

[Skriv inn tekst]

## **Gruppeveiledning med utgangspunkt i fritid med mening**

### Tips til dere som vil sette i gang gruppeveiledning for støttekontakter/fritidskontakter:

Dette er et «ferdig opplegg» for de som ønsker å sette i gang gruppeveiledning for fritidskontakter/støttekontakter på fire kvelder. Gruppeveiledninga er utarbeidet av Sola kommune ved Katrine Myklebust og Karen Asheim i samarbeid med Høgskolen i Bergen. Dere finner nyttige tips om å holde kurs på side 5. I kurslederheftet på [www.fritidmedmening.no](http://www.fritidmedmening.no) som også kan passe for gruppeveiledning. Også på side 16 og 17 gis det gode tips om hvordan de ulike filmene kan brukes i veiledning av støttekontakter.

Det er lurt å være to sammen når dere skal drive gruppeveiledning, for små kommuner kan samarbeid med nabokommunen(e) om gruppeveiledning være et tips. Sett av god tid til å gå igjennom veiledningsopplegget på forhånd og test det gjerne ut på kollegaer slik at dere er godt forberedt til oppgaven.

Det er også viktig at dere setter av tid både før og etter hver veiledningskveld til å gå igjennom det som skjedde og hvordan dere på best mulig måte kan gjøre kveldene utbytterike for deltakerne.

Husk å sende ut invitasjon i god tid før gruppeveiledning starter (3 uker), og ta gjerne kontakt direkte med de støttekontaktene/fritidskontaktene dere mener kunne nytte gjøre seg av gruppeveiledninga.

Det er lurt at dere på forhånd *tenker gjennom sammensetning på gruppa*, hvem som skal få dette tilbudet. For eksempel kan dere velge ut de støttekontakter/fritidskontakter som har brukere med psykiske problemer, velge å sette sammen etter alder, eller etter de som gjør de samme aktiviteter med sine brukere, eller de som er i en samme aktivitetsgruppe. Noen ganger er det umulig å få satt sammen en ensartet gruppe.

Det bør ikke være mer enn maks åtte deltakere i en veiledningsgruppe om dere skal få til en velfungerende gruppe, der alle tør å delta aktivt og der en får til utvikling og gode prosesser i gruppen. Om responsen er stor bør dere vurdere å etablere flere grupper, og alternativt kjøre to parallelle veiledningsgrupper.

Veiledning bør verken være for hyppig eller for sjelden. Vi anbefaler en kveld hver 6. uke, da får også deltakerne tid til å gjøre sine hjemmeoppgaver. Om dere etablerer to grupper blir det hver 3. uke for dere selv som gruppeveiledere.

Det må være avklart på forhånd med ledelsen i kommune om de som deltar på gruppeveiledning får lønn for timer og reiseutgifter. Kommunen har plikt til å sørge for at støttekontakter får nødvendig opplæring, informasjon og veiledning for å kunne utføre støttekontaktoppdraget sitt. Gruppeveiledning kan være en måte å sørge for at kommunen overholder sine forpliktelser.

Valg av lokaler: Tenk igjennom lokaliteter og lag rommet til slik at det er innbyr til samtale og blir «et godt sted å være». Husk frukt og kaffe, og lag til kursheftet med den enkeltes navn i egne mapper, det gjør at deltakerne føler seg velkommen.

Ta godt imot den enkelte deltaker første kvelden, slik at alle kjenner seg velkommen!

[Skriv inn tekst]

### **Definisjon av veiledning:**

*En formell, relasjonell og pedagogisk istandsettingsprosess som har til hensikt at fokuspersonens mestringskompetanse styrkes gjennom en dialog basert på kunnskap og humanistiske verdier. (Kilde: Tveiten 2012: «Veiledning- mer enn ord...»)*

### **Mål:**

*Styrke mestringskompetansen til fagutøveren til beste for yrkesutøverens målgruppe (her brukerne av tjenesten)(Kilde: Tveiten 2012: «Veiledning- mer enn ord...»)*

Som veileder har du ansvar for å legge til rette for at støttekontaktene vil ha eller «gjøre» veiledning. Det betyr med andre ord å bli i stand til å være hovedpersonene i veiledningsgruppen.

Det vil være viktig at en gir ut en invitasjon på forhånd der en forklarer hva som er formålet med veiledningstimene, hva støttekontaktens rolle er og hva veileders ansvar vil være under veiledningen. På denne måten vil støttekontakten/fritidskontakten ha et klart bilde av hva veiledning er og ens egen rolle.

Veiledning handler om frihet. Det er viktig at veiledningen bygger på en invitasjon, som en har mulighet å takke ja eller nei til.

Tveiten skriver med utgangspunkt i veiledning av profesjonelle. Men fritidskontakter/støttekontakter har ingen utdanning i det å være støttekontakt, og det er meningen at vanlige mennesker av sitt gode hjerte skal kunne ta slike oppdrag. Veiledning av støttekontakter krever da en annen tilnærming enn om støttekontakten hadde en faglig bakgrunn for oppgaven. Veiledning av fritidskontakter/støttekontakter innebærer i følge Soldal (2003) element av opplæring, refleksjon over handling, støtte og oppmuntring og administrasjon.

[Skriv inn tekst]

Forslag til mal invitasjon som dere kan sende til fritidskontakter/støttekontakter:

### **Tilbud om gruppeveiledning**

Gode fritidskontakt/støttekontakt/fritidsleder i \_\_\_\_\_ kommune, du er en dyrebar ressurs i kommune og en viktig person for den/de du er satt til å hjelpe. Vi setter pris på din innsats og vi har nå gleden av å invitere deg gruppeveiledning på \_\_\_\_\_. (sted)

Sammen kan vil gjøre hverandre gode. I gruppen møter du andre som også er fritidskontakt/støttekontakt/fritidsleder, vi utveksler erfaringer og hjelper hverandre. Dette skjer gjennom samtaler og diskusjoner. Vi bruker filmene fra [www.fritidmedmening.no](http://www.fritidmedmening.no) som utgangspunkt og vi har som mål at dere skal bli tryggere på oppgaven, trives og vokse som fritidskontakt/ støttekontakt/fritidsledere.

Vi (skriv navn på de to veilederene) har hovedansvaret for å igangsette diskusjoner ved hjelp av problemstillinger eller filmer. Vi håper å få til gode diskusjoner og at alle kan bidra aktivt med å se nye muligheter og styrkes i det som fungerer godt. Vi ønsker at du kommer med innspill utfra det som opptar deg i det oppdraget du har.

Her er tidsplan for gruppeveiledningen som skjer hver 6. uke, vi setter av 2 timer hver gang. Det vil bli servert kaffe/te, frukt og kjeks.

Dato:	Klokken:	Tema:
		Støttekontakt i gruppe: positive sider og utfordringer
		Meningsfull fritid med brukerens øyne
		Månedspan/aktivitetsplan
		Hvordan opptre med verdighet sammen med bruker?

Veiledningen vil inneholde dette oppsettet:

- Presentasjonsrunde, siden sist, gjennomgang av hjemmeoppgave
- Introduksjon til dagens tema av veileder
- Film/dikt/problemstillinger for å få i gang diskusjoner
- Oppsummering av dagens tema
- Kort om tema til neste veiledning: fra veileder
- Hjemmeoppgave

Gruppeveiledning er et tilbud og helt frivillig.

Du får dekket timer og reiseutgifter av kommunen. Vi ønsker gjerne en tilbakemelding på om du kommer. Denne tilbakemeldingen kan gis innen (svarfrist) til:

Navn: \_\_\_\_\_ Telefon: \_\_\_\_\_ Mail: \_\_\_\_\_

[Skriv inn tekst]

### ***Første veiledning:***

1. Velkommen til gruppeveiledning: Informasjon rundt taushetsplikten den gjelder også i gruppa, utdeling av fordypningshefte fra [www.fritidmedmening.no](http://www.fritidmedmening.no)
2. Presentasjonsrunde/avklaring av forventninger
3. Les diktet høyt : En håndfull sekunder(fordypningshefte)
4. Dagens tema: Diskusjoner rundt filmen: Jenny: [www.fritidmedmening.no](http://www.fritidmedmening.no)
5. Se filmen
6. Runde i gruppen: Hva sitter vi igjen med av tanker etter filmen (spørre alle)
7. Positive sider ved å være fritidskontakt i svømmegruppa? (spørre alle)
8. Positive sider ved å være deltager i svømmegruppa? (spørre alle)
9. Hva kan være utfordrende?
  - Hvordan kan en løse utfordringene rundt taushetsplikten hva gjelder foreldrene?
  - Hvordan ville du som fritidskontakt forholdt deg til denne faren?
  - Hvordan kan vi som fritidskontakter legge til rette for å dekke de ulike brukernes behov? (info rundt månedsplaner fra veileder)
10. Tema neste samling: Meningsfull fritid sett med brukerens øyne.
11. Gjennomgang: Hva sitter en igjen med etter dagens tema (spørre alle)
12. Avslutning. Hjemmeoppgave: tenk over og skriv ned en positiv opplevelse du har hatt sammen med bruker.

Til veileder: Husk å la gruppe deltagerne veilede hverandre mest mulig:

- Eksempel: Da Karen sier at faren virker vanskelig å snakke med. Kan noen av dere andre komme med forslag til hvordan en kan svare far på en ok måte uten å bryte taushetsplikten?
- Hva tenker du om det (navn på deltaker) sa nå?
- Karen sier at de har hatt gode erfaringer med å være i svømmegruppen sammen. Er dette noe du (navn) tenker at du og din bruker kunne gjort sammen?

[Skriv inn tekst]

### ***Andre veiledning:***

1. Runde siden sist med gjennomgang av "gode opplevelser."
2. Dagens tema: meningsfull fritid i brukerens øyne
3. Veileder leser diktet : gjennombruddet(fordypningshefte)
4. Se filmen om Anna fra [www.fritidmedmening.no](http://www.fritidmedmening.no) eller Kristian og Pål fra DVD: Veiledningsfilm
5. Positive sider med å være fritidskontakt for Anna eller Pål (ta runden)
6. Hva er utfordrende for denne fritidskontakten når han/hun skal velge aktiviteter sammen med bruker?
  - Hva legger dere i begrepet meningsfull fritid?
  - Hvordan går dere frem når dere velger aktiviteter?
  - Hvordan finner du ut hva brukeren deres synes er meningsfull fritid?
  - Hvem sine behov skal vi dekke i oppdrag? (foreldre/bolig/deg selv)
  - Hvordan motivere bruker til aktiviteter?
  - Av og til kan det være naturlig for fritidskontakten å ta med den en er fritidskontakt for til sin egen familie/venner. Hvilke fordeler/ulempes kan dette innebære?
7. Oppsummering av dagens tema(runde rundt bordet)
8. Tema til neste veiledning: Aktivitet og månedsplaner
9. Hjemmeoppgave: Lag forslag til ny/nye aktiviteter du og bruker kan prøve, helst i samarbeid med bruker (del gjerne ut aktivitetsbrosjyre fra fritid med bistand til inspirasjon).

[Skriv inn tekst]

### ***Tredje veiledning:***

1. Velkommen/siden sist og gjennomgang av nye aktiviteter(hjemmeoppgave). Hvordan var samtalen med bruker rundt nye aktiviteter (ta runden)
2. Dagens tema: Aktivitetsplaner/månedspan.
3. Les diktet: Hjelpsomhet
4. Aktivitetsplanen
  - Hva tenker dere er fordelene med en aktivitetsplan(gruppe)?
  - Hvordan går en frem i denne prosessen?
  - Hvor kan en finne forslag til aktiviteter?
  - Hvordan kan en sikre brukerens medvirkning i prosessen?
  - Hvordan motivere bruker til å "sprengte grenser"
  - Hvordan sikre brukermedvirkning dersom en jobber i gruppe?
5. Oppsummering av dagens tema(runde)
6. Tema til neste veiledning: Hvordan opptre med verdighet sammen med bruker?
7. Hjemmeoppgave: Lag en månedspan sammen med din bruker som du tar med deg på neste gruppeveiledning.

[Skriv inn tekst]

### ***Fjerde veiledning:***

1. Velkommen/siden sist.

Noen som vil vise månedsplanene de har laget med sin bruker? (valgfritt) Positive opplevelser med å gjøre dette sammen med bruker? Utdringer? (ta runden)

2. Dagens tema: Hvordan opptre med verdighet sammen med bruker?

3. - Tenk deg at du er ute med en venninne. Du snakker og forteller henne en historie. Midt i samtalen drar hun opp telefonen og sjekker meldinger/nett. Hva føler du?

- Tenk deg at du er ute med en kamerat på kafé. Da dere sitter der, møter han en annen kamerat som du ikke kjenner. De begynner å prate og du blir verken introdusert eller dratt med i samtalen. Hva føler du?

4. Se filmen om Magnus fra [www.fritidmedmening.no](http://www.fritidmedmening.no)

5. Spørsmål til diskusjon i gruppen:

- Hva legger dere i begrepet verdighet?
- Hvordan ønsker du å bli behandlet av andre?
- Eksempler i filmen om Magnus- verdig/uverdigg oppførsel fra personene rundt han?
- Er det situasjoner der det kan være vanskelig å opptre med verdighet overfor bruker?
- Hvordan kan en tenke for å løse utfordringene - gruppa veileder hverandre...

6. Oppsummering av dagens tema: hva sitter vi igjen med- runde

7. Oppsummering av gruppeveiledningen. Vi snakker rundt tema vi har hatt:

- Hva har vært spennende?
- Hva sitter dere igjen med?
- Hva kunne vært annerledes?
- Forslag til andre tema?
- Fordeler og ulemper med gruppeveiledning?

8. Takk for denne gang. Fritidskonsulentene kommer med en liten oppsummering og takker for oppmøte og diskusjonene.