

Intresset var stort när blandade lärande nätverk startades inom området psykisk ohälsa

Den 3 april startade det blandade lärande nätverket stöd för vuxna anhöriga till psykisk ohälsa genom en träff med ledarna för de lokala nätverken. Det är tio kommuner som deltar i nätverket, och det har varit ett stort intresse att delta.

De kommuner som är delaktiga i premiäromgången är Tomelilla, Eslöv, Tingsryd, Halmstad, Svenljunga, Tanum, Örebro, Forshaga, Luleå och Boden. De



Mats Ewertzon
Foto: Privat

lokala nätverken består av anhöriga, personal, chefer, politiker samt volontärer. Dessa nätverk leds av en lokal nätverksledare som i sin tur in-

går i det nationella nätverket med stöd av Nationellt kompetenscentrum Anhöriga (Nka).

De lokala nätverksledarna träffas över internet via ett videosystem och träffarna leds av två möjliggörare på Nka, Jan-Olof Svensson, praktiker och Mats Ewertzon, forskare. Syftet med nätverket är att lära av varandra och sprida goda exempel, samt att sprida aktuell forskning till de lokala nätverken. Det övergripande temat för nätverket är stödjande insatser till vuxna anhöriga med en närstående som har psykisk sjukdom och/eller funktionsnedsättning. Inför det första mötet fick ledarna bakgrundsmaterial samt frågeställningar till deras första lokala träff.

Förväntningarna bland ledarna är stora och de hoppas att genom att delta i ett lärande nätverk få mer kunskap om området och också tips och idéer från andra som kan användas i det lokala utvecklingsarbetet. Alla ser fram emot spännande och lärorika träffar lokalt och nationellt under det kommande året, säger Jan-Olof Svensson praktiker och möjliggörare på Nka.



Jan-Olof Svensson
Foto: Paul Svensson

Är du intresserad av att starta ett blandat lärande nätverk inom området psykisk ohälsa?

*Kontakta Jan-Olof Svensson
jan-olof.svensson@anhoriga.se*

Ny forskare vid Nka ska skriva kunskapsöversikt om stöd och delaktighet till familjer med barn och unga med psykisk ohälsa

- Jag är väldigt glad och tacksam för att få vara en del av uppdraget psykisk ohälsa vid Nationellt kompetenscentrum anhöriga. Det handlar om mycket viktiga frågor som har engagerat mig under hela min yrkeskarriär.

Det säger Ylva Benderix, lektor med inriktning behandlingspedagogik vid Linnéuniversitetet. Hon har nyligen fått i uppdrag att skriva en kunskapsöversikt med fokus på barn och unga med psykisk ohälsa innefattande psykisk sjukdom, psykiska symptom och psykisk funktionsnedsättning. Kunskapsöversikten kommer att vända sig till en bred målgrupp och kommer att handla om stöd till familjen, så som föräldrar och syskon, och deras behov av stöd och delaktighet i vården kring sina närstående. Ylva är just nu i uppstartsfasen och gör databassökningar för att få en överblick över vad som finns dokumenterat och hon hoppas bland annat på att hitta forskning kring suicid- och

själskadebeteende, ätstörning, schizofreni samt psyko-educativa insatser till anhöriga och närstående.

- Det är viktigt att anhöriga får utbildning i vad symtomen och/eller sjukdomen hos den närstående innebär. På så sätt kan anhöriga känna sig tryggare i sin anhörigroll samt att de får känna sig aktiva och delaktiga, att de är en del i den närståendes behandling, säger Ylva Benderix.

Ylva har varit verksam inom psykiatrisk vård sedan 1973 och då som både mentalskötare och psykiatrisköterska. På 80-talet började Ylva arbeta som psykoterapeut med inriktning familjeterapi, mest inom psykiatri men även inom missbruksvården. Hon har hela tiden haft ett anhörigperspektiv eftersom Ylva anser det naturligt att fokusera



Ylva Benderix
Foto: Privat

på anhöriga då de ofta kan vara vägen tillbaka för den närstående för att lindra symptomen på deras psykiska ohälsa. Inom barn- och ungdomspsykiatri i Växjö där Ylva Benderix har arbetat har de utvecklat en modell där man erbjuder hela familjen vård när ett barn eller en ungdom lider av psykisk ohälsa. Detta är ett exempel på hur anhöriga både kan få information och stöd och samtidigt delta i behandlingen till sin unge familjemedlem

- Att vara anhörig till barn och unga med psykisk ohälsa är oftast förknippat med en stor sorg. Denna sorg kan se mycket olika ut och te sig i olika uttryck. Därför är det viktigt att kunskapen kring anhöriga och deras situation sprids inom vården för att de anhöriga ska kunna bemötas på ett sätt som passar dem och att de anhöriga ses som den resurs som de är för sin närstående, avslutar Ylva.

Samarbete över gränserna i Örebro

- Med samverkan når man så mycket längre och det går att göra så mycket mer när ansvaret och kostnaden delas, menar Gina Axelsson och Sofia Wange.

Gina och Sofia är båda anhängkonsulenter i Örebro. Gina arbetar på Anhängcentrum i Örebro kommun och Sofia arbetar på Föreningen för Psykiatriskt Samarbete (FPS). Båda vill arbeta för en ökad samverkan i anhängfrågor inom området psykisk ohälsa och samarbetar idag på olika sätt för att nå sina mål.

Anhängcentrum i Örebro har funnits i tio års tid och just nu består centrumet av två anhängkonsulenter, två anhängsamordnare och en verksamhetschef. De verkar inom tre förvaltningar; Individ- och familjeomsorgen, funktionshinder och äldre. Anhängcentrum i Örebro vänder sig till de anhängiga som har en närstående som bor i Örebro kommun eller om de anhängiga själva bor i Örebro kommun. 2007 startade ett projekt för att vidareutveckla anhängstödet till en bredare målgrupp och sedan 2010 har anhängstödet även omfattat gruppen funktionshinder, där anhängiga till personer med psykisk sjukdom eller psykisk funktionsnedsättning ingår.

Samverkan mellan organisationer

Anhängcentrum i Örebro samverkar med flera intresseföreningar, ideella organisationer och studieförbund och tillsammans bildar de Anhängcentrums råd med träffar två gånger per termin. Detta råd är ett bollplank och erfarenhetsutbyte från båda sidor och för Anhängcentrum är det en kanal att nå ut till fler anhängiga. Det kan handla om att nya behov för anhänggruppen har uppstått sedan sist och då komma på nya idéer för att fylla dessa behov, men det handlar också om att information om Anhängcentrum sprids så att fler anhängiga kommer i kontakt med anhängkonsulenter. Tack vare denna samverkan har de kunna bygga upp

det anhängstöd som finns idag. I rådet så ingår bland annat FPS och föreningens anhängkonsulent Sofia Wange.

- FPS och Anhängcentrum har byggt upp ett nära samarbete. Jag är cirkelledare för en anhänggrupp på Anhängcentrum och sedan hösten 2012 har fyra anhängkonsulenter i Örebro haft kontinuerliga konsulentträffar. I denna grupp ingår bland annat Gina och jag. Här diskuteras på vilket sätt

riga ökat och föreningen är idag en intresse- och handikappförening som arbetar med att tillvarata de psykiskt funktionshindrades intresse samt att stödja deras anhängiga. 2007 tog Psykiatrinämnden i Örebro läns landsting beslut om att tillsätta pengar för att kunna ha en anhängkonsulent anställd på 75 procent i föreningen. Detta gör FPS unika, genom att vara en intresseorganisation med en anställd anhängkonsulent.



Gina Axelsson, Anhängcentrum i Örebro och Sofia Wange, FPS. Foto: Anhängcentrum i Örebro

vi kan samverka med varandra och vi utbyter även erfarenheter om vad som är på gång inom området psykisk ohälsa, säger Sofia.

1987 startade Föreningen för Psykiatriskt samarbete i Örebro av anhängiga som tyckte att det var svårt att få vara delaktiga i vad som hände med deras närstående.

” Det svåraste arbetet är att nå ut till anhängiga för att de ska hitta det råd, stöd och hjälp som de behöver. ”

- När föreningen startades fanns det fortfarande mentalsjukhus och all skuld lades på de anhängiga. Därför krävde de anhängiga större inflytande i vården av deras närstående och det kunde skapas heta debatter och hätska diskussioner kring anhängfrågorna, säger Sofia Wange.

Under åren har inflytandet för anhö-

Kontakt med anhängiga

FPS försöker sprida sitt budskap och nå ut till anhängiga genom olika nätverk och överenskommelser. Bland annat ingår FPS i Nationell samverkan för psykisk hälsas (NSPH) nätverk i Örebro. Örebro län är från och med hösten 2012 till och med 2014 kampanjlän för (H)järnkollskampanjen som är ett nationellt uppdrag som drivs av myndigheten Handisam i nära samarbete med NSPH. FPS känner att de har blivit starkare genom samverkan med NSPH och att de på så sätt kan komma att påverka kommunen i större grad gällande anhängfrågor.

Anhängcentrum i Örebro använder sig av informationsfilmer på SF-biografer, lokal TV-reklam, tidningsannonser, radio och på biblioteket för att söka kontakt med anhängiga. Det är också av stor vikt att synas på andra webbplatser inom området.

-Det svåraste arbetet är att nå ut till anhöriga för att de ska hitta råd, stöd och hjälp som de behöver. Många anhöriga till personer med psykisk ohälsa är så upptagna med att ta hand om sin närstående att de inte identifierar sig själva som anhöriga, säger Gina Axelsson

- Medvetenheten och kunskapen om att anhöriga finns och behöver stöd har ändå ökat och arbetet tas på allvar, fyller Sofia Wange i.

Ett exempel på att det arbetas aktivt i anhörigfrågan är att Anhörigcentrum i Örebro erbjuder chefer inom social välfärd i Örebro kommun att deras medarbetare ska utbildas i anhörigfrågor. Hittills har Anhörigcentrum utbildat 160 anhörigombud och en önskan är att samtliga verksamheter som möter målgruppen i sitt arbete har ett anhörigombud för att nå anhöriga där de befinner sig.

Anhöriggrupper

Anhörigcentrum i Örebro arrangerar anhöriggrupper bland annat i samverkan med FPS. Grupperna erbjuds sex träffar à två timmar per period under tre perioder. Vill de sedan fortsätta att träffas så har anhöriggrupperna möjlighet att kostnadsfritt låna lokal av Anhörigcentrum. Anhöriggrupperna byter då namn till vänskapsgrupp då många har hunnit bli vänner under tiden men vänskapsgrupperna öppnar även upp för nya medlemmar att ansluta sig.

- De anhöriga som deltar i en anhöriggrupp får ytterligare information och uppslag om vad andra har gjort i liknande situationer. Det handlar mycket om erfarenhetsutbyte men även om handfasta tips och råd vart man vänder sig som anhörig om man är missnöjd. En annan viktig funktion med anhöriggrupperna är att förhindra isolering. De anhöriga får komma hemifrån en stund och har en anledning att träffa andra, menar Sofia Wange.

Samverkan mellan kommun och landsting har en lång väg kvar men Anhörigcentrum och FPS försöker att påverka genom personliga kontakter och genom presentationer med återkoppling till vad som händer i arbetet kring anhöriga. Målet är att ha en naturlig kontakt på varje avdelning eller förvaltning samt att få ledningen att se vinningen i att beakta anhörigperspektivet.



Det behövs strategier så att det blir enklare att samverka mellan landsting och kommun, så att kontakterna blir mer lättillgängliga för de anhöriga och deras närstående.

NU-projektet är ett av Socialstyrelsens projekt som syftar till att förbereda kommuner på att stödja personer som har eller riskerar att få psykiatrisk tvångsvård i öppenvård. Medel tilldelades Örebro kommun

under åren 2007-2010 för att bygga upp stödet till målgruppen. Inom ramen för NU-projektet har en rad aktiviteter genomförts och en av dem är något som man kallar Stafetten. Målet med Stafetten är att ge verksamheter inom kommun och landsting möjlighet att på ett strukturerat sätt utbyta erfarenhet och information. Detta har skett genom att man under en dag eller eftermiddag öppnar upp och visar sin verksamhet för varandra. Den 3 april är det Anhörigcentrum som bjuder in till öppet hus för övriga verksamheter inom Örebro kommun och landsting.

- Då ska vi verkligen ta chansen och visa vad Anhörigcentrum kan göra för anhöriga till personer med psykisk ohälsa och hur Anhörigcentrum kan samverka med respektive enhet, säger Gina Axelsson.

Drivkraft

Drivkraften i både Ginas och Sofias arbete är att anhöriga ska få ett bra bemötande, att de får förståelse, blir sedda och att deras erfarenheter tas till vara både inom landstingsvården och den kommunala vården. Många anhöriga till personer med psykisk sjukdom eller psykisk funktionsnedsättning upplever ofta att de inte är någon i kontakten med vården. Därför är det också viktigt att börja med att få anhöriga att våga ta kontakt och att de ska inse att de behöver stöttning. Det behövs en positiv spridning så att fler hittar till Anhörigcentrum och FPS eller till andra intresseföreningar och organisationer.

- Det behövs strategier så att det blir enklare att samverka mellan landsting och kommun, så att kontakterna blir mer lättillgängliga för de anhöriga och deras närstående. Genom att låta anhöriga, brukare och patienter bli delaktiga i vården, gärna som konsulter, skapas en mer kvalitativ vård, sammanfattar avslutningsvis Gina Axelsson och Sofia Wange.

Läs mer om FPS på orebrofps.wordpress.com och om Anhörigcentrum i Örebro på <http://www.orebro.se/anhorigcentrum>



Gina Axelsson informerar under stafetten den 3 april 2013. Foto: Anhörigcentrum i Örebro

Möte med Vårdanalys

Lennart Magnusson och Mats Ewertzon vid Nka deltog den 12 februari 2013 i ett möte med Myndigheten för vårdanalys. Hela personalgruppen vid vårdanalys var på plats och Lennart presenterade Nka:s verksamhet och uppdraget som inriktas på anhöriga till personer med psykisk ohälsa. Många intressanta frågor väcktes om Nka:s verksamhet men också om forskning inom området anhöriga

till personer med psykisk ohälsa.

Carl Lundgren, projektledare/utredare och Johanna Lind, utredare presenterade utvärderingen av PRIO psykisk ohälsa-plan för riktade insatser inom området psykisk ohälsa 2012-2016, där Nka:s uppdrag ingår som en del när det gäller målsättningen att utveckla stödet till anhöriga till personer med psykisk ohälsa. I utvärderingen ingår bland annat en nationell patientenkät, där också frågor kring anhöriginflytande tas upp.



Carl Lundgren och Johanna Lind, Vårdanalys
Foto: Mats Ewertzon

Ytterligare möten är planerade mellan Nka och myndigheten för vårdanalys för att följa upp arbetet inom området psykisk ohälsa.

Inspirerande samarbete med NSPH

Sedan förra mötet med Nationell samverkan för psykisk hälsa (NSPH) har representanter från Nka:s arbetsgrupp inom området psykisk ohälsa träffat NSPH:s anhörigrupp vid två tillfällen. Förutom diskussioner om samarbete har också information och värdefulla synpunkter angående pågående arbete inom Nka inhämtats.

Vid ett möte presenterade Jan-Olof Svensson, Nka, arbetet med blandade lärande nätverk och hur dessa planeras för de nätverksledare som har meddelat sitt intresse om att starta

upp i början av april 2013. Andra diskussioner som förts är en av de kommande kunskapsöversikterna, "Stöd för anhöriga till vuxna personer med psykisk ohälsa", som nu är under utformning. I förarbetet till denna kunskapsöversikt har NSPH:s anhörigrupp bidragit med värdefulla synpunkter och lovat att medverka genom att dela med sig av sina egna undersökningar.

Vid ytterligare ett möte med NSPH:s anhörigrupp deltog förutom Mats Ewertzon från Nka även Lennarth Johansson från Socialstyrelsen, Elina Berg från Sveriges Kommuner och Landsting samt Anita Odell från (H)järnkoll. Vid mötet presenterade respektive organisation sitt arbete

inom anhörigstöd.

Nka kommer också medverka som medarrangör vid den av NSPH initierade konferensen Visa Vägar den 22 maj 2013.

Aktuella aktiviteter

23-24 april - Anhörigriksdagen, Varberg

21 maj - Kulturkväll, ABF-huset, Stockholm

22 maj - Visa Vägar-konferensen, Stockholm

30-31 maj - Svenska demensdagarna, Karlstad

28-29 augusti - FoU Valfärds konferens, Kalmar

Nka:s FoU-ledare får docentkompetens

Elizabeth Hanson, forskare och FoU-ledare på Nka, höll nyligen en docentföreläsning på Linnéuniversitetet i Kalmar. Efter juryns överläggande och godkännande förärades Elizabeth docenttiteln.

Sedan år 2000 har hon arbetat i Sverige och då med fokus på brukarmedverkan, att på olika sätt engagera och involvera anhöriga, äldre, praktiker och beslutsfattare som partner i forskningsprocessen.

– Titeln innebär ett erkännande av det forskningsarbete jag gjort sedan min doktorsavhandling för drygt 20 år sedan. Detta är också en bekräftelse på den informella vården och omsorgen som ett viktigt och prioriterat forskningsområde i Sverige, säger Elizabeth.



Docentföreläsning Elizabeth Hanson,
Foto: Fredrik Jansson

www.anhoriga.se/psyiskohalsa

Redaktion

Ansvarig utgivare:

Lennart Magnusson

lennart.magnusson@anhoriga.se

Redaktör:

Karin Holmåker

karin.holmaker@anhoriga.se

Text, foto & redigering: Karin Holmåker, om inget annat anges