

BRUKERMEDVIRKNING I GRUPPER

- Metoder, tips og råd -



Institutt for psykisk helse
**NAKU – Nasjonalt kompetansemiljø
om utviklingshemming**

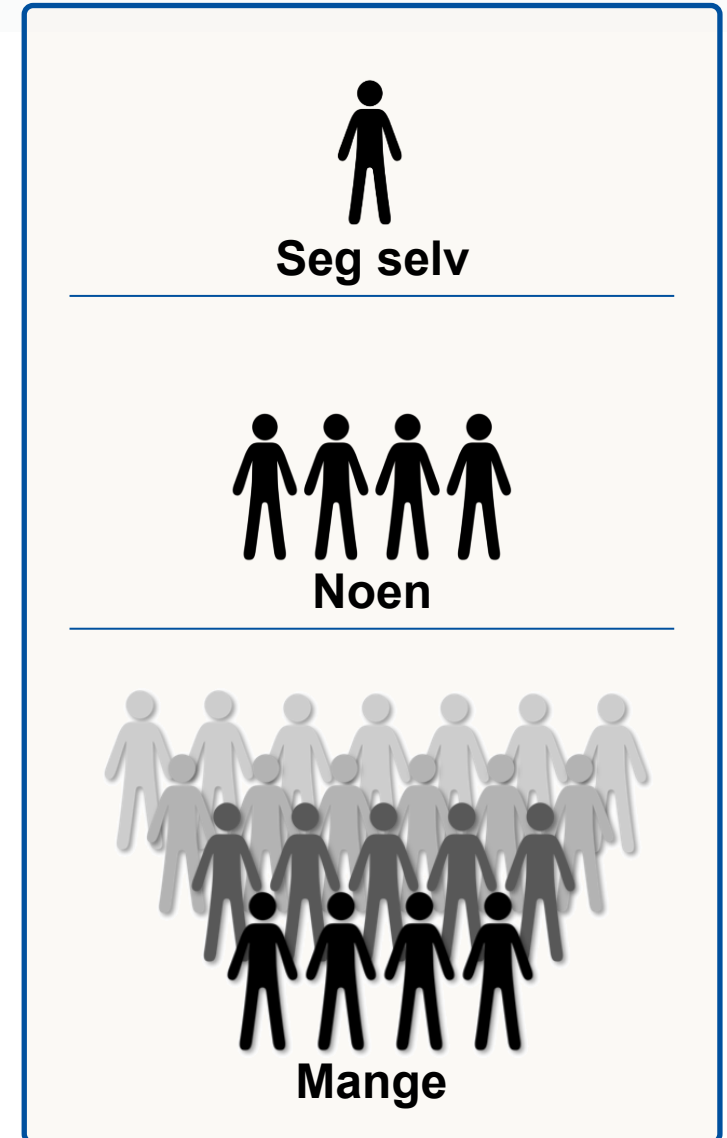
MØTEROM

- Sitt slik at alle ser hverandre.
- Felles storskjerm
- Unngå gjennomgangstrafikk og annen støy.
- Unngå aktivitet utenfor vinduer eller annet som kan forstyrre konsentrasjonen.



REPRESENTASJON

- I et brukerråd skal en snakke for noen.
- Skal en snakke for seg selv, for noen eller mange?
- Om pårørende deltar, hvem er de representanter for?
- Noen som ikke blir representert?
 - Hva med personer med alvorlig eller dyp utviklingshemming?



MØTELEDER

(SEKRETÆR, TOLK, TILRETTELEGGER..?)



- Bør være en fast person som deltakerne kjenner og har tillit til
- Oppgaver:
 - støtte og veilede deltakerne i organisering av møtene.
 - tilrettelegge for at medlemmer får brukt ressursene sine til å fremme sine synspunkter.
 - gi tilpasset informasjon og forklare vanskelige ord og begreper.
 - lytte og gi deltakerne tid og støtte til å finne svarene selv.
 - oppfordre til menings- og kunnskapsutveksling i gruppen.
 - skrive referater med enkel tekst, som deltakerne godkjenner og bestemmer bruken av.



«En god tilrettelegger er et hjelpemiddel som gjør at jeg blir tryggere på meg selv».

https://stiftelsensor.no/images/tidsskriftarkiv/2016/2/Brukerr%C3%9Cd%20_Moseby%20mfl.pdf

EKSEMPLER PÅ RARE ORD

- Typiske faguttrykk
- Gir forståelse for noen - stenger ut andre.
- Ord kan læres.

Tverrfaglighet Premisser Ressurs Innflytelse Utarbeide
Planarbeid Kontinuitet Koordinator Engasjement Gjensidig
Respekt Tjenestemottaker Fagperson Ferdigheter
Kommunikasjon Relasjoner Innflytelse Medvirke Formål
Definisjon Samtykke Kompetanse Faglig Veileder Hjemlet
Lovgrunnlag Sektor Samordning Samhandling Tjenesteyter
Verktøy Implementere Prosess Informasjonsflyt Ivareta
Fagspråk Involvere Faser Modell Evaluering Tiltak Kartlegging
Målformulering Fagterminologi Autonomi Drøfte
Konsekvenser Beslutninger Selvstendig Funksjonsvansker
Kollektive Maktfordeling Kunnskap Metode Anerkjennelse
Utvikle Fleksibel Kombinere Atferd Aspekt ...situasjonen
Rutiner Verdier Prioritere Integrere Innledning Regional
Konferanse Utfordrende Norm Tolkning Sanser Bekrefte
Begreper Innrykk Tvetydig Intellektualisere Element
Selvstendig Kontroll Likeverdig Analyse Dialog Kritisk
Skjønnsmessig Motpoler Diskuter Dimensjon Beslutning
Handlekraftig Forgodtbefinnende Motsetning

Ordene er hentet fra en samling om brukermedvirkning hvor deltakere var både ansatte og brukere.

MANGE MÅTER Å SI DET PÅ

Alternativ 1

E tru de villa vørre
tebborasamt og godt mole
litte abbakle om aill berre
skull graser me di orda som
en sjøl kainn uta å bry se
om kørr ainnafølk fæ me se
tå di.

Alternativ 2

Jeg tror det ville medføre
komplikasjoner og forvanske
det hele om alle briljerer
med den fagterminologi som
en behersker uten å ta
hensyn til hva omgivelsene
registrerer.



Alternativ 3

Jeg tror det blir vanskelig
når en bruker ord som andre
ikke forstår.

Alternativ 4

Snakk enkelt.

LETTLEST

- Rydd bort rare ord (be om hjelp).
- Bruk korte setninger.
- Er noe vanskelig, må det kunne forklares.
- Tydelig skrifttype (For eksempel Arial).
- Bruk bilder, farger etc.
- Tilpass informasjon til den enkelte.

Enkel

Brukerrådet har bestemt:

Vi kjøper ny TV.

Alle betaler like mye.



Vanskelig

Vedtak:

Brukerrådet har besluttet at vi går til innkjøp av ny felles TV som alle kan benytte. Det var enighet i forhold til at alle beboerne spleiser på dette.

HELSE
 NORGE



Gode helse- og omsorgs-tjenester

Lettlest hefte

Innholdet er levert av Helsedirektoratet

HELSE NORGE

https://www.helsenorge.no/492940/globalassets/dokumenter/letlest_utviklingshemming2.pdf

Kapittel 1. Å bestemme i eget liv

Bli hørt

.....

Når vi har hus-råd
 kan jeg si hva jeg mener
 og være med å bestemme
 sammen med andre.

Hvis jeg sitter i et bruker-råd
 kan jeg være med å gi råd til kommunen
 og fortelle hva
 jeg mener om saker.

Kommunen skal høre på hva brukerne sier.

Hvis jeg sitter i et bruker-råd
 skal jeg tenke på andre som får tjenester,
 og ikke bare på meg selv.

Utdrag



METODER FOR Å SKAPE ENGASJEMENT

- Deltakerplakat
- Samarbeids-kontrakt
- Bilder
- Gruppe-sammensetning
- Lapp i Hatt
- Påstander
- Rollebytte
- Rollespill
- Video-snutter
- Rekk opp hånden
- Barometer
- Smilefjes



«Noen synes det var vanskelig å snakke høyt i gruppe, andre at det var vanskelig å være uenig med sidemannen og komme med sine egne meninger. Enkelte var mer engasjert enn andre, og ville gjerne påvirke andres meninger».
(Melhus Arbeidssenter)

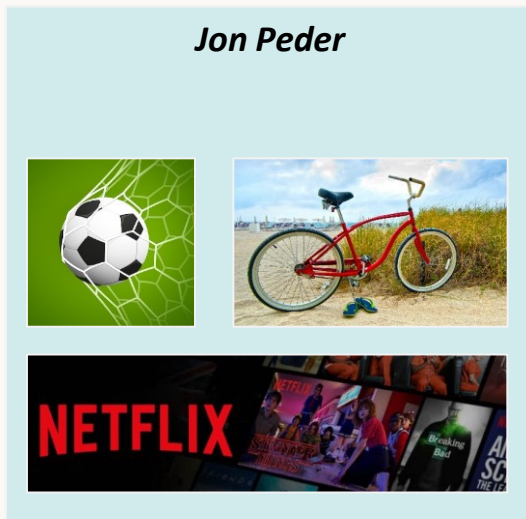
«Mange av brukerne hadde et negativt forhold til møter, lav selvfølelse knyttet til å stå for egne meninger og liten valgkompetanse»
(Skedsmo kommune)

METODER - SIDE 1:6

Deltakerplakat

Lages av den enkelte selv (evt. med hjelp), og er en presentasjon av hvem en er.

Eksempel:



Samarbeidskontrakt

- lages i felleskap -

Hva er viktig å tenke på når vi skal samarbeide?

Eksempel:

Ikke mobb
Rekk opp hånda
Ikke vær redd for å snakke
Skru av mobilen
Godta at vi er forskjellige
Ikke avbryt



METODER - SIDE 2:6

Bilder

Det legges fram ulike bilder som deltakerne kan velge selv, om som de kan snakke ut fra.

Eksempel:



Kilde: May Østby og Marit Haugenes (red.). (2019). *Inkluderende forskning sammen med personer med utviklingshemming - en metodebok*. Universitetsforlaget.

Gruppesammensetning

Ulike gruppesammensetninger kan påvirke samarbeidet i en gruppe - både positivt og negativt.

Eksempel:



- *Dele inn i små grupper.*
- *Sette sammen de med samme alder, kjønn, interesser eller annet.*
- *Veksle mellom store og små grupper.*

METODER - SIDE 3:6

Rekk opp hånden

Be folk rekke opp hånden med utgangspunkt i noen kriterier. Kan bidra til å vise hvor like vi er, men også hvor forskjellige.

Eksempel:



- **«Rekk opp hånden den som sitter»**
- **Rekk opp hånden den som har på genser»**
- **Rekk opp hånden den som bruker briller»**

Alternativ kan være være å reise seg opp, klappe hender eller annet.

Påstander

En kommer med påstander som en kan snakke rundt. Startes gjerne med ufarlige først, for gradvis å nærme seg temaet.

Eksempel:



- **«Regnvær er det beste jeg vet».**
- **«Du får alltid den hjelpen du vil ha».**
- **«Personalet bryter avtaler vi har».**

Deltakerne kan svare med tommel opp, en tommel ned eller en bob-bob-bevegelse.



METODER - SIDE 4:6

Rollebytte

En lager et lite skuespill der en bytter roller. Så kan en snakke om dette sammen etterpå. Det kan også være nyttig for andre å observere dette.

Eksempel:



- ***Ansatt og bruker kan bytte roller.***
- ***Brukere kan bytte roller.***

Rollespill

En lager seg en fiktiv situasjon hvor en kan late som en er en annen person, eller at en er i en bestemt situasjon.

Eksempel:



- ***Se for seg å ta buss, og må spørre om bussen stopper der jeg bor.***
- ***Se for seg en situasjon der en ikke skjønner hva som blir sagt, og en må be om forklaring.***

METODER - SIDE 5:6

Videosnutt

Se en liten videosnutt sammen som handler om et bestemt tema. Og så kan en snakke sammen med utgangspunkt i dette.

Eksempel:

TV BRA



BRAVALG21
TV BRA undersøker: Hva er valg?

Tangerudbakken



Lapp i hatt

Alle legger lapper med positive og negative ting om et bestemt tema. Så trekkes en og av disse, som gruppa snakker om.

Eksempel:



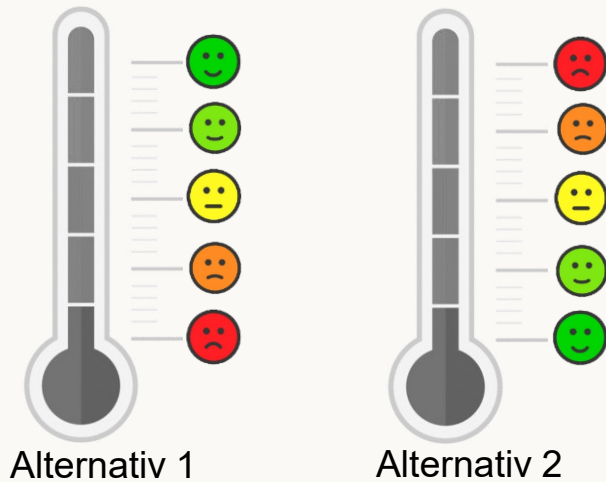
Kilde: May Østby og Marit Haugenes (red.). (2019). *Inkluderende forskning sammen med personer med utviklingshemming - en metodebok*. Universitetsforlaget.

METODER - SIDE 6:6

Barometer (termometer)

En kan peke for å uttrykke sin mening. Avklar om det er godt humør som øker, eller om det er dårlig humør.

Eksempel:



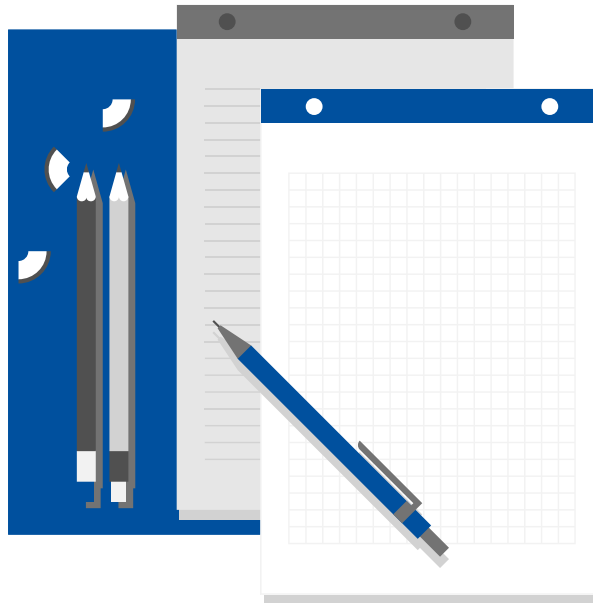
Kilde: May Østby og Marit Haugenes (red.). (2019). *Inkluderende forskning sammen med personer med utviklingshemming - en metodebok*. Universitetsforlaget.

Smilefjes

En kan peke på et smilefjes for å uttrykke sin mening. Vil være forskjell på hvor mange nyanser en kan forvente at den enkelte kan forholde seg til.

Eksempel:





Takk for meg!

Sjekk Kunnskapsbanken på naku.no

Følg NAKU på Facebook.

Epost: eivind.bjerksetmyr@ntnu.no