

Verdt å vite for ledsagere i NFU



Ledsagerhefte

Utgitt av Norsk Forbund for Utviklingshemmede (NFU)

INNHOLDSFORTEGNELSE

Innhold	s. 2
At hjelpe er at forstå	s. 3
Innledning	s. 4
Om NFU	s. 5
Om ledsageren	s. 6
Om å jobbe godt sammen	s. 7
Forslag til samarbeidsavtale	s. 8
Taushetsplikt	s. 9
Ledsagerens rolle	s.10
Ledsager på konferanse	s.12
Å klare mer	s.14
Skikk og bruk	s.15
Hva gjør man hvis noe går galt?	s.16
Hvordan få ledsager	s.17
Hva skal ledsageren kunne	s.17
Litt om det å skrive lettlest	s.18
Avslutning	s.19
Litteratur m.m.	s.20

AT HJÆLPE ER AT FORSTÅ

”Hvis det skal lykkes mig at føre et menneske
mod et bestemt mål,
må jeg først finde derhen,
hvor han befinder sig,
og begynde lige der.

Den, som ikke kan det, snyder seg selv,
når han tror, at han kan hjælpe andre.

For at hjælpe nogen,
må jeg visselig forstå mer end han gør,
men først og fremmest forstå, hvad han forstår.

Hvis jeg ikke kan det,
så hjælper det ikke,
at jeg kan og ved mere.

Vil jeg alligevel vise, hvor meget jeg kan,
så skyldes det,
at jeg er forfængelig og hovmodig,
og egentlig gerne vil blive beundret af den andre
i stedet for at hjælpe ham.

Al ægte hjælpsomhed begynder med ydmyghed
over for den jeg vil hjælpe,
og dermed må jeg forstå,
at dette med at hjælpe
ikke er at ville herske, men at ville tjene.
Kan jeg ikke dette,
så kan jeg heller ikke hjælpe nogen.”

Søren Kierkegaard.
Fra ”En ligefrem meddelelse” - 1859.

INNLEDNING

Vi har alle behov for støtte og hjelp.
Noen har behov for mer støtte enn andre.
Derfor er dette heftet laget.

Heftet er skrevet til ledsagere.
Men det er skrevet
slik at flest mulig skal kunne forstå innholdet.

Som ledsager er man
viktig for å styrke
innflytelsen
til personer med utviklingshemming.

Personer med utviklingshemming klarer mye
når de får riktig og passelig med støtte.

Å vokse, å våge seg frampå
og å si hva man mener.
Som ledsager er du delaktig i
at det skjer!

Hvis du har spørsmål om ledsagerordningen
kan du kontakte NFU lokalt, fylkeslag
eller NFU sentralt.

OM NFU

Norsk Forbund for Utviklingshemmede (NFU) ble stiftet i 1967.

NFU er en landsomfattende interesseorganisasjon for mennesker med utviklingshemming.

NFU har deltakelse og likestilling som bærende prinsipper.

NFU har over 8500 medlemmer. NFU har 165 lokallag og 12 fylkeslag Hundrevis av tillitsvalgte og aktive medlemmer arrangerer kurs, møter og andre aktiviteter året rundt.

NFU har til formål å arbeide for at mennesker med utviklingshemming skal ha samme rettigheter som alle andre borgere i det norske samfunnet.

NFU skal ivareta personer med utviklingshemming, foreldre eller pårørendes interesser overfor de sentrale, regionale og lokale myndigheter.

Landsmøtet er NFUs høyeste myndighet.

Landsmøtet trer sammen hvert fjerde år.

På landsmøtet velges forbundsleder og landsstyre.

Landsmøtet delegerer ansvaret for NFUs politikk og virksomhet til landsstyret.

Landsstyret kan oppnevne utvalg.

Det er medlemmer med utviklingshemming med i utvalgene.

Alle som ønsker det, kan ha med seg egen ledsager.

I fylkesstyrrer og styrrer for lokallag
er det også medlemmer med utviklingshemming.
Disse kan ifølge vedtektene også ha egen ledsager.

OM LEDSAGEREN

En ledsager er et ”hjelpemiddel”
for personer med
utviklingshemming. Ledsageren skal
støtte,
men ikke styre.
Personen med
utviklingshemming er
hovedpersonen.

En ledsager for personer med
utviklingshemming skal forklare vanskelige ord
og sammenhenger slik at det blir enkelt, men
ikke barnslig.

Ledsageren skal også sørge for
at det blir lett for hovedpersonen
å si sin egen mening
og komme med egne forslag.

Ledsageren skal vise respekt
for den han/hun er ledsager for.
Det er viktig å være bevisst på
hvorfor man er ledsager.

Det er viktig at ledsageren og hovedpersonen
trives med hverandre.

Man bør vite hvordan man omgås.
En del er ledsagere,
andre treffes også som venner
når det ikke er ledsageroppdrag.
Man må være bevisst på
forskjellen.

Utgifter i forbindelse med ledsageroppdrag
dekkes av NFU.

OM Å JOBBE GODT SAMMEN

Forskjellige personer trenger hjelp på forskjellige områder.

Det er personen med utviklingshemming som selv bestemmer støtten.

Ledsageren skal kun gi den støtten som hovedpersonen har behov for.

Ledsageren og hovedpersonen skal bli enige om hvilken støtte som trengs, både før de begynner oppdraget og mens de arbeider sammen.

Hovedpersonen må selv tenke igjennom hva ledsageren skal gjøre.

En del ønsker å bli stoppet hvis de holder på å gjøre eller si noe som ledsageren tror blir galt.

Andre vil ta sjansen på å gjøre sine egne feil.

En del vil at ledsageren minner dem på hvis de er i ferd med å glemme noe.

Det kan være bra å skrive en avtale mellom ledsageren og hovedpersonen. På neste side fins et eksempel på en slik avtale.

Bestem et tidspunkt hvor dere går igjennom avtalen etter en stund. For eksempel en gang i året eller etter tre måneder. Snakk om hvordan det fungerer. Gjør endringer i avtalen hvis det trengs.

Du bør også ha en avtale med NFU om omfanget av oppdraget.

FORSLAG TIL SAMARBEIDSAVTALE

Avtale mellom Anne (hovedperson)
og Kari (ledsager).

Anne er valgt som styremedlem
i NFUs lokallag i Li kommune.

Kari skal støtte Anne i styrevervet.
Hun skal hjelpe Anne
når hun forbereder seg til møtene.
Kari skal også være med på møtene
og forklare ord og meninger.
Kari skal notere det som sies på møtene.
Etterpå treffes Kari og Anne
og går igjennom det som ble sagt.
Kari skal ikke ta over
eller bestemme over Anne på møtene.

Anne og Kari skal kunne gi hverandre ris og ros.

Anne og Kari skal gå igjennom avtalen hvert år
før sommerferien
og endre hvis noe ikke er bra.

Sted, dato.

Vi har lest og forstått avtalen.
Vi lover å arbeide som avtalt her.

Anne
(hovedperson)

Kari
(ledsager)

TAUSHETSPLIKT

En ledsager skal alltid ha taushetsplikt.
Taushetsplikt betyr
at ledsageren ikke har lov å prate med andre
om hovedpersonens privatliv.
Det kan for eksempel handle om sykdommer
eller problemer i familien.

Man kan skrive om taushetsplikt i kontrakten
eller skrive på et eget ark om taushetsplikt.

Slik kan det se ut:

TAUSHETSERKLÆRING

Jeg lover at jeg ikke avslører private forhold
som jeg har fått vite
gjennom mitt oppdrag som ledsager.
Det gjelder også
etter at jeg har sluttet som ledsager.

Jeg må kun bryte taushetsplikten
hvis det handler om alvorlige lovbrudd
eller hvis de berørte parter
tydelig har gitt sin tillatelse.

Hvis jeg bryter dette løftet
kan jeg ikke fortsette som ledsager.

Sted, dato, underskrift.

LEDSAGERENS ROLLE

Alle skal få muligheten til å være med å påvirke.
For at personer med utviklingshemming skal kunne påvirke i møter, utvalg eller styrer kan de få hjelp av en ledsager.

Hovedpersonen og ledsageren går på forhånd gjennom det som skal skje på møtet. Ofte kommer det en innkalling eller andre papirer som viser det som skal diskuteres. Da er det bra hvis ledsageren og hovedpersonen prater om spørsmålene og forsøker å finne ut hva hovedpersonen mener.

Ledsageren skal forklare vanskelige ord og sammenhenger også under møtet.

Ledsageren noterer under møtet.

Ledsageren kan ikke prate under et møte med mindre hovedpersonen ber ledsageren om det. Han eller hun vil kanskje at ledsageren skal hjelpe til slik at andre forstår hva hovedpersonen mener.

Ledsageren skal hele tiden oppmuntre og støtte hovedpersonen i å fremme sine egne meninger.

Ledsageren skal være nøytral.
Det betyr at ledsageren ikke må påvirke slik at det er ledsagerens meninger som kommer frem.
Ledsageren skal støtte, men ikke styre!

Etter møtet snakker ledsageren og hovedpersonen om det som ble sagt og besluttet på møtet.
Skal hovedpersonen gjøre noe?
Vil han eller hun ha støtte av ledsageren for å kunne gjøre oppdraget?

Det er derfor ledsageren noterer under møtet.
Hovedpersonen kan også ha spørsmål etter møtet som ledsageren må kunne svare på.

Husk å spørre om hovedpersonen trenger hjelp til medisiner og hjelpemiddel!

Noen trenger hjelp til reiser og annet praktisk, andre trenger bare støtte under selve møtet.

Støtten må alltid være personlig.

LEDSAGER PÅ KONFERANSE

Når en person med utviklingshemming vil delta på en konferanse kan hun/han også trenge støtte. Lokallaget/fylkeslaget vil være behjelpelig med å skaffe ledsager.

Noen ganger har to eller flere personer samme ledsager. Tenk imidlertid på å ikke ta på deg mer enn du klarer!

Hvis en person ikke har god støtte tar det tid fra de andres ledsagere.

Ledsagerne må ikke komme med egne innlegg i diskusjoner. De skal alltid oppmuntre og støtte slik at hovedpersonene kan si sine egne meninger.

Men hovedpersonen kan be ledsageren hjelpe til slik at de andre forstår hva han eller hun mener.

Alle deltakerne har rett til å si ifra hvis en ledsager «overtar». Selvsagt skal de si ifra på en ordentlig måte.

Noen behøver hjelp med reiser og annet praktisk. Andre trenger bare støtte under selve konferansen.

Ledsageren noterer under konferansen.

Ledsageren skal forklare alt som er vanskelig å forstå.
Hvordan skal man få tid til å forklare?
Hovedpersonen kan be om ”2 minutter”.
Da venter alle mens ledsageren forklarer.
Noen ganger bruker man også stoppekort/rødt kort.

Det kan også være praktisk å bruke tid i pausene til å tenke på og prate om det som har blitt sagt.

Spør også hovedpersonen etter konferansen om dere skal gå igjennom det som skjedde på konferansen!

Husk å spørre om hovedpersonen trenger hjelp til medisiner og annet mens dere er på konferansen.

Noen ganger deler man seg inn i mindre grupper. Da kan gruppen selv bestemme om man ønsker at ledsageren skal gjøre noe spesielt, for eksempel lede diskusjonen eller notere for den som skal referere fra gruppearbeidet.

Men husk: det kan lett skje at ledsageren tar over når det er en liten gruppe. Ledsagere må stoppe hverandre hvis noen prater for mye!
Det skal være på en god måte naturligvis!

På NFUs konferanser finnes det alltid noen som har ansvar for praktiske saker. Henvend deg til den personen hvis du har problemer for eksempel med rom eller mat eller hvis noen blir syk.

Å KLARE MER

En ledsager skal hele tiden arbeide for at personen med utviklingshemming skal klare mer på egen hånd.
Det er viktig å få prøve selv.

Snakk sammen om hva hovedpersonen gjerne vil lære mer om.
Det kan handle om hva som helst, for eksempel å kjøpe togbilletter selv.

På den ene siden skal du som er ledsager bistå slik at hovedpersonen kan utføre sin viktige jobb/sitt verv.
På den andre siden er det tilfredsstillende og utviklende til selv å ordne opp i praktiske saker.

Hovedpersonen vil kanskje også lære mer om vanskelige ord eller om lover.

Husk også å være oppmerksom på gode hjelpemidler som passer til din hovedperson!
Gode hjelpemidler gir frihet og selvtillit.

SKIKK OG BRUK

Det finnes en del som er selvsagt.
Det er slikt som også er selvsagt
når man ikke er ledsager.

Pass tidene og pass på å være med hele tiden.
Avbestill reiser i tide hvis dere ikke kan delta.
Det koster mye for NFU
hvis reiser og rom avbestilles for sent.

Som ledsager er man et forbilde for mange.
En ledsager er også en del av bildet til NFU.
Derfor er det helt selvsagt
at en ledsager ikke skal være beruset
på møter og konferanser.

Ledsageren må kanskje hjelpe til
med hovedpersonens penger.

Her er det viktig å være ryddig
og ha klare avtaler.

HVA GJØR MAN HVIS NOE GÅR GALT?

Det er ikke alltid man er enige.

Slik er det i livet!

Det beste er alltid å prate med hverandre.

Men noen ganger kan man trenge hjelp
for å løse problemet.

NFU har ansvar for å hjelpe til.

Prat med noen fra lokallaget, fylkesstyret
eller NFU sentralt.

Hovedpersonen må alltid ha tillit

til sin ledsager.

Ellers kan ledsageren ikke fortsette med sitt oppdrag.

HVORDAN FÅ LEDSAGER?

Når en person trenger ledsager kan gjerne flere fra NFU lokalt hjelpe til med å finne ledsager. Det kan være noen som man allerede kjenner. Det kan også være en ny person. Det finnes ofte interesserte personer på skoler som utdanner til yrker innen opplærings-, helse- og sosialsektoren.

Når det informeres om NFU kan man fortelle om behovet for ledsager.

HVA SKAL LEDSAGEREN KUNNE?

Ledsageren skal ha kunnskap om utviklingshemming. Ledsageren skal også forstå hvordan tilrettelegging innvirker på funksjonshemmingen.

En ledsager bør være medlem av eller i alle fall sympatisere med NFU.

NFU kurser ledsagere. Medlemmer med utviklingshemming tilbys organisasjonskurs.

Ledsageren bør få opplæring og bør ha gjennomgått denne før oppstart. Lokallaget må formidle kontakt til fylkeslagets kontaktperson på området. Lokallaget må følge opp personen etter behov.

LITT OM Å KOMMUNISERE

- Bruk vanlige norske ord
- Forklar ualminnelige ord
- Vær konkret
- Ta opp én ting om gangen
- Ta dere god tid når dere snakker sammen

Her er i tillegg noen enkle regler:

- Skriv korte setninger
- Unngå innskutte setninger
- Du kan med fordel skrive korte linjer
- Ha stor linjeavstand og god avstand mellom avsnitt
- Bruk minimum skriftstørrelse 14
- Benytt gjerne bilder

Forslag: Les teksten høyt for en annen.
Du vil da kanskje oppdage ord eller setninger
du må forandre.

Husk at et enkelt språk gjør det lettere
for mange andre også.

AVSLUTNING

Som ledsager må du være parat til
å være i bakgrunnen.

Samtidig skal du vite at du gjør en viktig innsats
for at personer med utviklingshemming
kan delta i samfunnet og organisasjonslivet.

Du skal også vite
at du kommer til å lære mye
gjennom oppdraget som ledsager.

Det er kunnskaper
som du kan ha nytte av i mange sammenhenger.

Det er vel verdt å fortelle om å ta med på din CV
når du søker utdanning eller arbeid.

Ledsagerrollen er frivillig arbeid og med det
ikke lønnet.

Vi håper at du kommer til å trives
med oppdraget som ledsager
og at det kan bidra til at andre som du kjenner
også vil bli ledsagere.

Hvis du har kommentarer til dette heftet
kan du sende det til:

firmapost@nfunorge.org

LITTERATURLISTE og annet

Bøker som kan være nyttige å lese:

Andresen Soldal, Kristin.

Støttekontakter: soveputer eller ressurser i velferdssamfunnet? Fagbokforlaget 2003.

Gåsvatn, Kari.

Er de så annerledes?

Spørsmål og svar om psykisk utviklingshemming.

Kommuneforlaget 2. utg. 1997. (32 s.)

Huseby, Roar.

Psykisk utviklingshemmede og ansvarsreformen – kursbok modul 1.

Å arbeide med voksne som har psykisk utviklingshemming.

Notodden: Telemarksforskning – Notodden, 1996.

NKS fjernundervisning.

Sjørengen, Marit.

Gruppesamtaler om etiske hverdagsdilemmaer: Bevisstgjøring om holdninger i arbeid med mennesker med utviklingshemming.

Nasjonalt kompetansesenter for demens, 2003. (28 s.)

Lorentzen, Per.

Fra tilskuer til deltaker.

Samhandling og kommunikasjon med voksne utviklingshemmede.

Universitetsforlaget, 2003.

Bollingmo, Leif, Høium, Johnsen, Kari og Bjørn-Eirik (red.).

Det er mitt liv.

Brukermedvirkning og nye hjelperoller i habilitering og rehabilitering.

Universitetsforlaget, 2004.

Selboe, Aud, Bollingmo, Leif, Ellingsen, Karl Elling.

Selvbestemmelse for tjenesteytere.

Gyldendal Norsk Forlag AS, 2005.

Tidsskrifter og annet:

NFUs medlemsblad Samfunn for alle – fem utgivelser i året.

Klar tale – lettlest ukeavis – nettside www.klartale.no

E-post melding@klartale.no

Tilrettelagt litteratur – <http://lesersokerbok.no>

Kursmateriell NFUs nettside: www.nfunorge.org

Sentralbord: 22 39 60 50

Norsk Forbund for Utviklingshemmede (NFU) har med tillatelse fra Riksforbundet FUB i Sverige oversatt og bearbeidet heftet ”Bra att veta för handledare i Klippan och FUB” til en norsk versjon som heter ”Verdt å vite for ledsagere i NFU”.

Hefte er utgitt av:

Norsk Forbund for Utviklingshemmede (NFU)

Postboks 8954, Youngstorget

Youngstorget 2B, 0028 Oslo

Nettside: www.nfunorge.org