

UngSOR 2022

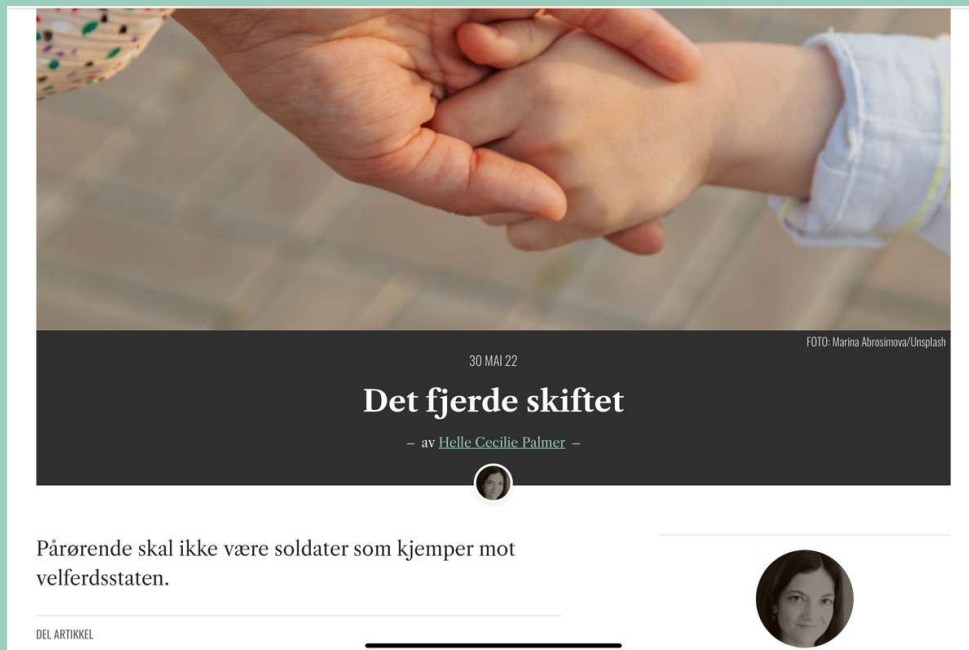
Det fjerde skiftet

Helle Cecilie Palmer



Helle Cecilie Palmer

- Journalist og kommentator i Agenda Magasin
- Medstifter og varamedlem i styret, Løvemammaene
- Mamma til tre barn, to med funksjonsvariasjoner



Skrev dette
tidligere i år



Helle

kone

arbeidstaker

skribent

løper

(Super)-
mamma

leser

venn

datter

tøyser
og leker

Dette er meg.



pårørende

koordinator

sykepleier

fysioterapeut

spesial-
pedagog

sliten

arbeidsleder

aktivist

sosionom

sur



Dette er også meg.

Fire skift

- 1 Lønnet arbeid
- 2 Hus- og omsorgsarbeid
- 3 Koordinering og administrering av familiearbeidet
- 4 Pårørendearbeid

Encanto (Disney, 2021)



Presset - å være forelder til et barn med fysiske/kognitive funksjonsnedsettelse



Verden går i knas om jeg ikke er på
For jeg føler
Presset som et drypp, drypp, drypp
Har blitt klemmet så
(Oh, oh)



Presset som et tikk, tikk, tikk
Som kan smelle av nå
(Oh, oh, oh, oh)



Bare be din søster om det du trenger
Hun kan sikkert holde seg fast litt lenger
Hvem er jeg, hvis jeg må slippe ned alt?
Og vi faller



"Presset", fra Encanto (Disney, 2021)

Det fjerde skiftet



Pleie, omsorg, oppfølging

Administrering og koordinering

Mentalt arbeid

Bekymring

“

**Foreldre bruker 10–19 timer i uka
på å administrere og koordinere
oppfølgingen barnet får**

Helsedirektoratet /Livshendelsen Alvorlig sykt barn

“

Foreldre brukte 13 timer på den siste søknaden de sendte

Helsedirektoratet /Livshendelsen Alvorlig sykt barn

26/04/2022 (Tue)	00:00:58			30/04/2022 (Sat)	00:00:22	30/04/2022 (Sat)	00:00:12
Fjerde skiftet: tenke på ting som må gjøres 14:16 - 14:17		Fjerde skiftet: tenke på ting som må gjøres 05:31 - 05:32		Dårlig samvittighet 15:04 - 15:04	00:00:12	Følelse av at det er for mye 06:27 - 06:27	00:00:12
Fjerde skiftet: tenke på ting som må gjøres 08:30 - 08:30		Fjerde skiftet: tenke på ting som må gjøres 13:10 - 13:11		Dårlig samvittighet 05:32 - 05:32	00:00:18	Følelse av at det er for mye 04:43 - 04:44	00:00:18
Fjerde skiftet: tenke på ting som må gjøres 07:09 - 07:09		Fjerde skiftet: tenke på ting som må gjøres 07:40 - 07:40		Dårlig samvittighet 12:48 - 12:48	00:00:05	Følelse av at det er for mye 14:43 - 14:43	00:02:06
25/04/2022 (Mon)		Fjerde skiftet: tenke på ting som må gjøres 05:20 - 05:20		27/04/2022 (Wed)	00:00:10	Følelse av at det er for mye 14:18 - 14:18	00:00:39
Fjerde skiftet: tenke på ting som må gjøres 13:12 - 13:13		Fjerde skiftet: tenke på ting som må gjøres 02:42 - 02:43		Dårlig samvittighet 10:30 - 10:30	00:00:08	Følelse av at det er for mye 09:15 - 09:15	00:00:47
Fjerde skiftet: tenke på ting som må gjøres 12:27 - 12:27		24/04/2022 (Sun)		Dårlig samvittighet 08:22 - 08:22	00:00:42	Følelse av at det er for mye 04:27 - 04:29	00:02:15
Fjerde skiftet: tenke på ting som må gjøres 08:18 - 08:19		Fjerde skiftet: tenke på ting som må gjøres 12:16 - 12:17		Dårlig samvittighet 05:21 - 05:21	00:00:42	Følelse av at det er for mye 04:11 - 04:11	00:01:42
Fjerde skiftet: tenke på ting som må gjøres 07:31 - 07:31		Fjerde skiftet: tenke på ting som må gjøres 10:51 - 10:51		26/04/2022 (Tue)	00:00:42	Følelse av at det er for mye 04:27 - 04:29	00:00:32
Fjerde skiftet: tenke på ting som må gjøres 04:39 - 04:40		Fjerde skiftet: tenke på ting som må gjøres 08:53 - 08:53		25/04/2022 (Mon)	00:00:42	Følelse av at det er for mye 04:11 - 04:11	00:00:32
24/04/2022 (Sun)		Fjerde skiftet: tenke på ting som må gjøres 03:03 - 03:03		Dårlig samvittighet 16:37 - 16:37	00:00:42	24/04/2022 (Sun)	00:04:03
Fjerde skiftet: tenke på ting som må gjøres 22:54 - 22:55		Fjerde skiftet: tenke på ting som må gjøres 14:47 - 14:47		Dårlig samvittighet 22:25 - 22:25	00:00:42	Følelse av at det er for mye 19:51 - 19:52	00:01:00
Fjerde skiftet: tenke på ting som må gjøres 22:25 - 22:25		Fjerde skiftet: tenke på ting som må gjøres 14:03 - 14:03		Dårlig samvittighet 20:38 - 20:38	00:00:42	Følelse av at det er for mye 14:12 - 14:12	00:00:18
Fjerde skiftet: tenke på ting som må gjøres 22:24 - 22:24		Fjerde skiftet: tenke på ting som må gjøres 05:05 - 05:06		Dårlig samvittighet 13:16 - 13:16	00:00:27	Følelse av at det er for mye 13:42 - 13:43	00:00:34
Fjerde skiftet: tenke på ting som må gjøres 14:03 - 14:03		Fjerde skiftet: tenke på ting som må gjøres 04:22 - 04:23		Dårlig samvittighet 13:01 - 13:04	00:00:27	Følelse av at det er for mye 13:06 - 13:07	00:00:12
Fjerde skiftet: tenke på ting som må gjøres 13:29 - 13:29		26/04/2022 (Tue)		Dårlig samvittighet 08:49 - 08:50	00:00:35	Følelse av at det er for mye 12:39 - 12:40	00:00:47
Fjerde skiftet: tenke på ting som må gjøres 13:07 - 13:07		Fjerde skiftet: tenke på ting som må gjøres 14:43 - 14:43		Dårlig samvittighet 08:42 - 08:43	00:00:58	Følelse av at det er for mye 10:18 - 10:18	00:00:23
Fjerde skiftet: tenke på ting som må gjøres 12:43 - 12:43				Dårlig samvittighet 08:12 - 08:15	00:00:09	Følelse av at det er for mye 08:11 - 08:12	00:00:48
Fjerde skiftet: tenke på ting som må gjøres 12:24 - 12:25	00:00:41			Dårlig samvittighet 03:02 - 03:03	00:00:15		



systemet

Hjelp!

avslag

følge opp
bekymringer

sørge for...

klage

statsforvalteren

huske å...

møter

doku-
mentasjon

revurdering

sende
e-post

NAV

funksjons-
beskrivelse

vedlegg ringe

kommunen

lege-
erklæring

skrive
søknad

finne
ut av...

5 av 10 foreldre er bekymret eller svært bekymret for at barnet ikke får nok hjelp fra det offentlige.



Nesten 7 av 10 er misfornøyd eller svært misfornøyd med hjelp og veiledning til å skaffe tjenester.



7 av 10 er misfornøyd eller svært misfornøyd med koordineringen mellom tjenestene.

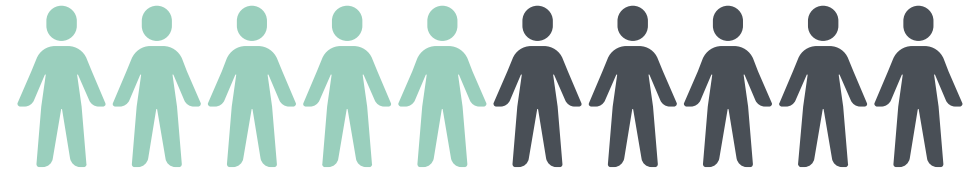


“

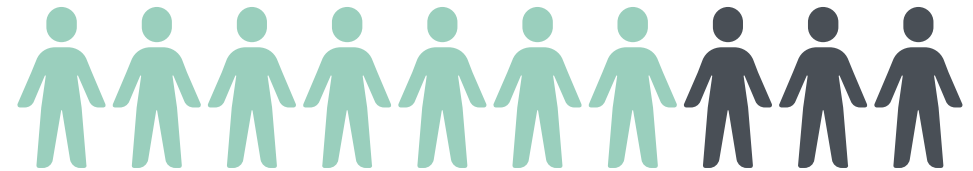
Foreldre til barn med funksjonsnedsettelse får lavere livskvalitet og dårligere helse

Helsedirektoratet /Livshendelsen Alvorlig sykt barn

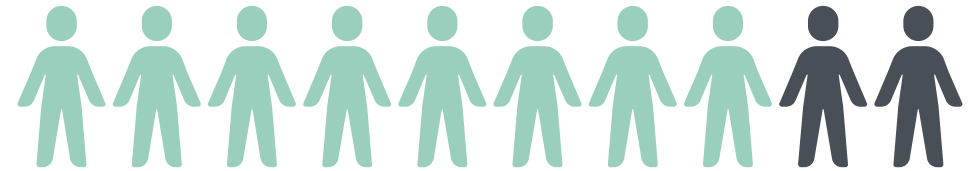
Halvparten er stresset nesten hver dag.



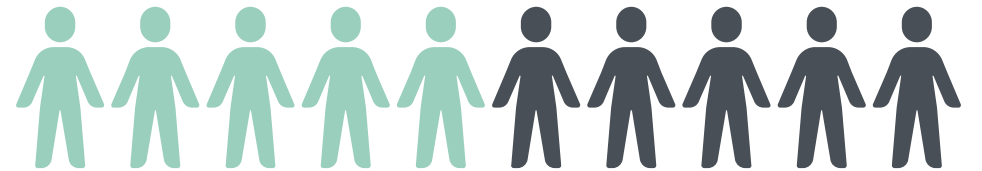
7 av 10 er lite fornøyd med sin psykiske helse.



8 av 10 er lite fornøyd med sin fysiske helse.



4 av 10 har oppsøkt eller tatt imot helsehjelp for belastninger de mener henger sammen med pårønderollen.



8 av 10 har gjort tilpasninger i arbeidslivet på grunn av barnets funksjonsnedsettelse.



9 av 10 er lite fornøyd med fritiden de har til rådighet.



6 av 10 har lav tilfredshet med livet.



Likestilling i det fjerde skiftet

- Kvinnelige pårørende rapporterer om dårligere helse enn menn som er pårørende.
- Kvinnelige pårørende opplever mer stress enn mannlige pårørende
- Flere kvinnelige pårørende enn mannlige pårørende opplever at jobb eller studier påvirkes av pårønderollen
- Livshendelsen Alvorlig sykt barn: 94 prosent av respondentene var kvinner
- Pårønderollen påvirker fedrene også!



Å lette arbeidet for foreldrene

- Gode nok tjenester til barnet.
- Gode nok avlastningstilbud for foreldrene.
- Digitale løsninger som letter dokumentasjonskravene
- Fungerende samarbeid og koordinering mellom tjenestene

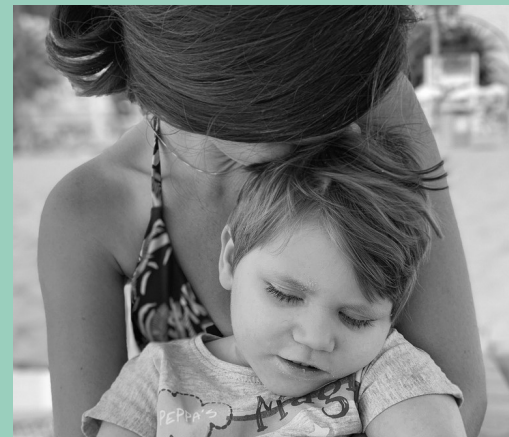
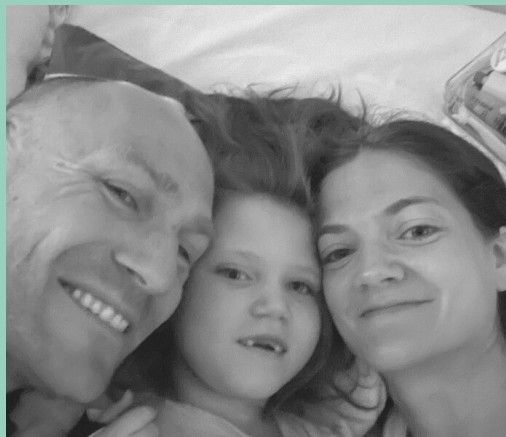




Ikke dette...



Men dette




Takk for meg!

Kontaktinfo:

helle@agendamagasin.no

www.agendamagasin.no

 [@lifeaftermeningitis](https://www.instagram.com/lifeaftermeningitis)

