PÅRØRENDES IDENTITET, RELASJON OG ROLLER I RECOVERYPROSESS

ANN-KIRSTI BRUSTAD
PÅRØRENDE OG LEDER
LPP FYLKESSTYRET I TROMS
OG FINNMARK



Født til å skinne



God Morgen
Buorre Iđit

Pårørende i Recoveryprosess
Ann Kirsti Brustad

LPP Fylkesstyret i Troms og Finnmark

Fylkesleder og lokallagsleder LPP Harstad

Ann-Kirsti Brustad

- Barn som Pårørende Oppvekst med psykisk sykdom og rus
- Tidligere Med avhengig
- 35 års erfaring med frivillighet og organisasjons arbeid
- Naturterapaut og hjelpepleier
- Erfaringskonsulent Bikuben RBS
- Pårørende til søster og bror med psykisk lidelser og rus
- Pårørende til tantebarn med psykisk sykdom og rusutfordringer.
- Pårørende til tante med Demens
- Pårørende til kreftsyk mor
- Omsorgslønn for bror med psykisk lidelse schizofreni

Vi tar pårørende på alvor

- LPP Landsforeningen for pårørende innen psykisk helse landsomfattende interesse - og brukerorganisasjon for pårørende innen psykisk helse
- støttespiller og et nettverk til pårørende til psykisk syke
- Pådriver ovenfor myndighetene (lokalt og sentralt)for å få et bedre behandlingstilbud
- Vi skal løfte opp pårørenderollen -de pårørende skal bli spurt og tatt med i råd når det gjelder behandling.
- Pårørende skal få hjelp og støtte for egen del bla. økonomisk, juridisk rådgivning og psykologisk bistand

LPP
Verdighet - Omsorg - Løsninger

LPPs Hovedpilarer

- **Verdighet** Et samfunn kjennetegnes av hvordan de behandler sine svakeste
- **Omsorg** Både for de psykisk syke og Deres pårørende
- **Løsninger** Både lokalt og sentralt

LPP
Landsforeningen for Pårørende innen Psykisk helse



Landsforeningen for Pårørende innen Psykisk Helse



- Nasjonal Rådgivningstelefon for Pårørende
- Pårørende Møteplass/Møteplass
- Pårørendekafe/temakvelder
- Selvhjelpsgrupper Pårørende
- Samarbeid med Pårørendesenter og Brukerstyrte Senter mfl.
- Mestring og ulike pårørende kurs
- Likepersonsarbeid

Følg tilbud
LPPs aktivitetskalender
lpp.no

Samhandlingsprisen 2016

Pårørende Møteplass LPP Harstad

JURY OSO HELSE NORD

JURY BEGRUNNELSE:

- Et pasientrettet samhandlingstiltak, brukermedvirkning , forebygging, løsningsfokus og god ressursutnyttelse
- Tiltaket er godt forankret i brukermedvirkning som bidrar til å styrke kommunikasjon og samarbeidet mellom partene**, samt ivaretakelse av pårørende på deres egne premisser**
- **Det systematiske arbeidet mellom pårørende og fagfolk bidrar til gjensidig læring og tjenesteutvikling**
- **Kan inspirere til tilsvarende pårørende møteplasser i Helse Nord**



Største Brukermedvirkning arena for Pårørende kunnskap Pårørende Møteplass

Film møteplass lpp.no

- https://www.youtube.com/watch?v=TDmgn0HSbKc

- Relasjonsbygging
- Kompetanse heving
- Endringsmuligheter
- Styrker samarbeid
- Recovery tilbud

- **Recovery prosess for Pårørende**
- **Helsefremmende dialog** mellom pårørende og fagfolk
- **Gjensidig likeverdig læring** med pårørendes situasjon i fokus
- Inspirerer pårørende til å påvirke systemet å dele sine erfaringer
- Fagfolk til å tenke helhetlig og systemorientert i forhold til pårørende og Deres familier står i.
- Imøtekommer veileder IS -2587 og IS-5/2010

Pårørende Recovery



Pårørende i Recoveryprosess Ann Kirsti Brustad

Pårørende er som Livets tre

Vi trenger:

Gode oppvekstvilkår
Gode røtter
Godt miljø

Pårørende trenger personlig og samfunnsmessig recovery, for å bli en bærekraftig ressurs og kunnskapskilde.

Pårørende har en egen stemme Brukermedvirkning
Pårørende har egen identitet og behov

Samhandling

Pårørendes Rettigheter

kulturforståelse og kultur kompetanse



Pårørendes egen medvirkning

Recovery

Styrke Pårørendes behov

Lytt til Pårørendes kunnskap

Sammenvevde Liv øker helsefaren for Pårørende

Pårørende – en overbelastet ressurs



- Ta ansvar
- Sette grenser
- Kunne be om hjelp
- Praktiske løsninger
- Bearbeide følelser
- Sette ord på behov
- Finne mening

▶ = personlig vekst (egen Recovery)

Pårørendes Roller

Pårørende vil ha flere roller samtidig



Kunnskapskilde

Omsorgsgiver

Pasientens representant

Pasientens nærmiljø

Familien

- Pårørende må involveres
- Pårørende må gis kunnskap om sine oppgaver
- Pårørende må slippe å bli syk og MED avhengig av sine oppgaver som pårørende

Familien som Helhet

Viktig at vi ser alle som selvstendige individ



- Kartlegg Familien situasjon
- Barn som pårørende
- Lytte og anerkjenne Familiens kunnskap
- Samarbeid tverrfaglig
- Pårørendestrategi

Barn som Pårørende

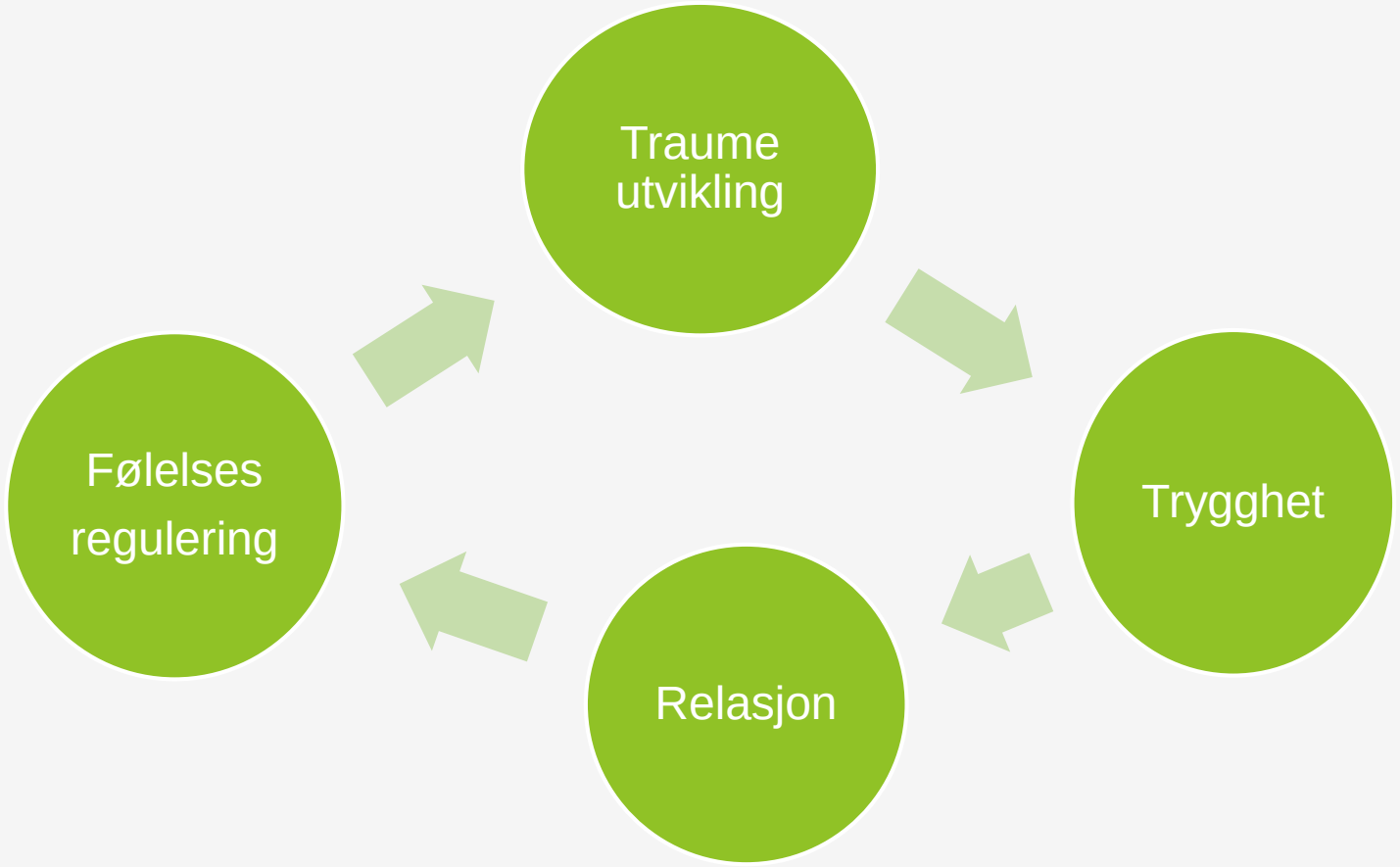
Ubeviste mønster fra barndommen

- Betydning for oppveksten og voksen livets utfordringer og valg
- Foreldrenes og rollemodellers nærvær, omsorg og kjærlighet
- Omsorgssvikt i barndommen
- **Forbli barn** ikke påta seg voksne roller



Barn som Pårørende

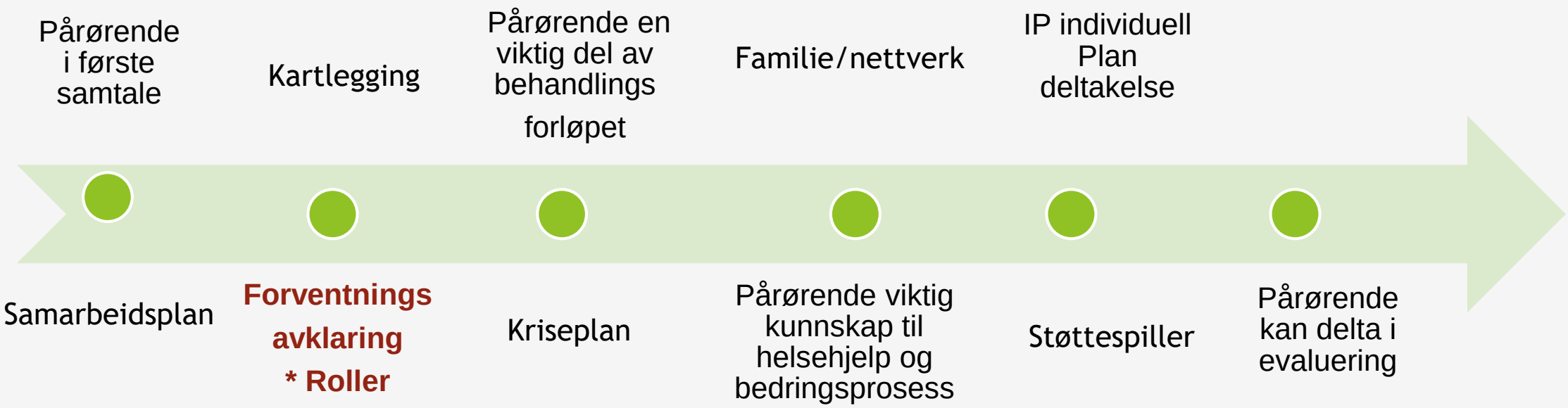
Recovery bedringsprosess steg for steg





Pakkeforløp psykisk helse og rus

Pårørendes rolle er en viktig for behandlingsforløp og tjenesteutvikling



Pårørendestrategi veileder IS-2587

- **Spør Pårørende Hva er viktig for deg ?**
- Pårørende må oppleve å bli verdsatt som samarbeidspartner
- Pårørenderutiner
- Respekt for følelser, frustrasjon og individuelle prosesser
- Informasjon veiledning og støtte
- Etiske refleksjoner med pårørende
- Involvere andre som jobber med barn i kommunen
- Pårørende tema i Kompetansekartlegging av ansatte i kommunen
- Etikksamling
- Holdningsskapende arbeid
- Etablere Pårørende Møteplass
- Samhandling og evaluering

Pårørendeprogrammet

Jeg håper at du bruker dette **opplæringsprogrammet**
for **å bli bedre til å involvere pårørende**
- **Bent Høie, Helseminister**



Nettside for pårørende over 18 år som heter Pårørendesenteret.no.

Nettside for fagpersoner som kommer i kontakt med pårørende gjennom sitt arbeid. Pårørendeprogrammet.no.

Unge pårørende

HVA ER **UNGE PÅRØRENDE ?**

UngePårørende.no



UngePårørende.no er et nettsted som er laget for (og med) barn som er pårørende.

Informasjonen på siden er utviklet i samarbeid med psykiater Anne Kristine Bergem.

Ta pårørende på alvor

