

27.10.2025

Innblikk i Makten

Systemkunnskap for pårørende

Saka Maljicaj
PÅRØRENDEUNIONEN

Org.nr 934573137

Adresse: Postboks 625 Frivoll, 4893 Grimstad
E-post: post@punionen.no

Telefon: 21053500

 Forord

Pårørenderollen er en av samfunnets mest krevende og minst forståtte posisjoner. Mange tror det er den syke eller funksjonshemmedes tilstand som gjør det så tungt – men det er ikke hele sannheten. Det er møtet med systemet som gjør deg sliten. Når du må kjempe for hjelp, for innsikt, for å bli trodd.

Denne veilederen gir deg innsikt i hvordan systemet fungerer – ikke for å “forstå dem”, men for å kunne stå stødig i møte med dem. Dette er din kunnskap – og din motmakt.

 Hvorfor forstå systemet?

Systemet forstår ikke følelser, og responderer ikke på fortellinger. Det responderer på skjemaer, prosedyrer, journaler og vedtak. Derfor hjelper det ikke å forklare hvor vondt det er å være pårørende. Du må forstå hvordan systemet tenker og virker – for å vite hva som faktisk virker tilbake. «Empatiske fortellinger bekrefter smerte – men endrer ikke system.»

 Hvem har makt?

- Saksbehandlere har **beslutningsmakt**
- Personal har **situasjonsmakt**
- Ledere har **strukturmakt**
- Du har kanskje **relasjonsmakt** – men bare hvis du kjenner terrenget

 Journalen definerer virkeligheten

Det som skrives, blir sannhet – for kommunen, for Statsforvalteren, for retten. Det er derfor dokumentasjon og språk er så farlig – og så viktig. Alt som mangler i journalen eksisterer ikke. Alt som skrives feil, *blir sannhet* om det ikke korrigeres.

 Fra informasjon til taushet

Tidligere kunne du spørre kommunen og få svar. I dag forventes det at du:

- Leser lover og rundskriv selv
- Forstår forvaltningsspråk
- Vet hvilke paragrafer som gjelder
- Beviser dine egne rettigheter

Dette er ikke tilfeldig – det er en **strategi** for å gjøre deg usynlig.

■ Verktøy for deg

- Still skriftlige spørsmål – ikke bare muntlig
- Be om journalnotater etter møter
- Skriv din egen versjon av referater
- Bruk systemets språk: §38, samtykkekompetanse, rettssikkerhet
- Ikke be – **still krav med hjemmel**

■ Avslutning

Dette er ikke for å gjøre deg kald, men for å gjøre deg **klar**.

Du trenger ikke bli følelsesløs – men du må bli faktasterk.

Ingen beskytter deg i møte med systemet.

Men du kan lære hvordan systemet fungerer – og bruke det til å beskytte deg selv og den du står nær.

■ 2. Husk alltid dette:

Du er ikke krevende – du er en trussel mot makt

Du har hørt det:

“Du er krevende.”

“Du er sint.”

“Du må roe deg.”

Men her er sannheten:

Du er ikke krevende. Du er uønsket – fordi du ser.

Du er ikke emosjonell. Du er våken.

Du er ikke vanskelig. Du er farlig – for systemet.

Du minner dem på hva de burde vært.

Du minner dem på hvem de er der for.

Du minner dem på at dokumentasjon er ikke alltid sannhet.

De tåler pasienter som skriker.

De tåler beboere som gråter.

Men de tåler ikke pårørende som skriver.

Når du begynner å dokumentere – da begynner systemet å svette.

Når du bruker egne skjemaer – da mister de kontroll over narrativet.

Når du sier “denne samtalen refereres” – da må de være redelige.

Du trenger ikke rope. Du trenger ikke gråte.
Du skal skrive.

Du er ikke et offer. Du er en aktør.

■ Skriv leserinnlegg – prøv å påvirke offentlig

Når systemet krever stillhet – pårørende som trussel, ikke ressurs

📌 Innledning

Det sies ofte at pårønderollen er krevende.
Men spør man nærmere, vil mange pårørende svare:
“Det er ikke sykdommen som gjør det vanskelig – det er systemet.”

Det er kampene, tausheten, mistenkeliggjøringen, utestengelsen og maktbalansen som tærer.
Ikke pleiebehovet.

📌 Fra empati til maktstruktur

Systemet svarer ikke på følelser.
Det svarer på skjemaer. På journaler. På prosedyrer og dokumentasjon.

Mange pårørende ønsker å bli møtt med forståelse.
Men erfaring viser at systemet lytter mer til §38 enn til deg.

Derfor trenger pårørende ikke bare støtte – de trenger **systemkunnskap**.

📌 Desinformasjon som strategi

Tidligere hadde kommunen veiledningsplikt.

I dag forventes det at du:

- Leser lover og rundskriv selv
- Skiller mellom rettsgrunnlag og praksis
- Forstår komplekst forvaltningsspråk
- Bruker riktig begrepsapparat

Denne stilltiende desinformasjonen er ikke tilfeldig – den er en **form for maktutøvelse**.

📌 Når makten snur seg mot deg

Pårørende som stiller spørsmål, blir gjerne kalt “krevende”.

Et begrep som i praksis betyr: **Du utfordrer kontrollen.**

Mange journalføres som “følelsesstyrte”, “grenseoverskridende” eller “distraherende for personalet” – ofte uten saklig grunnlag.

Dette gjør at du defineres **ut** – av beslutninger, møter og innflytelse.

📌 Hva må til?

Vi trenger:

- 📖 Systemopplæring for pårørende
 - 🗣️ Retorisk bevissthet om hvordan språk former makt
 - 📄 Samkjørt dokumentasjon fra flere pårørende
 - 🛡️ Trygge arenaer for erfaringsdeling
 - li>• ⚖️ Juridisk lavterskelveiledning
-

📌 Konklusjon

Du er ikke en trussel fordi du er sint.

Du er en trussel fordi du **vet hva som skjer – og hvordan det skjer.**

Det er ikke deg det er noe galt med.

Det er det du utfordrer.

Forvaltningsloven § 38

Denne handler om **underretning om vedtak**, altså:

«Når et vedtak er truffet, skal partene underrettes snarest mulig.»

Hvis dette er den paragrafen du har støtt på i praksis, så handler den om **plikt til å gi deg beskjed** – skriftlig – når forvaltningen (f.eks. kommunen) har gjort et vedtak i saken.

✖️ Så hvorfor brukte jeg “§ 38” i teksten?

Det var som et **symbolsk eksempel** på hvordan systemet “snakker med paragrafer”, og hvor **lite tilgjengelig det juridiske språket er for mange pårørende**. Det viser hvordan **kunnskap om lovverket** blir et maktmiddel – og hvordan systemet ofte forutsetter at brukere og pårørende **kan lese og forstå slike henvisninger uten veiledning**.

 *Når én pårørende får innsikt, vokser styrken i mange. Bruk denne veilederen som et verktøy – ikke bare for deg, men for alle som trenger at noen tør å si fra. Kunnskap er det vi bygger tillit og rettferdighet på.*