT PRATA OM DE BEHÖVER

- Unga omsorgsgivare kan lämna in förslag genom en förslagslåda.
- Drop-in möjligheter.
- Att unga omsorgsgivares synpunkter beaktas i skolpolicyn (t.ex. användning av mobiltelefoner).
- Föräldrar med funktionsnedsättning konsulteras angående det stöd som krävs för att främja inkluderingen av deras barn.

The Young Carers in Schools programme (UK)
Young carers groups (UK)



**STÖD:
UNGA
OMSÖRGSGIVARE
FÅR STÖD INOM
SKOLAN OCH
HÄNVISAS TILL
ANDRA TJÄNSTER
UTANFÖR SKOLAN**

Skydda från mobbning och minska stigma

- Utbildning ges till personal för att öka förståelsen för de specifika frågor som unga omsorgsgivare möter och hur och varför de kan utlösa mobbning.
- Skapa en skolkultur där olikheter respekteras och värderas av alla.
- Att det finns någon tillgänglig för unga omsorgsgivare att prata med.
- Unga omsorgsgivare får stöd och får möjlighet att delta i sociala aktiviteter och andra sammanhang (t.ex. med hjälp med transport).

Ekonomisk stöd

- Ett mer flexibelt tak för inkomstgränsen att kvalificera sig för stipendium.
- Måltidskuponger, busskort.

Att höja unga omsorgsgivares ambitioner mot högre utbildning/ stöd med övergången till nästa steg i utbildningen

- Universitetsstudenter - med erfarenhet av att ge omsorg som mentorer till elever i gymnasiet.
- Workshops för att bygga mjuka färdigheter, öka förtroendet, minska myter kring framtida högre utbildning.

Flexibilitet med närvaro och skolarbete

- Flexibilitet med närvaro och skolarbete
- Skolan ger tid för uppsamlingslektioner och flexibilitet med läxor för unga omsorgsgivare som missar skoltid eller har svårt att hålla jämna steg med arbetsbelastningen.
- Förhandla om tidsfrister för läxor/skolarbete.
- Ändra schema för den unga omsorgsgivaren.

Extra stöd i skolan

- Stöd med läxor/skolarbete.
- Kamratstöd (kamratmentorskap; klubb för unga omsorgsgivare).
- Individuellt stöd/rådgivning.
- Individuella stödplaner framtagna (tillsammans med familjen) med regelbunden genomgång.
- ID-kort för unga omsorgsgivare.
- Tillgång till telefon för unga omsorgsgivare som behöver checka av med hemmet.
- Finnas åtkomst till datorer och Internet.
- Krisplaner.
- Möjliggör för studier hemifrån genom att se till att unga omsorgsgivare har tillgång till en inlärningsplattform online eller skicka anteckningar, uppgifter och material.
- Tillhandahålla information om ansökan om särskild överväganden, där lärare tar hänsyn till elevens omsorgsansvar vid bedömningen.
- Skolan är tillgänglig/välkomnande för föräldrar med funktionsned-sättning och/eller sjukdom, och erbjuder ytterligare stöd för att de ska kunna delta på föräldrakvällar eller andra skolevenemang.

Länkar med stöd utanför skolan

- Skolpersonal redo att hänvisa vidare till externa tjänster.
- Länkar på skolans webbplats för lokala tjänster för unga omsorgsgivare.
- Broschyrer för lokala och nationella tjänster publicerade på anslagstavlor.

Supporting children in schools who have a parent with mental illness – [The 'Who Cares ?' Programme](#) (UK)
[Protecting Young Carers from Bullying a Guide for Schools Community Groups and Policy Makers](#) (UK)

Financial support for young carers (UK) Available [here](#), page 38-39

[Young Carers Mentoring Scheme](#) (UK)

[The Young Carers in Schools programme](#) (UK)

[The Young Carers in Schools programme](#) (UK)
[Action for Young Carers, Carers Federation](#) (UK)
Supporting children in schools who have a parent with mental illness – [The 'Who Cares ?' Programme](#) (UK)

Supporting young adult carers – Crisis plans (UK)
Available [here](#), page 17-18

Easing everyday life with an ID card (UK) Available [here](#), page 23-24

[Young Carers Self Exploration Groups](#) (UK)

[Young Carers Schools Development Work](#) (UK)

[Young carers groups](#) (UK)

['Young Carer Friendly Tick' Award](#) (UK)

[CLOUD Schools Engagement Program](#) (Australia)

[The Young Carers in Schools programme](#) (UK)
[Action for Young Carers, Carers Federation](#) (UK)

UTVÄRDERA (ÖVERVAKA, GRANSKA OCH FIRA)

- Skolor inspekteras av unga omsorgsgivare för att se hur de faktiskt stödjer unga omsorgsgivare i praktiken och vilka i skolan som känner till de system som finns.
- Stadgar för unga omsorgsgivare/kvalitetsstandarder för unga omsorgsgivare/utmärkelser i skolan för unga omsorgsgivaren.
- Inspelning av unga omsorgsgivares närvaro och framsteg för inkludering, registrering eller liknande system.

The Young Carers in Schools programme (UK)
Young Carer Friendly Tick' Award (UK)



1. PROGRAMMET UNGA OMSORGSIVARE I SKOLAN (STORBRITANNIEN)

VEM	CARERS TRUST OCH THE CHILDREN'S SOCIETY
VAR	ENGLAND, STORBRITANNIEN
VAD	Programmet Unga omsorgsgivare i skolan innehåller tio viktiga steg för att hjälpa skolor att identifiera unga omsorgsgivare och öka deras resultat. Varje steg åtföljs av nyckelinformation och praktiska verktyg, som skolor kan använda och anpassa efter deras skolstruktur och lokala förhållanden. En genomgång gör det möjligt för skolan att se över deras nuvarande rutiner för unga omsorgsgivare och identifiera vilka hanterbara åtgärder de kan vidta ytterligare för att öka identifieringen och resultaten. De skolor som uppfyller fem standarder för unga omsorgsgivare kan tilldelas utmärkelsen "Unga omsorgsgivare i skolan" som ett erkännande av deras arbete (nationellt erkänt av Skolinspektionen eller på mer regional nivå). Tre olika nivåer kan ges: brons, silver och guld. För att få en utmärkelse måste skolorna bevisa hur de uppfyller de fem standarderna 1. Förstå; 2. Informera; 3. Identifiera; 4. Lyssna; 5. Stödja, upp till den nivå de satsar på att uppnå.

2. AKTION FÖR UNGA OMSORGSIVARE, CARERS FEDERATION (STORBRITANNIEN)

VEM	CARERS FEDERATION, ACTION FOR YOUNG CARERS (AYC)
VAR	ENGLAND, STORBRITANNIEN
VAD	AYC är en gratis tjänst som finansieras av Nottingham statsråd och Carers Federation-organisationen. De lokala myndigheterna använder AYC för att bedöma om personen är en ung omsorgsgivare och vilken typ av stöd som behövs (efter en familjeutvärdering). AYC tillhandahåller utbildning för att öka medvetenheten och material till skolor. AYC-stödarbetare underlättar förståelsen för unga omsorgsgivares behov och upprättande av interna stödsystem, såsom namngiven lärare och skolgrupp för ung omsorgsgivare. Framför allt utbildar AYC trygghetsledare (socialarbetare) i skolorna som kan bli ombud för unga omsorgsgivare (utsedd person i skolan som ansvarar för frågor om unga omsorgsgivare). AYC tillhandahåller ID-kort för unga omsorgsgivare så de känns igen och lyssnas på (inte bara i skolan).

3. "SÄKER SKOLMILJÖ FÖR UNGA OMSORGSIVARE" - PILOT PROJEKT I FLANDERS (BELGIUM)

VEM	SAMANA (EN ORGANISATION SOM GER STÖD TILL MÄNNISKOR MED KRONISKA SJUKDOMAR OCH DERAS ANHÖRIGVÅRDARE)
VAR	BELGIUM, FLANDERS REGION
VAD	Samana genomförde ett pilotprojekt på ett gymnasium. De började med att dela ut enkäter om unga omsorgsgivare, till elever och lärare, för att undersöka om de svarande känner en unga omsorgsgivare, eller om de själva är en unga omsorgsgivare. Enkäterna har också en medvetandegörande effekt bland elever och lärare på skolan. Därefter organiserade de möte med elever, lärare, elevhälsa, personal och någon från pedagogisk rådgivningstjänst. Tillsammans brainstormade de om "Vad skulle göra skolan till en säker miljö för unga omsorgsgivare?". De idéer som fick flest röster grupperades in i mycket konkreta handlingsplaner. Dessa presenterades i ett sista skede för de deltagande skolorna i närvaro av hälsoministern, media och andra aktörer. Visionen för unga omsorgsgivare som utarbetades som en del i handlingsplanerna är nu en del av skolpolitiken.

4. "VEM VÅRDAR?" PROJEKT – STÖD TILL BARN I FAMILJER MED EN FÖRÄLDER SOM HAR EN PSYKISK SJUKDOM (STORBRITANNIEN)

VEM	OUR TIME
VAR	STORBRITANNIEN
VAD	<p>Programmet hjälper skolor att identifiera och stödja barn som har en förälder med en psykisk sjukdom, vilket erbjuder tre typer av interventioner:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Öka medvetenheten, öka skolpersonalens färdigheter med att identifiera för att möta upp drabbade ungdomar och deras familjer • Ett "kulturförändrande" utbildningsprogram för lärare att använda tillsammans med alla elever för att förbättra känsligheten och förståelsen (och minska stigma) • Praktisk hjälp för drabbade barn att tänka på, svara på och hantera sina känslor gentemot sina föräldrar/kamrater (för att öka deras resiliens) <p>Ett mentorskapsystem kan skapas: äldre tonåringar (16-18) med liknande erfarenheter utbildas för att lära denna grupp unga omsorgsgivare. Denna form av kamratmentorskap svarar upp på unga människors behov av att ha någon de kan lita på och prata med som inte är en rådgivare eller terapeut</p>

5. PROJEKT PREVENTION MOT MOBBNING – UNGA OMSORGSIVARE (STORBRITANNIEN)

VEM	CARERS TRUST
VAR	STORBRITANNIEN
VAD	Projekt prevention mot mobbning – Unga omsorgsgivare ett av Carers Trust's Innovation Generation projekt syftar till att öka medvetenheten om och förbättra förståelsen för förhållandet mellan mobbning och att vara en ung omsorgsgivare. Fokus var inte på att öka unga omsorgsgivares resiliens, utan snarare på att förbättra förståelsen för kopplingen mellan att vara ung omsorgsgivare och mobbning. Det slutliga målet var att ändra miljöer, system och stöd för unga omsorgsgivare inom skolor, samhällsgrupper och införa tjänster för unga omsorgsgivare för att skydda dem och minska sannolikheten för att de blir mobbade.

6. TIDIG IDENTIFIERING OCH KRISPLANER (STORBRITANNIEN)

VEM	CENTRAL COLLEGE NOTTINGHAM
VAR	STORBRITANNIEN
VAD	Högskolans team för Learner Achievement Coaches (LAC) ger en mängd olika stöd till studenter som identifieras som pedagogiskt utsatta. Unga vuxna omsorgsgivare ingår i denna kategori. De identifieras via en introduktionsenkät. Därefter enas LAC och studenten om en individuell stödplan (med genomgång var sjätte vecka). LAC-teamet arbetar även proaktivt med krisplanering, med studentstöd innan problem uppstår och sätter in en krisplan, så om något händer, vet de vad de ska göra. LAC-teamet garanterar unga vuxna omsorgsgivare att om de behöver ta tid från sin kurs, i händelse av en plötslig förändring av förhållandena hemma, vid försämring av hälsan hos den person de tar hand om, kommer deras lärare att informeras, arbete kommer att skickas hem, och allt annat stöd kommer att införas som hjälper dem att kunna fortsätta följa med i undervisningen.

7. UNDERLÄTTA VARDAGEN MED ETT ID-KORT (STORBRITANNIEN)

VEM	EASTERN RAVENS TRUST
VAR	STORBRITANNIEN
VAD	Eastern Ravens Trust lanserade ett ID-kort, med foto och stort som ett kreditkort, och som visar den unga omsorgsgivarens namn och skola. Kortets baksida är signerat av en anställd från skolan för att verifiera att den unga personen är omsorgsgivare. Dessa kort stöder deras känslomässiga hälsa och välbefinnande genom att göra det möjligt för dem att be om hjälp där det behövs. De som har använt ID-korten rapporterar att de har visat sig vara ovärderliga när de identifierar sig i allt från skolor och hälsocentraler till ungdomsmottagningar och när de är ute och handlar. Det hjälper dem att känna sig bekväma och självsäkra när de är ute och går. Till exempel finns det en ung omsorgsgivare som har använt det i skolan och visar den för personalen, så att hon kan ringa hem vid lunchtid för att kontrollera sin mamma, som har psykiska ohälsa.

8. GRUPPER FÖR UNGA OMSORGSGIVARE ATT UTFORSKA SIG SJÄLVA (STORBRITANNIEN)

VEM	WINCHESTER & DISTRICT YOUNG CARERS I PARTNERSKAP MED GYMNASIESKOLOR I WINCHESTER DISTRICT
VAR	STORBRITANNIEN
VAD	Sammankomster för att öka medvetenheten hålls i skolor. Efter mötet får alla elever en blankett där de kan ange om de vill ha ett eget möte med skol- och stödkoordinatören. Om eleven har en omsorgsgivande roll, bjuds han/hon in i programmet Self Exploration Group. Detta hålls i skolan (en timme varje vecka, i fem veckor). Sammankomsterna bygger på följande ämnen: Dela utmaningarna med att vara omsorgsgivare, stress, möta rädsla, använda försvar, positiva tankar och visioner, drömmar och mål. Sammankomsterna tillåter unga omsorgsgivare att prata om sina bekymmer, hopp och rädsla och hjälper dem att utveckla kommunikationsförmåga, hanteringsstrategier och sociala färdigheter. Eleverna lär sig genom andras erfarenheter och inser genom strukturerade diskussioner att de är "inte ensamma". Grupperna har lett till en märkbar ökning av unga omsorgsgivares självförtroende.

9. SUFFOLK SKOLANS UTVECKLINGSARBETE FÖR UNGA OMSORGGIVARE (STORBRITANNIEN)

VEM	SUFFOLK FAMILY CARERS, EN NÄTVERKSPARTNER FÖR CARERS TRUST, I PARTNERSKAP MED SUFFOLK KOMMUN
VAR	STORBRITANNIEN
VAD	Suffolk Family Carers arbetar med skolor för att öka medvetenheten om unga omsorgsgivare. Skolorna får stöd när det gäller att identifiera en ung omsorgsgivare som kommer att fungera som en förebild/ledare för unga omsorgsgivare. Denne personens roll är att öka medvetenheten om unga omsorgsgivare inom skolan och arbeta med att utveckla skolpolitiken för unga omsorgsgivare. Denna ledare fungerar som den första kontaktpunkten för unga omsorgsgivare inom skolan. Med hjälp av personalen uppmuntrar ledarna att inrätta stödgrupper inom skolan för att möjliggöra jämställt stöd mellan unga omsorgsgivare. Ledaren har också kontakt med andra skolor. Dessa kontakter gör det möjligt för skolor som är på olika stadier i sin utveckling av policyer och stöd att lära av varandra och utbyta råd och stöd.

10. GRUPPER MED UNGA OMSORGGIVARE (STORBRITANNIEN)

VEM	TALBOT COMBINED SCHOOL
VAR	STORBRITANNIEN
VAD	Postlådor som finns vid receptionen på skolan. Meddelanden som läggs här följs upp av skolans "Pastoral Care Worker", som är heltidsanställd. Hennes policy är en öppen dörr så att alla elever, föräldrar eller andra vårdnadshavare kan prata med henne när som helst. Hon tar också kontakt med föräldrar/vårdnadshavare om hon är särskilt bekymrad för ett barn. Skolan inrättade också en grupp för unga omsorgsgivare som barnen och ungdomarna kallade "Fab Food Friends". Barnen ville delta i roliga aktiviteter som också skulle vara användbara och utvecklande för omsorgsroll, eftersom många unga omsorgsgivare måste laga mat till sina familjer. Denna grupp leds av två lärare som fått ytterligare utbildning genom ett "Mat för liv" -initiativ "Matlagningsbussen" som syftar till att ge nya idéer, recept och entusiasm för matlagning.

11. UNGA OMSORGGIVARES MENTORER (STORBRITANNIEN)

VEM	THE UNIVERSITY OF THE WEST OF ENGLAND (UWE) I PARTNERSKAP MED STÖDET FÖR UNGA OMSORGGIVARE VID ANHÖRIGCENTRAT (BRISTOL OCH SOUTH GLOUCESTERSHIRE) OCH LOKALA SKOLOR.
VAR	STORBRITANNIEN
VAD	Mentorprogrammet rekryterar studentmentorer (från sin egen skola) som har egen eller indirekt erfarenhet av att vara ung omsorgsgivare. Mentorerna kan föra sin egna erfarenhet av rollen vidare och om att gå vidare genom framtida och högre utbildning. Mentorerna får utbildning (om barnskydd, färdigheter i att lyssna, hantera utmanande beteende och om frågor relaterade till unga omsorgsgivare). Studentmentorererna måste vara entusiastiska och engagerade i mentorskapet. Carers Support Center identifierar unga omsorgsgivare som kan ha användning av programmet och med deras och föräldrarnas tillstånd lämnar sitt namn till universitetet. Mentorskapet har främst ett akademiskt fokus. Det lyckas med att öka medvetenheten och ambitionerna för unga omsorgsgivare att engagera sig och gå vidare med sin utbildning. Det har utökats genom en online e-mentortjänst Bright Links.

12. UNG OMSORGGIVARVÄNLIG UTMÄRKELSE (STORBRITANNIEN)

VEM	NORFOLK YOUNG CARERS FORUM (NYCF)
VAR	STORBRITANNIEN
VAD	"Unga omsorgsgivarvänlig" utmärkelse är en uppsättning standarder för skolor som hjälper till att förbättra identifiering och stöd för unga omsorgsgivare. Dessa fem standarder är hämtade direkt från arbete med unga omsorgsgivare: 1. Har en utsedd personal som är förebild för unga omsorgsgivare; 2. Har ett omsorgsgivaravtal; 3. Täcker in frågor som rör unga omsorgsgivare i personalutbildningen. 4. Visar information om unga omsorgsgivare i skolan; 5. Täcker in ämnen som rör funktionshinder/ sjukdom/unga omsorgsgivare i gruppen och ökar medvetenheten om unga omsorgsgivare. En panel med forummedlemmar utvärderar ansökningarna. Om skolorna godkänns får de ett certifikat och det listas i en "hedersrulle", som kommer att belysa skolor som har uppnått standarderna. Utmärkelsen varar i två år, vid vilken tidpunkt skolorna måste lämna in en uppdatering för att visa hur de fortfarande uppfyller standarderna.

13. CLOUD SCHOOLS ENGAGEMENT PROGRAM (AUSTRALIA)

VEM	CARERS WA
VAR	AUSTRALIA
VAD	Carers WA 'CLOUD' -program syftar till att engagera sig med elever, lärare och föräldrar för att öka medvetenheten och stödet för unga omsorgsgivare i skolan. Det utbildar skolans elever, personal och föräldrar i att skapa en flexibel och stödjande skolmiljö. Socialt- och kamratstöd och ett samhälls nätverk med evenemang, workshops och läger samt Facebook och Ung omsorgsgivare WA-webbplats. Unga omsorgsgivare-WA använder kamratledda ungdomstjänster och förlitar sig på unga omsorgsgivares egen expertis när det gäller att skapa tjänster för dem. Effekterna av unga omsorgsgivare-WA:s goda rutiner är starkare motståndskraft, en känsla av tillhörighet och stolthet över att vara en ung omsorgsgivare, minskad känsla av isolering och en ökning av allmän lycka och förtroende. De har också fler färdigheter tillgängliga för att hantera sina omsorgsroller, en större känsla av säkerhet när de vet vem de ska be om hjälp och optimism om sin framtid.

14. EKONOMISKT STÖD TILL UNGA OMSORGGIVARE (STORBRITANNIEN)

VEM	YORK COLLEGE
VAR	STORBRITANNIEN
VAD	Ansökningsformuläret för stipendier med frågor om studenten har omsorgsansvar. För studenter som är omsorgsgivare finns det ett mer flexibelt tak på inkomstgränsen för att kvalificera sig för ett stipendium, vilket innebär att mycket få ansökningar från omsorgsgivare avslås. Högskolan betalar 100% av studentens väsentliga kurskostnader och upp till 1 000 pund i resekostnader. Högskolan har även måltidskuponger för omsorgsgivare och är flexibel med extrakostnader såsom kopierings-kostnader eller pengar för att delta på öppna dagar. Högskolan är också mer flexibel i sina bedömningar för andra typer av stöd. Till exempel kan högskolan ge busskort till en ung vuxen omsorgsgivare som bor två mil bort.

4.2. MOT EN MULTIPROFESSIONELL ANSATS FÖR ATT STÖDJA UNGA OMSORGSIVARE

De ovan nämnda goda exemplen illustrerar aktiviteter som skolor kan införa för att stödja unga omsorgsgivare med deras utbildning. Små insatser som görs i skolor kan medföra en första, positiv inverkan på en unga omsorgsgivares liv.

Nu fungerar inte skolorna, i de länder där dessa goda exempel kommer från, som isolerade enheter, istället är de en del av en vidare strategi med flera aktörer som finns för att stödja unga omsorgsgivare. Andra enheter, ungdomstjänster, ideella organisationer, hälso- och sjukvårdsorganisationer och socialtjänst kan hjälpa till att stärka skolans verksamhet. Det är viktigt för skolor att vara aktiva i samverkan med detta bredare nätverk av stöd och hjälpa unga omsorgsgivare vidare när så behövs.

Dessutom syftar de goda rutinerna som denna handbok fokuserar på att stödja unga omsorgsgivare med deras utbildning, vilket är i linje med det övergripande målet för EDY-CARE-projektet. Att ge omsorg kan påverka olika livsfaser. Följaktligen måste strategierna för unga omsorgsgivarevänliga skolor kompletteras med strategier för att minska unga omsorgsgivares omsorgsbörda, förbättra deras mentala hälsa och stärka deras resiliens. För att nå detta mål måste andra aktiviteter genomföras i samarbete med olika aktörer:

EXEMPEL PÅ AKTIVITETER:

- Ge unga omsorgsgivare en paus från att ge omsorg, låt dem ha kul och komma i kontakt med kamrater
- Organisera skolläger, sommarläger, caféer, film och sportaktiviteter och hjälp unga omsorgsgivare med de ekonomiska kostnaderna för att delta i dessa aktiviteter.
- Ge unga omsorgsgivare tillgång till verktyg och stöd (t.ex. psykoedukation) så de kan utveckla användbara strategier för att hantera situationen.
- Förbättra åtkomsten till information om tillgängligt stöd.
- Ordna grupper för unga omsorgsgivare, kamratstödgrupper, för att stärka unga omsorgsgivare och visa dem att de inte är ensamma.

Titta gärna på de två fallstudierna nedan. För mer information om möjliga åtgärder för att öka unga omsorgsgivares resiliens, besök EU Horizon 2020 ME-WE-projektet (Me-We, 2019)⁴.

⁴ Me-We home page <https://me-we.eu/the-project/>

ETT INNOVATIVT RESILIENSBYGGANDE LÄGER FÖR UNGA OMSORGSIVARE - AUSTRALIEN

I Australien deltog unga omsorgsgivare, rekryterade från Carers Queensland, i ett 3-dagars läger för resiliensbyggande, som kombinerade utbildning och psykoedukativa aktiviteter baserat på Resourceful Adolescent Program (RAP-A), med fritidsaktiviteter (dvs. cirkusverkstäder, lägereldar och sportaktiviteter).

Resourceful Adolescent Program (RAP-A) är ett universellt program för uppbyggnad av resiliens (School of Psychology and Counselling at Queensland University of Technology, n.d.) som syftar till att främja positiv mental hälsa och förebygga ungdomars depression. Det är positivt fokuserat, med betoning på att bygga och erkänna styrkor, snarare än att fokusera på att sanera "svagheter". Det övergripande syftet med RAP-A var att hjälpa unga omsorgsgivare att identifiera deras individuella styrkor och befintliga resurser, för att de skulle vara mer motståndskraftiga och bättre rustade för att klara av de utmaningar som omsorgsgivandet medför.

Lägerformatet för detta RAP-A-program, vanligtvis levererat i en skolmiljö, hade fördelen att erbjuda paus och socialt engagemang, utöver fördelen med ökad resiliens.

HUR KAN MAN FÖRBÄTTRA DEN MENTALA HÄLSAN HOS UNGA OMSORGSIVARE OCH ÖKA DERAS RESILIENS?

ETT KOMPISPROJEKT FÖR UNGA OMSORGSIVARE – NEDERLÄNDERNA

Ervaringsmaatjes är ett projekt där en volontär eller student med erfarenhet av att vara en ung omsorgsgivare ger individuellt stöd/fungerar som en kompis till en unga omsorgsgivare. Utifrån sin personliga erfarenhet vet kompiserna bättre än någon annan hur det är att vara en ung omsorgsgivare och är där för barnet utan några begränsningar, erbjuder ett lyssnande öra, möjligheter till socialisering samt stöd i praktiska frågor. Han/hon hjälper också till att få insikt i unga omsorgsgivares personliga önskemål och behov. Detta projekt har blivit väldigt effektivt i att stödja det sociala livet för unga omsorgsgivare så väl som att bygga upp deras resiliens.

5. SPECIFIKT ARBETE

5.1. I SVERIGE

SAMMANFATTNING

I en svensk studie visade det sig att av de 2424 elever, i årskurs nio, som deltog var det 27 % som flera gånger i vecka på olika sätt försöker få sin förälder att må bättre. Tjugo procent håller ett öga på sin förälder medan 26 % håller sin förälder sällskap. Med hänsyn till att inte belasta sin förälder var det 15 % som flera gånger i veckan undvek att be om hjälp med skolarbete och läxor medan 12 % inte bad om stöd för andra problem. Sju procent uppgav att de utförde omfattande omsorgsarbete, 2,5 % hjälpte en förälder att tvätta sig och 1,6 % hjälpte föräldrar att klä på sig, minst en gång i månaden. Av dessa var det en något större andel som var ett äldre syskon, bodde i hyreslägenhet, bodde med en ensamstående mamma, var utlandsfödda eller hade en utlandsfödd förälder. En något större andel av dessa ungdomar angav att hushållets inkomster inte alltid räckte till hyra, mat och kläder och fler hade föräldrar som var arbetslösa, jämfört med ungdomar i gruppen med lägre grad av omsorgs-givande (Nordenfors et al., 2014).



SOCIAL INKLUSION OCH UTBILDNING

Det var tre procent av ungdomarna som besvarade enkäten som uppgav att de stannade hemma minst en dag i veckan från skolan för att ta hand om en familjemedlem (Nordenfors et al., 2014). Skolfrånvaro medför att unga omsorgsgivare blir begränsade i att få fullständiga betyg, och det i sin tur minskar deras möjlighet att få ett arbete på grund av sitt omsorgsansvar (Becker & Leu, 2014). Det omgivande sociala nätverket beskrivs som den viktigaste faktorn för att omsorgsansvaret ska bli hanterbart, men andra faktorer som bidrar till ungdomarnas välbefinnande och känsla av hanterbarhet är om de har positiva relationer, har en känsla av hopp, klarar sig bra i skolan och når sina mål (Becker & Leu, 2014).

SAMSKAPANDE STRATEGIER: VAD VI GJORDE I SVERIGE?

I respektive land (förutom Belgien) tillsattes en samverkansgrupp (expertgrupp). I Sverige skapades denna grupp med representanter från två gymnasieskolor, en skolkurator och en lärare som arbetade med psykosocialt arbete inom skolan samt en socialarbetare som arbetade med elever som hade hög skolfrånvaro. Gruppen var också representerad av två forskare, som till sin profession var både lärare och sjuksköterskor, och som representerade Nationellt kompetenscentrum anhöriga och Linnéuniversitetet.

BESKRIVNING AV DE NATIONELLA VERKTYGEN

Det var sex gymnasieskolor inkluderade i pilottestet. Skolorna hade mellan 500 och 1500 elever.

I projektets expertgrupp (Co-development group) önskade deltagarna om hjälp med att identifiera unga omsorgsgivare och med informationsmaterial för att öka medvetenheten bland lärare och annan skolpersonal om unga omsorgsgivare.

1. FÖRSTÅ OCH ÖKA MEDVETENHETEN OM UNGA OMSORGSIVARE I SKOLAN

Detta är en PowerPoint presentation som kan användas till att beskriva gruppen unga omsorgsgivare för att öka medvetenheten om gruppen i skolan och vad som kan göras för dessa elever i skolan. Presentationen vänder sig till lärare och annan skolpersonal och kan användas av skolsköterskan, skolkuratoren eller annan skolpersonal. Det finns förklarande text till föreläsaren om varje bild. Det finns länkar till två filmer, en om barn som anhöriga och en om unga omsorgsgivare, och om dessa två filmer visas tar hela presentationen ca 20 minuter.

PowerPoint presentationen finns i den MOOC-kurs som utvecklats inom EDY-CARE projektet.

2. IDENTIFIERA UNGA OMSORGSIVARE I SKOLAN:

Skolsköterskorna träffar alla förstaårselever för att prata om deras hälsa. Inför detta samtal besvarar eleverna ett frågeformulär om sin hälsa. Expertgruppen ansåg att ett urval av frågorna (max en A4-sida med frågor, men helst bara några få frågor) från frågeformuläret (som inkluderade MACA) kunde användas som ett komplement till det befintliga hälsofrågeformuläret. Medarbetaren inom EDY-CARE-projektet informerade skolsjuksköterskor om möjligheten att identifiera unga omsorgsgivare på detta sätt. Utöver de deltagande skolorna gavs information vid en konferens med 1300 skolsköterskor. Majoriteten av de tillfrågade skolsköterskorna ansåg att det skulle vara av stor vikt att inkludera frågor som identifierar unga omsorgsgivare i hälsofrågeformuläret, men det är bara möjligt att inkludera en eller två enskilda frågor. Oavsett detta kan frågeformuläret användas i sin helhet utöver det stora hälsofrågeformuläret som ett komplement när en ung omsorgsgivare har identifierats enligt de få frågorna som ingår i hälsofrågeformuläret.

Frågeformuläret finns tillgängligt i MOOC kursen som utvecklats inom EDY-CARE-projektet och via Erasmus Project Results Platform.⁵

Med dessa ganska enkla insatser kan medvetenheten om unga omsorgsgivare öka bland lärare och annan skolpersonal, samtidigt som unga omsorgsgivare kan identifieras och därmed få stöd i sin situation och med sin skolgång.

HUR KAN DU HJÄLPA EN UNG OMSORGSIVARE I SKOLAN?

- Öka medvetenheten i skolan
- Erbjuder flexibla inlärningsalternativ

⁵ Erasmus Project Results Platform <https://ec.europa.eu/programmes/erasmus-plus/projects/eplu-project-details/#project/2017-1-SE01-KA201-034583>

- Lyssna på dem
- Uppmuntra till en kamratstödgrupp
- Ge psykologiskt stöd
- Agera som en hänvisningspunkt
- Informera nyckelpersoner i skolpersonalen
- Anvisa till olika stöd tillgängligt (inom och utanför skolan)

VAD FINNS ATT GÖRA?

- Personalutbildning för ökad medvetenheten bland lärare, skolpersonal och samhället om unga omsorgsgivare, identifiering och deras behov, och proaktiva åtgärder.
- En integrerad strategi med en samordningsorganisation för flera aktörer på lokal, regional och nationell nivå.
- Förstärkning av etablerade nätverk med effektiv kommunikation och kontakt med andra aktörer.
- Fler resurser för gemenskap, kamrater och onlinestöd för unga omsorgsgivare.
- Noggrant gå igenom och utvärdera andra framgångsrika program och anpassa till svensk kontext.
- Stödja familjer och unga omsorgsgivare med bedömning av behov och regelbunden uppföljning.
- Främja en positiv bild om sjukdom och funktionshinder.
- Erkännande och ge utmärkelse till skolor med god praxis.
- Regelbundet gå igenom unga omsorgsgivarnas välbefinnande.

6. SLUTSATSER OCH POLICYREKOMMENDATIONER

FN:s konvention om barnets rättigheter (artiklar 28 och 29) säger att **”Varje barn har rätt till ...”** bland annat en utbildning som kan utveckla deras förmågor till deras fulla potential (FN:s mänskliga rättigheter, 1989). Andra internationella direktiv går längre och kräver en **inkluderande utbildning** (Europeiska kommissionen, 2018; FN, 2015). Enligt en definition från UNESCO, **”inkludering ses som en process för att adressera och svara på mångfalden av behov hos alla elever [...] och minska utslagning inom och från utbildning. Det innebär förändringar och modifieringar i innehåll, tillvägagångssätt, strukturer och strategier [...]”**(UNESCO, 2005, s. 14, egen översättning). Den här handboken syftar just till att **stärka skolpersonal så att de kan tillgodose och svara upp på unga omsorgsgivares behov.**

Ett effektivt och långvarigt sätt att tillgodose unga omsorgsgivares behov kräver att olika aktörer involverar sig: såsom skolor, hälso- och sjukvårdspersonal, ideella organisationer, allmänheten, beslutsfattare och unga omsorgsgivare själva.

Policyrekommendation nr 1: Identifiera

En stor ökning av medvetenheten bland alla dessa aktörer krävs: de måste vara medvetna om förekomsten av unga omsorgsgivare, ha befogenhet och verktyg för att identifiera dem på ett proaktivt sätt (detta är särskilt viktigt eftersom unga omsorgsgivare i många fall inte identifierar sig själva som sådana, därför förblir de osynliga och deras behov uppfylls inte).

Policyrekommendation nr 2: Ge stöd

När unga omsorgsgivare har identifierats måste **stöd ges**. Den här handboken presenterar övergripande sätt att stödja unga omsorgsgivare i deras utbildning. Ändå har vi sett att ge omsorg har en inverkan även på andra områden i unga omsorgsgivares liv, till exempel deras sociala inkludering och mentala hälsa. Därför är det viktigt att **komplettera strategierna för att stödja unga omsorgsgivares utbildning med strategier för att lindra deras omsorgsbörda och förbättra deras motståndskraft.**

Hela **familjens strategi** bör tas i beaktande, varigenom den omsorgsberoende personens behov tas i beaktande i kombination med de övriga familjemedlemmarnas behov, inklusive unga omsorgsgivare.

Policyrekommendation nr 3: Lyssna till

Stödet måste **utformas tillsammans** med unga omsorgsgivare själva för att vara säker på att det passar deras behov.

Sammantaget bör uppdraget med policyer och praxis vara att **se till att ge omsorg utgår från ett fritt och äkta val men också att de förhindrar och minimerar de (potentiella) negativa effekterna** ett omsorgsgivande kan ge under uppväxten (begränsad utbildning, minskade livschanser, påverkat välbefinnande och isolering).

Kombinationen av dessa strategier och aktivt engagemang från olika aktörer är nyckeln till att **unga omsorgsgivare kan växa och blomstra som människor.**

NÄSTA STEG

Europas länder befinner sig i olika stadier av medvetenhet och insatser när det gäller unga omsorgsgivares behov och preferenser (Leu & Becker, 2016). Storbritannien, från vilket de flesta goda rutiner kommer från, klassificeras som "avancerad", Sverige klassificeras som "medelmåttig", Italien klassificeras som "på gång" medan Slovenien och Portugal kan ses som "uppvaknande". Denna klassificering är utvecklande. Viktiga drivkrafter för förändringar i policyer och metoder är att öka medvetenheten och forskningen.

Samarbetet mellan länder, som underlättas av europeiska projekt som EDY-CARE, kan bygga broar av kunskap/expertis, underlätta och förbättra utvecklingen, genomförandet och uppbyggandet av god praxis. Denna handboken är ett första steg som förhoppningsvis kommer att hjälpa de europeiska länderna att gå vidare i medvetandegörandet och stöd till unga omsorgsgivare, med en potentiell inverkan på unga omsorgsgivares välbefinnande och livskvalitet.

REFERENSER

- Aldridge, J., & Becker, S. (2003). *Children caring for parents with mental illness: Perspectives of young carers, parents and professionals*. Policy Press.
- Aldridge, J., Clay, D., Connors, C., Day, N., & Gkiza, M. (2016). *The lives of young carers in England: Qualitative report to DfE*. Retrieved from: <https://www.adass.org.uk/AdassMedia/stories/Carers/Census%202011%20briefing%20Age%20statistics%2016%2005%202013.pdf>.
- BBC news (2018). *Being a Young Carer*. Retrieved from: https://www.bbc.co.uk/news/resources/idt-sh/Being_a_young_carer.
- Becker, F., Becker, S., Joseph, S. & Regel, S. (2012). *Manual for Measures of Caring Activities and Outcomes for Children and Young People (2nd edition)*. London, Carers Trust. Retrieved from: [https://www.proceduresonline.com/harrow/cs/user_controlled_lcms_area/uploaded_files/Young%20Carer%20Tool%20-%20Caring%20Activities%20and%20Outcomes%20\(edited\).pdf](https://www.proceduresonline.com/harrow/cs/user_controlled_lcms_area/uploaded_files/Young%20Carer%20Tool%20-%20Caring%20Activities%20and%20Outcomes%20(edited).pdf).
- Becker, S. (2000). Young carers. *The Blackwell Encyclopedia of Social Work Oxford*. M. Davies. Oxford, Blackwell Publishers Ltd 378.
- Becker, S., & A. Leu (2014). *Young Carers. Oxford Bibliographies in Childhood Studies*. Heather Montgomery (Hrsg). Oxford University Press.
- Bronfenbrenner, U. (1979). *The Ecology of Human Development: Experiments by Nature and Design*. Hardcover. Cambridge, Massachusetts: Harvard University Press.
- Carers Trust (2018). "Snapshot survey of 50 young carers". Retrieved from: <https://carers.org/press-release/half-infant-young-carers-under-ten-are-suffering-broken-sleep-care-family-members>.
- Carers Trust (2017a). *Supporting Young Carers in Schools: A Toolkit for Initial Teacher Education Providers*. Retrieved from: https://professionals.carers.org/sites/default/files/ycis_teachers_toolkit_final_0.pdf.
- Carers Trust (2017b). *Step 7: Raising Awareness of School Staff about Young Carers*. Retrieved from: <https://professionals.carers.org/step-step-guide-raising-awareness-schools-staff-about-young-carers>.
- Carers Trust (2015). *Key facts about carers and the people they care for*. Retrieved from: <https://carers.org/key-facts-about-carers-and-people-they-care>.
- Carers Trust (2014). *Protecting the health and wellbeing of young carers. Examples of practice*. Retrieved from: <https://professionals.carers.org/protecting-health-and-wellbeing-young-carers-examples>
- Carers Trust (2011). *Census 2011*. Retrieved from: <https://www.adass.org.uk/AdassMedia/stories/Carers/Census%202011%20briefing%20Age%20statistics%2016%2005%202013.pdf>.
- CareSearch (2019). *Young carers*. Retrieved from: <https://www.caresearch.com.au/caresearch/ForPatientsandFamilies/SpecificGroups/YoungCarers/tabid/417/Default.aspx>.
- Central Statistics Office (2016). *Census 2016 Summary Results*. Retrieved from: <https://www.cso.ie/en/csolat-estnews/presspages/2017/census2016summaryresults-part1/>.

Central Statistics Office (2016). *Census 2016 Summary Results*. Retrieved from: <https://www.cso.ie/en/csolat-estnews/presspages/2017/census2016summaryresults-part1/>.

Clay, D. et al. (2016). *The lives of young carers in England Qualitative report to Department for Education*. Retrieved from: https://assets.publishing.service.gov.uk/government/uploads/system/uploads/attachment_data/file/498115/DFE-RR499_The_lives_of_young_carers_in_England.pdf.

Department for Education (2016). *The lives of young carers in England*. Qualitative Report to DfE. Retrieved from: https://assets.publishing.service.gov.uk/government/uploads/system/uploads/attachment_data/file/498115/DFE-RR499_The_lives_of_young_carers_in_England.pdf.

Edy-care (2019). *Good practices to support young carers in education*. Retrieved from: <https://eurocarers.org/current-projects/edycare/resources-and-links/>.

Eurocarers (2019). *Good practices to support young carers in education*. Retrieved from: <https://eurocarers.org/current-projects/edycare/resources-and-links/>.

Eurocarers (2017). *Eurocarers Policy Papers Young Carers*. Retrieved from: <https://eurocarers.org>.

European Commission (2018). *How can the European Pillar of Social Rights support the achievement of the 2030 Sustainable Development Goals?* Retrieved from: https://ec.europa.eu/info/sites/info/files/sub-group-equality-justice-inclusion-decent-work_recommendations_1.pdf.

ISTAT (2015). *National institute of statistics*. Retrieved from: <https://www4.istat.it/>.

Italia Lavoro (2014). *Benchmarking e Approfondimenti*. Retrieved from: <http://bancadati.italialavoro.it/bdds/ViewScheda.action?product=DOCUMENTA&uid=c84f7894-0d3a-4ac0-af03-f6d230d3944f&title=scheda#>.

Joseph, S., Becker, F. & Becker, S. (2012) *Manual for Measures of Caring Activities and Outcomes for Children and Young People (2nd edition)*. Carers Trust.

Kendall, C. (2018). *Being a young carer*. Retrieved from: https://www.bbc.co.uk/news/resources/idt-sh/Being_a_young_carer.

Law. No. 54/2018. Diário da República n.º 129/2018, Série I. *Regime Jurídico da Educação Inclusiva*. Retrieved from: https://www.dge.mec.pt/sites/default/files/EEspecial/dl_54_2018_en_version_0.pdf.

Law. No. 517/1977. *Norme sulla valutazione degli alunni e sull'abolizione degli esami di riparazione nonché altre norme di modifica dell'ordinamento scolastico*. Retrieved from: https://www.edscuola.it/archivio/norme/leggi/l517_77.html.

Leu, A. & Becker S. (2016). A cross-national and comparative classification of in-country awareness and policy responses to 'young carers'. *Journal of Youth Studies*, 20: 750-762.

Leu, A., Frech, M., Wepf, H., Sempik, J., Joseph, S., Helbling, L., ... & Jung, C. (2019). Counting young carers in Switzerland—a study of prevalence. *Children & Society*, 33(1), 53-67.

Maskrosbarn (2019). *Our activities*. Retrieved from: <https://maskrosbarn.org/vara-aktiviteter/>.

Me-We (2019). *Enabling young carers to pursue their goals in life and reach their full potential – converting research findings into policy actions*. Retrieved from: <https://me-we.eu/launch-of-policy-briefs-enabling-young-carers-to-pursue-their-goals-in-life-and-reach-their-full-potential-converting-research-findings-into-policy-actions/>.

Me-We policy briefs (2019). Retrieved from: <https://me-we.eu/internal-resources/>.

Nordenfors, M., Melander, C., & Daneback, K. (2014). *Unga omsorgsgivare i Sverige*. [Young Carers in Sweden]. Kalmar/Växjö, Nationellt kompetenscentrum anhöriga och Linnéuniversitetet.

School of Psychology and Counselling at Queensland University of Technology. *Resourceful Adolescent Program* (n/a). Retrieved from: <http://www.rap.qut.edu.au/programs/>.

Sempik, J. & Becker, B. (2013). *Young Adult Carers at School: Experiences and Perceptions of Caring and Education*. London, Carers Trust.

Stichting Informele Zorg Twente Ervaringsmaatjes (2019). *Ervaringsmaatjes*. Retrieved from: <http://ervaringsmaatjes.nl/>.

The Children's Society (2018). *Young Carers Well-being*. Retrieved from: <https://www.childrenssociety.org.uk/sites/default/files/young-carers-wellbeing.pdf>.

UN (2015). *Sustainable Development Goals*. Retrieved from: https://ec.europa.eu/sustainable-development/goal4_en.

UN Human Rights (1989). *Convention on the Rights of the Child*. Retrieved from: <https://www.ohchr.org/en/professionalinterest/pages/crc.aspx>.

UNESCO (2005). *Guidelines for inclusion: Ensuring access to education for all*. ERIC Clearinghouse.

BILAGA



7. BILAGA

7.2. EDYCARE ENKÄTEN – SVENSK VERSION



EDY-CARE SWE

INTRODUKTION

Detta frågeformulär har utvecklats inom ramen för Erasmus+ projektet "Innovativa metoder och verktyg i skolan för ökad social inkludering av unga omsorgsgivare" (EDY-CARE). Syftet är att ge lärare och skolpersonal hjälp med en uppsättning frågor för att identifiera unga omsorgsgivare och att bedöma hur deras roll som omsorgsgivare påverkar, positivt och/eller negativt, deras möjligheter att närvara och prestera i skolan, och integrera med kamrater etc. Svaren som framkommer med hjälp av detta frågeformulär kan därefter diskuteras vidare i enskilda samtal med den unga omsorgsgivaren och kan utgöra en utgångspunkt för att sätta in stödåtgärder inom och utanför skolans uppdrag.

Kära elev,

Detta frågeformulär handlar om saker du gör i din vardag och hur du känner för det. Var god och läs varje fråga och markera i rutan som anger ditt svar. Det finns inga rätt eller fel svar, vi vill bara veta vad du gör och hur du känner för det.

Europeiska kommissionens stöd till produktionen av denna publikation omfattar inte några uppgifter om innehållet, vilket endast återspeglar upphovsmännens synpunkter, och kommissionen kan inte hållas ansvarig för någon användning som kan göras utifrån uppgifterna i den.

Q1. ÄR DU TJEJ ELLER KILLE?

Kille

Tjej

Q2. VILKET ÅR ÄR DU FÖDD?

Alla familjer är olika (till exempel bor inte alla med båda sina föräldrar, ibland bor de med bara en förälder, eller

har två hem eller bor med två familjer) och vi skulle vilja veta hur din familj ser ut.

Q3. VÄNLIGEN BESVARA FRÅGAN UTIFRÅN DET HEM DÄR DU BOR HELA ELLER STÖRRE DELEN AV TIDEN OCH KRYSSA FÖR DE PERSONER SOM BOR DÄR

Flera svar kan anges

<input type="checkbox"/> Mamma	<input type="checkbox"/> Pappa
<input type="checkbox"/> Styvmor (eller pappas flickvän/partner)	
<input type="checkbox"/> Styvfar (eller mammas pojkvän/partner)	
<input type="checkbox"/> Jag bor i ett fosterhem eller familjehem	
<input type="checkbox"/> Någon annan eller någon annan stans (t.ex. syskon, farföräldrar). Snälla skriv ner det:	

Q4. SKULLE DU SÄGA ATT DIN HÄLSA ÄR?

- Utmärkt Bra Sådär Dålig

Q5. HÄR ÄR EN STEGE.

Överst på stegen «10» är det bästa möjliga livet för dig och längst ner «0» är det sämsta möjliga livet för dig.

I allmänhet, var på denna stegen känner du att du befinner dig just nu?

Markera rutan bredvid det nummer som bäst beskriver var du befinner dig.

10	<input type="radio"/>	BÄSTA TÄNKBARA LIV 😊
9	<input type="radio"/>	
8	<input type="radio"/>	
7	<input type="radio"/>	
6	<input type="radio"/>	
5	<input type="radio"/>	
4	<input type="radio"/>	
3	<input type="radio"/>	
2	<input type="radio"/>	
1	<input type="radio"/>	
0	<input type="radio"/>	SÄMSTA TÄNKBARA LIV 😞

Q6. HUR PRESSAD KÄNNER DU DIG AV DET SKOLARBETE DU BEHÖVER GÖRA?

- Inte alls Lite En del Mycket

Q7. NEDAN ÄR NÅGRA SAKER SOM UNGDOMAR GÖR FÖR ATT HJÄLPA.

Tänk på den hjälp, stöd eller vård som du gett under den senaste månaden. Läs var och ett av påståendena och

markera med ett kryss i den box som visar hur ofta som du gjort vart och ett av dessa saker under den senaste månaden.

	Aldrig	Ibland	Ofta
a. Städat ditt eget rum	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
b. Städat andra rum	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
c. Diskat eller ställt in i eller tagit ur diskmaskinen	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
d. Dekorera eller pynta rum	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
e. Tagit ansvar för matinköp	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
f. Hjälpt till med att lyfta eller bära tunga saker	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
g. Hjälpt till med ekonomiska sysslor som att hantera räkningar, bankärenden eller hämta försörjningsstöd	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
h. Jobbat extra för att tjäna in pengar till hushållet	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
i. Tolkat, teckentolkat eller använt andra kommunikationssystem för personen som du stödjer/vårdar	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
j. Hjälpt personen du vårdar med att klä på eller av sig	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
k. Hjälpt personen du vårdar med att tvätta sig	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
l. Hjälpt personen du vårdar med att duscha eller bada	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
m. Hållit personen du stödjer/vårdar sällskap genom att sitta hos hen, läsa för hen eller hålla hen sysselsatt	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
n. Hållit ett öga på den person du stödjer/vårdar för att se till att de mår bra	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
o. Tagit med personen jag stödjer ut på promenad eller för att träffa vänner eller släktingar	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
p. Sett till att syskon kommer till skolan	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
q. Passat syskon medan vuxna finns i närheten	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
r. Passat syskon när vuxna inte finns i närheten	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

MACA-YC18 Copyright © 2012 Fiona Becker, Saul Becker, Stephen Joseph & Steve Regel. Alla rättigheter är reserverade. Uteklad för Carers Trust av Young Carers International Research and Evaluation, School of Sociology and Social Policy, University of Nottingham, University Park, Nottingham NG7 2RD

Q8. HUR KOMMER DET SIG ATT DU GÖR ALLT DETTA, UTÖVER DINA SKOLUPPGIFTER OCH FRITIDSINTRESSEN?

Q9. VEM ÄR DET DU GER HJÄLP TILL?

Flera svar kan anges

- Mamma
- Styvmor (eller pappasflickvän eller partner)

- Pappa
- Styvfar (eller mammaspojkvän eller partner)
- Bröder/styvbröder. Om ja, hur många: ____
- Sysstrar/Styvsysstrar. Om ja, hur många: ____
- Morföräldrar/farföräldrar. Om ja, hur många: ____
- Andra vuxna släktingar (ange vilka): ____
- Vänner till familjen. Om ja, hur många: ____
- Andra (vänligen ange vilka): ____
- Jag ger inte hjälp till någon

Q10. VARFÖR BEHÖVER DEN PERSONEN (PERSONERNA) DU TAR HAND OM HJÄLP?

Q11. VILKET AV FÖLJANDE UTTALANDEN BESKRIVER DIG BÄST? (MARKERA ALLT SOM GÄLLER FÖR DIG) JAG TAR HAND OM NÅGON ...:

Flera svar kan anges

- Som har problem med missbruk av alkohol, receptbelagda läkemedel, olagliga droger eller andra ämnen
- Som har problem/svårigheter på grund av hög ålder eller åldrande
- Som har psykiska problem
- Som har fysiska problem
- Som har långvariga hälsoproblem
- Som har en fysisk sjukdom eller funktionsnedsättning
- Som har en utvecklingsstörning
- Som har en obotlig sjukdom
- Som har en psykisk sjukdom eller funktionsnedsättning
- Som är min bror/mina bröder eller min syster/mina sysstrar
- Som inte har några speciella svårigheter (är inte sjuk)

Q12. VILKET AV FÖLJANDE UTTALANDEN BESKRIVER DIG BÄST? (MARKERA ALLT SOM GÄLLER FÖR DIG)

Flera svar kan anges

- Jag gör många saker i hushållet eftersom min mamma/pappa jobbar långa arbetsdagar.
- Jag gör många saker i hushållet eftersom det bara är min mamma och jag.
- Jag gör många saker i hushållet eftersom det bara är min pappa och jag.
- Jag gör många saker i hushållet eftersom jag vill göra det själv.
- Jag gör många saker i hushållet eftersom jag vill göra det på mitt sätt.
- Jag gör många saker da vi delar på hushallsuppgifterna mellan familjemedlemmarna.
- Jag gör många saker i hushållet eftersom mina föräldrar tar hand om någon som behöver mycket hjälp.
- Jag gör många saker i hushållet eftersom mina föräldrar måste jobba mycket för att finansiera min skolgång, och det här är mitt sätt att betala tillbaka.
- Jag gör många saker i hushållet eftersom mina föräldrar ger mig ersättning för att göra saker i hushållet.
- Jag gör många saker i hushållet eftersom mina föräldrar arbetar långt hemifrån.
- Jag arbetar (deltid) för att hjälpa min familj.
- Jag följer med mina föräldrar eftersom jag måste översätta / tolka at dem.
- Jag gör en massa saker eftersom min/minaförälder/föräldrar inte kan göra det själva.
- Jag tar hand om mina syskon eftersom mina föräldrar arbetar.

Q13. HUR KÄNNS DETTA FÖR DIG? KAN DU BESKRIVA MED DINA EGNA ORD?

Q14. HAR DU PRATAT MED NÅGON DIN SITUATION?

- Ja Nej Det är inte relevant för mig

Q15. KAN DU BESKRIVA HUR DET GICK?

Q16. KAN DU FÖRKLARA VARFÖR DET INTE GICK BRA?

Q17. HÄR ÄR NÅGRA YTTERLIGARE FRÅGOR OM HUR DU GJORDE I SKOLAN UNDER FÖRRA VECKAN, MÅNADEN, TERMINEN.

Ange endast siffror! Om ditt svar är "aldrig" ange "0".

	Hur många gånger under den senaste veckan:	Hur många gånger under den senaste månaden:	Hur många gånger under den senaste terminen:
Hur många gånger har du varit borta från skolan på grund av att du vårdat/tagit hand om någon?			
Hur många gånger har du kommit försent till skolan på grund av att du har vårdat/tagit hand om någon?			
Hur många gånger har du känt dig mycket trött och haft svårt att koncentrera dig på lektionerna på grund av att du vårdat/tagit hand om någon?			
Hur många gånger har du haft för lite tid att förbereda dig ordentligt inför ett prov på grund av att du vårdat/tagit hand om någon?			
Hur många gånger har du inte kunnat göra dina läxor på grund av att du vårdat/tagit hand om någon?			

Q18. FOKUSERA NU PÅ DEN SENASTE TERMINEN

Ange endast siffror! Om ditt svar är "aldrig" ange "0".

	Hur många gånger:
På grund av att du vårdat/tagit hand om någon har du inte kunnat delta i andra aktiviteter som erbjudits av skolan?	
På grund av att du vårdat/tagit hand om någon har du inte kunnat delta i skolresor/utflykter?	
På grund av att du vårdat/tagit hand om någon har du inte haft möjlighet att närvara i aktiviteter utanför skoltid?	

Du är nästan klar, bara några fler frågor om dig och din familj.

Q19. I VILKET LAND ÄR DU FÖDD?

- I Sverige
- I Norge, Finland, Danmark eller Island
- Annat land i Europa
- Annat land utanför Europa

Q20. I VILKET LAND ÄR DIN MAMMA FÖDD?

- I Sverige

- I Norge, Finland, Danmark eller Island
- Annat land i Europa
- Annat land utanför Europa

Q21. I VILKET LAND ÄR DIN PAPPA FÖDD?

- I Sverige
- I Norge, Finland, Danmark eller Island
- Annat land i Europa
- Annat land utanför Europa

Q22. ARBETAR DIN PAPPA?

- Ja
- Nej
- Vet ej
- Känner inte eller träffar inte min pappa

Q23. OM NEJ, VARFÖR ARBETAR INTE DIN PAPPA? MARKERA MED ETT KRYSS I DEN RUTAN SOM BÄST BESKRIVER SITUATIONEN.

- Han är sjuk, pensionär
- Han söker jobb
- Han tar hand om andra, eller är hemma på heltid
- Jag vet inte

Q24. ARBETAR DIN MAMMA?

- Ja
- Nej
- Vet ej
- Känner inte eller träffar inte min mamma

Q25. OM NEJ, VARFÖR ARBETAR INTE DIN MAMMA? MARKERA MED ETT KRYSS I DEN RUTAN SOM BÄST BESKRIVER SITUATIONEN.

- Hon är sjuk, eller pensionär
- Hon söker jobb
- Hon tar hand om andra, eller är hemma på heltid
- Jag vet inte

