

# Förändringsarbete i utveckling och planering av anhörigstöd

**Exempel från Uppdragsutbildning 7,5hp  
Stöd för anhöriga till barn, unga och vuxna med psykisk ohälsa 2014-2015**

Eva Gustafson

Möjliggörare vid Nationellt kompetenscentrum anhöriga,  
Universitetsadjunkt vid Linnéuniversitetet

# Antagning kursdeltagare

Kommunal verksamhet (10)

Landstingsverksamhet (10)

Anhöriga med egen erfarenhet (10)



# Examination 7,5hp

- Syfte: att kursdeltagare utformar en skriftlig planering av genomförande och utvärdering av lokalt utformat anhörigstöd
- 28 kursdeltagare examinerar kursen i form av förändrings- och/eller utvecklingsplaner (jan 2015)

**Titel: Samverkan med socialtjänsten i syfte  
att stödja barn som anhöriga till föräldrar med psykisk ohälsa  
(Lagergren, V. Stockholm)**

Syfte: utforma en genomförandeplan av en gemensam stödgruppsverksamhet enligt Barnkraftsmodellen för barn vars föräldrar har psykisk ohälsa.

- Ett samarbete mellan Psykiatri Nordväst och Socialtjänsterna i Sigtuna, Sollentuna, Solna, Sundbyberg och Upplands Väsby

# Organisatoriska processteg för genomförande av Barnkraftsgrupper

- A. Lägga fram barnkraftsgrupplan för klinikchef, sektionschef, verksamhetschef och ledningsgrupp ....Vid ok
- B. Initieras kontakter med enhetschefer/samordnare inom berörda kommuner som i sin tur för planen vidare till sina respektive chefer.
- C. Respektive chefer tar ställning till finansiering och ev ansöker om extern finansiering
- D. Utse Barnkraftsgruppledare och inventering av befintlig kompetens samt ev utbildningsbehov
- E. Rekrytering barn/föräldrar dels från socialtjänsten (Barn- ungdom- eller familjeenheterna och dels från psykiatri Nordväst (vårdavd/öppenvård)
- F. Planerad uppstart höst 2015 eller vår 2016 av grupper med 6-8 deltagare

# Barnkraftmodellen

Barngrupp (7-17år) 10 träffar/3 gemensamma

- Möjlighet att dela egna erfarenheter med varandra
- Kunskap om föräldrars sjukdomsrelaterade problem
- Fokus på hantering av svårigheter och besvärliga situationer som föräldrars psykisk ohälsa ger upphov till

Föräldrar 10 träffar/3 gemensamma

- Möjlighet att dela egna erfarenheter med andra föräldrar
- Fokus på psykisk ohälsa och hur sjukdom påverkar vardagen
- Om hur positiva sidor i föräldrskapet kan stärkas
- Om hur föräldrar kan hjälpa barn
- Om att stärka sin egen självkänsla som förälder

## Planerad Utvärdering

- Enkäter till föräldrar och barn
  - I. SDQ (The Strengths and Difficulties Questionnaire)
  - II. BarnKASAM (Känsla av sammanhang)

Kontakt med FoU Nordväst inom FoU Välfärd kommer att tas med förfrågan om utvärdering på sikt.

# **Titel: Att nå anhöriga till närstående med autismspektrumstörning (AST). (Ibsen, T.) Ludvika**

Syfte: att utveckla en modell för att nå anhöriga till barn och ungdomar med AST för att erbjuda samtalsgrupper, anhöriggrupper på särskilt boende samt föreläsningar relaterade till funktionsnedsättning



## Plan för att nå ut med information om riktat anhörigstöd

- I. Skriftlig och muntlig information om kommunalt anhörigstöd riktad till LSS-handläggare och chefer vid LSS-enheten samt personal vid landstingets habilitering och BUP
- II. Initiera kontakt och möte med Attention, Autism-och Asperger-föreningen
- III. Annonsering i lokaltidning, länka på hemsidor

Skriftlig inbjudan med anhörigstöd i form av samtalsgrupp för anhöriga till personer med AST.

## Planerade former för anhörigstöd

- I. Samtalsgrupp för anhöriga till barn/ungdomar med AST
- II. I samarbete med Studieförbund anordna föreläsningdag om neuropsykiatriska funktionsnedsättningar med fokus på samhällets stöd till både anhöriga och närstående

Inbjudna representanter: Attention-autism- och Asperger-förening, biståndshandläggare, enhetschef, personal från LSS-verksamhet, försäkringskassan, personligt ombud, överförmyndare

**Titel: PPI-samverkan mellan kommunalt  
anhörigstöd och psykiatriska kliniken med inriktning  
diagnosgrupperna ADHD och psykossjukdomar. (Berglin, M. Gävle)**

- Syfte: att planera utveckling av PPI-grupper med fokus på ADHD och psykossjukdomar i samverkan mellan kommunalt anhörigstöd och landstingsanknuten psykiatri i Gävle.

## PPI-Metod för psykopedagogiska insatser omfattar:

- Information om sjukdomen ur ett socialt, biologiskt och behandlingsmässigt perspektiv
- Anhörigas situation och roll
- Lära känna igen tidiga tecken på återfall och försämring
- Behandling och förväntad effekt

## PPI-teman

### vid 5 PPI-tillfällen med 1 timme gemensam

- Att vara anhörig till någon med ADHD alt psykossjukdom: Stress/sårbarhetsmodellen, expressed emotions, hot o våld
- Orsaker, symtom, prognos, ärftlighet, förlopp medicinering och biverkningar
- Olika former av vård och behandling: psykoterapi, stödsamtal
- Friskare liv/rehabilitering: tidiga tecken , kost, sömn och motion
- Stöd till anhöriga och närstående; intresseorganisationer, RSMH, anhörigcenter Gävle

**Titel: Självhjälpsgrupp för anhöriga till personer  
med psykisk ohälsa.**

**- Genomförandeplan i Höganäs kommun (Simson, E.)**

- Syfte: att utveckla kommunalt anhörigstöd för anhöriga till personer med psykisk ohälsa i form av anhörigsjälvhjälpsgrupp.

## Planering inför självhjälpgrupp

- Samtliga anhöriga erbjuds enskilt samtal före och efter anhörigsjälvhjälpgruppens genomförande av kommunal anhörigsamordnare
- Om önskemål uppkommer i gruppen finns möjlighet att bjuda in tex psykiatri-sjuksköterska, LSS-personal eller från andra verksamheter till träffarna

## Temaupplägg för anhörigsjälvhjälpsgrupp 8 träffar start hösten 2015

- Träff 1. Information, frågelåda, livshjulet
- Träff 2. "Medberoende" Läxa hur ser en vanlig dag ut för mig?
- Träff 3. Diskussion kring vardag, "Medberoende"
- Träff 4. Kommunikation
- Träff 5. Hur tar jag hand om mig själv?
- Träff 6. "Prova på" tex avslappningsövningar, NADA
- Träff 7. Uppsamling, frågelåda ev "föreläsning"
- Träff 8. Avslut, utvärdering, livshjulet



# Utvärdering

- I pilotprojektet kommer självhjälpssgruppens deltagare under träff 8 att diskutera, ge synpunkter och utvärdera innehåll och form och på så sätt utveckla verksamheten

# Tack !

## Information och kontakt:

webbsida: [www.anhoriga.se](http://www.anhoriga.se)

e-post: [eva.gustafson@anhoriga.se](mailto:eva.gustafson@anhoriga.se)

Telefon/mobil: 0480-41 80 30

