**Innholdsfortegnelse**

[1 Innledning 2](#_Toc309377632)

[1.0 Bakgrunn og tema 2](#_Toc309377633)

[1.1 Problemstilling, definisjoner, avgrensing og bruk av begreper 2](#_Toc309377634)

[1.2 Metode 3](#_Toc309377635)

[2 Teori 3](#_Toc309377636)

[2.0 Sosialpolitiske føringer 3](#_Toc309377637)

[2.1 Metoden FmB 4](#_Toc309377638)

[2.2 Tillit, mestring og selvoppfatning – nøkkelbegreper i inkluderingsprosessen 5](#_Toc309377639)

[2.3 Empowerment som inspirasjonskilde 6](#_Toc309377640)

[2.4 Trange kår for empowerment i sosialtjenesten? 7](#_Toc309377641)

[3 Drøfting 8](#_Toc309377642)

[3.0 FmB – en metode med muligheter og empowerment i praksis 8](#_Toc309377643)

[3.1 Utfordringer med empowerment i praksis 11](#_Toc309377644)

[4 Avslutning 12](#_Toc309377645)

[5 Litteraturliste 12](#_Toc309377646)

# 1 Innledning

## 1.0 Bakgrunn og tema

Jeg jobber som konsulent for støttekontakt, og rekrutterer og følger opp støttekontakter til de over 18 år. I min bydel jobber vi hovedsakelig etter støttekontaktordningen som innebærer 1:1 kontakt. For flere år siden fikk jeg kjennskap til metoden Fritid med Bistand, forkortet til FmB, og jeg tenkte at dette må være en god måte å jobbe på. Gjennom videreutdanningen har fascinasjonen for metoden og teorien bak bare økt. FmB handler om å legge til rette for at brukere som ønsker det, kan bli inkludert i en fritidsorganisasjon de selv har valgt. Siden den ble lansert på slutten av 1990 tallet, har metoden bredt om seg til mange kommuner og blitt anerkjent. Helsedirektoratet løfter frem FmB som en mulig måte å tilrettelegge fritid på ved siden av individuell støttekontakt og gruppeaktiviteter (Sosial- og helsedirektoratet, 2007). Også i den nye helse og omsorgstjenesteloven som kommer til å gjelde fra 01.01.2012, er FmB nevnt spesifikt som en måte å iverksette støttekontaktvedtak på (Ot.prp. 91, 2010 – 2011).

Hva oppnås gjennom støttekontakttjenesten? Er den målrettet, og bidrar den til hjelp til selvhjelp? Dette tenker jeg er interessante spørsmål å stille. I jobben min får jeg stadig tilbakemeldinger på hva bruker og støttekontakt gjør sammen. Jeg får inntrykk av at det er mye kvalitet i samværene, og at det er mange viktige og betydningsfulle relasjoner. Erfaringen viser imidlertid også at svært få støttekontaktvedtak utfases, og at brukerne sjelden kommer ut av den stilling at de er avhengige av en støttekontakt. Det kan derfor synes som at hjelp til selvhjelp sjelden er den effekten en får ut av de individuelle støttekontaktvedtakene. På bakgrunn av dette kan det være nærliggende å se seg om etter andre verktøy som kan bidra til økt selvhjelp i støttekontakttjenesten. Jeg tror at FmB er et godt alternativ. Metoden har hentet inspirasjon fra empowerment, og representerer en annen måte å jobbe på enn tradisjonelt arbeid innenfor sosialtjenesten. Med empowerment er fokus flyttet fra brukerens problemer og diagnose over til ressurser, mestring og muligheter. Dette nye fokuset har fått både sosialfaglig og politisk anerkjennelse de siste tiårene.

## 1.1 Problemstilling, definisjoner, avgrensing og bruk av begreper

Jeg har valgt følgende problemstilling:

***FmB – en ny vei i støttekontakttjenesten. Muligheter og utfordringer.***

Fritid med bistand er en metode som skal hjelpe mennesker som trenger det til å bli inkludert i en selvvalgt fritidsorganisasjon. Det kan også defineres slik: «FmB er en mulighetsmodell der den enkelte gjennom veiledning og opplæring i en prosess gis hjelp til å inkludere seg selv» (Midtsundstad og Øyen, 2006)

Jeg vil i denne oppgaven gi en nærmere beskrivelse av bakgrunnen for FmB, selve metoden og teorien bak. Jeg vil løfte frem mulighetene den gir sett fra et empowermentperspektiv. I tillegg vil jeg peke på noen utfordringer, og konsentrerer meg da om utfordringene knyttet til å utøve empowerment i systemet man jobber innenfor og i hjelpeerollen.

Når det gjelder teorigrunnlaget i FmB velger jeg å ikke gå inn i teorien om verdsatt sosial rolle (VSR) av Wolfenberger. Den var tidligere det teoretiske grunnlaget for FmB, men man har nå gått over til Empowerment. Derfor velger jeg å ha hovedfokus på det.

Jeg forutsetter i oppgaven at støttekontakttjenesten er kjent og hvem den er tiltenkt. Det anvendes ulike begreper om **brukeren** i denne oppgaven. Innenfor FmB benyttes ofte begrepet deltaker. I noen sammenhenger er det hensiktsmessig å snakke om mennesker med funksjonshemming. I mitt daglige virke er det naturlig å snakke om bruker. Begrepene benyttes derfor om hverandre. Med betegnelsen **oppfølger** mener jeg den profesjonelle personen eller sosialarbeideren som skal følge brukeren i prosessen rundt valg av aktivitet og inkludering.

## 1.2 Metode

Jeg har valgt litteraturstudium som metode i denne oppgaven. Kildene omfatter Anders Midtsundstad sin masteroppgave fra 2005 og Askheim og Starrin sin bok fra 2007: Empowerment i teori og praksis. I tillegg har jeg brukt diverse artikler om FmB og empowerment fra pensumlisten samt fra nettstedene: [www.fritidmedbistand.no](http://www.fritidmedbistand.no) og [www.fritidforalle.no](http://www.fritidforalle.no).

# 2 Teori

## 2.0 Sosialpolitiske føringer

Sosialpolitiske målsetninger de siste tiårene har vært en viktig drivkraft i fht å utvikle FmB. Full deltakelse og likestilling for alle har her vært parolen (St.melding 40, 2002 – 2003). Synet på mennesker med funksjonshemming har endret seg, og deres demokratiske retter og status som likeverdige samfunnsmedlemmer har blitt løftet fram (Bergh, 2000 i Midtsundstad, 2005). Inkludering er en uttalt målsetning (NOU 2001:22). Dette muliggjøres gjennom å endre omgivelsene slik at de virker mindre funksjonshemmende. På den måten åpnes en vei for mennesker med funksjonshemming til å få en plass i fellesskapet (Midtsundstad, 2005). Misforholdet mellom nedsatt funksjonsevne og samfunnets krav må fjernes. Kommunene blir også i økende grad oppfordret til å samarbeide med frivillig sektor for å realisere målsetningen om inkludering (Ibid).

## 2.1 Metoden FmB

Kristiansand kommune har siden 1998 utviklet metoden FmB. De første årene var det gjennom prosjektarbeid, men i dag er FmB integrert som et fast tilbud innenfor kommunens støttekontakttjeneste. Metoden har blitt prøvd ut og viser seg å gi gode resultater for mennesker med ulike bistandsbehov (Stalsberg Mydland i Midtsundstad, 2005).

Metoden handler om et forløp som kan beskrives som 6 trinn:

1. **Uforpliktende informasjonsmøte.** Her presenteres FmB for deltakeren. Utfordringen her kan være å formidle det på en slik måte at deltaker tror på mulighetene i dette.
2. **Kartlegging av interesser, ønsker og drømmer hos deltakeren.** Dette gjør oppfølger når deltaker har takket ja til tilbudet, og vedtaket er i orden. Det kan være av betydning å holde et slikt møte i rammer som er trygge for deltakeren, for eksempel hjemme hos han/henne eller på en kafé. Oppfølger må også kartlegge deltakerens forutsetninger, motivasjon, ferdigheter, interesser og erfaringer. Det er viktig å ha et utfyllende bilde av deltaker når man skal veilede han/henne videre i prosessen. Kartleggingen kan derfor ta flere møter.
3. **Kartlegging av fritidsaktiviteters innhold.** Man har nå kommet til det stadiet der deltakeren har valgt ut en eller flere aktiviteter som han/hun vil vite mer om. Oppfølger innhenter da info ved å kontakte de aktuelle fritidsorganisasjoner. Det er viktig med en god kartlegging på innholdet i fritidsaktiviteten slik at man kan være mest mulig sikker på at den kan imøtekomme deltakerens ønsker og forutsetninger for å mestre.
4. **Deltakeren velger aktivitet.** Målet er at denne kan gi mestringsopplevelser, og gi deltaker en verdsatt sosial rolle. Det kan være behov for at deltaker sjekker ut flere aktiviteter før han/hun endelig bestemmer seg.
5. **Finne en tilrettelegger.** For å sikre en god inkluderingsprosess for deltaker, er det viktig å finne en person i fritidsorganisasjonen (for eksempel en trener) som kan bli en brobygger. Denne personen får et spesielt ansvar for å følge opp deltakeren slik at inkluderingen går lettere.
6. **Inkludering.** Målet med FmB er at deltaker skal bli sosialt inkludert i den selvvalgte aktiviteten. Selv om inkluderingen synes å være oppnådd, må man som oppfølger følge aktivt opp videre, gjerne et halvt års tid. Man må da gjøre avtaler med deltaker og tilrettelegger om og møtes jevnlig for å evaluere (www.fritidmedbistand.no).

I FmB har man erfart at det å spørre mennesker om deres drømmer, er en god måte å jobbe på. Det er et mål at deltakerne skal få en økt opplevelse av mestring og tro på egne ressurser. I mange tilfeller har man sett at FmB gir ringvirkninger som langt overgår den snevre målsetningen i utgangspunktet om å hjelpe folk inn i en selvvalgt fritidsaktivitet. Effekten man har sett, er at folk får selvtillit, opplever mestring og får økt livsglede. De øker sin sosiale kompetanse og får venner. Dette gir styrke, og for mange brukere har det ført til at de har våget å gå et skritt videre i fht å søke utdanning eller arbeid (Hjelmeland, 2007). ) På Nordisk nettverkssamling i Kristiansand i 2008 stod en kvinne som hadde slitt med psykiske vansker frem og fortalte at hun har fått hjelp gjennom denne metoden. “Fritid med bistand har gitt meg selvtilliten tilbake” uttrykte hun. Hun fortalte at hun som følge av FmB hadde blitt aktiv i et dansemiljø og at hun hadde fått fast jobb (Midtsundstad og Tobiassen, 2008)

Flere faktorer er av betydning for at man skal ha suksess med FmB. For det første må man som oppfølger kjenne godt til metoden, intensjonene med den og teorien bak. Man må også ha god tid til å følge opp den enkelte. Deltaker må sikres innflytelse og valgmuligheter i prosessen ([www.fritidmedbistand.no](http://www.fritidmedbistand.no)) Oppfølger må også gis fleksibilitet til å følge deltakerens valg av aktivitet. Dette gjelder både tidsmessig og at man har et avtalt beløp som er innvilget til inkluderingsprosessen (Midtsundstad og Øyen, 2006). Det kan synes hensiktsmessig med en organisering av FmB som er prosjektdrevet. De profesjonelle som skal jobbe etter metoden må gis fullmakter til å kunne forfølge sine idèer (Midtsundstad, 2006). De må gis kompetanse og gode arbeidsvilkår til å utføre oppgaven med å få til en best mulig tilrettelegging for bruker.

## 2.2 Tillit, mestring og selvoppfatning – nøkkelbegreper i inkluderingsprosessen

Tillit, mestring og selvoppfatning er sentrale begreper for å forstå hvordan man kan få til vellykkede inkluderingsprosesser (Midtsundstad, 2005). For å oppnå målsetningen med FmB, er det av helt grunnleggende betydning at det eksisterer et tillitsforhold mellom partene. Når tilliten er der, kan man få fram det optimale handlingspotensialet og dette gir igjen det beste inkluderingspotensialet (Ibid). Følelsen av å mestre aktiviteten er også viktig for at man som deltaker skal oppleve seg inkludert i en fritidsorganisasjon. Midtsundstad refererer til Antonovsky som knytter mestring til det å ha en opplevelse av sammenheng. Dette innebærer forståelse, håndterbarhet og meningsfullhet (2005). Opplevd inkludering handler om noe mer enn retten til å kunne få delta og et synlig medlemsbevis. Om den enkelte vil oppleve å bli inkludert, handler om den enkelte sin selvoppfatning (Ibid, s. 88) Dersom man ser på seg selv som uønsket og devaluerer seg selv, så vil man være preget av dette i møte med mennesker på fritidsarenaen (Midtsundstad, 2005). Men dersom man på denne arenaen gjør seg nye erfaringer der man blir sett, anerkjent, hørt og forstått, så kan dette bidra til man endrer selvoppfatning og begynner å se seg selv som en verdsatt person i samhandling med andre.

Oppfølger i FmB tilbyr støtte i et gjensidig forpliktende samarbeid slik at bruker blir i stand til å inkludere seg selv. Man formidler et håp og gir bistand i inkluderingsprosessen. Tilretteleggeren i fritidsorganisasjonen er en viktig samarbeidspartner i denne prosessen. Erfaringer viser at de som engasjerer seg som tilretteleggere sjelden trekker seg ut (Midtsundstad, 2005).

## 2.3 Empowerment som inspirasjonskilde

FmB bygger på empowerment, og dette er en retning som de siste par tiårene har fått økt anerkjennelse innenfor sosialt arbeid. Empowerment handler om at personer eller grupper som er i en avmaktssituasjon, skal opparbeide seg styrke og kraft til å komme ut av avmakten. (Askheim, 2007). Ut ifra sosialarbeiderens tilnærming kan man si at empowerment er en prosess der makt blir utviklet med det formål å gi individer eller grupper økte ressurser, styrke deres selvbilde og gjenoppbygge evnen til å kunne handle på egne vegne i sin hverdag. Rett til både å ha kontroll over sine tjeneste- og hjelpetilbud og egen livssituasjon står her sentralt (Midtsundstad og Øyen, 2006, s. 3).

En sentral holdning i empowermentarbeidet er å se alle mennesker som kompetente om de blir gitt de rette forutsetningene. Man har fokus på brukerens ressurser heller enn sykdom og diagnoser. En annen viktig side ved empowerment er at man aksepterer brukerens egne erfaringer som en gyldig form for kunnskap, og har tiltro til at han/hun har evne til å delta i beslutninger og handlinger som gjelder deres eget liv. Likeverd er en viktig verdi i empowerment, og dette får som konsekvens at brukerens egne erfaringer og kunnskap skal ha samme status i arbeidet som profesjonell kunnskap (Slettebø, 2000). Empowerment er en antitese til den paternalistiske holdningen om at brukeren ikke vet hva som er best for seg, og at han/hun trenger hjelp av eksperter til å mestre sine problemer (Ibid). Rollen som hjelper endres fra å se seg selv som ekspert til å bli en muliggjører for brukeren (Midtsundstad, 2006).

Empowermentprosessen handler om at mennesker skal bli bevisstgjort på undertrykkende faktorer, både av ytre og indre karakter, og arbeide for å motvirke disse. Dette kan for eksempel innebære å delta i kollektive aksjoner og selvhjelpsgrupper for å bedre sin livssituasjon (Askheim, 2007). Bevisstgjøringen handler også om fokus på strukturelle forhold som er med på å påvirke den enkeltes personlige situasjon. De profesjonelles rolle oppi dette blir å etablere samarbeidsrelasjoner til enkeltpersoner som kan gjøre dem i stand til å gjenvinne makt og kontroll over eget liv. Det kreves av brukeren at han/hun kan delta aktivt sammen med den profesjonelle for å finne sine muligheter og utviklingspotensiale (Midtsundstad og Øyen, 2006). Å jobbe etter en empowermentbasert tilnærming, innebærer å arbeide på individ, gruppe og samfunnsnivå samtidig (Midtsundstad, 2005).

Det er sagt om empowerment at det ikke er noe som kan gis, men som må erobres av den enkelte (NOU 1998:18 ). “Empowerment cannot be given, it must be taken.” (Rappaport, 1985 i Midtsundstad, 2005). De profesjonelle kan legge til rette, og fjerne hindringer for empowermentprosessen, men det er til syvende og sist brukeren som må ta budskapet om frigjøring til seg. Empowermentankegangen representerer et brudd med tradisjonelle støttetiltak der holdningen nærmest har vært at man skal hjelpe passive stakkarer. Innenfor empowerment heter det at hjelpesløshet må avlæres. Det handler om å styrke menneskers tro på at de kan være aktør i eget liv. En måte å gjøre det på er å fokusere på menneskets ressurser og friske sider. Ved å ha tiltro og tillit til mennesker støtter man deres aktørskap (Askheim, 2007).

## 2.4 Trange kår for empowerment i sosialtjenesten?

Empowerment er som nevnt både politisk og faglig løftet fram som et ideal i helse og sosialsektoren. Men hvordan ser virkeligheten ut i sosialtjenesten, der empowerment og brukermedvirkning er uttalt å være en målsetning for arbeidet? Som yrkesutøver i denne bransjen, vil man ofte ha rollen som både hjelper og kontrollør. Askheim peker på dilemmaet man da kommer opp i; på den ene siden skal man ta hensyn til brukerens behov og dennes rettigheter. På den andre siden blir man konfrontert med kravet om effektivitet og sparing (2007, s. 191). Relasjonen til bruker kan bli preget av både empowerment og undertrykking (Ibid). At man som sosialarbeider endrer holdning, og blir mistroisk og kynisk overfor brukerne, kan bli en strategi for å mestre å stå i krysspresset. Man kan også få fordomsfulle holdninger overfor visse grupper, og disse kan bli dominerende i det sosialfaglige arbeidet (Askheim, 2007). En undersøkelse gjort overfor langtidsmottakere av sosialhjelp og deres saksbehandlere tydet på at bruker og saksbehandler ofte opplever og tolker samhandlingssituasjonen, brukers problem og hva som må gjøres med problemet forskjellig. I kjølvannet av dette kan man da spørre om brukerens rett til selvbestemmelse og medvirkning blir godt nok ivaretatt (Hove, 2002). Undersøkelser viser at mange sosialarbeidere kan ha et ambivalent forhold til brukermedvirkning. Andre studier viser at brukere ofte kan kjenne seg ydmyket og skamfulle i møte med dem som skal hjelpe (Askheim, 2007). Dette tyder på at empowerment kan ha trange kår innenfor sosialtjenesten.

Askheim mener likevel at det fins et handlingsrom for empowermentbasert sosialfaglig arbeid (2007, s. 194). Dette krever at sosialarbeideren er bevisst på verdiene som sosialt arbeid bygger på. Disse verdiene handler om solidaritet med undertrykte grupper, motarbeide sosial urettferdighet, og bekjemping av det som er opphav til marginalisering og maktesløshet. Empowermentbasert sosialfaglig arbeid innebærer at man støtter opp om brukerens initiativ, selvbestemmelse og deltakelse i samfunnslivet. Man søker å bidra til bevisstgjøring rundt brukerens situasjon og sammenhengen med de strukturelle og samfunnsmessige forholdene. Videre kan man søke samarbeid med brukerorganisasjoner, både for å lære av dem og for å styrke og støtte disse bevegelsene (Ibid). Empowerment innebærer å jobbe på ulike nivå, og tvinger også frem strukturelle endringer i virksomheter som er fanebærer for den. Bare på den måten kan empowerment ha gode vilkår for å kunne utøves (Midtsundstad, 2005). Empowerment representerer en radikal endring i måten å tenke og jobbe på. Den krever også mer tid enn tradisjonelle tilnærminger fordi det tar tid å samarbeide med brukeren (Slettebø, 2000).

# 3 Drøfting

## 3.0 FmB – en metode med muligheter og empowerment i praksis

En av beveggrunnene for å sette i gang FmB var nettopp den sosialpolitiske målsetningen om full deltakelse og likestilling for alle. Og slik jeg ser det, er metoden et godt svar på disse målsetningene i fht området fritid. Den er et godt verktøy til å fremme delaktighet og inkludering for de som lett faller utenfor. Og den bidrar til å gi alle like muligheter ved at valgfriheten i fht fritidsaktivitet løftes fram, og man jobber for å tilrettelegge slik at ordinære fritidsorganisasjoner kan bli en arena hvor mennesker med funksjonshemming finner sin naturlige plass. Gjennom inkluderingsprosessen jobber man i tett samarbeid med bruker og tilrettelegger for å gjøre fritidsarenaen mindre funksjonshemmende. FmB streber mot å gi deltakerne en fullverdig deltakelse. FmB oppfyller også oppfordringen fra sosialpolitisk hold om å samarbeide med frivillig sektor for å realisere målsetningen om inkludering (Midtsundstad, 2005). Erfaringene med FmB i Kristiansand, med beretninger om at deltakere får økt selvtillit, livskvalitet og i flere tilfeller inspirasjon til utdanning og arbeid, forteller meg at metoden har stort potensiale i seg og kan gi hjelp til selvhjelp. Men resultatene kommer ikke av seg selv. Metoden krever mye av alle de involverte, både av tid og engasjement. Det at prosessen skal være fullt og helt på deltakerens premisser, tenker jeg at kan kreve mye ydmykhet og tålmodighet fra oppfølger sin side. Man trenger derfor å tilegne seg kompetanse i fht metoden, og innstille seg på at brukermedvirkning og empowermenttenkning er styrende prinsipper i arbeidet ([www.fritidmedbistand.no](http://www.fritidmedbistand.no)).

At man som oppfølger kan utvise fleksibilitet i fht å følge deltaker i dennes ønsker og behov, forutsetter at man har gode rammer å jobbe innenfor. Prosjektarbeid, hvor man gis friere tøyler, kan være en løsning på dette. Jeg vil senere i oppgaven komme nærmere inn på at det kan være utfordrende å finne gode nok rammer for empowermentbasert arbeid i sosialtjenesten.

Tillit, mestring og selvoppfatning er nøkkelord i FmB, og er med på å belyse hvilke forutsetninger som må være tilstede for at inkluderingsprosessen skal være vellykket (Midtsundstad, 2005). At tillit, som er av så grunnleggende betydning i mellommenneskelige forhold, blir løftet frem og betonet så sterkt synes jeg er fint. Jeg tenker at det er med på å bevisstgjøre fagpersoner som jobber med metoden på viktigheten av dette, og at de innser at de må bli tilliten verdig både fra bruker og tilrettelegger. Tillit mellom partene gjør det umulige mulig, og øker handlingspotensialet (Ibid). Mestring indikerer at man gjennom FmB ønsker å legge tilrette for at mennesker kan få oppløftende opplevelser og en økning av kompetanse. Jeg tenker at man med dette øker deres evne til selvstendighet. Et menneskes selvoppfatning vil være av avgjørende betydning i fht om man vil oppleve seg inkludert. (Midtsundstad, 2005). Jeg synes det er veldig bra at selvoppfatning blir gitt fokus når det er snakk om inkluderingsprosesser. Dette er med på å ansvarliggjøre deltakeren, og er med bevisstgjøre i fht at egne holdninger og innstilling har mye å si for hvordan man opplever ting. Samtidig vil man gjennom FmB åpne muligheter for at deltakeren kan endre selvoppfatning slik at han/hun kan se seg selv som en verdsatt person på fritidsarenaen.

FmB eller oppfølger kan ikke inkludere noen i en fritidsorganisasjon. Det er til syvende og sist deltaker som må inkludere seg selv (Midtsundstad, 2005). Jeg tenker at det er positivt at dette uttrykkes så klart i FmB. Deltakeren ansvarliggjøres dermed. Men han/hun står ikke alene. Deltakeren har en viktig støttespiller og muliggjører gjennom oppfølger og tilrettelegger. Midtsundstad refererer til erfaringer som sier at tilretteleggerne sjelden trekker seg ut av samarbeidet (2005). Det forteller meg at oppfølgerne i FmB har framstått som seriøse og tillitsskapende samarbeidspartnere overfor fritidsorganisasjonene, og at det også er en positiv innstilling i organisasjonene til å bidra til inkludering.

Som nevnt er empowerment en inspirasjonskilde og et teoretisk grunnlag for FmB. Slik jeg forstår FmB og erfaringene som er gjort med metoden, så blir den et konkret eksempel på hvordan empowerment kan omsettes til praksis. Brukerorienteringen med fokus på ressurser og mestring står i fokus. Dette er i tråd med empowerment. I FmB forlates den tradisjonelle paternalistiske holdningen om at hjelperen er eksperten og vet hva som er best for deltakeren. Dette er også i tråd med empowerment der likeverd står sentralt, og der deltakerens kunnskap vurderes som like gyldig som den profesjonelles kunnskap. Deltakeren anerkjennes som en som kan være kompetent om han/hun blir gitt de rette forutsetninger. Å gi tilgang til ressurser slik at man kan mestre på fritidsarenaen, blir derfor viktig (Midtsundstad, 2005). Hånd i hånd med dette legges det til rette for en bevisstgjøringsprosess hos den som deltar. Deltakeren kan få en økt bevissthet om hva som holder han/henne nede. Det kan for eksempel være tanker om at man ikke passer inn noe sted og er uønsket. Så vil man sannsynligvis også oppdage at fritidsorganisasjonene i utgangspunktet ikke er godt nok tilrettelagt for mennesker med funksjonshemming. Oppgaven blir da for oppfølger å samarbeide med organisasjonen for å gjøre forholdene der så inkluderende og imøtekommende som mulig. På den måten jobbes det både på individ – og gruppe nivå. Jeg mener også det er grunnlag for å si at FmB har hatt virkninger på samfunnsnivå. Dette viser seg gjennom at Helsedirektoratet har anerkjent denne faglige modellen, og at den anbefales ved siden av de andre ordningene i støttekontakttjenesten (Sosial- og helsedirektoratet, 2007). Også i den nye helse- og omsorgstjenesteloven blir FmB nevnt som en mulig vei (Ot. Prp. nr 91 (2010 – 2011).

Et annet formål med bevisstgjøring er at deltaker skal se sine muligheter og ressurser, opparbeide selvtillit og tro på seg selv som en som har en plass i fellesskapet og kan mestre aktiviteter i samhandling med andre. I FmB kreves det noe av deltakeren. Deltakeren vurderes ikke som en passiv stakkar som man må finne et fritidstilbud til hvor han/hun kan bli underholdt. Nei, målene legges høyere enn som så, dersom brukeren ønsker det. I FmB legges det altså til rette for en empowermentprosess hos deltakeren, men samtidig er det et faktum at empowerment ikke er noe som kan gis (NOU 1998:18). Empowerment innebærer at den enkelte tar budskapet om muligheter, ressurser og frihet fra undertrykking til seg, og får et eieforhold til det. FmB kan ikke formidle noe mer enn håp og bistand. Man ikke garantere for at noen vil oppleve faktisk inkludering i en fritidsorganisasjon. For å kunne nå målet, må den enkelte spille en aktiv rolle i sitt eget liv i samspill med andre (Midtsundstad, 2005). Så kan man spørre om dette er et godt nok tilbud. Forskning på om metoden virker, har vist at den gir gode resultater (Stalsberg Mydland, 2004 i Midtsundstad, 2005). Dette gir håp om at FmB er en metode som er verdt å satse på framover også.

## 3.1 Utfordringer med empowerment i praksis

I teoridelen har jeg pekt på at sosialtjenesten, som ofte er den virksomheten der støttekontaktarbeidet blir lagt i, ikke er lagt til rette for empowermentbasert arbeid. Dette viser seg gjennom et system som er preget av yrkesutøvere med den vanskelige dobbeltrollen som hjelper og kontrollør (Askheim, 2007). Innenfor slike rammer er det ikke lett å utøve empowerment. Askheim peker likevel på at det finnes muligheter for empowermentbasert arbeid – systemet til tross (2007). Men det kreves at man er svært bevisst og kritisk som sosialarbeider, og at man er villig til å kjempe for at empowerment tankegangen skal få innpass. Det innebærer også å gå tilbake til og finslipe verdiene som sosialt arbeid bygger på – solidaritet med undertrykte grupper, motarbeiding av sosial urettferdighet og bekjempe det som fører til marginalisering og maktesløshet. Dette er for øvrig, slik jeg ser det, verdier som samstemmer godt med tankegangen i empowerment.

Jeg trekker utifra dette den slutning at man ikke bare kan skylde på systemet for at man ikke får utøvd empowermentbasert arbeid. Den enkelte yrkesutøver har et ansvar for å fremme brukermedvirkning, og kan gjøre sitt for å prøve å påvirke systemet han/hun er en del av (Askheim, 2007). At det er talspersoner for empowerment kan bidra til at nettopp denne tankegangen får et fotfeste i systemet. De som drar i gang et FmB prosjekt, er et eksempel på dette. For å sikre muligheten for en god utøvelse av empowerment, satser man i første omgang på en prosjektorganisering (Midtsundstad, 2006 ). Likevel kan det være muligheter for at FmB kan bli organisert som en ordinær del av tjenestetilbudet etterhvert. Dersom man i kommuneledelsen ser at FmB prosjektene gir resultater, er det håp om at denne formen for empowermentbasert arbeid kan få innpass i sosialtjenesten. Dette har skjedd i Kristiansand. Det er da en forutsetning at FmB blir gitt gode vilkår for å kunne utøves.

I tillegg til utfordringen med å skape rom for empowermentbasert arbeid innenfor sosialtjenesten, tenker jeg at holdningene i oppfølgerrollen kan være en utfordring. Empowerment og FmB innebærer en radikal endring i måten å jobbe på. Hvor lett er det å forlate ekspertrollen, og å våge å tro på at brukeren vet hva som er best for seg? Jeg tenker at dette kan være utfordrende, men desto viktigere er det å sette seg godt inn i metoden og verdiene som ligger til grunn. Hvis man våger å ha tiltro til FmB, vil man kunne oppleve å se at mennesker blir «empowered» og får hjelp til selvhjelp. Dette vil styrke troen på at dette er en god måte å bistå mennesker på.

# 4 Avslutning

Jeg har i denne oppgaven gjort rede for FmB som en ny vei i støttekontakttjenesten, og hvordan mennesker med behov for bistand gis støtte og veiledning til å inkludere seg selv i en selvvalgt fritidsorganisasjon. FmB et viktig bidrag for å oppnå den sosialpolitiske målsetningen om full deltakelse og likestilling. Metoden gir mennesker muligheter til utvikling og mestring. Tillit, mestring og selvoppfatning er nøkkelbegreper for å forstå hva som kan muliggjøre inkludering i en fritidsorganisasjon. FmB henter sin inspirasjon fra empowerment, og søker å legge til rette for at deltakeren styrkes til å realisere ønsker og drømmer på fritidsarenaen. Empowermentbasert arbeid kan være en utfordring innenfor sosialtjenestens rammer der hjelper- og kontrollør rollen er tett sammenvevd. En måte å innføre FmB på, er derfor å organisere det som et prosjekt i første omgang. FmB får konsekvenser for hjelperollen, og dette tenker jeg kan være en utfordring. Fra å tenke på seg selv som eksperten, går man over til å være en muliggjører for deltakeren.

# 5 Litteraturliste

Askheim, Ole Petter og Starrin, Bengt (red.): *Empowerment i teori og praksis.* Oslo. Gyldendal Akademisk

Fritid med Bistand (nettsted). Tilgjengelig fra <http://www.fritidmedbistand.no/> (nedlasta 9. nov 2011)

Hjelmeland, Tina (2007) Fra fritid til arbeid – noe for NAV?*Fontene* 11/2007, s 26 – 30

Hove, Olav (2002): «Brukermedvirkning – hindringer og muligheter» *Embla* 2/2000, s 44 - 52

Ot.Prp .nr. 91 (2010-2011): Lov om kommunale helse- og omsorgstjenester. Tilgjengelig fra: <http://www.regjeringen.no/pages/16246070/PDFS/PRP201020110091000DDDPDFS.pdf> (nedlasta 13. sept 2011)

Midtsundstad, Anders (2005): *Tillit, mestring og selvforståelse. En oppgave med fokus på inkluderingsprosesser slik de møtes i arbeidet med metoden Fritid med bistand.* Mastergradsoppgave i sosialt arbeid. NTNU.

Midtsundstad, Anders (2005): Rustet for fritid: Fra drøm til virkelighet. *Embla* 3/2005

Midtsundstad, Anders (2006): Stifinner. *Embla* 3/2006

Midtsundstad og Øyen (2006): *Fra normalisering til empowerment. Sosialarbeiderens rolle.* Paper presentert på FORSA seminaret 2006, Helsingfors. Tilgjengelig fra: <http://www.fritidforalle.no/media/23022/fra%20normalisering%20til%20empowerment%20forsa%2006.pdf> (nedlasta 7. sept 2011)

Midtsundstad og Tobiassen (2008): *Nordisk nettverkssamling i Kristiansand.* Tilgjengelig fra: <http://www.fritidforalle.no/aktiv-fritid-for-alle/nordisk-nettverkssamling-i-kristiansand-.aspx> (nedlasta 19. okt 2011)

NOU 1998:18: *Der er bruk for alle. Styrking av folkehelsearbeidet i kommunene.*

NOU 2000:22: *Fra bruker til borger. En strategi for nedbygging av funksjonshemmedes barrierer.*

Slettebø, Tor (2000) Empowerment som tilnærming i sosialt arbeid. *Nordisk sosialt arbeid* 2/2000, s 75 – 85.

St.meld. nr. 40 (2002- 2003): *Nedbygging av funksjonshemmedes barrierer. Strategier, mål og tiltak i politikken for personer med nedsatt funksjonsevne.*

Sosial- og helsedirektoratet (2007): *Sammen med andre – Nye veier for støttekontakttjenesten.* Oslo. Sosial- og helsedirektoratet.