

Handledarmaterial – Studiecirkel

Bräcke
diakoni



*När jag inte längre är med
– förberedelser och funderingar
inför framtiden*

Studiecirkeln När jag inte längre är med – förberedelser och funderingar inför framtiden har tagits fram av projekt Delaktighet och stöd, ett Arvsfondsprojekt inom Bräcke diakoni 2013–2016.

Samarbetspartners: Föreningen Rörelsehindrade barn och ungdomar – Göteborg med omnejd, Anhörigas Riksförbund och Studieförbundet Vuxenskolan – Göteborg.



RBU

Rörelsehindrade Barn och Ungdomar
Göteborg med omnejd



Innehållsförteckning

<i>Allmän information om handledarmaterialet</i>	<i>sid 4</i>
<i>1. Introduktion</i>	<i>sid 5</i>
<i>2. Levnadsberättelsen</i>	<i>sid 6</i>
<i>3. God man/förvaltare</i>	<i>sid 6</i>
<i>4. Familjejuridik – arv och testamente</i>	<i>sid 7</i>
<i>5. Stöd från samhället</i>	<i>sid 7</i>
<i>6. Att vara förälder och anhörig – del 1</i>	<i>sid 8</i>
<i>7. Att vara förälder och anhörig – del2</i>	<i>sid 8</i>
<i>8. Öppet tema</i>	<i>sid 9</i>
<i>9. Avslut</i>	<i>sid 9</i>

Allmän information

I det här handledarmaterialet får du som ledare tips och idéer när du förbereder och genomför studiecirkeln.Handledningen utgår från studiecirkelmaterialet och ska läsas parallellt.

Målgruppen för studiecirkeln är föräldrar som har vuxna döttrar och söner med funktionsnedsättning. Om man har ett stort omsorgsansvar och funderar över hur det ska bli när man själv inte längre är med kan man tycka att den här studiecirkeln är värdefull att delta i. Gruppen kan delas in utifrån de olika funktionsnedsättningar sönerna och döttrarna har, men det kan också vara en fördel att blanda olika diagnoser, sjukdomar eller svårigheter. Det är föräldraskapet som står i fokus och är det gemensamma för deltagarna.

Studiecirkeln kan genomföras inom ramen för kommunens anhörigstöd, som en studiecirkel eller av en förening. Som ledare bör du ha kännedom om hur situationen för föräldrarna i målgruppen ser ut. Du bör vidare vara van vid att träffa människor i grupp-sammanhang och känna dig trygg i att leda samtal. Det är en stor fördel att vara två ledare: för att fånga upp allt som sägs i gruppen, möta en deltagare som kommer sent, ordna något praktiskt eller vara ett extra stöd för den som behöver det. För ledarnas skull är det också en vinst att sinsemellan efteråt kunna utvärdera och prata igenom vad som sades för att bättre kunna möta deltagarnas behov.

Studiecirkelmaterialet består av faktatexter, förslag på frågor att samtala kring, reportage, tips på litteratur och hur man får reda på ytterligare information. Komplettera gärna materialet med faktablad från myndigheter etc i kommunen/länet för att få en lokal prägel.

Till flera teman rekommenderas att en person med särskild kunskap bjuds in för att deltagarna ska få expertkunskap. Var ute i god tid med bokningen av gäster. Ordningen på avsnitten i materialet kan gärna ändras för att passa de som ska komma.

Om det visar sig att ett tema inte känns relevant för gruppen, hoppa över det och gå direkt till nästa.

I början av varje träff kan man ta upp reflektioner från förra gången. Vid slutet kan det vara bra att göra en liten sammanfattning om vad som kommit fram. Man kan också informera om temat som kommer att tas upp vid nästa träff och be deltagarna läsa igenom materialet och fundera på frågor de vill prata om.

Kom ihåg betydelsen av fikapausen!

1. Introduktion

Vid första tillfället läggs grunden för stämningen och upplevelsen av hela studiecirkeln. Som ledare har du ett stort ansvar och anger "tonen" för hur atmosfären i gruppen kommer att bli. Var förberedd med det praktiska; pennor, papper, namnskyltar och fika. Studiecirkelmaterialet ska skrivas ut och deltagarna kan gärna få det i en pärm. Förberedelsen handlar lika mycket om att ha ett öppet, välkomnande och bekräftande bemötande emot dem som har anmält sig till studiecirkeln.

Utgå från förordet och introduktionstexten i studiecirkelmaterialet och berätta om syftet med studiecirkeln.

Gå igenom ramarna för studiecirkeln:

- Datum och tider.
- Fika
- Förmedla att deltagarna själva väljer hur mycket de vill berätta om sitt eget liv och att det också är tillåtet att bara lyssna.
- Tystnadsplikt - redogör för din tystnadsplikt eller motsvarande.
- Tystnadslöfte - deltagarna föreslås ge varandra tystnadslöfte; att det som tas upp i gruppen "stannar i rummet" och behandlas varsamt.
- Att meddela frånvaro om man får förhinder.
- Övrigt

Presentation av deltagarna:

Var och en får berätta vad de heter, hur det kommer sig att de har valt att anmäla sig och något om sin vuxna son/dotter. Man kan också använda en presentationsövning, t ex att man lägger ut bilder/vykort på ett bord. Deltagarna får välja en bild och därefter berätta vad bilden säger om dem.

Gå övergripande igenom studiecirkelmaterialet. Förklara vad de olika tillfällena ska handla om.

Ägna särskild tid åt innehållet under 1. Introduktion. Där finns ett reportage om en kvinna som har deltagit i studiecirkeln. Läs och samtala utifrån de föreslagna frågorna.

2. Levnadsberättelsen

Vid det här tillfället ska deltagarna få en uppfattning om vad levnadsberättelsen är; syftet, hur och när de ska arbeta med den. Det är viktigt att du som ledare har bekantat dig med levnadsberättelsen så att du känner dig bekväm och säker på materialet.

Förklara varför levnadsberättelsen finns med i studiecirkeln. Ägna en stund åt att prata om att deltagarna innan skrivandet påbörjas, ska komma fram till vem den tänkta mottagaren är. Det kan vara en eller flera personer. Det är viktigt att veta till vem man skriver då man anpassar skrivandet till den personen.

Informera om att skrivandet av levnadsberättelsen ska ske hemma. Vid varje tillfälle kan man ägna en stund åt att prata om hur det går med skrivandet; vad som känns lätt, svårt och till vem man har valt att skriva.

Läs frågorna i levnadsberättelsen och låt deltagarna kommentera och lämna reflektioner. Stanna gärna vid rubriken Personlighet och låt deltagarna börja skriva vid någon fråga.

Om båda föräldrarna till en dotter/son är med i cirkeln kan de gärna skriva varsin skildring.

För den som hellre vill skriva på dator, informera om var materialet kan hämtas:

www.brackediakoni.se

www.anhorigasriksforbund.se

www.anhoriga.se

Till sist:

För en del kan det vara svårt att skriva ned sitt barns historia. Den kan rymma många upplevelser som kan vara kämpigt att gå igenom. En del är heller inte vana vid att formulera sig i skrift. Försök att sänka prestationskraven. Om någon behöver extra stöd, erbjud ev att träffas tidigare vid något tillfälle för att hjälpa personen att komma igång.

Vid något av de avslutande tillfällena i studiecirkeln kan den som önskar läsa upp något stycke ur levnadsberättelsen.

Att skriva levnadsberättelsen är ett erbjudande till deltagarna. Om man inte vill skriva, ska man ändå kunna delta i studiecirkeln.

3. God man/förvaltare

Vid det här tillfället är temat god man/förvaltare. I studiecirkelmaterialet finns en text med fakta om ämnet som deltagarna kan ha läst igenom i förväg. Det finns också en artikel som handlar om hur anhöriga ifrågasätts som god man. Här finns även en intervju från Riksförbundet frivilliga samhällsarbetare om att vara god man och förvaltare. Det ges tips på litteratur som deltagarna kan läsa på egen hand samt förslag på frågor att diskutera kring.

För att deltagarna ska få möjlighet att ställa personliga frågor och få fördjupad information passar det utmärkt att bjuda in en representant från överförmyndarförvaltningen i kommunen.

4. Familjejuridik – arv och testamente

Det här ämnet finns med i studiecirkelmaterialet då det har visat sig att många föräldrar funderar på hur det blir med ens tillgångar när man avlider.

Här finns fakta om hur man skriver ett testamente. Reportaget "Livsviktigt" ger tips på hur man kan tänka vid avgörande händelser i livet. Läs och diskutera utifrån de föreslagna frågorna.

Liksom vid förra tillfället är det en stor vinst att bjuda in en expert. Kommunen kanske kan tillhandahålla en jurist, annars är ett förslag att kontakta en begravningsbyrå. Där finns jurister som är specialister på familjerätt och då särskilt arv och testamente. Ett tänkbart upplägg är att gästen först berättar allmänt om arvsrätt och att deltagarna därefter får ställa sina frågor.

Kanske är inte temat relevant för alla; välj då istället en annan juridisk inriktning den här gången. Man kan t ex bjuda in kommunens konsumentrådgivning.

5. Stöd från samhället

Personer med funktionsnedsättning har ofta insatser från välfärdssystemet för att deras vardag ska fungera. För att man som förälder ska känna sig trygg inför sitt eget åldrande kan det vara en hjälp att få en överblick över vilket stöd som erbjuds.

Det här tillfället är tänkt som en möjlighet för deltagarna att få veta mer om stöd som känns extra angeläget. Utifrån de önskemål som finns i gruppen bjuds en eller flera gäster in.

Att få information om Lagen om stöd och service för vissa funktionshindrade LSS och SoL kan för många vara angeläget. Försäkringskassan och Arbetsförmedlingen kan också bjudas in. Det finns också många brukarorganisationer som ger samhällsinformation. Ett annat förslag är att träffa en representant från den politiska styrningen i kommunen. Föräldrarna får då en möjlighet att berätta om sin vardag och förmedla förslag på förändringar.

Hänvisningar till Socialtjänstlagen och LSS finns i materialet om någon deltagare är intresserad av att läsa mer. Där finns också tips om en publikation från Socialstyrelsen som handlar om hur tillämpningen av de lagar och regler som gäller socialnämndens handläggning av ärenden ska gå till. Handboken kompletterar Socialstyrelsens föreskrifter och allmänna råd.

Samtala gärna utifrån de föreslagna frågorna.

6. Att vara förälder och anhörig, del 1

Vid det här och nästa tillfälle är tanken att samtalen ska handla om att vara förälder och anhörig. Avsnitt sex handlar om vad omsorgsansvaret innebär och vilka konsekvenser det får.

I studiecirkelmaterialet finns tre reportage. Två av dem skildrar föräldrar som har ett stort omsorgsansvar. Den tredje handlar om vilka konsekvenser anhörigskapet kan få. Utgå gärna från dem och samtala sedan utifrån frågorna.

Här finns också hänvisningar till Riksrevisionens rapport Stödet till anhöriga omsorgsgivare samt en fördjupad studie från Socialstyrelsen Anhöriga som ger omsorg till närstående. Här kan du som ledare få kunskap och bakgrundsinformation hur anhörigomsorgen i Sverige ser ut idag. Valda avsnitt från texterna kan också användas i gruppen som utgångspunkt för samtal.

Ett annat sätt att inspirera till samtal är titta på filmen Den osynliga handen där två föräldrar berättar om sitt utökade föräldraskap till sina vuxna söner med funktionsnedsättning. Filmen finns på:
www.brackediakoni.se

7. Att vara förälder och anhörig, del 2

Vid det här tillfället uppmärksammas vilket stöd man själv behöver som anhörig, hur man blir bemött av personal som finns runt ens barn och hur man kommunicerar sina önskemål och behov.

Här finns fakta om anhöriga och vilket stöd man kan få. Gå gärna tillbaka till föregående avsnitt för att hämta mer kunskap.

Fallbeskrivningen från boken "Samverkan – anhöriga och personal i LSS-verksamhet" kan användas i samtalet om kommunikation om deltagarna i gruppen kan identifiera sig med den situation som målas upp. (Den här fallbeskrivningen finns även inspelad som film och kan beställas från förlaget Komlitt.) Som ledare kan man annars leta efter andra exempel som passar bättre.

Det är lämpligt att bjuda in kommunens anhörigkonsulent för att deltagarna ska få information om vilket anhörigstöd som erbjuds i kommunen. Finns det en anhörigförening på orten kan de komma vid samma tillfälle.

8. Öppet tema

Det här är näst sista tillfället och det finns möjligt att återkomma till ett ämne som tagits upp tidigare. Kanske finns det någon särskild fråga som är kvar att söka svar på eller ett tema som behöver diskuteras mer.

Gruppen kan också välja att bjuda in ytterligare en gäst.

Ett annat förslag är att ägna hela det här tillfället åt levnadsberättelsen. I studiecirkelmaterialet finns frågor att utgå från vid samtalet. Kanske någon deltagare vill läsa upp något avsnitt eller visa fotografier man har satt in.

9. Avslut

Det avslutande tillfället blir en tillbakablick på cirkeln i sin helhet. Man kan välja att göra en sammanfattning över de teman som har berörts och fundera på dem. I studiecirkelmaterialet finns förslag på frågor att samtala kring den här sista gången.

Om ledaren uppfattar att deltagarna har ett intresse att fortsätta ha kontakt, erbjud att samla in och förmedla deltagarnas kontaktuppgifter.

Kanske vill gruppen också fortsätta att träffas? Det finns olika möjligheter:

- Bli medlem i eller starta en anhängigförening. Kontakta Anhängigas Riksförbund.
- Kontakta kommunens anhängigstöd för att undersöka om de kan erbjuda en mötesplats.
- Bli en "kamratcirkel" inom ramen för Studieförbundet Vuxenskolan.

Om ledarna önskar en utvärdering görs den också vid det här tillfället. Det kan vara bra att få reda på hur deltagarna har uppfattat innehåll och upplägg.

På nästa sida finns förslag på utvärderingsblankett.

Utvärdering

Du har deltagit i studiecirkeln När jag inte längre är med – förberedelser och funderingar inför framtiden. Vi vore tacksamma att ta del av dina synpunkter om studiecirkeln.

1 Kvinna

Man

2. Ålder _____

3. Hur kommer det sig att du anmälde dig till studiecirkeln?

4. Studiecirkeln har innehållit både fakta/information och samtal/reflektion. Hur har balansen mellan dessa varit? Ringa in!

Fakta/information

För mycket

Tillräckligt

Hade velat ha mer

Det här saknade jag: (Fakta/information)

Det här uppskattade jag mest: (Fakta/information)

Samtal/reflektion

För mycket

Tillräckligt

Hade velat ha mer

Det här saknade jag: (Samtal/reflektion)

Det här uppskattade jag mest: (Samtal/reflektion)

5. Vad tycker du om att "Levnadsberättelsen" ingår i studiecirkeln?

6. Vad tycker du om studiematerialet? Ringa in!

Mycket användbart

Lite användbart

Inte relevant för mig

Vet inte

7. Har studiecirkeln i någon mån bidragit till att du känner dig mer förberedd och trygg inför framtiden?
Ringa in!

I hög utsträckning

I någon utsträckning

I mycket liten utsträckning

Inte alls

Kommentarer:

Tack för dina synpunkter!

