



I, maj 2019

NOVIČNIK

O PROJEKTU

Različne situacije ob kroničnih boleznih in stanjih svojca običajno vplivajo na družino kot celoto. To še posebno velja v primeru, ko se družinski člani samostojno in brez strokovne podpore soočajo z občutji, ki jih doživljajo ob oskrbi. Zmožnost učinkovitega sporazumevanja je temeljni predpogoj za uspešno delovanje in vzajemne medsebojne odnose v družini.

Največja ovira pri sporazumevanju med družinskimi člani je zadrževanje in zanikanje negativnih občutij in čustev kot so vznemirjenost, krivda, negotovost, konflikt, zmedenost. V kolikor pa znotraj družine odkrito spregovorijo o svojih čustvih in delijo svoja občutja, s tem povečujejo svojo zmožnost za skrb in delo ter dlje časa vztrajajo v vlogi oskrbovalcev starejših v domačem okolju.

Projekt S.IN.CA.L.A. se bo osredotočil na skupne potrebe in izzive pri zagotavljanju ustrezne oskrbe in podpore starajočega se prebivalstva, predvsem starejših od 80 let, v vseh evropskih državah.

V slednjih se že kaže potreba po večjem številu neformal-

nih oskrbovalcev za zagotavljanje oskrbe starejših ljudi. Za doseganje tega, moramo nujno okrepiti sodelovanje med zakonodajno oblastjo in oblikami pomoči v skupnosti. Projekt S.IN.CA.L.A. bo osnoval in razvil intervencijski program, ki ga bodo strokovni delavci (socialni in zdravstveni delavci, psihologi ipd.) lahko s pridom uporabljali za podporo družinskim članom pri ohranjanju njihove vzdržljivosti, veščin in motivacije v vlogi neformalnega oskrbovalca.

CILJNE SKUPINE

Neformalni oskrbovalci in vsi člani gospodinjstev, ki skrbijo za starejše odrasle v domačem okolju – zakonci/partnerji, odrasli otroci, vnuki kot tudi izobraževalci odraslih, psihologi, medicinske sestre, socialni delavci, socialni oskrbovalci, javni uslužbenci (policisti, gasilci, bančni in poštni uslužbenci...).



FOKUSNE SKUPINE

IRSKA

Co-Creation Support CLG

Treh fokusnih skupin na temo "Pregled stanja, potreb in dilem neformalnih oskrbovalcev starejših" se je na Irskem udeležilo sedemnajst udeležencev: Osem zakoncev/partnerjev, pet odraslih hčera in štirje vnuki. Večina udeležencev je potrdila, da ob skrbi za starejšega težko sledijo vsem njegovim zahtevam, še zlasti ob dejstvu, ko je vsa oskrba odvisna samo od njih. To posledično vodi v preobremenjenost ter pomanjkanje časa za sprostitev in zasebno življenje. Z ustrezno podporo ostalih družinskih članov, sosedov, formalnih oskrbovalcev pa lahko tudi neformalni oskrbovalci poskrbijo za svoje dobro počutje ter najdejo čas za prijetne aktivnosti kot so plavanje, druženje s prijatelji, vrtnarjenje ipd..

Sodelujoči so se strinjali, da pogovor o notranjih občutjih (frustracije, jeza) v zaupnem okolju, v katerem tudi ostali udeleženci delijo podobne izkušnje, razumejo ostale, kaj doživljajo ob oskrbi in ne obsojajo drug drugega, pomembno vpliva na ohranjanje vzdržljivosti, motivacijo in vztrajanje pri skrbi za starejšega.

SLOVEENIA

Spominčica-Alzheimer Slovenija

Spominčica-Alzheimer Slovenija je v začetku marca 2019 v Alzheimer Centru Ljubljana izvedla 3 fokusne skupine na temo "Pregled stanja, potreb in dilem neformalnih oskrbovalcev starejših". Skupno število vseh udeležencev je bilo štirinajst: Štirje zakonci/partnerji, štirje odrasli otroci in šest vnukov. Zakonci so izpostavili, da svojo vlogo oskrbovalca zaznavajo in povezujejo z neizmerno ljubeznijo do bližnjega. V večini primerov so za starejšega poskrbeli kar sami, občasno so prejeli dodatno pomoč od svojih otrok. Navedli so, da jim največje breme predstavljajo čustvene in finančne dileme. Obenem so predlagali, da bi strokovne institucije morale ponuditi več različnih in finančno dostopnejših storitev v skupnosti. Odrasli otroci svojo vlogo oskrbovalca pojmujejo kot dolžnost/obvezo do svojih staršev. Tisti odrasli otroci, ki imajo tudi svojo družino, so poudarili, da jih pogosto tare občutek krivde, ker se na račun oskrbe starejšega ne posvečajo dovolj svojim otrokom.

Prav tako so se odrasli otroci strinjali, da morajo socialni servisi bolje odgovoriti na njihove potrebe na različnih ravneh in biti personalizirani, torej prilagojeni posamezniku. Vnuki so si bili enotni, da so svojo novo vlogo

oskrbovalca in dinamiko v družini kar hitro sprejeli. Kot drugi udeleženci v fokusnih skupinah so vnuki podprli idejo o prilagojenih oblikah pomoči v skupnosti. Če strnemo, so vsi udeleženci fokusnih skupin poudarili, da so družinski odnosi po pojavu bolezni postali bolj poglobljeni ali vsaj ostali enako kakovostni.



GRČIJA

Greek Association of Alzheimer's Disease and Related Disorders

Prvo fokusno skupino na temo "Pregled stanja, potreb in dilem neformalnih oskrbovalcev starejših" so v Grčiji izvedli 3.4.2019. Na njej so sodelovale štiri hčere oseb z demenco (odrasli otroci). Druge fokusne skupine, ki je potekala 17.4.2019, so se udeležile štiri žene in en mož osebe z demenco (zakonci/partnerji).

Na isti dan, 17.4.2019, je potekala še zadnja, tretja fokusna skupina. V njej so sodelovale tri vnukinje oseb z demenco. Vse fokusne skupine so Grki izvedli v dnevnem centru GAARDR – Alzheimer Hellas, koordiniranim s strani Mahi Kozori.

ESTONIJA

MTÜ Eesti Omastehooldus.

Estonija je v marcu 2019 izvedla dve fokusni skupini na temo "Pregled stanja, potreb in dilem neformalnih oskrbovalcev starejših" in sicer v mestih Tartu in Võru. Udeleženci obeh fokusnih skupin so bili odrasli otroci in zakonci/partnerji, ki skrbijo za starejšo osebo v domačem okolju. Med njimi so prednjačile hčere oziroma žene.

Skupno število udeležencev je bilo deset: sodelovalo je devet žensk in en zakonec/partner, ki skrbi za starejšo osebo od 60 let. Fokusno skupino z vnuki niso izvedli, kar nakazuje na dejstvo, da za starejše osebe v Estoniji po večini skrbijo odrasli otroci, zakonski partnerji ali bližnji sorodniki. V nekaterih primerih je podpora družine zelo okrnjena zaradi različnih življenjskih poti in odločitev družinskih članov in sorodnikov. Skrb za starejšo osebo je v veliki meri odvisna tudi od ozaščedenosti in pripravljenosti primarnega oskrbovalca.

S fokusnimi skupinami so ugotovili, kako družinski člani različnih generacij dojemajo svojo vlogo oskrbovalca. Osvetljeni so bili različni vzorci sprejemanja in soočanja z vlogo oskrbovalca. Poudarili so, da je stopnja vzdržljivosti in vztrajanja v vlogi oskrbovalca odvisna od trajanja oskrbe in vrste pomoči, ki jo starejša oseba potrebuje.

Za več informacij kontaktirajte Ivarja Paimre-ja, NGO Estonian Carers, ivar.paimre@omastehooldus.eu.



ITALIJA

Anziani e non solo Società cooperativa sociale

V Italiji je v treh fokusnih skupinah v februarju in marcu 2019 na temo "Pregled stanja, potreb in dilem neformalnih oskrbovalcev starejših" sodelovalo osemnajst udeležencev: oseb sinov in hčera (odrasli otroci), šest zakoncev/partnerjev in štirje vnuki.

Analiza treh fokusnih skupin je odstrla 3 različne načine dojemanja vloge oskrbovalca in njegovega spoprijemanja z občutji. Fokusni skupini, izvedeni med zakonci, je bila skupna ugotovitev, da ima bolečina in zaskrbljenost o posledicah bolezni/stanja vpliv tako na samega partnerja, ki skrbi za obolelega, kot na njegovo družino. V fokusni skupini med odraslimi otroci so poudarili, da skrb za starejšo osebo doživljajo kot dolžnost/obvezo, ki posledično vodi v prekomerno izgorelost. V fokusni skupini, izvedeni med vnuki, ki so običajno sekundarni oskrbovalci, torej takoj za odraslimi otroci, pa so izpostavili zaskrbljenost za svoje starše, primarne oskrbovalce starejših.

PORTUGALSKA

CAS050+

Na Portugalskem, se je treh fokusnih skupin na temo "Pregled stanja, potreb in dilem neformalnih oskrbovalcev starejših", udeležilo štirinajst posameznikov, pet odraslih otrok, štirje zakonci in pet vnukov.

Zbrani podatki so v splošnem prikazali, da vsi udeleženci fokusnih skupin prepoznavajo njihovo vlogo oskrbovalca kot naravni del soočanja z boleznijo/stanjem bližnjega. Skrbeti za družinskega člana je razumljeno kot izkaz spoštovanja in zahvala za vzajemni odnos, ki so ga oboleli nudili oskrbovalcu v rani mladosti.

Sodelujoči so osvetlili nekaj najpomembnejših opažanj in izzivov glede oskrbe starejših ljudi: pomanjkanje podpore s strani drugih družinskih članov, prijateljev in sosedov, negativen vpliv na oskrbovalce: obstoječe oblike pomoči v skupnosti, ki zanje pomenijo dodatno finančne breme kot tudi negativno vplivajo na njihovo družabno življenje; ter psihične in čustvene posledice – preobremenjenost, utrujenost, občutki krivde in nemoči.

SPLETNA PLATFORMA

Vsebine spletne platforme so na voljo v angleščini in jezikih držav partneric. Na njej lahko dostopate do blogov, različnih gradiv, objav z dogodkov ter izveste več o možnostih sodelovanja v projektu - povabila na delavnice in program usposabljanja.

WWW.SINCALA.EU