

Att arbeta tillsammans – planering av anhörigstöd

Manual för vård- och omsorgspersonal

Lennart Magnusson, Elizabeth Hanson,
Eva Sennemark, ÄldreVäst Sjukhärad,
Högskolan i Borås

Mike Nolan, Janet Nolan, Universitetet i
Sheffield, England

Lennarth Johansson, Socialstyrelsen

Inledning

Att vårda en anhörig i hemmet kan på många sätt vara givande men ibland också svårt och påfrestande. Det är därför viktigt att de som vårdar får stöd och hjälp när du behöver det. Tidigare har vården och omsorgen oftast varit riktad till de sjuka och handikappade personerna. Betydelsen av att även stödja deras anhörigvårdare har nu blivit alltmer tydlig. För att kunna planera och ge stöd till på bästa sätt krävs att det arbetet görs tillsammans mellan anhörigvårdare och personal.



Att arbeta tillsammans – vad handlar det om?

För att vi skall kunna erbjuda anhörigvårdare, hjälp och stöd är det viktigt att tillsammans med den anhörige kartlägga vilka behov som de har och tillsammans planera utifrån det. Det är viktigt att anhörigvårdaren själv är aktiv i denna diskussion.

Syftet är att utveckla en arbetsmodell som fungerar bra både för personalen och för dem som vårdar en anhörig. En modell som hjälper personalen och vården och omsorgen att bättre förstå anhörigvårdares behov. Genom att tillsammans med anhörigvårdare diskutera vad som är viktigt för dem hoppas vi på att:

- de själva och personalen lättare skall kunna se vilka behov de har
- anhörigvårdarna och personalen tillsammans ska kunna bestämma vilken typ av hjälp och stöd som är mest värdefull för dig
- lättare kunna erbjuda anhörigvårdare den sorts hjälp och stöd som bäst tillgodoser deras behov

Användning i det dagliga arbetet

I det följande ges förslag på hur instrumentet och underlaget för stödplanen kan användas i det dagliga arbetet att stödja anhörigvårdare.

Identifiering av anhörigvårdare

När en anhörigvårdare identifierats av personalen så kommer de tillsammans överens om en tid när de kan träffas för att gå igenom anhörigvårdarens situation och planera för eventuellt stöd. Anhörigvårdaren ges möjlighet att själv välja var mötet skall ske, i det egna hemmet eller hos den personal som träffar den anhörige.

Brev till anhörigvårdaren

Som en förberedelse för denna träff så skickar kommunen ut ett brev med COAT-frågeformulären och användarguiden till anhörigvårdaren med information om att hon/han kan börja fylla i frågeformulären själv eller vänta till själva bedömningen. Det ger anhörigvårdarna möjlighet att, om de vill, börja tänka på frågorna och att tala med den vårdade eller andra anhöriga eller vänner.

Möte mellan anhörigvårdare och personal

Vid träffen mellan anhörigvårdaren och personalen går de tillsammans igenom och samtalar kring samtliga frågor i formulären. Därefter upprättar de tillsammans en personlig stödplan. Denna grundar sig på prioriteringar av frågorna i frågeformuläret, alltså vad som är viktigast för anhörigvårdaren att få hjälp med. Anhörigvårdaren får en kopia på de ifyllda frågeformulären och stödplanen. Det gör det möjligt för anhörigvårdaren att i efterhand gå igenom vad som sagts och beslutats.

Uppföljning

Stödet/hjälpen följs upp var sjätte månad eller när anhörigvårdaren och personalen tillsammans beslutat att det skall ske. Uppföljning genomförs också om situationen av någon anledning förändras.

Fullständig genomgång av anhörigvårdarens behov och upprättande av ny stödplan

En gång om året görs en ny fullständig bedömning. Fokus är då på om anhörigvårdaren känner att behoven blivit tillfredsställda, hur kvalitén på stödet har varit, kartläggning av de aktuella behoven och planering framåt.

Vad handlar kartläggningen om?

Kartläggningen börjar med att anhörigvårdare och personalen tillsammans, under ett samtal, kommer fram till vilka behov som den anhörige har. Under samtalet diskuterar behoven av hjälp och stöd inom fyra områden, nämligen:

- **Att hjälpa dig att vårda:** Detta handlar om olika slags praktisk hjälp, information eller råd som kan underlätta för anhörigvårdaren att kunna vårda.
- **Att göra livet bättre för dig:** Berör frågor som kanske kan förbättra anhörigvårdarens livskvalitet.
- **Att göra livet bättre för din anhörige:** Gäller frågor som kanske kan bidra till att förbättra livskvalitén för den vårdade.
- **Få hjälp och stöd med god kvalitet:** Syftar till att hjälpa anhörigvårdaren att fundera på vad de förväntar sig av en god hjälp och stöd.

Det finns ett frågeformulär för varje område som anhängvårdare skall ha fått tillsammans med en användarguide. Frågorna är baserade på vad anhängvårdare tidigare har sagt att de tycker är värdefullt och användbart. Det finns också plats så att de själva eller personalen kan skriva kommentarer och lägga till andra typer av hjälp och stöd som inte redan finns med i formulären. Till instrumentet hör även bakgrundsfrågor som tagits ur ett annat frågeformulär, COPE (Carers of Older People in Europe). Dessa fylls i samtidigt och ger bedömaren information angående anhängvårdarens ålder, kön, deras upplevda hälsa, relation till den vårdade, eventuella insatser från kommunens sida och eget stöd.

Uppmana anhängvårdarna att själva gå igenom frågorna och markera hur värdefullt de tycker de olika sakerna är som finns omnämnda i frågeformuläret. De kan gå igenom dem själva eller tillsammans med någon anhäng eller annan person som de känner förtroende för.

Be anhängvårdarna att fundera över varje fråga och ange hur värdefull de tycker att sådan hjälp skulle vara för dem eller deras anhäng. **Berätta för anhängvårdarna att det finns inga rätta eller felaktiga svar på frågorna. Uppmana dem att helt och hållet utgå ifrån sin egen situation och behov!**

Hur går samtalet till?

Före samtalet kontaktar du den anhängvårdare det gäller. Tillsammans kommer ni överens om en tid och en plats som passar er båda. Under själva samtalet har ni en öppen diskussion om vad den anhängige känner och tänker om att vårda sin anhängige och om vilken typ av hjälp och stöd som dom behöver.

Det finns inget "riktigt" sätt att genomföra samtalet. Låt anhängvårdaren välja om de vill gå igenom frågeformulären punkt för punkt och diskutera de frågor som är viktiga för dem. Eller om de vill gå direkt till de frågor som de tycker är mest värdefulla för dem och deras anhängige. Huvudsaken är att de känner att det fungerar bra för dem.

Under samtalet gör ni också en plan för vilken hjälp och stöd som de kan få. Det ni tillsammans behöver komma överens om är:

- vilken sort hjälp och stöd anhängvårdaren behöver
- när och av vem hjälpen och stödet skall ges
- vad som är målet med hjälpen och stödet är och hur ni vet om det fungerar
- när hjälpen och stödet skall följas upp.

Vad kan anhörigvårdaren förvänta sig av samtalet?

Anhörigvårdaren kan förvänta sig att:

- samtalet genomförs på en tid och en plats som passar dem
- samtalet handlar om frågor som de tycker är viktiga och att det finns tillräckligt med tid att diskutera dem
- de kan känna att de är helt delaktiga i samtalet och att den överenskomna planen ger dem det stöd och hjälp som de behöver
- de får en klar uppfattning om vilken sorts hjälp och stöd som de kan förvänta sig, vem som skall ge det och när
- de efter samtalet vet vad som är målen med den hjälp och stöd som de får, när dessa mål skall vara uppfyllda och hur ni vet om målen har uppnåtts
- de får ifyllda kopior av de ovan nämnda formulärens, som de kan behålla
- de vet vem de ska kontakta och hur de kan kontakta den personen om de har frågor eller funderingar om den hjälp och stöd som de får.