

Vil dere være med i FamilieTIPS?

Dere kan få en henvisning fra behandler eller ta direkte kontakt med Familiepoliklinikken.

Åse Sviland 91 35 67 06

Anvor Lothe 95 49 40 52

Pasienten og familien blir invitert til et informasjonsmøte og vil eventuelt få tilbud om å bli med i en familieguppe.

Les mer på www.tips-info.com/familietips

Kunnskap og innsikt i sykdom og behandling gjør det enklere å leve med en psykisk lidelse for både pasienten og familien.

FamilieTIPS er et tilbud ved Familiepoliklinikken.

Resultatet blir best når familien deltar i behandlingen



FamilieTIPS

Et frivillig behandlingstilbud ved alvorlige psykiske lidelser

Til beste for alle

Pårørende føler seg ofte alene og tilsidesatt når et nært familiemedlem får en alvorlig psykisk lidelse. Omstendighetene omkring innleggelse og behandling kan virke kaotiske. Både det følelsesmessige og rent praktiske i situasjonen oppleves som sterkt belastende. Følelse av skyld, skam og hjelpeløshet er begreper mange forbinder med møtet med psykiske lidelser og behandlingsapparat. Noen familier opplever presset og stresset over tid som ødeleggende. FamilieTIPS er et tilbud som skal motvirke dette, gjøre pasient og pårørende rustet til å mestre problemer og øke livskvaliteten ved å gjøre det enklere å leve med en psykisk lidelse.

Lære sammen, lære av hverandre

Metoden vi arbeider etter kalles gjerne kunnskapsbasert familiearbeid. Innholdet er å undervise om lidelsen - hva den er, hvordan den påvirker pasienten og hva en kan gjøre for å forhindre eventuelle tilbakefall. På den måten forstår familien hva som skjer og blir en viktig støttespiller i behandlingen. En lærer også hvordan en skal få utbytte av de behandlingstilbudene som finnes. Dette er viktig både når familien bor sammen og når pasienten har egen bolig.

Kunnskap og praktiske løsninger

Gjennom forskning har en funnet ut at resultatene blir best i såkalte flerfamiliegrupper. Fem familier møtes, utveksler erfaringer, og hjelper hverandre til å finne gode løsninger på dagliglivets utfordringer som henger sammen med sykdommen. Det er på sin plass å understreke at dette ikke består i "å vrenge sjelen", men er basert på kunnskap og praktiske løsninger på problemer.

Disse gruppene møtes hver 14. dag i ett til to år, noen ganger velger familiene å holde kontakt etterpå. Man ser at det en lærer kan brukes og at en har noe å tilføre andre. Mange ser på dette nettverket, og muligheten for å høste av andres erfaring, som noe av det beste med FamilieTIPS.



FamilieTIPS strekker seg over ett til to år og består av tre trinn:

- 1 Samtaler mellom familiegruppeledere, pasient og pårørende**
- 2 Undervisningsseminar for pasient og pårørende**
- 3 Gruppemøter annen hver uke**

Målgruppe

Tilbudet er hovedsakelig rettet mot familier eller par der ett av medlemmene har psykoseproblematikk, bipolare lidelser eller rus/psykose

Forskningsresultater

Forskning viser at kombinasjonen av tradisjonelle behandlingsmetoder, som medisin og samtaler, og flerfamiliearbeid har mer enn halvert tilbakefallsprosenten. Flerfamiliegruppene ledes av helsearbeidere med en spesialutdannelse. Virksomheten til FamilieTIPS baserer seg på en strukturert og manualisert modell utviklet av den amerikanske professoren William McFarlane.

