

Guide for samtaler med pasienten

1. Introduksjon til samtale om pårørendesamarbeid

- Introduser deg selv
- Fortell kort hva samtalen skal inneholde og hvordan enheten jobber for å få til et godt samarbeid med pårørende. Si at dette er en del av behandlingen, at vi snakker med alle pasienter om hvordan hen opplever sitt forhold til familien. Du kan innlede med:
 - Her hos oss tilbyr vi alle pasienter og pårørende samtaler om familiesamarbeid som en del av behandlingstilbudet
 - Fortell kort om temaer for samtalen (bruk overskriftene fra guiden)
 - Spør pasienten om hvordan høres dette ut for hen
 - Spør også pasienten om hvem som er nærmeste pårørende

Dato

2. Betydningen av samarbeid med pårørende

Snakk med pasienten om betydningen av å involvere pårørende. Eksempler på begrunnelser:

- Styrke eller eventuelt gjenopprette relasjoner i familien og nettverket
- Hjelp familien til å forstå pasientens utfordringer bedre, og bruke forståelsen til å løse dagligdagse problemer
- Bedre pasientens livssituasjon og fungering
- Redusere risikoen for å få tilbakefall
- Redusere stress og belastning, og bedre livssituasjonen til de pårørende
- Åpenhet og støtte fra familie og nettverk kan øke sjansen for å få det bedre
- Normalisere at det kan oppstå konflikter og misforståelser når familien opplever alvorlig sykdom eller krise. Gi eksempler på hva som kan formidles til pårørende:
 - Tilbud ved seksjonen
 - Hvem pårørende kan kontakte
 - Tilbud til pårørende (både barn og voksne) inkludert skriftlig informasjon om familiesamarbeid
 - Aktuelle bruker- og pårørendeorganisasjoner
 - Pårørenderettigheter¹
 - Hvordan psykisk lidelse kan oppstå og hvordan det kan oppleves å være syk²³
 - Tegn på vanlige reaksjoner ved kriser

Dato

3. Pasientens forhold til sine pårørende

Eksempler på utforskende spørsmål:

- Hvilke personer er viktige for deg i ditt liv, også i ditt hverdagsliv?
- Hvordan snakker dere om det at du er blitt syk? (Fått en rus- og/eller en psykisk lidelse)
- Er det noen av dem du skulle ønske du hadde bedre kontakt med?
- Har forholdet til din familie og dine venner endret seg som følge av at du ble syk?
- Hvordan støtter familie og venner deg nå for tiden?
- På hvilken måte opplever du at familien din er påvirket av sykdommen din?
- Kan det være slik at dine pårørende «går på tå hev» iblant?
- Hva tror du kunne være bra med at familien din fikk større forståelse for det du strever med?
- Hva gjør det med dine nærmeste å ikke vite hva du strever med?
- Hva tror du dine pårørende har behov for å snakke om?

Dato

¹ Pårørende - hva nå? - Helsenorge

² metodebok_arbeidsark_c1.pdf (oslo-universitetssykehus.no)

³ arbeidsark-26.pdf (oslo-universitetssykehus.no)





4. Taushetsplikt og hva som kan deles av informasjon

Taushetsplikten ivaretar pasientens kontroll over informasjon om egen helse og behandling, slik at sensitiv informasjon ikke blir delt uten samtykke⁴. Samtidig er det avgjørende å tilnærme seg pasienten på en slik måte at taushetsplikt ikke blir en barriere for pårørendesamarbeidet. Her er eksempler på spørsmål helsepersonell kan stille for å bevisstgjøre pasienten betydningen av å dele informasjon:

Dato

- Hvem kan få samme informasjon som du har fått?
- Hvordan ønsker du at en samtale med de du har nær deg skal foregå?
- Kan vi hjelpe deg med å formidle noe til dine nærmeste?
- Hva vil du at dine pårørende skal vite, helt konkret?
- Er det noe du ikke vil at dine pårørende skal vite?
- Når familien er bekymret, kan de oppleves som for pågående. Er det slik hos dere?
- Når familien får informasjon, kan de oppleves som mindre pågående. Tror du det kan skje hos dere?
- Hva gjør at du ikke ønsker å dele informasjon?
- Ser du muligheter for å dele noe informasjon uten å dele alt, f. eks hvor du oppholder deg?
- Hvordan ønsker du at dine nærmeste skal støtte deg?
- Hva er viktig for deg?

I hvilken grad kan vi samarbeide med dine nærmeste pårørende:

- 1) Åpenhet: kan gi informasjon om sykdom og helsehjelp dersom det er relevant
- 2) Delvis åpenhet: pasienten definerer nærmere hvilken informasjon som kan deles
- 3) Ingen åpenhet: kun gi generell informasjon og samtale relatert til det pårørende vet fra før

Innhenting av samtykke kan være en prosess. Når samtykke ikke er gitt til å kontakte pårørende, fortsett motivasjonsarbeidet med pasienten ved en senere anledning⁵⁶.

5.a Når pasienten har mindreårige barn /søsken under 18 år

Helsepersonell er lovpålagt å bidra til å ivareta mindreårige barn som er pårørende til foreldre eller søsken og barn som er etterlatte⁷⁸. Når pasienten har mindreårige barn/søsken skal lovverk og nasjonale retningslinjer følges⁹ for å kartlegge situasjon og bidra til tilstrekkelig ivaretagelse og informasjon til barn som pårørende.

Dato

5.b Barn over 18 år har også behov for å bli ivaretatt

Eksempler på spørsmål som kan stilles dersom søsken, voksne barn, voksne stebarn eller ungdom over 18 år er berørt:

Dato

- Hva vet barna dine om situasjonen? (Erfaringer og reaksjoner)
- Hvordan blir barnas hverdag påvirket av situasjonen/sykdommen din? (Rutiner, omsorgsoppgaver, skole, jobb og fritid)
- Hvordan snakker du/dere med barna om situasjonen?
- Hvem er eller kan være støttepersoner for barna dine? (F. eks. partner, andre familiemedlemmer, venner, trenere, helsesykepleiere, ansatte i skole og leder)

6. utfordringer i nære relasjoner

Eksempler på spørsmål som kan stilles for å utforske temaet:

Dato

- Er du noen gang redd i ditt eget hjem?
- Er du redd for den du er pårørende til?
- Har du blitt ydmyket av ham/henne?

⁴ Pårørende - hva nå? - Helsenorge

⁵ Veiviser i systematisk pårørendesamarbeid - Vestre Viken HF

⁶ Vurder om pårørende har rett til informasjon uavhengig av samtykke - Helsedirektoratet

⁷ § 10a. Helsepersonells plikt til å bidra til å ivareta mindreårige barn som pårørende - Helsedirektoratet

⁸ Barn med psykisk sykdom i familien - Helsenorge

⁹ Barn som pårørende - Helsedirektoratet





- Har du noen gang blitt slått, sparket eller på andre måter angrepet fysisk?
- Hvis ja, når, av hvem, hvor mange ganger og hvilke skader?

Eksempler og mer om temaet; se pårørendeveilederen.

7. Videre samarbeid med pårørende

Eksempel på hva du kan formidle:

Vi har ulike måter å involvere familien din på. Etter det vi har blitt enige om samtykke, får du og dine pårørende tilbud om følgende samtaler:

- Samtale med deg alene (denne samtalen)
- Samtale med din/dine nærmeste pårørende alene
- Fellessamtale med deg og dine pårørende

Tilleggsinformasjon for pasienter med/mistanke om en alvorlig psykisk lidelse:

- Psykoedukativt familiesamarbeid (PEF)¹⁰¹¹. Et behandlingstilbud for pasient og pårørende sammen, men deler av tilbudet kan også gis til pasient eller pårørende alene
- REACT er et digitalt veilednings- og psykoedukasjonstilbud til pårørende¹²

Dato

8. Hvem som skal kontaktes og hvordan videre samarbeid med pårørende kan foregå

Eksempel på hva du kan formidle:

- Nå har du fortalt hvem som er viktig i ditt liv og hvem du ønsker å involvere i et pårørendesamarbeid
- Hvem vil du at jeg tar kontakt med først?

Dato

¹⁰ [Familie- og flerfamiliegruppe - Helsenorge](#)

¹¹ [Metodebok i psykoedukativt familiesamarbeid - Oslo universitetssykehus HF \(oslo-universitetssykehus.no\)](#)

¹² [REACT | Relatives Education and Coping Toolkit \(reacttoolkit.no\)](#)

