

Nettkurs for likepersoner



Forord

Denne rapporten gjelder prosjektet «Nettkurs for likepersoner», utført av Norges Parkinsonforbund. Takk til stiftelsen Dam som gjorde prosjektet mulig med finansiering, til prosjektgruppen som viet sin tid til prosjektet, til Helsekompetanse som leverte nettkurset og til Bennedichte C. R. Olsen for utvikling av innholdet til nettkurset.

Sammendrag

I dette prosjektet har vi utviklet nettkurs for likepersoner. Prosjektet gikk som planlagt og vi er veldig fornøyde med resultatet. Nettkurset ble delt i to, ett for å bli likeperson og ett for å holde studieringer. Nettkurset har blitt gjennomgått av både likepersoner og medlemmer som ikke er likepersoner før det ble lansert for å kvalitetssikre innholdet. Prosjektet ble gjennomført i henhold til oppsatt plan. Det var kun fem personer som tok nettkurset og ble likepersoner, men vi har stor tro på at vi vil få mange flere i tiden som kommer.

Innhold

Forord.....	1
Sammendrag	1
Bakgrunn for prosjektet	2
Målsetting og målgruppe	3
Prosjektgjennomføring/metode.....	3
Resultater, vurdering av effektmål og resultatvurdering.....	4
Oppsummering og videre planer.....	4

Bakgrunn for prosjektet

Norges Parkinsonforbund har i mange år hatt fokus på likepersonsarbeid, og gjennomfører årlig to kurs for å skolere likepersoner. I kursene har både nye og erfarne likepersoner deltatt. En likepersons kontrakt er gyldig i tre år og for å fortsette å være likeperson må man gjennomgå nytt kurs etter disse tre årene. Man må være medlem i Norges Parkinsonforbund for å delta på likepersonskursene.

Kursene vi har gjennomført har vært fysiske kurs over en helg, der inntil 30 personer har deltatt og vi har leid inn ekstern foredragsholder. Forbundet har prøvd å legge til rette for å ha kursene på ulike steder hvert år slik at det ikke blir så lang reisevei for noen. Men likevel så blir det lang reisevei for flere og det er krevende med en sykdom som parkinson. I tillegg til at man må delta på kurs hvert tredje år for å opprettholde sin kontrakt. Dette er en grense forbundet har satt for at vi skal kunne vurdere likepersonen på nytt, sykdommen kan utvikle seg mye på disse tre årene og dermed vil vi være sikre på at de aktuelle personene fremdeles egner seg til å være likepersoner. I tillegg er det svært kostbart for forbundet å holde kurs.

På bakgrunn av dette ønsker vi å lage nettkurs for nye likepersoner. Dette vil ha mange fordeler og vi vil også kunne nå en annen gruppe enn det vi gjør i dag. Det er mange unge som er rammet av parkinson og har familie og dermed ikke mulighet til å reise på et helt helgekurs for å bli likeperson. Flere av våre tillitsvalgte er likepersoner, og da vi møtte dem på ledersamlingen i 2018 så var de positive til at det lages nettkurs for å bli likeperson. Forbundet har i dag ca. 100 likepersoner, og ca. 80 av disse er oppført på forbundets hjemmeside med kontaktinfo slik at man kan ta direkte kontakt med den personen man ønsker. Se vår hjemmeside: <https://parkinson.no/tilbud-og-aktiviteter/snakk-med-andre-i-samme-situasjon>.

Målsetting og målgruppe

Målet med dette prosjektet er å utvikle nettkurs for medlemmer som ønsker å bli likeperson. Et delmål vil være å få 20 nye likepersoner i prosjektperioden.

Målgruppen for dette prosjektet er medlemmer av Norges Parkinsonforbund som ønsker å bli likeperson. Både personer som selv har parkinson og pårørende.

Prosjektgjennomføring/metode


I dette prosjektet ble det lagt opp til sterk brukermedvirkning hele veien og prosjektgruppen som ble satt ned i forkant fulgte prosjektet fra start til slutt. Tre personer som selv var likepersoner satt i prosjektgruppen og bidro med sine innspill gjennom hele prosessen. Vi startet med å lage avtale med Helsekompetanse som skulle levere nettkurset, og en avtale med Benedicte C. R. Olsen, som har lang erfaring med likepersonsarbeidet og som bidro med å utforme innholdet i nettkurset for likepersoner. Vi startet opp arbeidet med en workshop som Helsekompetanse ledet. Workshopen gikk over en arbeidsdag og var delt opp i tre ulike faser som vi diskuterte sammen.

- Kritikkfase: Hvordan det er/var å bli likeperson, hvilken opplæring var det? Hva er kritikken?
- Behovsfase: Hva trenger man av innføring og opplæring for å bli likeperson?
- Ønskefase: Fri fantasi rundt morsomme, effektfulle og aktuelle virkemidler/design på nett.




Likepersonskurs

Dette kurset er for medlemmer i Norges Parkinsonforbund som har et ønske om å gjøre en frivillig innsats som likeperson, enten man har parkinson selv eller er pårørende. Kurset gir deg kunnskap om rollen som likeperson og gjør deg kjent med organisasjonen. Du må på forhånd ha gått igjennom informasjon om hva det innebærer å være en likeperson på forbundets hjemmeside. Du må i tillegg ha avtalt med din lokalforening at du ønsker å ta kurset.

 [Til likepersonskurs](#)

Studieringskurs

Har du et ønske om å starte opp samtalegrupper? Da kan studieringene være et fint utgangspunkt for dette. I dette kurset vil du få en innføring i hvordan man arrangerer studieringer og studieringheftene forbundet har utviklet. Studieringer skal hovedsakelig ledes av likepersoner i Norges Parkinsonforbund.

 [Til studieringskurs](#)

Workshopen dannet grunnlaget for det videre arbeidet med innhold til nettkurset. Bennedichte C. R. Olsen og prosjektleder startet arbeidet med å utforme innholdet til kurset. Når det var klart ble det sendt over til prosjektgruppen for gjennomgang sammen med forslag på refleksjonsoppgaver som også var en del av nettkurset. Vi hadde noen runder frem og tilbake på tekstinnhold og oppgaver, og landet det til slutt. Da var arbeidet med å begynne utformingen av selve nettkurset i gang og Helsekompetanse fikk tilsendt innhold for å begynne arbeidet. I denne perioden informerte vi også våre fylkes- og lokalforeninger at vi var i gang med å lage nettkurs og oppfordret dem til å finne egnede likepersoner hos seg lokalt.

Det tok litt lengre tid å få ferdig utformingen av kurset og dermed ble prosjektet utsatt litt. Vi lagde små videosnutter av likepersoner som vi benyttet i nettkurset. Likepersonskurset ble delt opp i to deler, en del som heter likepersonskurs for å bli likeperson og en del som heter studieringskurs som er informasjon om hvordan man kan starte samtalegrupper som likeperson. Før kurset ble lansert ble det testet av både personer som var likepersoner og personer som ikke var likepersoner. Da fikk vi tilbakemeldinger fra disse og gjorde endringer i kurset der ting var litt vanskelig å forstå. På slutten av likepersonskurset får man opp skjema der man melder sin interesse for å bli likeperson. Skjemaet blir sendt direkte til prosjektleder og likepersonsansvarlig i organisasjonen som følger opp med en samtale på telefon før personen blir godkjent likeperson. Ved lansering av nettkurset sendte vi ut informasjon til våre tillitsvalget, og et eget nyhetsbrev til medlemmer der vi fortalte om verdien av det å være likeperson og nettkurset som var kommet.

Det ble også laget animasjonsfilm i tilknytning til nettkurset som ligger tilgjengelig på vår hjemmeside: <https://parkinson.no/tilbud-og-aktiviteter/likepersonstilbud/vil-du-bli-likeperson>. Denne siden er for medlemmer som er interessert i å vite mer om det å bli likeperson, og her ligger også lenke til nettkurset.

Resultater, vurdering av effektmål og resultatvurdering

Vi er veldig fornøyde med resultatet av nettkurset for likepersoner. Nettkurset ble ferdigstilt, men dessverre så fikk vi ikke så mange nye likepersoner som vi hadde håpet på. Det var kun fem personer som valgte å ta nettkurset fra det ble lansert og til prosjektslutt. Men totalt 689 personer var inne på den aktuelle nettsiden med informasjon om det å bli likeperson. Tallet har vi hentet fra google analytics. Vi tror det kan ha sammenheng med pandemien som kom og gjorde ting litt utfordrende. Både vi og våre 47 fylkes- og lokalforeninger kunne ikke arrangere møteplasser for medlemmer lengre der vi kunne fortelle om likepersonsarbeidet og nettkurset. Vi tror at tiden som kommer er mer lystbetont og vil gjøre nettkurset mer kjent. Prosjektet har hatt stor nytte for organisasjonen. Dette vil ha stor verdi for organisasjonen i årene som kommer. Nettkurset ligger tilgjengelig på vår hjemmeside og her er direktelenke til nettkurset: <https://parkinsonlikeperson.helsekompetanse.no/>.

Oppsummering og videre planer

Nettkurset for likepersoner vil leve i mange år fremover. Vi har stor tro på at nå som samfunnet har åpnet opp igjen så er det lettere å få tak i medlemmer som kan tenke seg å bli likeperson og bli en viktig ressurs for andre som trenger det. Likepersonsarbeidet er et utrolig viktig arbeid som Norges Parkinsonforbund kommer til å fortsette å jobbe med, og synliggjøre. Vi vil fortsette å bruke tid på å synliggjøre og fortelle om likepersonsarbeidet og nettkurset både til tillitsvalgte slik at de kan formidle videre og i sammenhenger der vi møter medlemmer. Vi har tilgang til å gjøre endringer selv på kurset dersom det vil bli nødvendig. Samarbeidet med Helsekompetanse og Bennedichte C. R. Olsen har vært veldig bra, og vi ser for oss samarbeid også i fremtiden både om flere nettkurs og likepersonsarbeid.