

Närståendestöd

Denna manual är avsedd att vara till hjälp för dig som leder Mantelmodellens workshop

Träffarna är tänka att stimulera deltagarna till att reflektera kring palliativ vård och att gemensamt diskutera olika frågeställningar. Genom att dela med sig av tankar, kunskaper och erfarenheter skapas en möjlighet att lära av varandra och av denna anledning är det positivt om flera yrkesgrupper deltar i träffarna, exempelvis undersköterska, sjuksköterska, fysioterapeut, arbetsterapeut och läkare.

I den cirka 10 minuter långa utbildningsfilmen som är tänkt att inleda träffen ges en introduktion till närståendestöd som är en av de fyra hörnstenarna i palliativ vård. Filmen handlar om varför det är viktigt att uppmärksamma närståendes behov, och på vilket sätt vi kan ge dem stöd. Närstående ska känna sig delaktiga och få stöd utifrån sina behov, både under vårdtiden och efteråt. Filmen är tänkt att ge en gemensam utgångspunkt för att förbereda deltagarna för efterföljande diskussion och reflektion.

Till filmen finns fyra reflektionsfrågor som kan visas på storskärm eller laddas ner för utskrift. Rekommenderad tidsåtgång per bild är 5-10 minuter. Ställ reflektionsfrågan och be deltagarna diskutera i mindre grupper (2-3 personer) under ett par minuter. Ställ sedan frågan i storgruppen och be deltagarna berätta vad de pratat om.

Se till att alla i gruppen får komma till tals. Då ämnet palliativ vård kan uppfattas som känsligt är det viktigt att normalisera känslor. Om någon sitter tyst eller om samtalet inte flyter på kan du som samtalsledare hjälpa till. Exempel på inbjudande frågor är: "Vad tänker du när du hör detta?" eller "Jag tror många kan känna igen sig i det du berättar". Du kan också dela med dig av egna erfarenheter.

Nedan finns reflektionsfrågorna med stödtext för dig som leder workshopen.

Reflektionsfråga 1: Vad kan närstående ha för behov av stöd från oss?

Inom palliativ vård har vi en skyldighet att erbjuda stöd till närstående. Det handlar inte bara om att erbjuda praktiskt stöd, utan också om att erbjuda känslomässigt stöd under vården men även efter ett dödsfall. Det är viktigt att vi är medvetna om att närstående ofta är i en mycket utsatt situation och kan behöva hjälp att hantera både sina egna känslor och sin oro för den som är sjuk. Frågan syftar till att reflektera över vilka olika typer av stöd vi kan erbjuda och hur vi kan vara en trygg resurs för de närstående.



Exempelfråga för att komma vidare i samtalet:

“Vilka praktiska behov kan närstående ha hos oss?”, “Vilka känslomässiga behov kan närstående ha hos oss?”, “Vad brukar du få för svar om du frågar en närstående; hur mår du?”, “Hur kan vi stödja närstående i att hantera sina känslor, som sorg, oro eller frustration?”

Reflektionsfråga 2: Hur bemöter du den arga närstående som tycker att allt vi gör är fel?

Det är inte ovanligt att närstående upplever frustration, oro eller ilska och ibland riktas dessa känslor mot oss som personal. Det är viktigt att vi inte tar det personligt utan ser det som en reaktion på en mycket stressande och känslomässig situation. Den här frågan syftar till att hjälpa deltagarna att reflektera över hur de hanterar svåra samtal med närstående som uttrycker starka känslor, och hur vi kan vara ett stöd till närstående, men även till varandra inom teamet.

Exempelfrågor för att komma vidare i samtalet:

Varför tror du att närstående reagerar med ilska?”, “När kan det vara bra att ta hjälp av en kollega i en sån här situation?”, “Tycker du att närstående alltid får bete sig hur som helst?”, “Hur kan vi hålla oss lugna och samtidigt visa empati när någon är arg eller upprörd?”

Reflektionsfråga 3: Hur får vi närstående mer delaktiga i den palliativa vården hos oss?

Närstående är ett brett begrepp och ibland kan grannar, en nära vän eller arbetskamrat känna behov av att få vara delaktig. Genom att engagera närstående i exempelvis planering, beslut och omvårdnad kan vi ge dem en känsla av kontroll och minska deras oro. Den här frågan handlar om att reflektera kring hur det kan skapas bättre förutsättningar för att närstående kan vara delaktiga i vården på det sätt som de och patienten önskar.

Exempelfrågor för att komma vidare i samtalet:

“Vilka hinder finns för att närstående ska kunna vara delaktiga hos oss?”, “Kan närstående känna sig tvingade till delaktighet? – Har du något exempel?”, “Hur kan vi skapa en öppen dialog mellan teamet och närstående för att stärka deras delaktighet och förståelse?”

Reflektionsfråga 4: Hur arbetar vi med efterlevandesamtal hos oss?

Efterlevandesamtal ett par veckor efter att patienten har dött kan öka livskvaliteten hos närstående och bör därför alltid erbjudas, men olika enheter har olika rutiner för hur dessa samtal ska erbjudas och genomföras. Denna fråga handlar om att reflektera över hur rutinerna ser ut på arbetsplatsen och hur samtal med de närstående efter patientens död kan göras så meningsfulla och stödjande som möjligt.

Exempelfrågor för att komma vidare i samtalet:

“Vilka rutiner för efterlevandesamtal har vi på vår enhet?”, “Hur brukar ett efterlevandesamtal gå till?”, “Har du varit med om ett efterlevandesamtal? – Blev det bra eller dåligt?”

