

# Status quo for pårørendes situasjon

En ny studie dokumenterer at pårørende er utsatt for selv å bli syke. Nå håper vi på større engasjement fra helseministeren og fra Psykologforeningen.

TEKST

**Anne-Grethe Terjesen**

PUBLISERT 5. februar 2015

---

Etter vårt første innlegg i denne spalten i psykologforeningens tidsskrift tenkte vi at helseministeren eller psykologforeningen hadde tatt opp ballen vedrørende pårørendepolitikk og det enorme arbeidet de pårørende utfører. Det skjedde ikke.

Er det fordi man ser at den norske velferdsmodellen ikke har økonomisk handlingsrom for å åpne for familiearbeid? Ser man seg blind på bedriftsøkonomien og uten blick for samfunnsøkonomien i dette?

I det Svenska Dagbladet ble vi i den 7. januar informert om en ny studie fra Eleni Siouta og Ann Mannerheim fra Karolinska Institutet, samt Ulla Hellström Muhli fra Uppsala Universitet. Her har man på nytt fått påvist at pårørende er utsatt for selv å bli psykisk syke. Pårørende føler seg utilstrekkelige og isolert. Man står alene i en ensom kamp mot systemet. Konsekvensene er raskt både sykemeldinger, førtidspensjonering og frafall fra både arbeidslivet og samfunnet for øvrig.

## **Krever gjennomføring**

Når man snakker om at pårørende skal involveres, så ser vi jo at dette vil rokke ved profesjonenes yrkesutøvelse. Det betyr at fagfolk forpliktes til å lytte til pårørendes erfaringer og forholde seg til våre tankemåter, innfallsvinkler og forslag.

Pårørende må få en tydeligere og formell stemme. Tiltak må gjennomføres, ikke bare foreslås. Pårørende ønsker medvirkning i behandling. Kommunen bør være pålagt å ha et felles kontaktpunkt for pårørende. Det er vanskelig å vite hvor man skal henvende seg, derfor må det være en rådgivningstelefon, der man kan henvende seg for å få hjelp og svar på aktuelle spørsmål.

«Omleggingen fra  
institusjonsbasert behandling til  
lokalbasert behandling har ført

## til større belastninger på de nærmeste»

Det bør være flere lovpålagte tjenester for pårørende og brukerne. I dag oppleves det tilfeldig når såpass mye skal være opp til den enkelte kommune og være skjønnsmessig vurdert av den enkelte kommunepolitiker og helsepersonell ute i kommunene. Pårørende skal sees på som en samarbeidspartner. Det bør være en forpliktende pårørendekontrakt mellom pårørende og kommunen.

Samhandlingen i behandlingslinjen må sees på, da det er pårørende som i stor grad merker konsekvensene når det svikter. Man bør hente og høste av hverandres erfaringer i formaliserte samarbeid. Slik det er nå, ender pårørende med å utfylle og erstatte det offentliges manglende tilbud. Dette forverrer familiens livssituasjon og rammer i stor grad også søsken.

### **Foreslår pårørendesenter**

Pårørende står langt nede på listen over prioriterte oppgaver i kommunene. Dette kan delvis skyldes manglende kompetanse og derved manglende bevissthet rundt denne gruppens behov. Et pårørendesenter kan her helt klart være en kjempestor fordel. Å få samlet og systematisert pårørendekompetanse- og kunnskap, vil innebære en klar styrking av tjenestetilbudet til landets pårørende. Pårørendesenteret i Oslo ([www.piosenteret.no](http://www.piosenteret.no)) er et slikt eksempel. Der kan pårørende komme, uten henvisning, for å få hjelp, råd og støtte, og helsepersonell kan hente tips og innspill til møtet med de pårørende.

Pårørende blir i økende grad betraktet som en ressurs. Men det må likevel være en forståelse i hjelpeapparatet for at ikke alle pårørende ønsker denne rollen, og at andre pårørende kan være en ressurs i perioder, men ikke hele tiden. Dette er det viktig at hjelpeapparatet forstår og evner å kommunisere og avklare sammen med familien. Også her er kompetansen ofte for lav hos tjenesteytere. Pårørende sitter med en uvurderlig kompetanse og kunnskap som helsepersonell må evne å benytte seg av.

### **Rammes av fragmentering**

Familien ekskluderes i dag fra et stadig mer fragmentert hjelpesystem. Omleggingen fra institusjonsbasert behandling til lokalbasert behandling har også ført til større belastninger på de nærmeste. Stadig mer flyttes nedover i systemet og helst helt inn i hjemmet. Dette krever en helt annen involvering av pårørende og samarbeid med disse enn tidligere. Familie- og nettverksarbeid burde derfor være en integrert del av all behandling og oppfølging av mennesker med psykiske lidelser.

Pårørende kan være en viktig drivkraft og en ressurs i behandlingen når den ivaretas. På samme måte kan familiens påvirkning være avgjørende for en bedringsprosess. Desto viktigere er det at behandlingsinstanser gjør seg kjent med familien og de nærmeste. Arbeidsmetodene og verktøyene er der, som inkluderingen av familien, nettverksmøter, familieråd, flerfamiliegrupper og enfamiliegrupper, men de tas ikke i bruk. Nå kommer

også «ODIN-håndboken», som skal kunne fungere som et godt hjelpemiddel i gjennomføringen av nettverksmøter.

### **Velkommen til møte i mars**

På tross av politiske føringer og forskningsbasert kunnskap om betydningen og verdien av samarbeid med pårørende blir ikke dette fulgt opp i praksis, hører vi daglig om at familie og nettverk holdes utenfor i det psykiske helsearbeidet og i spesialisthelsetjenesten.

En grunnleggende omskolering av helsepersonell, psykiatere, psykologer og psykisk helsearbeidere, der familiearbeid er en integrert og direkte del av hverdagen, er nødvendig. For bare ved å sette samarbeid og kommunikasjon med familie og nettverk på pensum vil vi kunne oppnå grunnleggende holdningsendringer som kan føre til en endring i praksis.

Den 25. mars samles 100 fagfolk, myndigheter og andre som jobber med pårørende til pårørendekonferansen 2015. Her skal gode tiltak og eksempler løftes, slik at de spres rundt i landet. Dette er en oppstart for å påvirke den nye pårørendepolitikken som skal komme.

Dette arbeidet er vi avhengig av å jobbe sammen om. Her trenger vi drahjelp med mer entusiasme og engasjement av både politikere og fagfolk. Noe er på gang, men det er fortsatt et stykke igjen. Velkommen til å bidra!

*Teksten sto på trykk første gang i Tidsskrift for Norsk psykologforening, Vol 52, nummer 2, 2015, side 152-153*

#### **TEKST**

**Anne-Grethe Terjesen**, Landsstyreleder i Landsforeningen for pårørende innen psykisk helse (LPP). Sammen med Bent Høie, Kerstin Söderström og Tor Levin Hofgaard er hun fast kronikør.