



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. Innled med å si:
 - Her hos oss tilbyr vi alle pasienter og pårørende samtaler om familiesamarbeid som en del av behandlingstilbudet.
 - Fortell hvem som er dine pårørende.
 - Fortell kort om temaer for samtalen (bruk overskriftene fra guiden)
 - Hvordan høres dette ut for deg?

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
- hjelpe 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
- tydeliggjøre at 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

Når pasienten har mindreårige barn/søsken skal lovverk og nasjonale retningslinjer følges⁷ for å kartlegge situasjon og bidra til tilstrekkelig ivaretagelse og informasjon til barn som pårørende.

Dato

5.b Barn som pårørende 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/barnehage 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/ barnehage og familie)

Informasjonsutvekslingen skal samsvare med pasientens ønsker og det loven gir rom for.

6. utfordringer i nære relasjoner

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 Barn som pårørende - Helsedirektoratet





Eksempler på spørsmål som kan stilles for å utforske temaet:

- 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?
- 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.

Dato

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 vedrørende samtykke, får du og dine pårørende følgende samtaler:

- Samtale(r) med deg alene (denne samtalen og eventuelt flere)
- Samtale(r) med din(e) nærmeste pårørende alene
- Fellessamtale(r) med deg og pårørende sammen

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

- Psykoedukativt familiesamarbeid (PEF)⁸⁹. Dette er et behandlingstilbud for deg og pårørende sammen, men deler av tilbudet kan også brukes med deg (alene) eller pårørende alene.
- REACT er et digitalt veilednings- og psykoedukasjonstilbud til pårørende alene¹⁰.

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

⁸ Familie- og flerfamiliegruppe - Helsenorge

⁹ Metodebok i psykoedukativt familiesamarbeid - Oslo universitetssykehus HF (oslo-universitetssykehus.no)

¹⁰ REACT | Relatives Education and Coping Toolkit (reacttoolkit.no)

