

Nätverket Kombinera förvärvsarbete och anhörigomsorg

I februari 2011 startade arbetet med nya blandade lokala lärande nätverk inom det prioriterade området: Kombinera förvärvsarbetet och anhörigomsorg. Dessa lokala lärande nätverk finns i Ystad, Mörbylånga, Gävle och Karesuando.

Sammanfattning från första mötet i de lokala lärande nätverken

Vid det första mötet har deltagarna i de lokala lärande nätverken presenterat sig för varandra. Nätverksledarna har informerat om Nationellt kompetenscentrum Anhöriga och om målet med de lärande nätverken. Vilket är att tillsammans lära av varandra, utbyta kunskaper och erfarenheter samt att stödja varandra att omsätta forsknings- och utvecklingsresultat i praktisk verksamhet. För att beskriva hur arbetet med blandade lokala lärande nätverk praktiskt går till har introduktionsfilmen som finns tillgänglig via Nationell kompetenscentrum Anhörigas hemsida visats.

De har också kommit överens om grundregler inom olika områden som de vill ska gälla i gruppen. Dessa områden har omfattat delaktighet i gruppen samt etiska och praktiska detaljer.

I samtalen framkom förväntningar på deltagandet i det lokala lärande nätverket. Där de som kombinerar förvärvsarbetet och anhörigomsorg vill dela med sig av sina erfarenheter och kunskap samt berätta sin historia. Förhoppningsvis kan det leda till en positiv utveckling av anhörigstödet till denna målgrupp. Som personalchef kan man samla kunskap och erfarenhet från dialogen i nätverksträffarna. En kunskap som senare kan användas för utveckling av

anhörigstödet på arbetsplatsen till exempel genom att utbilda kamratstödjare. Dagliga möten sker med anhöriga i församlingsarbetet och att medverka i ett lärande nätverk ger förutsättningar att dela kunskap om olika verksamheter. Personal som arbetar med anhörigstöd hoppas få svar på frågeställningar som

Vad efterfrågar yrkesarbetande anhörigvårdare för stöd?
Hur ser anhörigstödet ut inom företaget/organisationen?
Hur kan vi samverka kring anhörigstödet?

Inför den första träffen har nätverksledarna fått frågor att samtala kring i det lokala lärande nätverket.

Hur kan livet se ut för den som kombinerar förvärvsarbete och anhörigomsorg?

- *"Kaotiskt"*
- *"Man har inget eget hem. Det är inflyttat rullstol, liftar och en massa annat som ligger lite var stans"*
- *"Tidigare på mina lediga dagar kunde jag planera dem helt själv och kände mig mycket fri"*
- *"Det tas igen hänsyn till att det är vårt hem, här stövlas de in folk som inte tar hänsyn. Vart tog värdegrunden vägen?"*
- *"Tiden räcker inte till borde göra mer men mitt arbete hindrar"*
- *"Det blev en rollförändring när min partner fick stroke"*
- *"Jag vill inte ha personliga assistenter hemma på min lediga dag."*

Att ge vård och omsorg till en närstående som är sjuk tar både energi och tid. Hur detta går att kombinera med förvärvsarbete beror på vilket arbete man har samt hur arbetskamrater och chefer förstår den anhöriges situation. Om arbetet tillåter en flexibilitet gällande arbetstider kan förutsättningarna förbättras. Att kunna fortsätta med sitt förvärvsarbete är en anledning till att

komma hemifrån och fungerar som en ”livlina”, paus från omvårdnadsarbetet och ett andningshål.

- ” *För hade man inte jobbet hur skulle man då orka?*”

Personalchefen kan veta att en medarbetare kombinerar förvärvsarbetet med anhörigomsorg. Den anställdes närmaste chef kan vara ovetande om detta då den anställda inte vill blanda arbetet med det privata. Ibland kan chefer uppleva svårigheter i hur de skall närma sig en medarbetare som kombinerar förvärvsarbetet och anhörigomsorg utifrån känslomässiga reaktioner.

Vidare måste den anhörige få information om stödinsatser

- ” *Vilken hjälp finns att få?*”

- ” *Ingen erbjöd några samtal eller anhöriggrupper i början av sjukdomen*”

Att få ett individuellt anpassat anhörigstöd är av största vikt. De anhöriga kan uppleva att han/hon skall anpassa sig till vad biståndshandläggaren har att erbjuda.

– ” *Jag skulle vilja att individens behov styr mer, inte kommunens regler*”

– ” *Kan man få avlösning kvällstid?*”

Det är av avgörande vikt att den närstående mår bra och får en god vård och omsorg när den anhörige är på sitt arbete. Anhörigas mående följer den sjukes. Oftast har man en mycket nära relation till den man vårdar och har kanske levt många år tillsammans. Det är en lång process innan man ”släpper in” hjälp. Det är ett stort steg att vara utlämnad till andra människor. Tiden före att allt stöd från samhället fungerar tillfredsställande kan också innebära ytterligare påfrestning.

- ” *Vi har fått avslag på en ansökan om bostadsanpassning och känner oss diskriminerade att inte kunna använda hela vårt hus*”

- ” *Innan jag sökte hjälpen höll jag på att gå in i väggen men med personliga assistenter och hemtjänst har jag mer kunnat ägna mig åt mitt arbete igen*”

- *”Det tar tid att sköta alla kontakter och alla papper som skall tas in. Dessemellan skall man klara av sin egen kris, stor sorg och drömmar som går i kras”*
- *”Jag fick vara arbetsledare vid bostadsanpassningen. Det var verkligen inte mitt gebit, ritningar och mått. Ringa och påminna”*

När den anhörige bor på annan ort uppstår andra problem som kan innebära andra svårigheter. På avstånd får man ordna och koordinera hjälpen till den närstående oftast äldre föräldrar. Ett speciellt problem uppstår om den närstående inte själv kan beskriva sin situation eller svara på frågor till exempel vid afasi (en förvärvad språkstörning till följd av hjärnskada). För den anhörige blir det många telefonsamtal både till den närstående men också till personal för att få vetskap om vad som hänt och händer.

De som är föräldrar/anhöriga till ungdomar som behöver stor omsorg med anledning av en funktionsnedsättning som ADHD (Attention-Deficit/Hyperactivity Disorder, en neuropsykiatrisk funktionsnedsättning som utmärks av bristande uppmärksamhet och hyper- eller hypoaktivitet.), är också i stort behov av anhörigstöd.

Den förändrade lagstiftningen, SoL 5 kap. 10 §, har inneburit förändring för några anhöriga som upplevt ett mera flexibelt stöd och en ökad medvetenhet om behovet. Anhörigstöd har upplevts av anhörig som stärkande.

Upplever Du som kombinerar förvärvsarbete och anhörigomsorg någon skillnad idag jämfört med när Du först började hjälpa Din närstående?

Som anhörig kan man inte föreställa sig hur situationen kommer att bli. I början är kanske inte omvårdnadsarbetet så stort men istället finns många känslor med i bilden.

- ” Att man skulle bli så uppbunden av andra kunde man inte förstå”
- ” Det kommer smygande i början så man förstår inte alltid”
- ” Om jag fått information och vetskap om sjukdomen så kunde man göra annorlunda”

Anhöriga påverkas naturligtvis även av den närståendes sjukdomsförlopp. Den sjukes behov av omvårdnad ökar. Detta kan leda till att den anhörige till slut upplever att de inte har tid och ork över för något eget socialt liv.

- ” Har tidigare kunnat föra en dialog men det finns inte kvar. Man känner sig ensam.”
- ” Det är nästan alltid något vi ska på i veckorna som gäller för honom, inte för min del.”
- ” Jag hade inget eget liv”

När den närstående är i behov av ett särskilt boende måste anhöriga som kombinerar förvärvsarbete och anhörigomsorg få veta datum för inflyttning i god tid. Detta så att den anhörige får god tid till planering och iordningställande av lägenhet. Samt tid till att förbereda den närstående på ett så bra sätt som möjligt.

- ” Det är inte alltid så lätt att fixa semester”

Det är också många känslor som man måste få tid till att, om möjligt, bearbeta. Kanske har man bott ihop under många, många år. Om den närstående inte direkt får flytta till ett passade boende utan skall bo på annat ställe först innebär ytterligare en påfrestning för den anhörige.

När den närstående har flyttat in på ett särskilt boende fortsätter anhörigas omsorg trots att tanken kanske var att få mer tid att umgås.

– ” *Man måste vara med och delaktig även efter de att han flyttade in på boendet. Det känns som att vi anhöriga behövs mer, tala för den sjuke*”