

Sammanfattning

Tema A 3:3

Individualisering, utvärdering och utveckling av anhörigstöd är det tema som vi skall arbeta med i de olika nätverken. Vi är nu framme vid den tredje och sista omgången i Tema A.

Att diskutera:

- Vilka möjligheter till enskilda samtal finns hos er? Med vem, när och hur genomförs samtalen?
- Att vara anhörig och ge omsorg till en närstående förändras över tid. Hur förändras behoven över tid och vilken typ av stöd behöver man i olika skeden?
- Finns det stödformer som används lite? Vad kan det finnas för förklaringar till det?

Bakgrund

Denna sammanställning bygger på redovisningar som kommit in från de tio lärande nätverken. Syftet med nätverket är att samla in kunskap och sprida kunskap. I de tidigare frågorna har vi försökt ringa in vad individualisering kan vara. De svar vi fått från nätverken visar entydigt att grunden i ett individualiserat anhörigstöd är det enskilda samtalet.

Fråga 1

- Vilka möjligheter till enskilda samtal finns hos er? Med vem, när och hur genomförs samtalen?

”Vad är ett enskilt samtal? Vad lägger vi i begreppet? Menar vi att ge information eller att stödja någon i en livskris?”

En filosofisk fråga men nog så relevant är den i detta sammanhang.

Vad är det för skillnad på att prata med någon och att ha ett samtal med någon?

Vi har konstaterat att samtalet är en grund och förutsättning för ett individuellt utformat stöd. Samtalet genomförs ibland med hjälp av en samtalsguide eller stödplan. Samtalen omges av en struktur på så sätt att man kanske avtalat tid, bestämt var man ska träffas, vilka ska delta, innehåll i samtalet. Handlar samtalet om att ge information om olika former av anhörigstöd, eller är det en anhörig i kris vi ska möta i ett samtal?

Vem initierar samtalet, är det personal eller är det den anhörige som tar initiativet?

”Det är svårt att ta första kontakten säger en anhörig.”

Med **vem** genomförs enskilda samtal?

- Biståndshandläggare
- Demenssjuusköterska/demensteam
- Anhörigkonsulent
- Anhörigombud/anhörigstödjare
- Enhetschef hemtjänst/särskilt boende
- Sjuusköterska
- Kontaktperson
- Frivilliga från olika organisationer. För dem är det viktigt att ha tillgång till en mentor som arbetar professionellt med anhörigstöd.

Samtalsresurser finns, frågan är hur vi kan marknadsföra möjligheten till enskilda samtal?

Anhöriga framför ibland att det är så svårt att veta till vem man ska vända sig? Det är så många som man ska ha kontakt med och den ene vet inte vad den andre gör.

”Man får berätta från början för så många”

En grupp formulerade behovet av samtal med utgångspunkt från olika skeden i anhörigskapet.

1. Början – när man tar första kontakten, oftast om en praktisk sak som sedan genererar så mycket mera.
2. När något akut inträffar ex. vid sjukdom, dödsfall etc.
3. När någon flyttar in på särskilt boende.

Det finns kommuner som har eller planerar att införa någon form av lots för äldre, detta för att underlätta i olika kontakter.

Ett annat alternativ kallat ”omsorg direkt”, ett nummer att ringa då man är i behov av hjälp, är på gång i en kommun. Syftet är att underlätta kontakter och med funktion som en växel. Den vänder sig till alla, och inte enbart till anhöriga.

Vidare på spåret –samtal med vem – Det viktigt med att etablera en bra relation, skapa förtroende och tillit för bra samtal.

Det finns flera citat från nätverken som ger uttryck för behovet av att prata ut, prata av sig och då kanske det blir att *”man hugger första bästa”*.

Ytterligare ett citat från en anhörig som säger

”Enskilda samtal jättebra, kurator eller psykolog är inte vad man frågar efter i första hand, man behöver någon som lyssnar men också svarar.”

Det framhålls ofta att man som anhörig behöver bli sedd och lyssnad på, och citatet visar på att det kanske inte i första hand specialister man vill prata med utan de personer man möter tillsammans med sin närstående.

Vid långvariga kontakter spelar den som avlöser en stor roll som samtalspartner, har man då som en del kommuner speciell personal och därmed en kontinuitet finns möjlighet till många förtroliga samtal.

Ett problem som lyfts fram är svårigheten att få prata med den anhörige i enrum. Vid hembesök vill man sitta tillsammans och då är det ibland svårt att få fram hur den anhörige upplever sin situation. Det kanske i vissa fall kan lösas genom att bjuda in den anhörige till ett

samtal på ”neutral plats”, alternativt prata per telefon. Finns viljan till samtal kan man säkert lösa det praktiska runt om.

I nästan alla grupper har man diskuterat kontaktmannens nyckelroll i möten med anhöriga. Genom olika typer av utbildningar vill man rusta sin personal i att kunna möta anhöriga i samtal, även svåra samtal kan ingå och då med stöd av handledning. Behovet av en rutin som ger möjlighet att bjuda in anhöriga till samtal såväl i hemtjänst som på särskilt boende. Hos en del personal kan det finnas en rädsla i möten med anhöriga och de känslor som kommer fram. Rädslan kanske ger ett missnöje för alla inblandade vilket i sin tur skapar mer problem i kontakter och relationer.

Som en anhörig uttryckte det i ett annat sammanhang

”man är så utelämnad när man söker hjälp”,

Denna känsla kan man säkert bära med sig in i många samtal. Vad händer med det jag säger? Får det konsekvenser för min närstående, man vill ju inte vara gnällig.

De konflikter som ibland uppstår mellan anhöriga och personal skulle kanske kunna förebyggas genom bättre och upprepad information i samtal med anhöriga om deras förväntningar vid ex. inflyttning på särskilt boende. Många har vittnat om vilken kris detta kan vara för en make/maka att ”tvingas lämna sin make/maka på särskilt boende”. En kris vi kanske som personal många gånger underskattar. Är det en förälder som flyttar in så kanske en känsla av lättnad infinner sig hos barnen.

Vid behov av hjälp och stöd upprättas ofta en genomförandeplan, som syftar till att man får den beviljade hjälpen man behöver på det sätt man vill ha den. Dessa planer används såväl i hemtjänst som på särskilt boende, ibland kompletterat med livsberättelser och ankomstsamtal. Här borde finnas rika möjligheter till att etablera en kontakt och en relation för fortsatta samtal.

I samband med vårt uppföljningsmöte med ledarna för nätverken diskuterades olika lösningar på att tidigt kunna fånga upp anhöriga vid besök på vårdcentral, sjukhus och genom en speciell blankett lämna information om kommunernas anhörigstöd. Vill man som anhörig bli kontaktad så tar kommunens anhörigkonsulent denna kontakt. Här finns dock mycket kvar att förbättra.

Innehållet i samtalen varierar självklart, allt ifrån vardagligt prat till svåra och tunga samtal om sorg, oro och skuld känslor. Behovet av stöd i detta är stort.

Anhöriggrupper är vanligt förekommande och här ges möjlighet till både enskilda samtal och samtal med andra i samma situation. I dessa grupper får man som anhörig en möjlighet att ge uttryck för sina tankar och känslor och på så sätt få hjälp att hantera sin situation.

I dessa grupper spelar många gånger frivilliga krafter en nyckelroll.

En sammanfattning av redovisningarna visar på vilket oerhört stöd samtal kan vara för anhöriga. Vi som möter anhöriga i många olika situationer kanske underskattar vilken kraft det finns i samtalet.

Fråga 2

- Att vara anhörig och ge omsorg till en närstående förändras över tid. Hur förändras behoven över tid och vilken typ av stöd behöver man i olika skeden?

Flera nätverk ägnade mycket tid åt fråga 1, och av svaren att döma så diskuterades behovet av samtal kan förändras över tid i takt med att omsorgsbehovet ökar.

Tidigt i sin roll som anhörigvårdare är möjlighet att prata det viktigaste, men i takt med att de insatser man gör som anhörig blir allt tyngre ökar behovet av ex. avlösning eller annat stöd. Att komma till insikt som anhörig att man behöver hjälp är svårt. Man kanske tänker att det blir bättre i morgon. Har man inte haft någon kontakt innan med någon form av stöd och kanske inte heller har klart för sig till vem man ska vända sig så är vägen lång att lyfta telefonen till, ja vem ska man ringa? Kanske en äldrelots, anhörigkonsulent, omsorg direkt ... Har man väl etablerat kontakterna så finns det oftast ett brett urval av möjligheter till stöd. Men som en handläggare berättade så de svåraste situationerna då man möter en anhörig som inte orkar längre men då partnern säger blankt nej till alla former av stöd. Ovanligt, förmodligen inte.

Alla kommentarer om vikten av att tidigt få kontakt vittnar om erfarenheter av dessa situationer.

Ibland händer det något som gör det hela ohållbart, den anhörige som ger omsorg blir akut sjuk och allt ställs på sin spets. Lösningen då är ofta ett särskilt boende med allt vad det innebär.

Vid flytt till särskilt boende kan man som anhörig känna sig övergiven i denna situation – *dom tog över allt, det var vissa saker jag ville fortsätta med men det kom inte fram.*

Återigen visar det vikten av samtal och information återkommande.

Som anhörig kan man uppleva att personalen är så stressad och då vill man inte besvära, än mindre vara gnällig.

Ett välfungerande kontaktmannaskap förenat med genomförandeplan, ankomstsamtal och livsberättelser skulle kanske bidra till en mer anhörigvänlig omsorg.

När den närstående har avlidit så är det viktigt att erbjuda ”efterlevandesamtal” som det ibland benämns. Har man haft en långvarig kontakt med ett boende kan det vara svårt att tvärt sluta besöka. Andra anhöriga, boende och personal blir ofta ett betydelsefullt kontaktnät. Svenska kyrkan har Leva vidare grupper som kan vara ett alternativ för en del.

Fråga 3

- Finns det stödformer som används lite? Vad kan det finnas för förklaringar till det?

Endast två av nätverken hann med denna fråga.

Vissa aktiviteter är inte så välbesökta, kanske svårt med avlösning eller helt enkelt att man inte orkar eller har bättre alternativ.

Kännedom om att det finns möjlighet till avgiftsfri avlösning saknas ibland. Man har fått informationen men inte kunnat ta den till sig.

Reflektion och kort sammanfattning Tema A

Den första delen på vårt har varit koncentrerat till individualisering och hur ett individuellt anpassat anhörigstöd kan utformas.

Diskussionsfrågorna har haft som syfte att försöka tränga in lite djupare i olika aspekter av individualisering. Frågorna har uppfattats som vida och därmed svåra att diskutera. Av de rapporter vi fått i samband med uppföljningar så har det ändå varit livliga och givande diskussioner i varje nätverk.

Det som kommit fram så här långt är att det skiljer inte så mycket mellan olika kommuner i hur man försöker ge ett individuellt anpassat stöd så långt resurserna räcker. Utbudet av olika stödformer skiljer heller inte så mycket, det som skiljer är i hur man organiserat olika insatser. I sammanställningen av den första omgångens diskussion finns redovisat vad som erbjuds. Vi har också diskuterat hinder för individualisering, resursbrist och brister i organiserandet av anhörigstödet är det som lyfts fram.

I den andra omgången diskuterades syftet med att utveckla ett individanpassat stöd.

Förebygga ohälsa hos den anhörige, förbättra den anhöriges livskvalitet. Bevara och/eller förbättra relationen mellan omsorgstagaren och anhöriga samt synliggöra de anhörigas situation.

Underlätta för anhörigvårdare, hjälpa dem att leva det liv de är vana vid.

Syftet är att erbjuda ett stöd som tar hänsyn till både den som ger hjälp och den som får hjälp.

Vi har också pratat om utvecklingsmöjligheter i det stöd som erbjuds. En större flexibilitet i ex. avlösning och korttidsplatser ska provas i några kommuner.

Stödplaner som används i några kommuner har diskuterats dess för och nackdelar. Det finns fördelar med att använda dem som ett samtalsunderlag. Åsikterna hos anhöriga om stödplaner varierar mellan självklarhet till tveksamhet.

Den sista och avslutande delen av tema A har handlat om samtal, och om möjligheter till enskilda samtal. Det känns som denna fråga har varit den mest konkreta och därmed något enklare att diskutera. Av redovisningarna att döma är det område som berör alla inblandade på olika sätt, det är också ett område att utveckla.

Anhörigas behov att få samtala och på så vis få ett känslomässigt stöd känns som ett angeläget område att diskutera vidare.