

Samtalegrupper for pårørende (2013-1-494) Bergen

Bakgrunn for prosjektet/Målsetting

LPP Bergen har siden høsten 2001 tilbudt samtalegrupper ledet av 2 kyndige veiledere til pårørende som trenger hjelp til å takle hverdagen. Tilbudet vekket umiddelbart stor interesse og fra begynnelsen av har det vært vanskelig å gi plass til alle som søkte. LPPs tilbud om samtalegrupper til pårørende er eneste tilbud for voksne i Bergen. Målet med prosjektet var å øke tilbudet fra 2 -3 serier à 4 møter til 4-5 serier à 4 møter i semesteret i 2014 samt trene opp 2 nye veiledere.

Antall personer i målgruppen nådd av prosjektet: 50

Prosjektgjennomføring/Metode

To nye veiledere ble allerede trent opp i løpet av høsten 2013 i påvente av de ekstragruppene som var planlagt til våren 2014. Våren 2014 ble det arrangert 2 ekstragrupper med en ny veileder som assistent til hver erfaren veileder. Tilbudet er beregnet for: Søsken til psykisk syke - Ektefelle til psykisk syke - Foreldre til psykisk syke. En samtalegruppe i LPPs regi i Bergen driftes av en fagperson og en pårørende. Her vil nevnes noen viktige grunnprinsipper for gruppesamlingen.

1. Deltakerne må oppleve stor grad av emosjonell støtte, informasjon og praktisk hjelp.
2. Deltakerne har behov for å oppleve omsorg og samtidig få råd og veiledning i konkrete saker.
3. Gruppen er et sted hvor de pårørende deler erfaringer og kan støtte, samt styrke hverandre.
4. Gjensidighet og fellesskap er de bærende elementene.

I gruppen kan de pårørende møte andre pårørende i samme situasjon og dele det som har vært og er vanskelig, det som er utfordringer og kjenne igjen det andre forteller hos seg selv. Men det som er like viktig er jo å støtte hverandre og heie på hverandre, altså tipse hverandre om ting man kan gjøre. De får bruke de erfaringene de selv har.

Resultater og resultatvurdering

Takket være ekstramidler fra Ekstrastiftelsen har vi i 2014 klart å gi plass til alle søkere uten særlig ventetid. I tillegg har vi trent opp 2 nye veiledere med helse og sosial bakgrunn som i fremtiden vil kunne drifte sine egne grupper. De 2 nye kan også avlaste eller erstatte våre erfarne veiledere i tilfelle sykdom eller annet fraværsårsak. Gruppene bidrar også til økt rekruttering av nye medlemmer.

Oppsummering/Konklusjon/Videre planer

Samtalegruppene organisert av LPP Bergen har alltid hatt stor pågang, men har ikke alltid klart å gi plass til alle innen rimelig ventetid. Takket være ekstramidler har vi økt kapasiteten og hjulpet flere pårørende med å klare hverdagen bedre. Dessuten har disse, i sin tur, klart å være en bedre ressurs for den/de som er syk(e) i familien. Samtalegruppene er det beste tilbudet vi har og vi ønsker å fortsette med det. I 2015 vil vi nok redusere tilbudet tilbake til tidligere omfang. Se nedenfor.

Jeg har mottatt lønnsmidler for prosjektet: Nei

Prosjektleders egnevaluering

Prosjekt gjennomført uten større avvik: Stemmer helt

Innfridde målsetningene med hensyn til helse-effekter: Stemmer helt

Nært samarbeid med søkerorganisasjonen: Stemmer helt

Brukere hadde stor grad av innflytelse i planlegging og/eller gjennomføring av prosjektet: Stemmer helt

Prosjektet innebar et nært samarbeid med andre instanser, fagmiljø eller organisasjoner: Stemmer stort sett.

Prosjektet ga målgruppen et tilbud de ellers ikke ville fått: Stemmer helt

Prosjektet iverksatte nye aktiviteter som ellers ikke ville blitt gjennomført: Stemmer helt

Prosjektet bidro klart til økt frivillig innsats: Stemmer helt

Prosjektet blir videreført med andre midler etter at finansieringen fra ExtraStiftelsen er slutt: Stemmer stort sett ikke.

ExtraStiftelsen var viktigste finansieringskilde til prosjektet: Stemmer helt

Produkter i prosjektet: 0