

Sluttrapport

"VÆRE TIL"

Vennskap, Ærlighet, Respekt, Empati,
Tilhørighet, Inkludering og Likeverd.

Søkerorganisasjon: Norges Blindforbund
Prosjektnummer: 2014/FBM5781
Virksomhetsområde: Forebygging
Prosjektledere: Marit Strander og Kristin Berg

Innholdsfortegnelse

Forord.....	4
Ingen hjelpemidler, takk!	4
Frø til en prosjektreise	4
Takk	4
Kap. 1. Bakgrunn og målsetting for prosjektet	5
1.1 Historikk	5
1.2 Tema i prosjektet.	5
1.3 Målet for arbeidet	6
1.4 Målgruppe.....	6
1.5 Viktige problemstillinger	7
1.6 Kort om aktivitetene i prosjektet.....	7
1.7 Omfang og begrensninger	8
1.8 Finansiering.....	8
Kap. 2 Metode og gjennomføring	9
2.1 Teoretisk forankring	9
2.2 Rekruttering	9
2.3 Samtalefellesskap.....	10
2.4 Familietreff.....	11
2.5 Ungdomssamlingene:.....	12
2.6 Velkommen inn, et lite glimt fra et ungdomstreff	13
2.7 Tapas og klatrepark	14
2.8 Foreldretreff.....	14
2.9 Familieveiledning	15
2.10 Klassebesøk.....	15
2.11 Refleksjonsspill som verktøy	16
2.11 Møte med klassene	16
2.12 Velkommen inn, en liten smakebit fra en gruppe	17
2.13 Det andre klassebesøket	17
2.14Faglig veiledning.....	18
2.15 Vakttelefon	18
2.16 Veiledningshefte	18
2.17 Fortløpende dokumentasjon	19

2.18 Praktiske utfordringer	19
2.19 Samarbeid med andre	20
Kap. 3. Har arbeidet båret frukter?	21
3.1 Effekt og betydning	21
3.2 Ny betydning av akronymet	21
3.3 Å finne egnede kandidater	21
3.4 Familiesamlingene	22
3.5 Foreldre- og ungdomstreff	23
3.6 Klassebesøk.....	24
3.7 Gruppeprosesser og engasjement.....	25
Kap. 4. Oppsummering.....	28
4.1 Har vi nådd målet i prosjektet?	28
4.2 Videre arbeid.....	28
4.3 konklusjon.....	28
referanser	29
Vedlegg 1: Infoskriv til prosjektdeltakere	29
Vedlegg 2: Refleksjonsspill, instruksjoner.....	34
Vedlegg 3: Refleksjonsspillet VÆRE TIL, problemstillingene på kortene	35
Vedlegg 4: Program for familiesamling 2014.....	42
Vedlegg 5: Notater, familiesamling 2014	45
Vedlegg 6: Eksempel på utsendt informasjon om et foreldretreff.....	57
Vedlegg 7: Eksempel på utsendt informasjon til et ungdomstreff.....	58
Vedlegg 8: Kort kjøreplan for det første klassebesøket.....	59
Vedlegg 9: Kjøreplan for det andre klassebesøket	60
Vedlegg 10: Program for familiesamling 2015.....	65
Vedlegg 11: Notater, familiesamling 2015	67
Vedlegg 12: Prosessnotat fra en ungdomssamling	71
Vedlegg 13: Evaluering etter familiehelg 2014.....	73
Vedlegg 14: Midtveisevaluering fra familiene	76
Vedlegg 15: Evaluering fra én klasse, besøk i 2015.....	80
Vedlegg 16: Taushetserklæring	84
Vedlegg 17: Grupperegler	85

Forord

Ingen hjelpemidler, takk!

Hun var tolv år, og ante ikke om de nyinnkjøpte klærne så stilig nok ut. Magen var proppfull av sommerfugler, hendene klamme og skuldrene ganske fastlåst i en stiv posisjon. Hvit stakk, det var helt uaktuelt å bruke. Dagen var kommet. Hun skulle ikke lenger gå i den vesle spesialklassen på Majorstua skole, klassen med kun to medelever som også hadde andre utfordringer i tillegg til at øynene var uvirksomme. Nå var det ungdomsskolen som stod for dør, lokale myndigheter hadde endelig sag «ja» til en «sånn en som henne». Skoleveien hadde hun lært godt, det var ca. en kilometer å gå. Stokken hadde hun bestemt plassert i et hjørne i gangen hjemme. Hun hørte lydene fra skolegården, alle som løp rundt, snakket, støyet. Foten fomlet langs veikanten bort til porten ved skolegården, ingen måtte se at hun var annerledes. Hun fant fram til døra, og listet seg forsiktig inn i gangen. Pulten hennes stod helt fremst i klassen, godt adskilt fra de andre elevene. Når hun nå tenker tilbake var friminuttene mylder uoversiktlig og overveldende! Det ble derfor ofte umulig å velge ut hvem man selv ønsket å snakke med. Disse situasjonene ga følelsen av sårhet og tilkortkommenhet.

Hvordan kunne læringsmiljøet skapt bedre forutsetninger for opplevelsen av tilhørighet og inkludering?

Frø til en prosjektreise

Dette var i 1981, en av prosjektlederne var den vesle 12-års gamle jenta. Så ble noen av erfaringene til tanker som førte fram mot den reisen dette prosjektet har blitt.

Så mange byrder som kan bli lettere når flere bærer sammen! Så stor betydning en liten kommentar kan få! Så enkle løsninger som kan gi livsmot, styrke og håp! Så mye byråkrati vi mennesker kan konstruere sammen. Noen av disse påstandene vil du få knyttet litt innhold til ved å lese denne rapporten.

Takk

Vi er to damer som har en dyp interesse for forebygging. Så var vi så heldige at vi fikk hver vår 20 % stilling i tre år som har gitt oss muligheten til å jobbe litt med et trivselsprosjekt vi brenner for.

Takk til Extrastiftelsen som lot oss få jobbe med arbeidet vi har kalt «Være Til». Prosjektet har gitt oss enda større tro på forebygging og enkle løsnings betydning.

Tusen takk til de fem familiene som har utgjort hovedgruppen vår. De kjære mødrene og fedrene har åpnet seg, gått på ukjente stier og våget mange nye retninger for ungdommene sine. Vi beundrer åpenheten og engasjementet dere har vist. Så var vi nok enda mer spent på hvordan kontakten ville bli med de fem ungdommene. Selv om vi begge er mødre til to tenåringer følte vi oss på gyngende grunn. Men dere har vært så fantastiske mot hverandre og vist oss ekte varme og tilstedeværelse for hverandre. Takk for at dere har delt så mye med oss, vi kommer alltid til å bære dere med oss i hjertet.

Vi vil også rette en takk til skolene som deltok i arbeidet. Noen var nok litt småskeptiske i starten, men vi fikk til en meningsfylt og berikende dialog etter hvert. Skolehverdagen er travel, men likevel satt dere av tid til oss, det setter vi stor pris på. Så håper vi at noen av tankene vi strødde ut over klassene kan bli til små trivselsfrø som kan vokse og bli næringsfulte vekster.

Kap. 1. Bakgrunn og målsetting for prosjektet

1.1 Historikk

Forskning viser at avgjørende faktorer for læringsmiljøet er trygghet, anerkjennelse og tillit, opplevelsen av å være en del av et fellesskap, og at det er gode relasjoner mellom elever og lærere og elevene i mellom (1).

I kjølvannet av integreringsreformen er sosial trivsel lite studert. Fagpersoner og synshemmede uttrykker enighet om at denne gruppen ofte opplever manglende sosial aksept og inkludering i løpet av årene på ungdomsskolen (3).

Synshemmede elevers rettigheter er belyst i et eget rundskriv fra Utdanningsdirektoratet (2). Temaet psykososialt miljø er imidlertid ikke omtalt.

I august 2016 la Norges Blindforbund fram sin undersøkelse om synshemmedes trivsel i skolen (6). 65 % av de som ble intervjuet sier at de har blitt mobbet på skolen, det meste foregikk i skolegården og startet i løpet av de første skoleårene.

Innen en pedagogisk forståelsesramme rettes det ofte et fokus mot mestring, atferd og individets forutsetninger. En fare med denne innfallsvinkelen er at tilhørighet og sosial trivsel forklares ut fra den enkeltes prestasjonsevne og egeninnsats – individets sosiale mestringsevne.

Hva kan vi forstå bedre ved å rette blikket mot hvilken evne et miljø/system har for at sosial samhandling mestres i fellesskap? Hvordan plasseres enkeltindividet inn i en slik forståelsesramme?

Dette er en kortfattet beskrivelse av utgangspunktene dette trivselsprosjektet hviler på.

1.2 Tema i prosjektet.

De aller fleste opplever nok ungdomsskoletiden som en vanskelig periode. Ut fra alle de samtaler vi har hatt med folk rundt oss sier majoriteten at årene mellom 13- og 16 år er en epoke som var kjekt å bli ferdig med.

Et av våre utgangspunkt for arbeidet har derfor vært at de fleste ungdommer antagelig opplever 8.-10 klasse som krevende. Vi har også antatt at enkelte elever har tilleggsutfordringer som ytterligere kan forvanske disse årene. En sterk synshemming kan være et eksempel på en slik tilleggsutfordring.

Alle de signaler vi fikk, både fra synshemmede, fagpersoner og ansatte i Norges Blindforbund, var entydige! Opplevelsen av manglende sosial tilhørighet er et vesentlig og velkjent problem for mange sterkt svaksynte og blinde elever på ungdomsskolen. Det er et stort behov for å gjøre en innsats for å bedre forholdet.

Fordi en av prosjektlederne selv er født blind ble det ganske naturlig å ta utgangspunkt i nettopp denne situasjonen. Vi vet at mange har kompetanse og retter et fokus mot pedagogisk innhold og tilrettelegging. Med vår sosialfaglige bakgrunn ble det derfor interessant å fokusere på hvordan enkeltelever opplever sosial trivsel og tilhørighet. Vi ville gjøre en liten innsats for å lage et forebyggende opplegg for fem fokuselever og deres familier. Kanskje kunne dette vesle arbeidet gjøre årene på ungdomsskolen litt enklere å forholde seg til, det var i hvert fall vårt ønske og håp.

Så ble det også viktig for oss å gjøre en liten innsats for å øke bevisstheten rundt sosial trivsel i klassene. Kanskje vi kunne klare å lage et verktøy som kan bli et lite bidrag i denne store sammenhengen?

1.3 Målet for arbeidet

Hovedmålet med prosjektet var å utvikle en arbeidsmodell for å øke opplevelsen av sosial trivsel og tilhørighet for blinde og sterkt svaksynte elever på ungdomsskoletrinnet. Selvsagt er dette et stort og vidløftig mål, og vi konkretiserte innsatsen i følgende underpunkter

- Rekruttere og samarbeide med fem synshemmede elever og deres familier samt deres skolerelaterte nettverk på 8. og 9. trinn.
- Lage gode samtaleopplegg for smågrupper basert på refleksjon og kunnskapsformidling for fokusungdommene, foresatte, familiene og klassene elevene går i.
- Legge til rette for fruktbar erfaringsutveksling for foresatte, ungdommene og skolepersonell.
- Lage et tipshefte til senere bruk. Heftet skal gi tips og råd som også andre målgrupper kan dra nytte av.

1.4 Målgruppe

For dette prosjektet har målgruppen vært todelt. Hovedfokuset i prosjektet har vært arbeidet rundt fem synshemmede fokuselever fra Østlandet på 8. og 9. trinn. Foresatte og søsken har også vært en del av hovedmålgruppen.

Videre har vi rettet oppmerksomheten mot klassene de fem fokuselevne går i samt aktuelle fagpersoner på den enkelte skole.

1.5 Viktige problemstillinger

Selv om en av prosjektlederne er synshemmet, var landskapet vi skulle bevege oss i temmelig ukjent. Ingen av oss har tidligere jobbet innen synsfeltet. Vi kjente litt til organisering og aktuelle etater og instanser, men bortsett fra dette var vi temmelig nysgjerrige og uvitende. Derfor var det mange ting vi ønsket å finne litt mer ut om.

Hvordan burde vi gå fram for å rekruttere egnede fokusfamilier?

Hvordan kunne vi bidra til å skape gode gruppeprosesser?

På hvilken måte skulle arbeidet innrettes mot et størst mulig engasjement fra deltakerne?

Hvilke temaer ville egne seg for samtaler individuelt og i grupper?

Hvilket samarbeid ville vi kunne oppnå med fokusklassene?

Hvordan kan effektene av innsatsen måles?

Hvordan kan arbeidet leve videre?

1.6 Kort om aktivitetene i prosjektet

Nedenfor følger en kort beskrivelse av de viktigste aktivitetene i prosjektet.

- Familiesamlinger: Disse ble gjennomført en gang hvert år for de fem fokusfamiliene. Den viktigste hensikten med samlingene var å legge til rette for at deltakerne i prosjektnettverket skulle bli godt kjent. Det ble lagt til rette for erfaringsutveksling.
- Månedlige temasamlinger for ungdommene: Tidsrammen rundt samlingene var tre timer. Eksempler på aktuelle temaer: Når føler jeg meg akseptert, inkludert og verdsatt? Hvordan kan jeg finne min plass i klassen? Hva vil være en trygg og trivselsfylt skolehverdag for meg?
- Kvartalsvise samlinger for foreldrene med tilsvarende tidsramme: Her var hensikten at foreldrene skulle få anledning til å drøfte foreldrerollen, få kunnskap om aktuelle temaer, grensesetting, luften frustrasjoner og høste erfaringer fra andre.
- Klassebesøk: Målet var å gjennomføre et opplegg med fokus på trivsel hvert halvår i de fem fokusklassene. Som nevnt innledningsvis er «VÆRE TIL» akronymet for Vennskap, Ærlighet, Respekt, Empati, Tilhørighet, Inkludering og Likeverd. Som virkemiddel i denne delen av arbeidet utviklet vi et reflekterende brettspill. Elevene ble satt sammen i grupper hvor de fikk trening i å reflektere overfor og sammen med resten av gruppen. Spillet lar deltakerne få prøve på å sette seg inn i vante og ukjente roller og problemstillinger. Klassetreffene inneholdt også faglige temaer og innslag med relevans til sosial trivsel. Tidsrammen rundt besøkene var satt til maksimalt fire timer pr. klasse.
- Faglig veiledning: I etterkant av klassebesøkene fikk fagpersoner tilbud om veiledning rundt sosial trivsel. Hensikten var å finne gode løsninger for klassene. Den enkelte skole hadde ansvaret for å forberede problemstillinger. Tidsrammen var satt til 1,5 time pr. skole.
- Familieveiledning: Her fikk den enkelte fokusfamilie tilbud om en tilpasset veiledningssamtale en gang pr. halvår. Det ble gitt anledning til å ta opp temaer som ikke egner seg i en stor gruppe. Samtalene ble gjennomført i hjemmet og på andre egnede steder.

- Telefonveiledning: Prosjektlederne var tilgjengelig på telefon to timer hver uke. Dette tilbudet rettet seg både mot familiene og aktuelle fagpersoner. Hensikten var at enkle problemstillinger kunne drøftes fortløpende. I den avsluttende fasen av prosjektet var fortsatt vakttelefonen betjent. Tanken var at dette ville gi deltakerne en faglig forsvarlig nedtrapping av gruppeprosessen.
- Dokumentasjon: Arbeidet ble fortløpende dokumentert gjennom hele prosjektperioden i form av prosessreferat, notater og skriftlige evalueringer.
- Tipshefte: Dette skal gi tips til andre som vil jobbe med samtalegrupper og arbeidsverktøy med fokus på sosial trivsel for ungdomsskoleklasser.

1.7 Omfang og begrensninger

Sosial trivsel og tilhørighet er komplekse og sammensatte opplevelsesprosesser. Vårt prosjekt har hatt et forebyggende fokus, og vi kan bare gjøre vage antagelser rundt hvilken effekt arbeidet har hatt. Samtidig er vi gitt anledning til å formidle mange av våre synspunkter og tanker for hvordan arbeidet kan være frukter fremover.

Fem fokusfamilier er selvsagt et lavt antall. Det har vært en fordel at vi har kunnet jobbe tett med personer over tid. Dette har bidratt til at vi har fått en relativt nær kjennskap til hvordan deltakerne har opplevd å være med i prosjektet.

Det har vært en stor fordel at vi fikk muligheten til å jobbe med temaet i tre år. På denne måten har i fått en relativt god mulighet til å vurdere langvarige prosesser, noe vi vil forsøke å formidle betydningen av gjennom informasjonen som er samlet i denne rapporten. Samtidig har vi hatt andre fulle jobber ved siden av et aktivt familieliv. Dette setter selvsagt tydelig rammer for innsatsen vi har hatt anledning til å prioritere. 20 % stilling for oss har hvert et absolutt minimum.

Noen av aktivitetene har fått en større prioritet enn det vi først antok, mens andre har blitt viet mindre oppmerksomhet. Delvis har dette handlet om forhold vi ikke visste noe om på forhånd. Eksempelvis kunne vi ikke ane i hvilken grad deltakerne ville ta imot tilbudet om samtaler for den enkelte familie. .

1.8 Finansiering

Dette prosjektet har pågått i tre år og er fullfinansiert og godkjent av Extrastiftelsen. Vi har ikke mottatt inntekter fra andre kilder. Derfor kan all vår takknemlighet rettes mot Extrastiftelsen som ga oss muligheten til å jobbe med et spennende og givende prosjekt.

Vi ønsket å utvide innsatsen i prosjektet med en 20 % stilling. Søknad ble sendt både til Helse- og Utdanningsdirektoratet. Dessverre ble søknadene avslått.

Kap. 2 Metode og gjennomføring

2.1 Teoretisk forankring

For oss var det viktig å omsette tanker om forebygging og en helhetlig tilnærming til noe håndfast og konkret. Vi hadde nok en del tanker om at det lett blir servert vidløftige fraser og fine ord i dette landskapet. Det har vært en klar forutsetning for oss å gjennomføre arbeidet med god faglig forankring. Dette handler bl.a. om en stor tro på at erfaringskompetanse er en uvurderlig ressurs for å gi et godt tilbud til en sårbar gruppe.

Forebygging og en systemisk tankegang ble derfor viktige utgangspunkt for modellen vi inviterte fokusfamiliene til å følge. Temaene og formen på arbeidet har også blitt sterkt inspirert av tanker fra løsningsfokuset tilnærming og det såkalte «berikelsesperspektivet».

Berikelsesperspektivet forholder seg til at mangfold representerer en ressurs, ikke et problem. Med dette som drivkraft blir både likheter og ulikheter verdsatt (7) Opplæring og et godt læringsmiljø må tilpasses mangfoldet. Empowerment-tankegangen er nært beslektet med berikelsesperspektivet, noe som innebærer myndiggjøring og likeverd som bærende grunnverdier.

Et grunnleggende utgangspunkt for systemisk tankegang er at helheten utgjør mer enn summen av delene (4). I møte mellom enkeltmennesker, eksempelvis i en klasse, vil verdier, holdninger, handlinger og all form for kommunikasjon påvirke kulturen i systemet.

I løsningsfokuset tilnærming (LØFT) tenker man at et problem oppstår «i møte mellom» noen eller noe. Problemet har ikke kun en individuell tilknytning, men kan f.eks. oppstå når en person møter en utfordring eller situasjon. I denne tankegangen søkes det etter løsninger, det jakes ikke etter årsaken til et problem. Alle systemer har iboende ressurser (5).

Familiene og klassene som deltok i prosjektet utgjorde et nettverk (et system). Målet var at nettverket skulle fungere som støttende og løsningsorientert gjennom hele prosjektperioden.

Aktiv medvirkning, refleksjon og dialog var de viktigste virkemidlene som ble benyttet både i samtalegruppene, under individuell veiledning og for klassebesøkene vi foretok.

Utarbeidelsen av kurskonsept og opplegg for temasamlingene tok utgangspunkt i at fag og erfaring går «hånd i hånd». Dette innebærer at vi ønsket å gi god tid til felles refleksjon og erfaringsutveksling. Samtidig var det viktig for oss å legge til rette for relevant kunnskapsformidling. Temavalg ble i størst mulig grad fastspikret i samarbeid med fokusfamiliene.

2.2 Rekruttering

I tråd med prosjektbeskrivelsen var målet å rekruttere fem fokusfamilier. Arbeidet med dette tok lenger tid enn først antatt. Vi ønsket primært elever i ungdomsskolen helt uten syn. Dette måtte vi utvide, noe som forholdt seg til beskrevet målgruppe i prosjektbeskrivelsen. Med bistand fra Norges Blindforbund og Statped fant vi til slutt frem til fem familier som ønsket å delta. Alle de fem fokuselevne var klassifisert som sterkt svaksynte.

Vi stilte to krav til deltakelse. For det første forpliktet familiene seg til å delta i hele prosjektperioden. Vi laget en enkel prosjektkontrakt. Her åpnet vi selvsagt for at en familie kunne trekke seg ut av arbeidet, dersom uventede forhold forhindret videre deltakelse.

Selv om vårt prosjekt rettet seg mot personer med nedsatt syn, ønsket vi ikke å begrense målgruppen unødig. Vi vet at mange personer med nedsatt syn også har andre utfordringer i tillegg til synshemmingen. Det andre vi stilte krav om var at foreldrene vurderte at ungdommene kunne ha utbytte av å delta aktivt og gjensidig i små samtalefellesskap. To av ungdommene som deltok i prosjektet hadde en annen funksjonsnedsettelse i tillegg. Vi kan ikke se at dette på noen måte har begrenset eller innsnevret innsatsen i vårt arbeid, heller tvert om.

For at modellen skulle la seg teste ut, var vi også avhengig av å få skolene til de fem fokuselevne med på laget. Dette antok vi at ville bli en enkel sak. For fire av skolene viste vår antagelse seg som holdbar. Derimot var det vanskelig å få den siste skolen med i arbeidet. Etter kraftig påtrykk fra foreldrene, ble skolen til slutt med på laget.

2.3 Samtalefellesskap

Gruppeprosesser med erfaringsutveksling, kunnskapsformidling og veiledning kan organiseres på mange måter. Enkelte opplegg baseres på et tydelig definert og fastsatt faglig program, mens andre gruppeopplegg fullt ut styres etter selvhjelpsprinsippet.

I vår modell har vi valgt en middelvei. Gruppeprosessene har, i en viss grad, blitt styrt av prosjektlederne. I fellesskap laget vi grupperegler, og alle samlingene hadde en tydelig definert tidsramme, tre timer.

Vi tok utgangspunkt i anbefalte grupperegler fra Selvhjelp Norge (se vedlegg 17).

Ungdommene og foreldrene undertegnet en etisk taushetserklæring (se vedlegg 16). Vi brukte god tid på å snakke om hva dette løftet innebærer. Fordi personer med nedsatt syn møtes i ulike arenaer drillert vi dette nøye. Vi minnet om gruppereglene og taushetsløftet hver gang vi møttes.

Til de fleste samlingene hadde vi forberedt et tema, men innspill fra deltakerne fikk større og større betydning etter hvert som tryggheten BLE godt etablert.

Som utgangspunkt for ungdoms- og foreldresamtalene laget vi en temaliste. Denne ble fortløpende supplert etter innspill fra deltakerne. Vi fulgte på ingen måte denne listen slavisk, men den fungerte som en god hjelp til planleggingen under veis. Vi var opptatt av å finne generelle ungdomstemaer. I de tilfellene vi fant det hensiktsmessig, la vi til spørsmål og informasjon som spesielt rettet seg mot nedsatt syn.

På alle familie- ungdoms- og foreldretreff ble det satt av god tid til mingling og erfaringsutveksling. Den uformelle praten ga et godt utgangspunkt for en trygg og dynamisk gruppeprosess.

I det følgende blir aktivitetene nærmere omtalt.

2.4 Familietreff

Begge semestrene ble innledet med en familiehelg. Tanken var å legge til rette for gode relasjonsbånd som kunne gi et trygt utgangspunkt for en god gruppedynamikk.

Programmet på disse familiesamlingene var i stor grad bestemt av prosjektlederene. Målet var å gi et tilbud som både ga rom for erfaringsutveksling og ny kunnskap. Flere av innledningene ble levert av prosjektlederene, men vi hadde også innleide foredragsholdere som ga viktige bidrag.

Vi var temmelig spente da vi skulle treffe de fem familiene på den første samlingen i september 2014. Her var søsken invitert, og vi hadde med ungdomsmedhjelpere som hadde ansvaret for å aktivisere de minste mens det øvrige programmet forløp.

Soria Moria Hotell i Oslo var et velegnet sted for disse samlingene.

Vi var nok litt engstelige for at ikke godtonen ville komme på plass helt av seg selv, derfor var programmet på den første samlingen i overkant tettpakket. Samtidig ville det kanskje blitt annerledes oppfattet om familiene ikke etablerte en pratsom og trygg atmosfære helt fra starten av. Ungdommene var nok litt usikre på hva dette prosjektet egentlig var, men da vi delte gruppa i to fant vi ut at både foreldrene og ungdommene hadde et stort snakkebehov. Det var nok avgjørende at vi hadde et klart opplegg for ungdomsgruppa, men foreldrene ordnet seg nesten selv. Vi hørte på samtale og skjønnte fort at ulikhetene i hjelpetilbud spriker voldsomt.

Til klassebesøkene var et av verktøyene vi ønsket å bruke et selvlaget refleksjonsspill. Dette klarte vi å få ferdig før den første familiesamlingen, og vi fikk en utmerket mulighet til å prøve ut hvordan ukjente deltakere fant seg til rette med spillereglene. Vi delte inn i grupper på tvers av familiene, og det bidro til en god etablering av en fruktbar gruppeprosess. Det morsomme var at foreldrene var minst like entusiastiske som ungdommene.

Vi var overveldet over den positive responsen deltakerne ga det nye spillet, noe som var godt å ta med seg når vi skulle ut for å besøke klassene litt senere på året.

Programmet på den andre familiesamlingen bar preg av fysisk aktivitet og ungdommenes fritid. Vi fikk en god innledning fra Landsforeningen for norske Ungdomsorganisasjoner (LNU). Her plukket vi med oss flere temaer som ble brukt på senere ungdomssamlinger.

Alle fikk også muligheten til å delta på en aerobic-time uten å bruke synet. Blindfolder ble delt ut til deltakerne. Vi hadde en meget dyktig instruktør som er godt trent til å gi verbale instruksjoner. Vi tror mange fikk en aha-opplevelse av hvilken betydning gode beskrivelser med ord kan gjøre mange ting enklere for personer med nedsatt syn.

Familiesamlingene ble en god måte å starte hvert av høstsemestrene. Fordi vi var heldige å få overført ubrukte midler til det tredje prosjektåret fikk vi også muligheten til å ha en ekstra familiesamling. Her hadde vi kun én overnatting, og en aktivitetsløype med fokus på samarbeid var den viktigste ingrediensen.

Prosjektet ble også oppsummert, og det var en verdig og fin måte å avslutte det formelle arbeidet vi hadde formet sammen.

Vedlagt rapporten er program for familiesamlingene.

2.5 Ungdomssamlingene:

Planen var at samlingene skulle gjennomføres på kveldstid en hverdag hver måned. Fordi reiseveien ble så lang valgte vi å bruke søndager til samlingene. Drammen ble et naturlig midtpunkt, og vi fikk leie to fine grupperom i Filadelfiakirken.

Vi gjennomførte 8 ungdomstreff hvert av prosjektårene. Dette ble fastspikret i samarbeid med familiene. Fordi reiseavstanden var ganske lang for flere deltakere, ble ungdomssamlingen avlyst de månedene vi hadde familiehelg. Ferie- og eksamensavvikling styrte det antallet samlinger vi landet på.

Vi brukte god tid på å bli enige om felles grupperegler (se vedlegg 16). De første gangene var nok et spennende tema en viktig motivasjon for ungdommene til å delta.

Men vi så etter hvert at behovet for å snakke sammen og dele erfaringer kom tydeligere fram i lyset. Derfor laget vi en fast post på programmet som fikk navnet skjer'a-runden. Noen ganger hadde de så mye på hjertet at det forberedte temaet ble satt til side. Som gruppeleder er det en viktig ferdighet at prosessen leses så godt som mulig. Dersom en ungdom trengte god tid til å få snakke om og få støtte fra de andre ble dette viktigere enn våre forberedelser.

Ungdommene har bidratt med innspill til temaforslag. Noen av emnene vi har jobbet med er:

Hvordan kan jeg velge hvem jeg vil være sammen med?

Hva skal klassen eventuelt få vite om mitt nedsatte syn?

Fritidsaktiviteter, hva ønsker jeg å gjøre?

Hva kan mitt bidrag være til det sosiale fellesskapet i klassen?

Gull og tull i en samtale

Betydningen av blikkontakt

Gymtimen og fysisk aktivitet

Selvbilde, selvfølelse og selvinnsikt

Hva skjer med oss i puberteten (innleid psykolog)

Stolthet over å «være meg»

Refleksjoner rundt filmen Pitbull-Terje

Jevnt over har oppmøtet vært sært godt. På de aller fleste samlingene har alle fem familiene deltatt. Vi satt en grense på tre familier, og vi opplevde aldri at en samling ble avlyst. Grunnet eksamensavvikling hadde vi to chatt-møter, da unngikk vi reisetid samtidig som gjennomføring ble sikret.

Vi har skrevet notater fra alle samlingene, og det har lært oss mye om hvordan gruppeprosessene utvikler seg.

Til samlingen om stolthet hadde vi invitert Jørgen Foss. Han har vært forbundsleder i Landsforbundet for overvektige, og han tegnet et levende og fargerikt bilde av hvilke utfordringer han selv har opplevd på veien mot å finne sin egen stolthet. Både foreldre og ungdom var til stede under hans innlegg, deretter delte vi gruppa i to for videre refleksjon.

På flere av samlingene benyttet vi praktiske øvelser, dette som et resultat av ønsker fra ungdommene. En gang hadde vi pakkeleken, det ble en stor suksess. Gavene var pakket inn fra den mest stilige med vakker sløyfe til stygt og krøllete papir med isolasjonstape til pynt. Selvsagt var innholdet ofte i uoverensstemmelse med innpakkingen. Vi fikk en flott samtale rundt fordommer og hvordan mennesker med nedsatt syn, på samme måte som alle, risikerer å feilvurdere ut fra et førsteintrykk.

2.6 Velkommen inn, et lite glimt fra et ungdomstreff

Det har vært rørende å se hvordan de flotte ungdommene backer hverandre opp. Vi skal ta dere med inn på en av samlingene og gjengi litt fra en av skjer'a-rundene.

Vi kaller deltakeren for Lene, og hun tok ordet litt nølende denne gangen: «Har det ok hjemme. Mye lekser. Mye slåssing på skolen. Sitter ofte alene i klasserommet i friminuttene, gjør lekser. De aller fleste løper til Meny i storefri, der er det så myldrete at jeg mister helt oversikten. Dessuten er det jo usunn mat de kjøper, er jo ikke så lurt. For en uke siden var det noen som «storma» kantina, de tok med seg flere paller med iste. Det var med noen fra trinnet mitt også.» Gruppa utfordret henne til å si noe om hva hun syns om å være alene. «Det syns jeg at er trist, har ingen å henge med på skolen. Er stort sett alene hjemme også, men har jo så mange lekser og mye å gjøre. Det er også litt vanskelig fordi de andre gjør flere tin samtidig, telefonen osv. ikke så lett å henge med.» De andre i gruppa ga støtte på at hun er tøff som innrømmer dette. En gruppeleder spurte om skolen har miljøarbeidere? «Det er miljøarbeidere på skolen, men det er jo så mange elever, så de får jo ikke gjort så mye. Lærerne er heller ikke så flinke til å tilrettelegge, så familien vurderer å bytte skole. Mattelæreren gjør en del, men i de andre fagene er det ikke så bra.» Innspill fra annen deltaker: «Jeg får heller ikke til å spille tennis. Er så lei av at læreren sier at jeg kan ta styrkeøvelser i garderoben». Lene: «Har jo blitt mobbet ganske mye på skolen, en av grunnene til at jeg tar taxi. Det der har jeg fortalt om før.» Annen deltaker: «De har jo ikke god selvtillit de som sier sånne stygge ting. De er jo ikke akkurat trygge på seg selv. Du er jo real, kuleste personen jeg har møtt på lenge, du er topp.» Flere andre i gruppa ga innspill om at hun er snill, kul, tøff, real, har god humor, er positiv, utadvendt. Lene: «For noen dager siden hadde vi vikar i gymtimen. Han sa at hvis jeg hadde fulgt litt bedre med, hadde jeg forstått hvordan reglene i tennis er. Vi har tatt opp denne episoden med skolen denne uka.» Det ble gitt mye respons på at dette utsagnet var utrolig lite overveid, han hadde nok ikke fått god informasjon før vikartimen tok fatt. Lene: «Når det skal velges grupper, blir jeg alltid valgt til sist (dette bekreftet en annen i gruppa også: «Det er jo veldig rart at ingen velger deg, du er jo en veldig snill type!») Lene: «Jeg er veldig mye alene, det er jo kipt. Faren min syns jeg burde være litt mer sammen med lillesøsteren min. Prøver, men er så sliten etter skole og lekser at jeg ikke orker mer.» De andre viste veldig god støtte å ga mange komplimenter og innlevende sympatierklæringer.

I vedlegg 12 kan du lese referat fra hele dette møtet.

2.7 Tapas og klatrepark

På en av ungdomssamlingene kom det fram et ønske som ble svært godt tatt imot av hele gruppen. En overnattingstur UTEN foreldre, det synes de var på sin plass. som gruppeledere var vi ønsket velkommen, og dermed var planene i gang. Det var heldig for oss at en av oss hadde stort hus med plass til mange. Programmet ble snekret sammen i fellesskap med ungdommene. Vi ble enige om å lage en tapasaften. Her var målet å lære flere enkle retter og hvordan disse kan anrettes på et delikat fat. Det viste seg at flere av ungdommene hadde liten erfaring med middagslaging, noe som sikkert ikke er helt uvanlig for denne aldersgruppen i dag. Så morsom denne kvelden var. To andre ungdommer deltok også som ledsagere, noe som var helt nødvendig dagen etter. Da hadde vi nemlig bestemt oss for å dra til Klatreparken i Tryvann. Her er det løyper med mange ulike vanskelighetsgrader. Vi visste at flere i ungdomsgruppa hadde erfaringer fra gymtimene som ikke var spesielt morsomme. Det var også med to i gruppa med lettere utfordringer knyttet til bevegelse og balanse. En i gjengen hadde en synsnedsettelse som spesielt utfordrer koordinasjon mellom syn og hånd. Vi utfordret her spesielt til å bruke hendene for å kjenne på de ulike apparatene / klatreutfordringene mer enn å «se seg fram».

Dere skulle hørt gledeshylet når hun klarte å komme over en hindring som i utgangspunktet virket helt umulig. De to flotte ungdommene som var med som ledsagere gjorde en fantastisk innsats.

Vi tror at denne ekstra aktiviteten ble spesielt betydningsfull for ungdommene. De ble enda nærmere knyttet sammen, og temaene vi hadde valgt var en herlig fulltreffer. Helgen ble avsluttet på indisk restaurant, da fikk foreldrene også være med.

Noen av de unge reiste til Oslo med toget alene for første gang, en opplevelse som nok også ble nyttig å ta med seg videre på veien.

2.8 Foreldretreff

På tilsvarende måte som i ungdomsgruppa, fant foreldrene en åpen og svært meddelsom tone. De viste et enormt behov for å prate med andre som har likhetspunkter i livssituasjonen. Det ble derfor en enkel oppgave å lede gruppeprosessen under samtalene med foreldrene.

Fordi alle ungdommene ble fulgt til de månedlige samlingene møttes foreldrene uansett, og de fikk fine prater på en kafé de gangene vi ikke hadde et eget opplegg.

Det var ikke anledning for begge foreldrene til å møte opp på alle treffene, men oftest var begge til stede.

Hyppigheten på foreldretreffene ble økt fra kvartalsvise- til møter hver annen måned, dette etter ønske fra foreldrene. Vi ledet da hver vår gruppe, og noen ganger hadde vi også et delvis fellesopplegg.

Vi har hatt et eget tema om oppfølging fra hjelpeapparatet. Ut fra de innspillene som ble gitt, ser vi at oppfølgingen rundt familiene er svært variabel. Informasjon om aktuelle tilbud og tjenester har også nådd fram til familiene i svært ulik grad.

Tilknyttet tema om stolthet laget vi et samtaleopplegg for foreldrene hvor vi bl.a. fokuserte på hva en god rollemodell er for en ungdom på leit etter seg selv, hvordan møte egen bekymring når ungdommene ønsker å prøve «skumle» ting og hvordan vi kan styrke selvbildet på en god måte. Dette er selvsagt store temaer, men bevisstgjøringen slike samtaleprosesser igangsetter tror vi har en stor og viktig verdi.

2.9 Familieveiledning

Mange temaer egner seg godt til felles refleksjon i en gruppe. Vi ønsket også å gi familiene muligheten til å lufte saker som var av mer individuell og sensitiv karakter.

Vårt tilbud var en samtale til hver familie i halvåret. Noen ønsket hjemmebesøk, og vi var minst én gang hjemme hos hver familie. I andre tilfeller møttes vi litt før ungdomssamlingene for å ta en prat.

For at ikke denne aktiviteten skulle oppleves som et pålegg, var vi veldig nøye med å formidle at dette var et tilbud. Vi ønsket ikke «å presse oss på» men vise at det er familietemaer som kanskje er vanskelig eller lite passende for en større gruppe. Flere luftet temaer både om mobbing, psykisk helse og bekymring. For en av deltakerne førte et hjemmebesøk til at familien søkte om støttekontakt til ungdommen. Vedkommende fikk dette innvilget, og vi tror det ble en viktig ordning gjennom en vanskelig tid.

For en av de andre ungdommene var foreldrene sterkt bekymret for psykiske utfordringer av alvorlig karakter. Etter oppfordring fra prosjektlederne tok foreldrene kontakt med Barne- og Ungdomspsykiatrien i kommunen. Ungdommen fikk god og tett oppfølging i en periode. Etter tilbakemeldinger fra foreldrene ble dette en svært nyttig og avgjørende hjelp for at ungdommen fikk det mye bedre med seg selv.

Noen ga etter hvert uttrykk for at det organiserte veiledningstilbudet ikke lenger var nødvendig. Vi erfarte likevel at mange foreldre tok kontakt mellom samlingene på telefon eller e-post med store og små spørsmål.

2.10 Klassebesøk

I opprinnelig aktivitetsplan skulle hver klasse få besøk av oss en gang hvert halvår. Fordi vi ikke fikk fokuselever fra Oslo og Akershus, ble reiseveien betraktelig lenger enn først antatt. Vi drøftet saken med prosjektgruppen, og fant det forsvarlig at antallet ble redusert til to besøk. Ut fra de begrensede tidsrammene vi jobben innenfor, én arbeidsdag pr. uke, konkluderte vi med at oppfølgingen av ungdoms- og foreldretreffene hadde høyest prioritet. Disse samlingene tok også mye mer tid enn opprinnelig antatt.

Før det første klassebesøket snakket vi både med skoleledelsen, kontaktlærer og eventuelle assistenter. Mottakelsen vår henvendelse fikk, spente fra enorm entusiasme til tydelig uttalt vegring. Den ene skolen måtte vi ha flere samtaler med. Vi brukte god tid på å forklare på hvilken måte vi skulle jobbe og hvilke gevinster vi håpet at klassene kunne høste av våre besøk. Det ble gitt informasjon om hvilke utfordringer vi øynet for elever med nedsatt syn. Etter flere samtaler gikk skolen med på å ta imot oss. Skolene fikk altså et gratis tilbud om et innslag hvor hensikten var å jobbe med trivsel og læringsmiljø.

2.11 Refleksjonsspill som verktøy

Tidlig i prosjektet fikk vi idéen til å lage et brettspill med refleksjonskort for ungdomsskoletrinnet. Problemstillingene i spillet ble laget sammen med fire ungdommer og to ungdomsskolelærere fra vårt eget nettverk. Vi brukte god tid på å utforme spillet. Utformingen av dette verktøyet var inspirert fra et lignende opplegg som er laget for ansatte i kommuner. Kortene fungerer som appetittvekkere i gruppesamtaler. Hver deltaker skal sette seg inn i tildelte roller og løse problemstillinger.

Som tidligere nevnt, fikk vi anledning til en generalprøve for spillet under den første familiesamlingen. Fordi både ungdommene og foreldrene ga så gode tilbakemeldinger, hadde vi et stort håp om at klassene også ville like denne måten å jobbe på.

Eksempler på problemstillinger fra refleksjonsspillet

1. På det siste foreldremøtet ble dette med aldersgrense på film diskutert. Du vet at foreldregruppa ble enig om en felles holdning til dette. En kveld skal dere se en film med 18-årsgrense hjemme hos en i klassen. Hvordan opplever du dette? Hva gjør du i denne situasjonen? Hva tenker du om aldersgrenser på filmer og spill?
2. En i klassen kommer ofte ustelt til skolen. Du får høre at han sjelden spiser frokost og at han aldri har med matpakke. Hva tror du grunnen til dette kan være? Er dette noe du bør bry deg med?

Alle problemstillingene til spillet finnes i vedlegg 3.

2.11 Møte med klassene

Før vi besøkte de fem skolene snakket vi med hver fokuselev om de ønsket at vi skulle fortelle klassene om ungdomstreffene og de andre aktivitetene i prosjektet. Fire ungdommene ønsket ikke at dette skulle nevnes.

Opplegget vi laget for de to klassebesøkene hadde lite fokus på synshemming. Med berikelsesperspektivet i bagasjen ønsket vi å levere et opplegg hvor mangfold og tilhørighet for alle var hovedbudskapet.

I løpet av det første klassebesøket hadde vi en kort innledning om hva akronymet «VÆRE TIL» representerer. Vi brukte god tid på en felles samtale rundt hva forebygging kan handle om.

I forkant av besøkene oppfordret vi kontaktlærer til å dele klassen inn i hensiktsmessige grupper. Lærerne kjenner dynamikken i klassen, og vi ønsket å få grupper som kunne «gjøre hverandre gode».

Spillet ble introdusert, og reglene nøye gjennomgått. Det var spennende å følge utviklingen i gruppene. Noen brukte mye tid på å komme i gang, da hjalp vi litt til med prosessen.

2.12 Velkommen inn, en liten smakebit fra en gruppe

Denne gruppen bestod av fire elever. Fnisnivået var ganske fremtredende, og det var elever som representerte både det lavmælte, det sprudlende og det dominerende. Følgende kort ble trukket: «På det siste foreldremøtet ble dette med aldersgrenser på film diskutert. Du er hjemme hos en i klassen hvor dere skal se en film med 18-årsgrense. Hva syns du? Hva gjør du?» Vedkommende som leste kortet tok en liten pause, det var litt småfnising i gruppa. Så sa hun: «Vet egentlig ikke helt, hadde kanskje bedt om å se film med lavere grense, men det er ikke sikkert.» Innspill fra en annen i gruppa: «Hvem er det som ikke har sett filmer med for høy aldersgrense, liksom?» Litt fnising. En i gruppa ga en lang avhandling med en del fnising i småpausene. Vedkommende som trakk kortet tok igjen ordet: «Det er jo en grunn til at aldersgrensene er satt. Det kan jo hende at noen får mareritt og sånt». Det ble helt stille i gruppen, ingen fnising. Samtalen gikk nå over til poengsummen som skulle gis. Det ble litt snakking fram og tilbake. Konklusjonen fra gruppa var at de hadde fnist litt mye rundt denne problemstillingen. Det er ofte flaut å si det man egentlig tenker innerst inne. Flere mente at det kom fram gode forslag.

Samlet sett vil vi si at refleksjonen i gruppene fungerte svært godt. I én av klassene, for øvrig den hvor motstanden til vårt besøk var størst, var det spesielt én gruppe som motarbeidet deltakelse. Så langt vi kunne se, var det én elev som ga uttrykk for sterk motstand. Det var vanskelig å få samtalen til å flyte, og støynivået i denne gruppa virket forstyrrende for flere andre elever. Men jevnt over var det stor iver og god innsats rundt spillebordene.

Som avslutning på det første møtet ble hver gruppe oppfordret til å si litt rundt hvilket refleksjonskort gruppen syns var mest engasjerende! Det var artig å se hvordan noen grupper, av eget initiativ, valgte å dramatisere sine synspunkter.

2.13 Det andre klassebesøket

Tittelen for det andre klassebesøket var «Hvem tror du at du er». Vi hadde dramatisert en morgensekvens med ei jente som forsov seg, ble stresset over alt hun ikke fant, fortvilet over alle kvisene osv. En av prosjektlederne har bred erfaring fra drama, og denne lille snutten ble svært godt mottatt. Deretter viste vi en episode fra serien «Hvem bryr seg». Vi så en seanse hvor noen jenter behandler en annen jente utrolig stygt. Til slutt griper en forbipasserende inn, og han får vite at det hele er regissert. Vi la opp til en felles diskusjon i klassen. Her kom det fram utrolig mange spennende tanker. Som siste del av programmet hadde vi laget et opplegg hvor refleksjonsspillet stod sentralt (se for øvrig om opplegget i vedlegg 9).

På fire av de fem skolene opplevde vi at programmet fungerte godt. Dessverre var den siste klassen i et voldsomt bråkemodus. Ingen lærer grep inn for å hjelpe til med stemningen som vi opplevde som

både vanskelig og uoversiktlig. Klassen var for øvrig på skolen som viste størst motstand til vårt prosjekt.

Alle elevene fylte ut et lite evalueringsskjema. I vedlegg 15 har vi gjengitt synspunktene fra én av klassene.

2.14 Faglig veiledning

Tre skoler har benyttet tilbudet. Temaene som ble tatt opp var tilrettelegging av gymmen, hva som kan gjøres for å skape en best mulig situasjon i friminuttene og generell trivsel for eleven med nedsatt syn. Skolen som viste spesiell interesse for refleksjonsspillet utmerket seg også i denne aktiviteten. De bad om en samtale med oss tilknyttet begge klassebesøkene. Flere ganger tok lærerne også kontakt med oss på telefon. Skolen som viste mest motstand til arbeidet takket nei til tilbud om veiledning begge gangene vi besøkte skolen.

2.15 Vakttelefon

Både familiene og skolene ble fortløpende orientert om at vi hadde satt av to timer i uken hvor telefonlinjen var åpen. Vi fikk få henvendelser i oppsatt tidsrom. Derimot mottok vi stadig spørsmål på telefon og e-post til andre tider. Vi prøvde å besvare disse etter beste evne. Temaene som ble tatt opp handlet om praktiske forhold, bekymring for ungdommen, bøker som manglet og taxier som ikke kom fram i tide. Det var viktig for oss å gi fortløpende informasjon om at vi ikke hadde anledning til å gi veiledning rundt pedagogiske forhold og rettigheter for øvrig. Etter beste evne forsøkte vi å gi tips til andre instanser som forhåpentligvis kunne gi hjelp.

2.16 Veiledningshefte

I aktivitetsplanen ble dette omtalt som et «tipshefte». Planen rundt dette var i prosjektskissen nokså vagt formulert. I tråd med vår kontinuerlige dialog med Blindeforbundet og Extrastiftelsen har vi i størst mulig grad prioritert familiesamlingene samt foreldre- og ungdomstreff.

Det er skrevet flere bøker om praksis som fremmer inkludering i skolen. I løpet av prosjektperioden ble det, i stadig økende grad, tydelig for en av prosjektlederene at veiledningsheftet fra prosjektet VÆRE TIL skal ha en annerledes form enn det tradisjonelle.

Med overførte midler fra det siste prosjektåret er råteksten til veiledningsheftet ferdigstilt. Forfatteren er prosjektlederen som selv er født uten syn. Hun har skrevet en tekst med utgangspunkt i egen oppvekst, og prosaform preger innholdet. Det er skrevet som en inspirasjon til å tenke litt nytt rundt barn og unge med nedsatt syn. Håpet er at teksten også kan brukes for å tenke trivsel og tilhørighet for barn og unge som har andre utfordringer.

Modellen vi har jobbet med i dette prosjektet står sentralt i veiledningsheftet. Med restmidlene ble det ikke mulig å ferdigstille heftet. Forfatteren har startet et eget enkeltpersonsforetak etter at fast stilling ble sagt opp i 2017. Planer er klare for å jobbe med ferdigstillelse at heftet, slik at det får

illustrasjoner og en delikat layout. Det er også knyttet kontakter bl.a. i Statped for å vurdere videre arbeid og anvendelse av heftet.

2.17 Fortløpende dokumentasjon

I vedleggene tegnes det et bilde av måten vi har fulgt aktivitetene i prosjektet. Vi anser det som unyttig at alle notater og støttedokumenter vedlegges. Vi har plukket ut dokumentasjon som vi mener gir et godt bilde av aktivitetene vi har gjennomført, og at dette er lagt på et hensiktsmessig nivå.

Etter hvert treff har vi skrevet korte notater. Vi anser det ikke som hensiktsmessig og relevant at alt dette vedlegges rapporten. Et prosessreferat er vedlagt for å vise litt av dynamikken i ungdomsgruppen (se vedlegg 12).

Det ble laget program og notater til de to første familiesamlingene. Dette ligger vedlagt rapporten.

Den første familiesamlingen ble evaluert (se vedlegg 13). Midt i prosjektet foretok vi en evaluering av aktivitetene i prosjektet (se vedlegg 14). Begge klassebesøkene ble også evaluert. Vi har valgt å legge ved synspunkter fra en klasse etter det andre besøket (se vedlegg 15).

Presentasjoner fra eksterne forelesere er arkivert, men de er ikke tatt med i rapporten. Vi har også laget en del enkle samtaleopplegg til ulike samlinger som finnes arkivert, men ikke vedlagt.

Kjøreplaner for de to klassebesøkene har vi derimot vurdert som relevante for rapporten (se vedlegg 8 og 9).

Vi kunne ønsket en bedre dokumentasjon av prosessene eksempelvis gjennom filmopptak. Dessverre fikk vi ikke dette gjennomført, noe vi vurderer som en svakhet.

2.18 Praktiske utfordringer

En av de effektene vi ønsket at prosjektet skulle lede fram mot, var at modellen kunne tas i bruk overfor flere synshemmede. Vi hadde hverken tid eller ressurser til å ta ansvar for denne effekten, men vi håpet at sentrale aktører ville fatte interesse for vårt arbeid.

Blindeforbundet og Statped anså vi som to viktige og sentrale aktører. Det ble laget et informasjonsskriv om prosjektet, og vi hadde flere møter med begge aktørene. Blindeforbundet ble invitert til å bidra med et innlegg både på en familiesamling og et foreldretreff. De hadde anledning én av gangene. Arbeidet ble to ganger omtalt på organisasjonens radiokanal. Det ble skrevet litt om prosjektet i et nummer av medlemsbladet. Vi klarte imidlertid ikke å få til en tett og kontinuerlig kontakt med organisasjonen, selv om vi lånte lokaler i Blindeforbundet. Prosjektlederne kunne sikkert gjort mer, men vi undres allikevel over at det så lett blir satelittarbeid rundt denne type prosjekter.

Vi opplevde det krevende å få innpass hos Statped. Veien inn mot å få bistand til rekruttering av familier var tidkrevende. Vi har selvsagt stor forståelse for at Statped mottar mange henvendelser og må sile hvilke tiltak de har anledning til å prioritere. Samtidig ville det vært en fordel om vi kunne kontaktes Huseby Kompetansesenter i første omgang, men sentralledet i Statped måtte først ha et

møte med oss. Denne praksisen vurderer vi som unødvendig byråkratiserende. Da Huseby Kompetansesenter ble kjent med prosjektet tilbød vi oss å komme på et fagmøte for å presentere arbeidet. Det skulle vurderes. Flere ganger henvendte vi oss uten å få tilbud om en dato. Derimot fikk vi to representanter til å komme på et foreldretreff. Først måtte vi da søke om såkalte «systembaserte tjenester» via et skjema på nettsiden. De to representantene som deltok på en foreldre- og ungdomssamling ga uttrykk for at de var imponert over gruppeprosessene og at dette måtte nå ut til flere. Vi rettet en ny henvendelse til Statped uten hell. Vi kunne sikkert gjort enda mer rundt dette også, men med en begrenset tidsressurs valgte vi dette bort.

Rekrutteringen ble vanskeligere enn det vi først antok. Heldigvis løste denne floken seg, og vi fikk fem fokusfamilier som deltok i hele prosjektperioden.

Familiene representerte et stort geografisk område, og dette førte til en annen organisering av foreldre- og ungdomstreffene enn først planlagt. Vi ønsket at samlingene skulle finne sted en ettermiddag i uken. Med lang reisevei for flere familier ble dette umulig i praksis. Derfor ble søndag pekt ut som fast dag for samlingene. Vi møttes i Drammen, nokså sentralt i det området familiene bodde i. Fremdeles fikk tre familier 1,5 times reisevei hver vei.

I mange av samtalene vi har hatt har det dukket opp synspunkter og spørsmål som handler om rettigheter og pedagogisk tilrettelegging. Så langt det har latt seg gjøre, har vi vært tydelige overfor familiene og skolens fagpersonell rundt vår rolle. Trivsel og tilhørighet er det vi har satt som ramme i prosjektet. Siden den ene prosjektlederen selv er synshemmet, har det nok blitt etterspurt råd i større grad enn tilfellet ville vært med to prosjektledere med fullt syn. Behovet for veiledning har vært stort, og ofte har vi måttet minne om den rollen vi har i kraft av prosjektet. Samtidig har vi blitt utfordret på egne grenser. Når vi ser i hvilken grad tilbudet rundt ungdommene varierer i kvalitet og omfang har det vært vanskelig å balansere involveringen i praksis. Vi håper at grensene vi har satt har vært hensiktsmessige og ryddige for deltakerne.

Fast telefontid har vært en annen utfordring. Vi har selvsagt forståelse for at familiene trenger veiledning «her-og-nå». Med rammene vi skulle forholde oss til kunne vi ikke ha en åpen linje kontinuerlig. Familiene har vist stor forståelse for dette.

2.19 Samarbeid med andre

Det vises til forrige avsnitt vedrørende samarbeid med Blindforbundet og Statped. Familiene har gitt gode tilbakemeldinger rundt eksterne bidrag på samlingene. I tillegg til representanter fra Blindforbundet og Statped har vi hyret inn foredragsholdere fra LNU profesjonell aerobic-instruktør og psykolog med erfaring fra ungdomspsykiatrien. Under familiesamlingene og ekstra ungdomssamling med overnatting fikk vi god hjelp fra ungdommer i samme aldersgruppe som deltakerne. Dette ble en suksess som alle har applaudert.

For at vi skulle få en bedre anledning til å jobbe for en videreføring av prosjektet for elever med en synshemming, samt å tilpasse modellen for andre grupper, søkte vi om midler både fra Helse- og Utdanningsdirektoratet. Vi fikk ikke tilsagn på noen av søknadene.

Kap. 3. Har arbeidet båret frukter?

3.1 Effekt og betydning

I vår tilnærming til arbeidet har vi først og fremst vært opptatt av å lage et godt tilbud for deltakerne. I en viss grad er arbeidet evaluert.

Selv med nidkjære forskerbriller på tror vi at mange faktorer og effekter vanskelig kan fastslås i når forebygging er temaet.

Ville situasjonen til våre fokusfamilier vært annerledes uten vårt prosjekt? Har innsatsen vår ført til en bedre opplevelse av tilhørighet i ungdomsskoletiden? Har klassene egentlig fått med seg noe på veien av betydning? Vi kan bare gjøre vage antagelser!

Formidling av gruppeprosesser er en krevende oppgave. Men alle smilene vi fikk, de forteller oss noe verdifullt! Alle samtalene vi fikk delta i, de vil huskes! Alle de fine meddelelsene ungdommene ga oss i klassene, de kan fungere som smittsomme tankefrø til andre i det samme rommet. Men hvilken trivsel-effekt kan måles fra dette? Når vi fremdeles får hilsninger og betraktninger fra de som deltok i prosjektet viser det oss noe verdifullt, men hvordan kan det måles?

Vi skal prøve å trekke noen linjer og vurdere enkelte forhold, men det er utrolig mange faktorer vi ser som vanskelig lar seg måle og veie.

3.2 Ny betydning av akronymet

Akronymet «VÆRE TIL» har vært stammen i det vi har formet gjennom prosjektet. Vi har endret litt på betydningen, og dette har skjedd gjennom refleksjon sammen med ungdommene og deres foreldre. Ekthet er erstattet av Empati, og akronymet representerer i dag: Vennskap, Ærlighet, Respekt, Empati, Tilhørighet, Inkludering og Likeverd. Vi mener at både tilhørighet og inkludering må medregnes. En person eller et miljø kan ha en inkluderende holdning og praksis uten at enkeltindividet opplever tilhørighet. Empati har vist seg som en gjennomgående kraft i arbeidet, og VÆRE TIL representerer for oss viktige faktorer som må finnes i en gruppe / et miljø for å øke sjansene for sosial trivsel og tilhørighet.

3.3 Å finne egnede kandidater

Heldigvis hadde vi lagt opp til god planleggingstid i prosjektet. Vi regnet det som sannsynlig at vi ville få god hjelp til rekruttering både fra Norges Blindforbund og Statped, herunder Huseby kompetansesenter for synshemmede. Blindforbundet hjalp oss med formidling av informasjon via kanalene organisasjonen benytter, og vi fikk kontakt med to familier som følge av dette.

Kontaktetablering med Statped var ikke like enkel. Vi kontaktet Huseby som fikk litt informasjon om prosjektet via telefon og e-post. Før de kunne love bistand i saken måtte vi henvende oss til Statped

sentralt. Der var vi på et presentasjonsmøte, og konklusjonen var at de syns prosjektet så relevant og interessant ut. Imidlertid måtte vi i tillegg på et møte ved en av avdelingene på Huseby. De arbeider med blinde og lovet oss å formidle skriftlig informasjon til aktuelle familier. Det var uvisst om det fantes et tilstrekkelig antall blinde ungdom i aktuell aldersgruppe. Brev ble sendt ut, men responsen var lav. Vi måtte derfor på nytt møte med en annen avdeling som jobber med svaksynte elever. Ny brevrunde ble foretatt uten at dette ga oss ønsket resultat. Vårt mot begynte å synke, vi kunne ikke gjennomføre prosjektet med to deltakerfamilier. På et tidspunkt fant vi ut at det eksisterer en liste med navn og kontaktinformasjon til synspedagoger i fylkene. Vi ringte rundt til representantene i aktuelle fylker. Dette ga oss anledning til å fortelle mer om bakgrunn og målsetting for prosjektet. Nå begynte ballen heldigvis å rulle vår vei. Vi fikk kontakt med familier vi kunne snakke direkte med, dette ble heldigvis redningen.

Når vi skriver så mye om denne prosessen er det for å vise at byråkrativået rundt denne formidlingen var, i våre øyne, temmelig unødvendig. Dersom vi umiddelbart hadde fått tilgang til listen over aktuelle synspedagoger kunne vi tatt kontakt på et mye tidligere tidspunkt. Denne listen er svært lite tilgjengelig på Statped sine hjemmesider, noe vi setter et spørsmålsteget ved.

I utgangspunktet regnet vi med at foreldrene ville sette stor pris på å få delta i prosjektet. Derimot var vi temmelig usikre på hvordan vi kunne formidle viktigheten av å delta for ungdommene. Hvorfor skulle de sette av en kveld i måten til å snakke med fire andre ungdommer de ikke kjente til fra før? Hvordan skulle vi presentere dette på en appetittvekkende måte? Så landet vi på å gjøre det enkelt, nemlig si det som det er. Vi fortalte kort om oss selv og at vi tror at mange syns at ungdomsskoletiden er krevende. Så blir det kanskje noen ekstra utfordringer når øynene virker dårlig. Disse utfordringene tror vi at blir mindre ved at flere hjelper hverandre. Det flotte var at de fem ungdommene viste entusiasme og iver etter å få bli med. En av deltakerne var nok litt skeptisk i starten, men dette snudde heldigvis ganske fort.

3.4 Familiesamlingene

Familiesamlingene var nok et viktig treffpunkt for å etablere en god kontakt for det videre arbeidet. Uten unntak ble samlingene svært godt evaluert. Samtidig gikk vi nok litt i fella som man så lett havner i, programmet var i overkant tettpakket. Vi justerte dette litt for den andre samlingen. På avslutningssamlingen vi valgte å gjennomføre mot slutten av perioden var det aller viktigst for oss at prosjektet fikk en verdig avslutning.

Dersom andre skal bruke denne modellen, kan selvfølgelig familiesamlinger gjennomføres på mange måter og med enkle midler. Det finnes sikkert samarbeidspartnere både i kommuner og brukerorganisasjoner som kan bidra til organisering av familietreff. Vi våger oss også frampå med en oppfordring til at Statped tilføres ressurser som muliggjør et godt og trygt familiearbeid framover.

I vårt prosjekt hadde vi anledning til å forberede disse familietreffene grundig. Dette krever tid og økonomiske ressurser. Overnatting på hotell koster mye. Dersom deltakerne i fremtidige grupper bor i et avgrenset geografisk område kan en samling eksempelvis gjennomføres med få midler en lørdag eller søndag. I veiledningsheftet blir det gitt konkrete forslag til organisering av lavkostnadstreff for familier.

Statped har frem til nå arrangert såkalte klasstrinnstreff bl.a. for elever med nedsatt syn. Slike samlinger tror vi har en stor betydning for målgruppen. En av prosjektlederne deltok selv på slike samlinger gjennom ungdomsskoletiden. Kunnskapen som ble gitt har spilt en viktig rolle for god mestring av viktige teknikker. Dessuten var møte med elever på samme alder betydningsfullt. Vårt prosjekt har gitt et annet tilbud. Kontinuiteten i prosjektet har gjort at en liten og oversiktlig gruppe har fulgt hverandre over tid. Det å møte andre med en synshemming en gang i året er fint, men det fyller antagelig et helt annet behov. Gjennom hele prosjektperioden fortalte ungdommene at de gledet seg til treffene en gang i måneden. Ut fra dette kan vi anta at kontinuiteten og hyppigheten på ungdomstreffene la et godt grunnlag for en sosial støttefunksjon vi tror har gjort en forskjell. Det samme fortalte foreldrene mange ganger.

3.5 Foreldre- og ungdomstreff

Våre temavalg for ungdoms- og foreldretreffene ble godt mottatt. Gode forslag ble gitt fra deltakerne, og vi tror at det som ble formidlet og lagt fram beriket og «la noe til» i livsreportoaret. For å lykkes med gode gruppeprosesser mener vi det er viktig å improvisere. Når foreldrene og ungdommene viste et behov for å snakke om egen situasjon, forsøkte vi å sette egne planer til side. Dette kan være en krevende øvelse, man føler selv at det som er forberedt er viktig og betydningsfullt.

Etter beste evne har vi forsøkt å finne temaer med størst mulig relevans for ungdom. I planleggingen har dette vært overskriften vi har navigert etter. Under temaoverskriftene har vi alltid forsøkt å stille spørsmål som penser inn mot faktorer med relevans for nedsatt syn. Men vi har vært opptatt av allmenngjøring i formidlingene. Enkelte temaer har stor grad av synsrelevans, men også disse kan allmenngjøres. Et eksempel på dette er betydningen av blikkontakt. Dette kan legges fram som en generell størrelse i kommunikasjonen oss mennesker imellom. Men for personer med nedsatt eller fraværende syn kan innholdet utbroderes i retninger som kan være spesielt utfordrende. Undertemaer her var: «Hvordan kan en person kompensere for manglende blikkontakt? Hva gjør jeg, dersom jeg merker at en person ikke ser på meg – jeg har jo så virrete blikk?» Dette var underliggende spørsmål vi varsomt penset inn mot da dette temaet ble berørt. Dette er et krevende og sensitivt område, så vi var spesielt opptatt av ordvalg og utforming av spørsmål. Tankene som kom fram viste at temaet både var sårt og vanskelig, men gruppeprosessen som tok form endte med oppmuntrende bemerkninger og tilbakemeldinger om ny og utvidet forståelse.

Familiene har selvsagt vært i helt ulike arbeids- og livssituasjoner. For to av familiene var det oftest én forelder med på samlingene. Best resultat for den enkelte familie oppnås antagelig hvis begge foreldrene deltar fullt ut. Samtidig er det lett å forstå at dette kan være vanskelig for noen. Den lange reiseveien forvansket nok fullverdig deltakelse. Vi tror allikevel at alle familiene har opplevd treffpunktene som nyttige og berikende, dette uttrykkes i hvert fall i tilbakemeldinger vi har fått.

3.6 Klassebesøk

Planlegging og gjennomføring av klassebesøk tok mye tid. Et mindre geografisk område ville redusert arbeidsmengden. Vi er svært fornøyd med utforming og respons på refleksjonsspillet. Forutsatt at skolens ledelse og øvrig personell fatter interesse for denne type verktøy, kan elevene få en ny og annerledes måte å reflektere og utvide horisont.

Utforming av klassebesøk kunne med fordel vært forberedt i et tettere samarbeid med skolene. Vi ønsket at både familier og skoler skulle delta i hele prosjektet. Når motstanden var stor ved den ene skolen ble det brukt mye tid på bearbeiding. Vi kan kun undre oss over denne motstanden, men den var et faktum. Når skoler får et gratis tilbud om 3-4 timer en gang i året som retter seg mot å skape et godt læringsmiljø, har vi liten forståelse for at dette vurderes som problematisk å rydde tid til. Vår antagelse handler om en lav prioritering av å jobbe mot en inkluderende skolehverdag. Når vi legger til egne erfaringer med en stor og meget uoversiktlig klassesituasjon blir vårt inntrykk ytterligere forsterket.

Lærerne på den ene skolen ble spesielt opptatt a spillet. De ønsket å låne fem utgaver for å tenke nye måter spillet kunne brukes inn i undervisningen. Vi hadde en samtale med skolen etter et par måneder. Da var problemstillingene brukt som utgangspunkt for et prosjekt som var et samarbeid mellom flere lærere. Noen problemstillinger fungerte som utgangspunkt for temapresentasjoner, mens andre ga inspirasjon til kreative billedkollasjer og dramatisering og tegning. Lærere i norsk, KRLE og samfunnsfag stod bak samarbeidet. Denne skolen håpet at spillet ble ferdigstilt og satt i produksjon som et verktøy skoler kan benytte. Dette ble for oss det beste skusmålet vi kunne få, og det inspirerer til at vi vil søke mot nye veier for å bearbeide prototypen til et ferdig spill som kan produseres. Idéene og tankene fra denne skolen har inspirert flere av eksemplene som er tatt med i veiledningsheftet. Dette er et godt eksempel på hvordan samarbeid og felles refleksjon kan gi hensiktsmessige resultater.

Skolene som viste stor interesse for våre besøk uttrykte en holdning og forståelse for å prioritere denne type arbeid. Det er vanskelig å si hvilken effekt klassebesøkene har hatt samlet sett. Kanskje har noen elever i den bråkete klassen tross alt fått noen nye tanker og perspektiv, det er i så fall en heldig og vesentlig effekt i våre øyne. Mange ga klart uttrykk for at oppleggende var spennende, annerledes og givende (se vedlegg 15)).

Dersom eksempelvis brukerorganisasjoner og Statped ønsker å samarbeide om denne type tiltak, kunne planleggingen blitt systematisert på en mer hensiktsmessig måte. Brukerorganisasjonene har mange frivillige likepersoner som kunne fylt en rolle i denne sammenheng. Flere organisasjoner har også sosialfaglig og pedagogisk tilgjengelig personell. Statped innehar spisskompetanse bl.a. på syn, men også andre funksjonsnedsettelse.

Klassebesøkene har hatt en lite uttalt innretning mot nedsatt syn. Dette har vært et meget bevisst valg vi anbefaler i en eventuell videreføring. Det er like viktig at personer med nedsatt funksjonsevne trener sine ferdigheter rundt empati, respekt og en inkluderende væremåte. I refleksjonsspillet er det noen få problemstillinger som handler om nedsatt funksjonsevne. Disse har en opplagt plass i et spill som har til hensikt å fremme en inkluderende praksis.

Så langt vi kunne vurdere, var klassen med de største utfordringene en del av skolen som viste den tydeligst uttalte motstanden til vårt arbeid. De ønsket heller ikke faglig veiledning rundt sosial trivsel.

Det er fristende å tenke at skolen som behøvde denne innsatsen mest viste nettopp denne holdningen. Vi kan selvsagt ikke analysere dette nærmere, men allikevel ønsker vi å uttrykke en noen spørsmål: Hva er årsaken til at enkelte skoler har store problemer med å få plass til et gratis undervisningsopplegg som setter inkludering og sosial trivsel på dagsorden? Kan det være en sammenheng mellom skepsis og nedprioritering av tiltak som fremmer et godt læringsmiljø og klassers bevisste trivselsholdninger og praksis?

3.7 Gruppeprosesser og engasjement

Alle har antagelig kjent på kroppen hvor godt det er å treffe andre som har tanker og erfaringer rundt ting som betyr noe for oss. Det å formidle og sette ord på «dette viktige» er ikke nødvendigvis like enkelt å formidle, det må erfares.

Vi var veldig nysgjerrige på hvordan ungdommene ville respondere på et tilbud om å delta i prosjektet. Det ble en god løsning å invitere til et familietreff med et tettepakket program. Vi sa at hver familie kunne velge om de ønsket å delta i hele perioden først etter familiesamlingen. Sannsynligvis var dette en viktig suksessfaktor. Kontakten så ble etablert i løpet av denne helgen var bedre enn vi kunne håpet på. Ungdommene snakket mye sammen, latteren satt løst, alle viste et behov for å dele erfaringer og alle var samstemt i at de ønsket å treffe hverandre igjen. Vi tror det er viktig at voksne viser seg som gode rollemodeller i dette landskapet. Gode gruppeprosesser må oppleves, det er ikke så lett å formidle betydningen med ord alene.

Hvem skal definere hva en god gruppeprosess er? Hvordan skal vi måle effekten av dette? Vi har valgt en svært enkel tilnærming. Ungdommene og foreldrene har prioritert deltakelsen til aktivitetene høyt. Vi tror ikke dette ville vært tilfellet, dersom de ikke opplevde å få noe tilbake. Kanskje det er umulig å måle og veie i denne sammenheng.

Reglene vi laget i gruppen var et fellesprosjekt. Det tror vi la et godt grunnlag for respekt og overholdelse underveis. Alle ga uttrykk for at de forstod hensikten med reglene og grensene, og alle var flinke til å minne hverandre om dette hvis behovet meldte seg. Klare grupperegler er generelt anbefalt i samtalegrupper, og vår erfaring er at dette stemmer.

Vi er imponert over den åpne og rause tonen som ble et tydelig kjennetegn veldig raskt. Sett utenfra, var disse familiene temmelig forskjellige. Dette handlet både om utdanning, uttrykte interesser, boform og personlighetstyper. Vi kan selvsagt ikke vite eksakt hva alle opplevde. Men ut fra alle de tilbakemeldingene vi har fått stemmer vårt bilde godt med det familiene har fortalt. Noe av det vi ønsker å løfte fram er en trygg atmosfære hvor alle slapp til orde, pålitelighet overfor felles grupperegler, respekt for hverandres tid, aktiv deltakelse både rundt egen og andres situasjon, nysgjerrighet på nye temaer, mye humor og varme.

Hvorfor ble det slik? Vi tror alle hadde en stor motivasjon for å få utbytte av å delta. Foreldrene hadde snakket med få foreldre som også har barn med nedsatt syn fra før. Det ble nesten som hundeeiere som møtes i skogen! To hunder som hilser er nok til å få praten i gang. Nesten på tilsvarende måte opplevde vi at praten startet idet familiene strømmet til møtelokalet på den første familiesamlingen. De hadde et felles prosjekt.

Behovet for å treffe andre med likhetspunkter i livssituasjonen er i mange sammenhenger vurdert som et viktig ledd i habiliterings- og rehabiliteringsprosesser. Vi tror at familietreffene har gitt alle deltakerne erfaringer de kan trekke veksler på videre i livet

Tenk at vi har fått oppleve hvordan ungdommene tar så godt vare på hverandre. Så er det vår tro at ungdomstreffene har hatt en vesentlig betydning for deltakerne, det har vært godt at noen vet litt om mye av det som skjer gjennom ungdomsskoletiden. Vi har også registrert at de holder mye kontakt på chat mellom samlingene, en kontakt som ikke ville vært til stede uten prosjektet.

Når både ungdommene og foreldrene valgte å reise i tre timer for å være sammen tre timer en søndag i måneden, velger vi å ta dette til inntekt for at samlingene har vært betydningsfulle. Flere av ungdommene spurte foreldrene i forkant av samlingene: «Vi skal til Drammen på søndag, ikke sant?» Vi snakker om 14- 16åringer, en gruppe som neppe ville etterspurt dette, dersom motstanden var stor!

Flere fortalte at skjer'a-runden ble veldig viktig. I løpet av prosjektiden opplevde alle de fem ungdommene til dels store utfordringer. Selv om enkelte tok lettere til ordet, var de flinke til å trekke hverandre inn i samtale. Det er sannsynlig at enkelte bærer har blitt litt lettere for ungdommene som følge av disse delerundene. De får nyttig erfaring fra det å sette ord på vanskelige ting som kan brukes i nye situasjoner som dukker opp. De fem ungdommene ble hverandres heiagjeng, og vi voksne stod der på sidelinjen for å bidra med små oppmuntringsrop når det var nødvendig. Vurderingene fra familiene stemmer godt med våre egne betraktninger. Hyppighet og varighet på ungdoms- og foreldretreffene var hensiktsmessig! Det at ungdommene hadde faste treffpunkt over en lang periode gjorde nok mye for den gode gruppedynamikken. De byttet roller underveis. Den tøffe jenta i 8. klasse, hun som alltid tok ordet og var «på topp» opplevde en knekk 1,5 år senere. Da var det hennes tur til å ta imot støtte og varme. Alle ungdommene fikk erfare både hvilken hjelp det er at andre vet litt om situasjonen din på den ene siden, og at det noen ganger er godt å være den som bidrar og stiller opp. Dette er viktige livserfaringer de vil kunne hente fram senere.

Både muntlig og gjennom skriftlig evaluering har foreldrene vært samstemt i at samlingene har hatt stor betydning for familiene. For noen ble prosjektet en døråpner mot å treffe andre familier hvor et medlem har en synshemming. Vi antok at de fleste allerede var godt etablert med flere slike kontakter. Dette stemte ikke. Behovet for å snakke med andre foreldre, både formelt og i mer uformelle settinger tror vi har vært med på å styrke foreldrenes trygghet med tanke på oppfølgingen av ungdommene. De har fått ny informasjon og utvekslet erfaringer med andre som kjenner på lignende bekymring og usikkerhet. De utfordret hverandre, ga hverandre støtte og tips til hvordan konkrete situasjoner kan løses. Flere av foreldrene har fortsatt kontakt. De ga også uttrykk for at det var fint at den ene prosjektlederen selv har en synshemming.

Så fantastisk det var å betrakte foreldrene som skulle motta instruksjoner fra en aerobic-instruktør med blindfold foran øynene. En interessant iaktakelse var at rommet nesten var helt stille, bortsett fra lav musikk og instruksjon. Latteren ble dempet, kanskje var det for å skjerpe ørene? Det var fantastisk å iakttå de nølende bevegelsene og utfordringene foreldrene opplevde når øvelsene kun ble instruert med ord. Vi tror dette ble en nyttig erfaring for foreldrene. Og så mye tryggere ungdommene var i denne situasjonen – de var jo vant til å omsette verbale instruksjoner til bevegelse. Her var de overlegne.

For noen foreldre var det nok litt skummelt å sende ungdommene alene på tog til ekstra ungdomssamling med overnatting. Men alle ungdommene var enige om at følge av foreldre til treffet var helt uaktuelt. Derfor ble nok denne erfaringen også viktig for foreldrene, og en konkret handling for å gi litt slipp og tøyne egne grenser. Siden en av prosjektlederne har en synshemming ble det kanskje litt vanskeligere å begrense ungdommen når hennes klare råd var å slippe ungdommen litt fri!

Kanskje har veiledningen til familiene bidratt til å senke noen terskler mot å be om litt bistand fra hjelpeapparatet. Vi fikk også klare tilbakemeldinger om at veiledningen hjalp familien til å sortere i vanskelige situasjoner.

Så langt vi kan vurdere, ser vi at prosjektet førte til tette og nære bånd blant deltakerne. Hyppige treff og nære samtaler har også satt våre profesjonelle grenser på prøve. God og faglig forsvarlig involvering kan lett bikke over mot personlige bånd som utfordrer profesjonaliteten. Det har vært trygt at prosjektet er ledet av to personer som fikk god mulighet til å luften erfaringer og veilede hverandre underveis.

Ut fra henvendelsene vi mottok ser vi et stort behov for en tilgjengelig veiledningstjeneste. Vår anbefaling vil være at kompetansesentrene i Statped med ansvar for syn burde hatt en tilgjengelig veiledningstjeneste for familier i deres målgruppe. Systemet legger opp til at kommunene i første omgang skal få hjelp fra Statped. Vi mener at enkeltpersoner og familier i mye større grad burde hatt tilgang på profesjonell hjelp uten mellomledd som kan forhindre og forvanske kommunikasjonen.

Effekten av klassebesøkene blir også kun vage antagelser. Det var rørende å få tilbakemeldinger fra disse flotte ungdommene. Ei jente sa: «Jeg har kun bodd i Norge i 1,5 år. I mitt hjemland er det lov å slå barn. Dette spillet var kjempegøy, jeg har aldri snakket sånn med noen før!». En annen gutt sa: «Dere må reise rundt i hele landet med dette spillet. Jeg har aldri snakket på denne måten med noen før!»

Flere av elevene vi møtte på klassetreffene ville gjerne snakke med oss etter at opplegget formelt var avsluttet. Vi fikk høre rørende historier som rørte dypet av hjertene våre. Det er så stort behov for mange ungdom til å snakke med voksne som har tid. Dette ble en tankevekker. Men hvilken effekt hadde besøkene våre? Fra egen erfaring vet vi at små bemerkninger og tilsynelatende hverdagslige hendelser fra ungdomstiden har fått stor betydning senere i livet. Derfor våger vi å tro at noe av det som ble sagt har plantet små frø som kan vokse i betydning fremover. Vi tror at felles refleksjon gir erfaringer man senere kan trekke veksler på. Men vi ser at ledelsesforankring av denne måten å jobbe på sannsynligvis setter et vesentlig preg på grad av vellykkethet og effekt.

Kap. 4. Oppsummering

4.1 Har vi nådd målet i prosjektet?

Gjennom prosjektet har vi laget og testet ut en systemisk trivselsmodell for elever med en synshemming på ungdomsskoletrinnet. Vi er jevnt over fornøyd med arbeidet som er utrettet. Slik vi har forsøkt å beskrive, er det vanskelig å fastslå forebyggingseffekter. Samlet sett gir evalueringer og tilbakemeldinger en klar indikasjon på at arbeidet har båret frukter i tråd med forberedte delmål.

4.2 Videre arbeid

I et forsøk på å få modellen kjent og eventuelt videreført, har vi kontaktet Voksne for Barn og Frambu Kompetansesenter for sjeldne diagnoser. Som et ledd i uttesting av refleksjonsspillet fikk begge kompetansmiljøene låne spillet for i en kort periode. Voksne for Barn har allerede etablerte program for grunn- og videregående skole med fokus på trygghet, trivsel og et godt læringsmiljø.

Vårt refleksjonsspill ble godt evaluert. Dessverre ble testen gjennomført på videregående klassetrinn. Problemstillingene er laget for 9. og 10. trinn. Vi tror også det er nødvendig med små justeringer rundt enkelte problemstillinger før en eventuell ferdigstillelse av spillet kan skje. Dessuten bør det lages en enda bedre instruksjon, gjerne med en kort film som forklarer hvordan spillet kan/bør brukes.

Prosjektet ble presentert på Frambu Kompetansesenter for sjeldne diagnoser i desember 2016. Senteret fikk også låne spillet en kortere periode. Spillet fikk også her en god karakter. Utfordringen er å lage en endelig versjon, noe som kun forutsetter små justeringer. Det vil også kreve en videre innsats for å finne en god måte å distribuere og lære bort spillet.

I veiledningsheftet som foreløpig finnes i en råtekstversjon, blir problemstillingene gjengitt. Dette kan være en forenklet måte å bruke spillet på.

En av prosjektlederne driver nå egen virksomhet. Et av områdene hun ønsker å jobbe videre med er å få refleksjonsspillet ferdig tilpasset og at rettighetene selges til egnet aktør. Videre vil hun prioritere arbeidet med slutføring av veiledningsheftet. Det foreligger også konkrete prosjektplaner for å forenkle modellen slik at flere elever med nedsatt syn, eventuelt andre grupper, kan få muligheten til å delta i et systematisk trivselsprogram i ungdomsskoletiden. Kanskje kan også modellen overføres til tidligere alderstrinn.

4.3 konklusjon

Vi tror at modellen vi har laget og testet ut bærer i seg elementer som kan fungere trivselsfremmende og berikende for ungdom med nedsatt syn. Innretningen vektlegger gode tilbud for hele familien, aktuell klasse og fagpersonene som har et ansvar. Denne helhetlige tilnærmingen vil kunne bidra til at systemet rundt personen med nedsatt syn blir bedre rustet til å nå målet om en inkluderende skolesituasjon. Med enkle tilpasninger vil vi anta at modellen kan fungere godt for andre alderstrinn. Vi tror også at modellen kan være hensiktsmessig overfor elever med andre funksjonsnedsettelse enn nedsatt syn. Grad av vellykkethet handler om kontinuitet, hyppige

treffpunkt, forpliktende deltakelse, involvering fra de som deltar, evalueringer underveis, avtalte grupperegler, tilpassede temaer og en ledet gruppeprosess. En vellykket innsats på skolene forutsetter at ledelsen og aktuelle fagpersoner har en positiv holdning til denne måten å jobbe på. Refleksjonsspillet og veiledningsheftet kan bli nyttige verktøy fremover, forutsatt at dette slutføres og markedsføres på forsvarlig vis.

referanser

1. Meld. St. 22 (2010 – 2011) motivasjon, mestring og muligheter.
2. Udir-9-2012 Sterkt svaksynte og blinde elevers rettigheter.
3. En skole for alle, også for svaksynte og blinde elever, Norges Blindforbund, 2010.
4. Hårtveit, H. og Jensen, P. (2004) Familien – pluss en. Oslo, Tano.
5. Berg, IK., de Jong, P. (2005) Løsningsskapende samtaler. Oslo, Gyldendal akademisk.
6. Ipsos, (30.06.2016) Rapport, mobbing av synshemmede barn, laget for Norge Blindforbund.
7. Lund L. Hjelmbrekke H. og Skogdal S (2014) Inkluderende praksis – Gode eksempler fra barnehage, skole og fritid. Oslo, Universitetsforlaget.

Vedlegg 1: Infoskriv til prosjektdeltakere

VELKOMMEN TIL PROSJEKTET

“VÆRE TIL”

I REGI AMICUS:

Vennskap, Ærlighet, Respekt, Ekthet,
Tilhørighet, Inkludering og Likeverd.

Når er jeg inkludert? Hvordan opplever jeg meg fullt akseptert og godtatt? Hva kan jeg selv gjøre for at andre kan kjenne seg trygg og verdsatt? Dette er vel spørsmål vi alle baler med fra tid til annen.

I prosjektet «VÆRE TIL» ønsker vi å invitere til et tilbud vi tror kan bidra til en god opplevelse av ungdomsskoletiden for synshemmede elever.

Bakgrunn

For personer som er sterkt svaksynte eller helt uten syn, føler mange at det er vanskelig å finne venner i klassen på ungdomsskolen. Den sosiale tilhørigheten oppleves ofte som redusert sammenlignet med det barneskolens trygge rammer gir rom for.

En av prosjektlederne er født blind. Etter seks år i spesialklasse ble hun integrert på skolen i nærmiljøet. Overgangen fra en klasse med kun tre barn til en ukjent, sammenspleiset klasse med 27 elever ble stor. Friminuttene mylder virket uoversiktlig og overveldende! Det ble ofte umulig å velge ut hvem man selv ønsket å snakke med. Disse situasjonene ga følelsen av sårhet og tilkortkommenhet.

Hvordan kunne læringsmiljøet skapt bedre forutsetninger for opplevelsen av aksept og inkludering? Hvordan kunne systemet sørget for at alle elevene ble verdsatt som aktive bidragsyttere til det sosiale miljøet i klassen?

Forskning viser at anerkjennelse, trygghet og tillit er avgjørende faktorer for læringsmiljøet. Opplevelsen av å være en del av et fellesskap, og at det er gode relasjoner mellom elever og lærere og elevene i mellom, blir også vurdert som betydningsfulle i denne sammenheng.

I kjølvannet av integreringsreformen er sosial trivsel lite studert. Fagpersoner og synshemmede uttrykker enighet om at denne gruppen ofte opplever manglende sosial aksept og inkludering i løpet av årene på ungdomsskolen.

Synshemmede elevers rettigheter er belyst i et eget rundskriv fra Utdanningsdirektoratet. Temaet psykososialt miljø er ikke omtalt.

I hvilken grad en elev opplever tilhørighet og trivsel avhenger av mye mer enn den enkeltes «mestringsevne». Vi ønsker å jobbe med forutsetningene i omgivelsene for å forme et godt og inkluderende miljø sammen. I dette bildet er familien, klassen, enkeltelever og skolens fagpersoner de viktigste bidragsyterne.

Vi vet at ungdom har mange spennende tanker og kreative løsninger som fortjener oppmerksomhet og anerkjennelse. Når det gis tid og rom for å snakke om temaer som

virkelig betyr noe, kan dette gjøre oss alle litt klokere. Ofte føler foreldre at de kommer til kort overfor ungdommene. Mange med nedsatt syn opplever overbeskyttelse og andre begrensninger. Nyttig veiledning og erfaringsutveksling kan gjøre det enklere å følge opp ungdommene på en god måte. Fagpersoner kan også bli mye tryggere i rollen dersom det gis nyttig veiledning og oppfølging underveis.

Tilbudet

Vi tilbyr et utviklende og spennende opplegg som forutsetter deltakelse i to år. De som får muligheten til å delta i prosjektet, skal ikke belæres - de skal lyttes til! Vi tror at et strukturert og godt faglig samtaleopplegg vil bidra til at elevene med synstap kan bli bedre rustet gjennom ungdomsskoletiden. Videre mener vi at temaene vil styrke den enkeltes forutsetninger for å finne sin plass som synshemmet i en visuell verden. Foreldrene vil få rik anledning til å utveksle erfaringer og alle får tilbud om veiledning med fokus på å finne hensiktsmessige løsninger.

Initiativtakerne til prosjektet er to personer med bred erfaring innen arbeid med barn og unge med nedsatt funksjonsevne. Vår faglige bakgrunn er henholdsvis familieterapi med utgangspunkt i sosialt arbeid, samt pedagogikk med utgangspunkt i barnevernfaglig arbeid. En av prosjektlederne er blind. Erfaringene dette har gitt henne mener vi er en ressurs i prosjektet.

Synshemmede elever har utfordringer som skiller seg vesentlig fra de generelle vanskene enhver elev møter på ungdomsskolen. Det er vårt håp at arbeidet vil gi hjelp og støtte overfor denne elevgruppen.

Kort om modellen

Familiene og klassene som deltar i prosjektet vil utgjøre et nettverk.

Målet er at nettverket skal fungere som støttende og løsningsorientert gjennom hele prosjektperioden.

Ungdommene blir oppfordret til å delta i månedlige treffpunkt hvor relevante temaer vil bli fokusert. Det bærende elementet i arbeidet blir således det nettverket familiene og ansvarspersoner på skolene utgjør.

Aktiv medvirkning, refleksjon og dialog er de viktigste virkemidlene som benyttes. Utarbeidelse av kurskonsept og opplegg for temasamlingene skal ta utgangspunkt i at fag og erfaring går «hånd i hånd». Arbeidsformen vi har valgt er konkret og

lettfattelig. Deltakerne vil lære teknikker om bevisstgjøring som kan brukes i mange sammenhenger.

Aktivitetene i prosjektet

- En årlig samling for familiene. Den viktigste hensikten med disse er å legge til rette for at deltakerne i prosjektnettverket blir godt kjent.
- Månedlige temasamlinger for ungdommene. Tidsrammen rundt samlingene er tre timer. Eksempler på aktuelle temaer er: Når føler jeg meg akseptert, inkludert og verdsatt? Hvordan kan jeg finne min plass i klassen? Hva vil være en trygg og trivselsfylt skolehverdag for meg?
- Kvartalsvise samlinger for foreldrene med tilsvarende tidsramme. Her vil de få anledning til å drøfte foreldrerollen, grensesetting, lufte frustrasjoner og høste erfaringer fra andre.
- Klassetreff en gang i halvåret. Hensikten er å belyse ulike temaer med fokus på sosial trivsel. Vi har utviklet et spennende og engasjerende refleksjonsspill til bruk på disse samlingene. Gjennom et stort antall problemstillinger får elevene god anledning til å sette seg inn i ulike situasjoner og roller. Vi har lagt ved tre eksempler, som en liten smakebit. Tidsrammen for klassetreffene er fire timer. I etterkant av disse får lærere og andre fagpersoner på skolen tilbud om veiledning og refleksjon. Hensikten er å finne gode løsninger for klassene. Tidsrammen for møtene er en og en halv time.
- Familieveiledning hvor den enkelte familie får tilbud om samtaler med fagpersonene i prosjektet en gang pr halvår. Her blir det gitt mulighet for å ta opp temaer som ikke egner seg i en stor gruppe. Dette kan gjennomføres i hjemmet eller annet ønsket sted.
- Kontinuerlig telefonveiledning hvor prosjektlederne vil være tilgjengelige to timer pr uke. Dette tilbudet retter seg både mot familiene og aktuelle fagpersoner. Hensikten er at enkle problemstillinger kan drøftes fortløpende.
- I den avsluttende fasen av prosjektet vil fortsatt vakttelefonen være betjent. Dette tror vi er nødvendig for å gi deltakerne en faglig forsvarlig nedtrapping av gruppeprosessen.
- Arbeidet vil bli dokumentert fortløpende gjennom hele prosjektperioden.
- Et tipshefte vil bli utformet mot slutten av perioden.

Prosjektet er støttet av Extrastiftelsen.

Velkommen til prosjektsamarbeidet!

Prosjektledere er: Marit Strander, tlf. 41 42 96 95

og Kristin Berg, tlf. 45 66 09 83.

Vedlegg 2: Refleksjonsspill, instruksjoner

Spilleregler

1. Velg en skriver: noterer stikkord fra hvert svar til de ulike korta
2. Alle deltakerne får utdelt de tre ulike poengkortene: 1 - 2 - 3, som legges med baksiden opp
3. Slå terning etter tur og flytt brikken antall felt terningen viser
4. Trekk et refleksjons-kort og les høyt og tydelig opp for gruppa
5. Reflektér og svar på spørsmålene ved å prøve å se det fra forskjellige synsvinkler
6. De andre gir poeng (1, 2 eller 3) utfra hvor godt de synes personen reflekterer - Snu dette poengkortet og begrunn hvorfor (Begynn med det positive/ det som var bra og si noe om hva det kunne vært mere av eller noe du savnet)
7. Den som får poeng legger sammen poengene som er gitt av de andre spillerne - og flytter brikken antall felt fremover
8. Personen til venstre fortsetter å slå terningen, flytter brikken og leser opp kort osv.
9. Førstemann til mål har vunnet ;)

Vedlegg 3: Refleksjonsspillet VÆRE TIL, problemstillingene på kortene

Problemstillinger til refleksjonsspillet «Være til»

1. Du ser en bli banka opp i skolegården. Du vet at hun som banker opp er i stand til å hevne seg hvis du sladrer. Hva tenker du om situasjonen? Hva gjør du? Hvordan kan klassen jobbe for å unngå slike situasjoner?
2. Noen vil ha deg med ut etter leggetid, dere skal snike dere med på en ungdomsfest en fredagskveld. Du vet at foreldrene dine ikke liker dette, men du ser opp til personen som inviterer deg. Hva tenker du? Hva gjør du?
3. En av de nye jentene i klassen oppfører seg litt rart. Hun sier ting på en klønete måte, har rare klær og hun skjønner ikke hva som er kult! Hun vil gjerne henge med deg og venninnen din. Noen ganger har du valgt å være sammen med henne, og det legges merke til av de kule i klassen. Hun spør igjen om å få være sammen med dere etter skolen en dag. Hvordan opplever du dette? Hva gjør du?
4. Det kommer ei ny i klassen som ikke kjenner noen. I friminuttet prøver hun å ta kontakt med noen i skolegården. De svarer kort, studerer henne opp og ned - snur seg og fortsetter praten seg imellom. Hva tror du hun tenker og føler? Hva tenker du klassen kan gjøre for at hun skal finne seg til rette i klassen?
5. Du er ny på skolen og kjenner ingen. Det ser ut til at "alle" har noen å henge med. Du er en litt sjenert person som ofte synes det er vanskelig å vite hva du skal si og hva du skal gjøre overfor folk du ikke kjenner. En av de populære kommer bort til deg og ser deg rett i øynene. Hvordan opplever du dette og hva gjør du?
6. En av vennene dine, kanskje ikke den aller nærmeste, opplever at moren eller faren blir alvorlig syk. Vennen dropper ut fra mange aktiviteter, og holder seg mye for seg selv i friminuttene. Hvordan tror du situasjonen er for vedkommende? Hva kan du gjøre? Hva kan klassen gjøre i en slik situasjon?
7. En av de du kjenner godt, en du liker og ser opp til, begynner å smånasker i butikken. Første gang du opplever dette, tar vedkommende en sjokolade. Du tror at du har sett feil, og sier ingenting. Det går noen dager, og samme person nasker igjen. Hva tror du grunnen er til naskingen? Hva velger du å gjøre?
8. Skolen er endelig nyoppusset etter mange års styr. Både skolebygningen og uteområdet har blitt kjempefine og alle er glade for at perioden med bråk og rot er over. Da du kommer på skolen mandag morgen, ser du at noen har tagget ned store deler av veggen på gymsalen. Hva tenker du om dette? Hva tror du grunnen kan være til at noen gjør dette? Hva gjør du?

Hva kan skolen gjøre for at sånne ting ikke skal skje i framtiden?

9. En i klassen har malt gjerdet utenfor huset som sommerjobb, og du vet at dette tok mye tid. Du er en person som ofte kommer opp i konflikter og som lett blir med på mye tull. En dag tar du og kameraten din med en sprayboks og fyrer løs mot gjerdet. Beskriv hvordan du har det nå? Hva er grunnen til at du gjør dette?
10. Alle vet at det bor en dame rett ved skolen som er psykisk syk. Det er mange ting som gjør henne redd og urolig. Flere av elevene i klassen pleier å erte henne. En dag ser du at noen av tøffingene tar en tørr svamp og gnikker på vinduet hennes. De ler rått når de hører henne skrike og fare rundt i huset. Hva tenker du om dette? Er det noe du kan gjøre? Hva tror du grunnen kan være til at noen driver med sånt?
11. En gutt i 8.klasse blir stadig mobba av en gjeng fra 10.klasse. I et av friminuttene skjer det igjen... Gjengen nærmer seg sitt utpekte offer. Men så skjer det noe uventet: En av de stille og sjenerte guttene i klassen går med bestemte skritt bort til gjengen og sier: "Kutt ut det der a, det er skikkelig dårlig gjort!«. Hva tenker du om situasjonen?
12. Du sitter og snakker med en som stadig kikker ned på mobilen. Du har noe viktig å si, men hun ser ikke på deg. Hva føler du og hva gjør du? Hvilke mobilregler synes du bør gjelde i klassen?
13. Du henger med en gjeng fra klassen når det avtales en aktivitet. Alle nevnes bortsett fra deg. Dette har skjedd både deg og andre tidligere. Hvordan opplever du dette og hva gjør du? Hvordan kan en klasse jobbe for at alle skal føle seg inkludert?
14. Det er gym og lagene skal velges. Du er en av dem som løper sakte og har dårlig ballfølelse. Lagene er valg og du står igjen. Hvordan opplever det og kan du gjøre noe med dette? Hvordan kan slike situasjoner unngås?
15. Klassen har quiz én gang i mnd. Elevene velger selv hvem som skal være på lag. Ei av jentene blir alltid den som står igjen til sist. Dette legger du merke til. Hvordan tror du dette opplever for henne og hva kan du gjøre?
16. En jente i klassen legger ut bilde på Instagram hvor hun ser bustete og teit ut. Du hører noen kommenterer dette bak ryggen hennes. Hva tenker du om dette og hva kan du gjøre?
17. I klassen foregår det en konkurranse om hvem som får flest likes på det som legges ut på Instagram. Hva synes du om dette? Hvordan tror du det er for dem som får få likes?
18. En av gutta i klassen går inn via profilen din fordi du glemte å logge deg av da du gikk på do. Du blir facerapet da gutten legger ut at du synes en gutt i klassen er kjekk. Dette er en av dem som mange misliker. Hva synes du om dette? Hva gjør du?

19. Du facerapes, noen legger ut noe stygt om en annen person på din statusoppdatering. Alle tror at du har gjort det, men du vet at dette ikke stemmer. Hva syns du om handlingen? Hva gjør du?
20. Venninnen din har alltid de riktige merkeklærne. Selv har du fått en ny genser, og det første noen sier er «den der er jo bare fake»! Hvordan opplever du dette og hva sier du?
21. En venn av deg har stadig oftere skulket skolen og ser ut til å bli mer og mer borte. Hva tror du grunnen kan være? Hva gjør du?
22. Du er ute med vennene dine en fredagskveld og hjemme hos en i gjengen får du tilbud om øl fra foreldrenes lager. Flere av vennene dine har allerede tatt en slurk og turen har nå kommet til deg. Hva tenker du? Hva gjør du?
23. Etter en tur på storsenteret spør en av vennene dine om en gutt fra videregående kan kjøpe øl for dere. Dette kommer overraskende på deg. Hva tenker du? Hva gjør du?
24. Du fikler med en sms idet læreren spør deg hva den lengste elva i Egypt heter. Du svarer «Glomma» uten å tenke deg om og alle begynner å le. Hvordan reagerer du?
25. Du er hjemme hos kameraten din og mens han er ute en tur, oppdager du et håndskrevet brev på pulten hans. Blikket fanger opp ordet: "hemmelig" og du blir dødsnysgjerrig. Hva gjør du? Hvor mye kan man snoke i andres saker når man er på besøk?
26. På det siste foreldremøtet ble dette med aldersgrenser på film diskutert. Du er hjemme hos en i klassen hvor dere skal se en film med 18-årsgrense. Hva syns du? Hva gjør du?
27. En sitter sammen med kompisgjengen i kantina på skolen. Det kommer en annen gutt bort til dere. En i gjengen sier: «Vi stikker!» Hvordan tror du det oppleves for denne gutten? Hva kan du gjøre?
28. En gutt i klassen henger mye sammen med jenter, og det går rykter om at han er homse. Du kjenner han, og vet at han ikke er det. Hva gjør du neste gang noen sier eller påstår at han er homse? Hva syns du om å omtale hverandre på denne måten?
29. Du kommer fra en familie hvor foreldrene dine ikke ønsker at du overnatter hos andre. Klassen skal på overnattingstur og du får ikke lov til å bli med selv om du har veldig lyst. Hva sier du til de andre?
30. Klassen skal på leirskole og du får vite om en medelev som ikke skal være med. Selv sier han at han må passe en syk bestemor mens foreldrene er bortreist. Du tror ikke helt på historien hans. Hva tenker du? Hva kan grunnen være til at noen ikke får være med på overnattingsturer med skolen?

31. En muslimsk venninne får ikke være sammen med kjæresten sin som har et annet livssyn. For at hun skal få treffe ham, lager der en dekkhistorie om at hun skal være hos deg hele kvelden. Da hun ikke er hjemme til avtalt tid kl.22.00, ringer faren deg og spør etter henne. Du vil ikke tyste på venninna di, men er samtidig redd for at noe alvorlig skjedd. Hva tenker du? Hva gjør du?
32. Flere venninner er på hjemmebesøk. De andre begynner å snoke etter godterier i kjøkkenskapet mens venninnen er på telefonen. Hva tenker du om dette? Hva gjør du?
33. Familien din er aktive i en kristen menighet. "Alle" i klassen ser ut til å ha fordommer mot det å være kristen og kristendommen blir stadig latterliggjort. En dag stiller noen deg spørsmålet direkte: "Ække du kristen á?" Hvordan opplever du dette? Hva svarer du?
34. En av foreldrene til en medelev "går rart" og har et noe spesielt utseende. En dag hører du at noen omtaler henne som "krøplingen". Hva tenker du om denne måten å snakke om folk på? Hva ville du oppleve det om det var din egen mor?
35. Ei jente i klassen kommer ofte ustelt til skolen. Du får høre at hun sjelden spiser frokost og du ser aldri at hun har med matpakke. Hva tror du grunnen kan være til dette? Er dette noe du bør bry deg med?
36. Ei i klassen har fått hovedrollen i skuespillet som skal vises for hele skolen. Lenge trodde du at du skulle få rollen, men skjønnte så at hun hadde fått den da du var syk. Hva tenker du? Hva gjør du?
37. Foreldrene dine ber deg om en alvorsprat. De har fått en tlf. fra foreldrene til en i klassen din, som påstår at du har vært med på å mobbe datteren deres. Du blåneker og skylder på noen andre. Innerst inne vet du at du var med på mobbingen. Hva tenker du om dette? Hva gjør du?
38. En gutt i 9.klasse har i lengre tid hatt en litt merkelig oppførsel. Han virker fjern, henger liksom ikke med i samtalene og blir ofte irritabel og sint for bagateller. Hva tror du grunnen til dette kan være? Er det noe du kan gjøre?
39. Du har alltid hatt lett for å lære og får gode karakterer i de fleste fagene. En av lærerne tar ofte fram dine arbeider som eksempler. I friminuttet hører du en som kaller deg som "gullungen til lærer'n". Hvordan opplever du dette? Hva gjør du?
40. Du har lenge irritert deg over en i nabolaget som alltid snoker rundt, smisker og "tigger" godteri av andre i gata. Dette begynner du å bli sykt lei av og en dag fikk du bare nok! Sammen med kompisen din setter dere ham skikkelig på plass ved å dytte ham ut i et gjørmehull og rope at han er en drittsekk og en taper. Senere hører du at mora hans har rundjult ham og at hun har store problemer med alkohol. Hvordan reagerer du når du får vite dette? Hva gjør du?

41. Du er en person som lett blir sint og får lyst til å slå når noen provoserer deg. Du skjønner at det sprer seg et rykte om at man bør passe seg for deg. Hvordan opplever du dette? Er det noe du kan gjøre?
42. En av lærerne ser ut til å mislike en elev i basen din. Flere ganger har du opplevd at latterliggjør eleven foran hele klassen. Du har hørt at læreren er en som kan hevne seg om det blir sladdret på ham. Hva syns du om dette? Hva kan du gjøre?
43. Utenfor kjøpesenteret ser du plutselig en voksen mann slå til barnet sitt så det faller over ende. Gutten gråter og søker øyekontakt med deg. Hva tenker du? Hva gjør du?
44. Du vet at minst ei av jentene i klassen er kristen og ei annen muslim. Disse er begge ganske beskjedne og sier ikke stort i gruppa. Selv tror du det finnes en Gud. Du står sammen med flere fra klassen hvor dette med tro diskuteres. En av jentene leder an og får med seg flere av de andre i gruppa. På en hatefull måte sier de at tro er for sveklinger og tapere. Hva tenker du? Hva gjør du?
45. En av vennene dine har hengt seg opp i en situasjon som han opplevde veldig tøff. Du har hørt historien mange ganger og du kjenner at du rett og slett er lei hele greia. Hvordan kan du si dette til ham uten å såre?
46. I klassen er det et ganske stort motepress. Selv føler du at klærne og utstyret du bruker på skolen er kult nok. Ei i klassen kommer ofte i arvet tøy som er litt "ut". Du hører at noen snakker bak ryggen hennes om dette. Hva tenker du om situasjonen? Hvem bør bestemme hva som er riktig og kult?
47. Du er skikkelig forelsket i en på skolen. Problemet er bare at han/hun allerede har en kjæreste. Dette gjør at du holder deg unna ham/henne da du ikke vil ødelegge noe. På skoleballen spør han/hun om å danse med deg, gir deg komplimenter og flørter i vei. Hvordan opplever du dette? Hva kan du gjøre?
48. En i klassen er ofte seint ute med innleveringer og spør deg ofte om å få skrive av dine besvarelser. Han spør også om å få låne penger som aldri blir tilbakebetalt. I tillegg kommer han ofte for seint når dere skal møtes og du begynner å gå lei hele typen. Hva kan grunn Du treffer broren til en venn av deg som går i første klasse på videregående. Blikket hans flakker, han virker ustø i beina og du skjønner at han er beruset. Han sier «hei» på en vennlig måte, og spør om du har litt penger å låne ham? Hva tenker du om situasjonen? Hva gjør du?
49. En klassekompis ringer deg og du hører på stemmen at noe er i veien. Vennen din forteller at moren ligger sløv på sofaen og det er vanskelig å få kontakt med henne. Du skjønner at dette er alvorlig! Plutselig kommer du på filmen du skal se med to kompiser om 10 minutter. Hvordan vil du løse denne situasjonen?
50. Tre jenter i klassen har laget en blogg og deler samme passord og brukernavn. Tenk deg at du er en av disse tre jentene. På bloggen legger dere ut bilder og skriver litt av hvert om

medelever og lærere. Etter noen uker klarer noen å logge seg på. En av de som har brutt koden ser deg dypt inn i øynene. Han spør hva du mener med å kalle ham «en dust» på bloggen din. Hvordan opplever du dette? Hva gjør du?

51. Søsteren til en venn av deg er 16 ½ år og har prøvekjørt en stund. Hun spør om du vil være med på en liten kjøretur? «Har du lov til å kjøre du, da» spør du? «Nei, egentlig ikke, men vi skal bare kjøre på en lite trafikkert vei». Hvordan reagerer du? Hva ville du ha gjort hvis du ønsket å gjøre det slutt?
52. Du er kjæreste med en i klassen din og dere har vært det lenge. En dag oppdager du at han/hun legger ut flørtende meldinger til andre på FB. Du sier ifra, men det blir bare ledd bort. Samme kveld oppdager du at han/hun har lagt ut beskjed på statusen sin om at det er slutt mellom dere. Hvordan reagerer du? Hva gjør du?
53. Du er flink til å ta bilder og har lært mye om hvordan disse kan manipuleres. Du lager et skikkelig pinlig motiv av en gutt i klassen du syns er litt teit, og det blir så innmari kult at du legger det ut på veggen hans. Samme kveld ringer det på døra. Du åpner og ser at det er gutten på bildet. Hvordan reagerer du? Hva gjør du?
54. Du har bestemt deg for at du aldri vil drikke. Dette handler både om at du ikke har vært vant til drikking hjemmefra, og at du rett og slett ikke liker når folk blir fulle. Flere av vennene dine begynner å gå på fester. Du blir med, men føler deg litt utenfor. Du dropper festene, og de andre spør hvorfor. En ny tanke melder seg: «Kanskje jeg skal prøve likevel»? Du har alltid hørt at du er flink til å stå for egne meninger. Hva tenker du? Hva gjør du?
55. Tenk deg at du er helt ny i klassen og at du ikke kjenner noen. I friminuttet ser det ut som om alle har noen å henge med, de skravler og ler. Plutselig kommer et par fra klassen bort til deg og spør: «Hvorfor er du så stille, liker du oss ikke eller»? Hvordan reagerer du? Hva gjør du?
56. En av jentene i klassen har alltid et surt uttrykk i ansiktet. Hun blir fort sint, kjefter på de andre i klassen og får ofte anmerkninger av læreren. Hva tror du er grunnen til dette? Hvordan reagerer du på oppførselen? Er det noe du kan gjøre?
57. Du opplever alltid å komme i skyggen av den kule, flinke, kjappe og perfekte vennen din. Dere er en del sammen, men du tror at han/hun alltid gjør ting bedre enn deg. Hvordan oppleves dette for deg? Hvordan tror du det er for vennen din? Hva kan du si til ham/henne?
58. Ei i klassen hører veldig dårlig. Noen ganger er det vanskelig for henne å oppfatte hva som blir sagt. Det oppstår utrolig mange rare situasjoner fordi hun hører feil og du er ofte en av dem som ler. Hvordan tror du det er for henne? Hva kan klassen gjøre for at unngå misforståelsene?

59. Når du startet på ungdomsskolen finner du ut at en av lærerne er blind. Dere skal snart ha ham som vikar i engelsk og noen i klassen skjønner ikke hvordan dette skal gå. "Fyren ser jo ikke en dritt!" Andre sier: "Tenk så mye tull vi kan finne på uten at han oppdager noe som helst!" Andre igjen syns dette virker spennende: "Så kult at han er lærer selv om han ikke ser!" Hvilken av disse gruppene ville du høre til? Hvilke tanker gjør du deg?
60. Du har en medfødt muskelsykdom som gjør at du bruker rullestol. Du har det bra i klassen, har gode venner og driver med sitski på vinteren og boccia på sommeren. En dag skal du kjøpe ny jakke sammen med en venninne. Ekspeditrisen kommer bort til dere, ser på venninnen din og spør med vennlig stemme: "Er det noe hun trenger hjelp til?" Hvordan reagerer du? Hvordan tror du ekspeditrisen tenker?

Vedlegg 4: Program for familiesamling 2014

Program for familiesamlingen

på Soria Moria hotell

Dato: 19. - 21. september 2014

Fredag 19. September:

Kl.18.00: Middag

Kl.19.30: Presentasjon av deltakere, prosjektledere, programmet

Si noen ord om ei låt, et musikkstykke eller en filmsnutt som betyr mye for deg!

Kl.20.30: Kaffe/te, snacks

En liten overraskelse til alle ☺

Lørdag 20. September:

Kl.09.00: Frokost

Kl.10.00: Presentasjon av prosjektet (Lek og aktiviteter for de yngste)

Bakgrunn og forebygging

System og individ

Kl.11.00: Pause

Kl.11.15: Presentasjon av prosjektet fortsetter

Stigmatisering, problem og gode løsninger

Mål, hensikt og aktivitetene i prosjektet

Gode gruppeprosesser

Kl.12.00: Lunsj

Kl.13.00: Tur i nærområdet

Kl.14.00: Vi presenterer Refleksjonsspillet

"Være til"

- Gruppearbeid
- Oppsummering og evaluering av refleksjonsspillet

Kl.16.30: Innlagt pause (Frukt, kaffe og te)
Den formelle delen av programmet avsluttes

Kl.18.00: Middag

Sosialt samvær og velfortjent snacks

(og kanskje noen artige innslag? Feel free!)

Spillelisten blir fremført



Søndag 21. September:

Kl.9.00: Frokost

Kl.10.00: Individuelle oppgaver:

Mine forventninger til ungdomsskoletiden.

Hvordan kommer det til å bli?

Hvordan vil jeg trives?

(Oppgaver deles ut)

Kl.10.30: Gruppeoppgave:

Forberede temaer for elevsamtaler og foreldresamtaler

Inndeling i ungdomsgruppe og foreldregruppe

Innlagt pause (Frukt, kaffe og te)

Evaluering og avslutning

Kl.13.00: Lunsj

(Det kan forekomme små justeringer i programmet.)

Adr.: Voksenkollveien 60, 0790 Oslo, 23 22 24 00, soramoria.no

Kristin mob: 456 60 983

Marit mob: 41 42 96 95

Vedlegg 5: Notater, familiesamling 2014

Notater til familiehelg 19 21. september 2014.

Bakgrunn for prosjektet «Være til»

Ny skole, kanskje ungdomsskolen spesielt, spennende og nytt, hva venter meg nå? Hvordan er klassen? Hvordan er lærerne? Hvordan vil jeg like de ulike fagene? Blir det mange lekser?

Jeg husker dette store, litt skumle Jeg kjente ingen. Spesialklasse i 6 år, kun 3 elever. Nærskolen kunne nekte ta imot funksjonshemmede, min ville ikke ha meg. Veldig tøft i spes. klasse, de to andre tilleggsvansker, eks lesing og skriving. Både gruet og gledet meg. Hvor kom pulten min til å stå? Hvordan skulle jeg finne fram i skolegården? Ville gymmen bli artig? Kom jeg til å finne noen å prate med? Veldig nervøs første dag. Jeg ville ikke gå med hvit stakk, helt uaktuelt! De voksne ville jeg skulle gå med armbind, like uaktuelt! Jeg fikk mine erfaringer, noen gode, noen tøffe! Tror ikke alt, ikke på noen måte, handlet om at jeg er blind.

Snakket med mange voksne, sier det samme: Ungdomsskolen var en tid hvor det skjedde mye. Noen syns tiden var tøff, andre syns den var spennende!

Når øynene virker dårlig, eller som for meg, helt avskrudd, noen situasjoner som krever mer. Vet dere hva: Jeg tror vi som ser dårlig blir skikkelig kreative! Vi må finne løsninger på mange småting, og vi får det til! Dere er sikkert noen fantastiske kunstnersjeler, dere lager gode løsninger! Så kommer vi noen ganger i situasjoner hvor vi mister litt oversikt! Vi mister litt kontroll, går glipp av litt informasjon. Noen gir et lite nikk eller smil langt der borte, ikke lett å få med seg! Mye informasjon kastes ut, vi kan ikke fange alt dette. Men så har vi en super hørsel, luktesans, følesans osv.,

Jeg husker ungdomsskolen som en fin, krevende, morsom og lærerik tid. Fikk noen erfaringer jeg har tenkt på som voksen. Noen ganger var ikke de andre voksne så flinke til å skjønne hvordan de skulle lage en ok klasse for alle! Pulten min var plasser foran alle andre, hvorfor? I gymmen var det mange ballspill, må være det, men finnes så mange alternativer. Verdenskartet, hører fortsatt lyden i hodet. Måtte levere alle oppgaver på med vanlig skrivemaskin, så ikke hva skrev – urimelig fra en blind.

Jeg tror alle kunne fått det enda bedre på ungdomsskolen med en liten ekstra heiagjeng, det er hva vi vil være. Vi vil være med som deres støttelag, heie dere framover. Det gjelder både familiene, dere, klassekameratene og lærerne. Ofte kan små lure grep gjøre en ting veldig mye bedre.

Et eksempel: Lydnivået på jobb. Eks: Fra kontoret i nbf, Marit kommer litt før, tenker: Kristin forsinket, da er hun sikkert stressa, hun som alltid er så effektiv og strukturert, da kan ikke jeg si noe om det jeg lei meg for, begynne å brette ut om Maika. Det virker sikkert ikke så stort, det er jo bare en katt. Maika er jo død. Det er jo så mye som står igjen før familiehelga, og Eirik som har bursdag og greier. <lurer på om kaka er i boks. Å, det er så leit at Maika ikke er her, jeg var så utrolig glad i henne. Hun var jo akkurat like gammel som Julianne. Bankbank, Kristin kommer: Litt heseblesende, litt høylytt. Jeg blir så utrolig lei av disse sjåførene som ikke vil ha hund i bil, nå mista jeg ende an,

hadde forhåndsbestilt å greier. Vi som har så mye å gjøre. Ja, ja, ja, hei forresten, gir Marit en klem.

Det har blir en slitsom dag, masse å gjøre. Vi må ordne alt med hotellet, få ferdig disse kortene til spillet, det må jo gå i trykking i dag, så var det den kaka til Eirik, vi fikk jo ikke lov til å ha med en egen, jeg som hadde tenkt til å bake og greier. Mens Kristin snakker, tar av jakke, ordner sele, sekk osv. Tar opp PC. Marit: Vi må jo finne på hva Julianne skal gjøre sammen med Emma, Tale og Tuva? Kristin: Er det noe eller? Marit: Ned, det går greit. Kristin: Hallo, jeg kjenner deg. Jeg hører jo at det er noe. Jeg har jo tross alt kjent deg i 20 år, er ikke helt døv heller da! Marit: Vi har så innmari mye å gjøre i dag, vi kan ta det seinere. Kristin: Ærlig talt, vi har ikke så drlig tid, har da vel for søtten tid til å bruke noen minutter. Spytt ut da. Marit: Ok, det er maika, vært bore i fem døgn. Du husker jeg nevnte at borte i fem døgn. Er jo 14,5, redd for at gjemt seg for å dø. Vi var så redd for å ikke vite hva som hadde skjedd, det at vi ikke skulle finne. Katten har vært et familiemedlem siden jentene var små. Så utrolig nok fant vi henne på samme plassen vi hadde lett kvelden før, hun var i livet, kikket med de nydelige øynene, tatt henne med hjem til dyrlegen, god avskjed. Men det er så utrolig trist. Så jeg er egentlig ganske lei mei. Kristin: Du må jo si ifra når det skjer sånne ting når vi jobber så tett sammen. Marit: Ja, men jeg ville jo ikke at mine ting skulle plage deg å sinke oss i arbeidet. Kristin: Men kjære vene, hvis ikke vi skal kunne ta oss tid til å sjekke med hverandre hvordan det står til, da blir jo nesten poenget med prosjektet borte. Tenk på ordene vi har i være til, hva de står for, vennskap,..... Det er jo nettopp dette her prosjektet handler, nå var det deg, neste gang har jeg som trenger litt tid. Marit:

Sier litt om hvordan opplever nå. Stille spørsmål (primært til ungdommene, hvis ikke svar, kan foreldrene få svare): merket dere hva som skjedde nå? Hva ville skjedd hvis ikke Kristin hadde stilt det spørsmålet, bare fortsatt med å dure på? Marit si litt kort om hvordan opplevde det. Fortsatt trist sak, men veldig god å få lette hjertet litt, at Kristin, som skal jobbe tett med hele dagen, vet litt om hvordan jeg har det. Lettere å konsentrere seg om arbeidet, luftet ut, godt å vite at man ikke er alene. Flere ting kunne gjort en forskjell. Erfaring, vet kristin vil jobbe, vil også selv, men hvis ikke luftet, hatt en klump. Dersom Kristin ikke ga rom. Samtidig må jeg huske på at kjennskap gir vennskap. Tillit kommer ikke gratis, noe må bygge opp, jobbe for. Viktig å ha noen som kan åpne seg litt for. Kristin: Utgangspunkt, en liten ting kan gjøre en viktig forskjell, det er noe av det vi ønsker i prosjektet.

I dette prosjektet vil vi gjøre vårt lille bidrag, skape noen arenaer, stille noen spørsmål og reflektere sammen med dere – vi håper at dette vil gjøre skoletiden enda et hakk bedre. Vi skal heie på dere, vær sikker. Så håper jeg vi får en god trygghet sammen!

Hva er forebygging?

Compid, unngå gnagsår, enkel liten sak = forebygging. Varme klær når kaldt ute = forebygging. Unngå at et problem får vokse, hindre at slår dype røtter! Snakker mye om, men gjøres ofte lite. Tror at dersom alle elever blir sett, hørt på, lyttet til, tatt ordentlig på alvor, mange problemer kunne vært unngått. Hvis man trives, mye lettere å lære, få til ting. Mange lærere gjør fantastisk jobb. Mange foreldre gjør også det, vi er utrolig opptatt av at ungdommene skal ha det bra. Lurt at vi foreldre også snakker sammen, Marit sier mer senere.

Når vi virkelig spiller på lag, løfter hverandre opp og frem, kan mye godt skje!

Dette er et forebyggende prosjekt. Dersom små problemer melder seg, skal vi sammen minske disse. Dersom noen sliter litt, skal vi gi hverandre oppmuntringer. Det å vite at noen vet at jeg har det litt tøft, det er det mye vitaminer i – det kan redde oss fra å føle oss bitteliten, dum, teit, mislykket! Sånne følelser har vi alle ibl. Og de er så flinke til å lyve!

Skolene er veldig opptatt av lesing, skriving, matteferdigheter, kunnskap. Er selvsagt viktig, men her skal ikke vi blande oss borti noe som helst! Vi skal derimot gi oppmerksomhet til hvordan dere kan ha det best mulig, trives på skolen. Da tror vi nemlig kunnskapen kommer mer også.

I dokumenter som regulerer skolen, sies mye om læringsmiljøet. Sagt lite om dette spesielt for funksjonshemmede, mye fokus på teknikk, eks hjelpemidler som leseTV, datautstyr osv. Vi mener dette har fått for lite oppmerksomhet! Trivsel er superviktig! Har vi det bra på jobb, skole og blant venner – hjelper det oss til å takle eks motgang bedre.

Dere får vite litt om hva vi har tenkt konkret i prosjektet, veien blir i stor grad til mens vi går. Vi har noe fagkunnskap er viktig, sosialfag. Har også noen erfaringer som synshemmet, håper kan bidra positivt i samtalene. Mine erfaringer er kun mine, men hvis noen tanker og spørsmål kan hjelpe dere, er det inspirerende.

System og individ

- Litt om kroppen, hvordan ulike deler henger sammen. Sliten, glass vann hjelper. Har vi vondt i et bein, legger vi kanskje tyngda mere på det andre. Hører vi noen skumle lyder begynner hjertet å banke fortere. Når kroppen trenger mat, kjenner vi sult og gjør noe med det. Man kan ikke bare bruke en del på kroppen uten at det får innvirkning på andre deler.

Ting henger sammen... Dette er tanken bak prosjektet. Sånn er det med oss at vi er en person som henger sammen med mye rundt oss

Vi bor i et hus / leilighet. Ja, vi har en funksjonshemming. Så har vi mange interesser. Kanskje søsken, foreldre, anne familie. Vi går på en skole, har noen lærere. Er i en klasse, kjenner noen andre venner. Alt dette påvirker oss.

Noen mennesker føler vi oss trygge sammen med, andre vekker usikkerhet. Noen ganger går praten lett, andre ganger har jeg ikke peiling på hva jeg skal si? Kjenner dere dette igjen? Tror alle har det sånn ibl.

Vi er et menneske, men vi henger sammen med mange andre personer, ting, interesser osv.

Vi vet at familien er viktig, foreldrene spesielt. Lærerne og klassen også, derfor vil vi gi disse oppmerksomhet også.

Noen av våre grunnprinsipper:

Vil ikke fokusere på synstapet, men vil heller ikke overse!

Opptatt av å styrke det som er bra. Ofte problemsnakk, vi vil ha løsningsnakk. Tenker ofte at vi skal forstå årsaken til at noe er vanskelig. Vi spør oss selv «hvorfor» skjer dette? Noen ganger lurt, kan hjelpe oss. Stor flis i foten, vondt, viktig få den ut – vite årsaken. Andre ganger er det lite hjelpsomt.

Påstand: Hvis syns det er vanskelig å finne venner, mest nyttig å finne årsaken, eller prøve lure ting som kan gi flere venner? Viktig å kunne si hva som er vanskelig, men trenger ikke alltid forstå årsaken. Vi er mer opptatt av å finne gode løsninger. Hvordan kan jeg få det best mulig, ikke hva er grunnen til at jeg ikke har det bra! Når en person har en funksjonshemming, lett stigmatisere – vet hva betyr? Hvis jeg eks sier «å ja, du er fra Brummundal, da skjønner jeg hvorfor du er så...» En type stigmatisering. Eller kan si: «du er fra Pakistan, da skjønner er du vel livredd for hunder, det er jo alle». Er det sant? Dette er også stigmatisering. Alle svaksynte blunker og virrer med øynene, er det sant? Jeg aner ikke! Alle blinde hører så godt! Vi tror vi vet alt om noe, sannheten er at jo mindre man vet, jo lettere er det å stigmatisere. Kjenner flere pakistanere som er livredd for hunder, men jeg kjenner også mange som er glad i hunder. Kanskje vi funksjonshemmede møter en del stigma, men vi er også stigmatiserende overfor andre, vi er ikke noe annerledes vi, vi er folk! Kanskje kan vi i prosjektet hjelpe hverandre til litt mer bevissthet, litt kunnskap, noen holdningsutfordringer – da har vi kommet litt videre som mennesker = viktig for oss i prosjektet.

Det er viktig at du finner din plass, din identitet, den du er. En faktor er at ser dårlig, men det er så mange andre ting som også er en del av deg. Vi sammenligner oss med andre, er det alltid lurt at seendes tempo i ett og alt bør være kompasset vi skal navigere etter?

Eks: Lage mat. Jeg skal steke fisk og lage kokte poteter. Kjelen finner jeg på vanlig sted. Den fylles lett med vann, litt salt oppi, men obs, der stod visst ikke saltet på vanlig sted. Står det på bordet? Er det på benken? Har noen flyttet det til en annen hylle? Bor med tre gutter som ikke nødvendigvis fikk utdelt ordenssans som sin mest velutviklede egenskap! Vel jeg leter, leter og etter en stund finner jeg saltet. Slo jeg på platen? Kjenne etter. Ja, jeg gjorde visst det! Så var det steikepanna, den har vel ikke flyttet på seg. Heldigvis ikke. Men steikespaden, den er visst ikke på riktig sted. Jeg leter i skuffen, det er mange ting der, til slutt finner jeg den. Steikeovnen settes på, og jeg fordeler fisken i den ildfaste formen. Men oljen, den har hælen klype noen glemt å sette på plass. Dette er artig, jeg leter igjen på de tenkelige og utenkelige stedene, men nede i matboden, der tok det tid før jeg så. Fisken ble god til slutt, men er det rettferdig å sammenligne seg med tempoet til en som ser normalt? Jeg fikk saken i havn, men har nok brukt litt lenger tid. Jeg bor jo i en familie, og hvordan vi samspiller, det får betydning for min middagslaging. Poenget er ikke å si at alle skal ha superorden for at jeg skal kunne fungere, men jeg må gi meg selv lov til å innse at noen ting tar litt lenger tid. Sånn er det bare!

Vi kunne jo tenkt at vi nå skal finne på masse ting med dere fem ungdommene, men det fant vi fort ut at ikke ville være noe vits ifh dette med å se helhet..

Hensikt og mål for prosjektet

- Ungdomstiden - utfordrende og spennende. Mye nytt og mye som skjer både i kropp og sinn, og nye utfordringer på ungdomsskolen og i forholdet til de hjemme. Tida for å finne seg selv - hvem er jeg egentlig? Tilbakemeldinger og blikk fra andre - er jeg ok? Liker de meg? Mer opptatt av hva andre syns - syns mer selv. Mamma og pappa = teite -> Løsrivelse, vise at en er på vei til å bli mer selvstendig. Føler at mye blir mas og innblanding, de skjønner jo ingenting! "Ups 'n downs" - kort vei mellom å elske og hate - gjelder også i fht søsken. Behov for å bli sett og hørt, men også behov for å være alene, slippe å snakke. Foreldre som klager på at "jammen du forteller jo ingenting!"

Mange utfordringer når det gjelder dette med å prate sammen. Men faktisk - sånn er det for oss alle sammen uavhengig om vi har et godt eller dårlig syn, har ytre eller indre skavanker - vi formes underveis og har vel alltid utviklingsmuligheter! ☺

Hensikten med prosjektet:

- Med dette prosjektet ønsker vi å være en hjelp og støtte til elever med noen ekstra utfordringer fordi man ser dårlig - og så var vi så heldige å få tak i dere!

Vi ønsker at opplegget skal bli matnyttig for:

- Dere 5 ungdommene
 - Klassene deres
 - Foreldre og søsken
 - Lærere og andre fagansvarlige
- Vi tror at en god måte å jobbe på er å ha opplegg og samtaler i mindre og større grupper. Det er ikke alltid så lett å snakke i store forsamlinger. Mange kan ha mye på hjertet, men er kanskje redde for å dumme seg ut, si noe feil osv..
 - Vårt bidrag er:
 - å sette i gang noen prosesser hos dere
 - legge til rette for at vi kan dele erfaringer -
på godt og vondt

- kanskje kunne gi noen gode tips på veien

Vi vil prøve å putte inn noe faglig i fht temaer dere er opptatt - av sånn at vi bl.a. kan forstå bakgrunner og sammenhenger bedre.

Noen temaer er viktige for dere tenåringene,
noe for foreldrene, lærerne og familiene....

Hovedmålet:

At alle dere som er med i prosjektet skal oppleve det meningsfylt, lærerikt og utviklende.

At dere skal kunne oppleve ungdomsskoletiden som god og trygg...

Vi tror at dere og nettverkene vi skal fylle opp sammen - kan bli en ressurs for hverandre:

At dere vet at dere ikke står aleine - men at det er flere som har det på samme måte.
At folka som jobber på skolen også kan få noen å ta opp ting med og som kan gi trygghet i fht prosjektet

At dere skal kunne oppleve trivsel og tilhørighet på ungdomsskolen - og det samme for elevene i klassen generelt

Det hele går altså ut på å styrke klassemiljøet - at flere får det bedre!

At man får trening i å bry seg, ta stilling til ting og bli bevisst hva en står for.

Hvordan vi skal jobbe underveis:

For at vi skal få til dette her, vil vi:

Samarbeide med familiene til dere fem ungdommene i prosjektet

Lage gode samtaleopplegg - fundere og reflektere sammen

Utveksle erfaringer og finne løsninger sammen

Familietreff:

En årlig samling som denne weekenden som vi kommer til å ha en gang til

Tanken er å riste oss sammen - bli kjent. Neste gang vil vi ha en litt annen form på det. Litt flere temaer som er viktige for familiene, kunnskapsorientert...

Ungdomstreff:

Dette er en av tingene som virkelig er viktige i prosjektet. Ikke lange treff, men fokus på temaer som er viktige for dere... Vi har lagt opp til å treffes en gang i mnd for å ha temasamlinger (max 3 timer m/enkel servering)

Kjennskap gir vennskap, lite og trygt miljø - oppleve at andre har liknende opplevelser og utfordringer:

Snakke sammen og ha det gøy

Kroppsspråk, kommunikasjon

Hvordan forklare de andre i klassen at jeg ser dårlig - bør jeg det?

Hvordan kan jeg ta kontakt ute i skolegården?

Hvordan tørre å danse hvis jeg aldri har sett en dans ordentlig?

Gode løsninger i gymtimen

Finne min egen klesstil

Er det ting som er farlige for meg fordi jeg ikke ser så bra?

Bør jeg ha de samme reglene som andre?

Har mamma og pappa lov til å nekte meg ting fordi jeg ser dårlig?

Fokuset bort fra "annerledesheten" - > felles for tenåringene - alle er vi forskjellige, noen synlige skavanker og utfordringer mens andre skjulte.

Lettest å legge merke til "det synlige" og man dømmer ofte ut ifra det man ser.

Tanker om hva usynlige vansker kan være?

(Psykiske problem, angst, traumer, foreldres skilsmisse, problemer hjemme, dårlig råd, trusler, sengevæting, stamming, ADD/ADHD, dysleksi, bekymringer for ulike ting osv...)

Alt dette kan gjøre at -> henger ikke helt med i ulike sammenhenger føle seg annerledes og utenfor

stenger seg inne eller er redd for å ta kontakt

Hvordan kan vi gjennomføre disse treffene på best mulig måte, møteplass Drammen/Oslo? Vi vil gjerne ha et møte i oktober, men det er litt opp til dere hvordan. Eksempelvis kan vi ha et skypemøte første gang.

Hvilken ukedag passer for flest?

Foreldretreff:

Samling én gang i kvartalet, altså fire ganger i året,

samtidig med elevtreffet (max 3 timer)

Her vil vi utveksle erfaringer, drøfte foreldrerollen -

og temaer dere er opptatt av:

Fritidsinteresser

Info/kommunikasjon

Overbeskyttelse

Selvstendighet

Grensesetting

- Forskjellsbehandling osv...

Sikre på at dere har en del temaer dere er opptatt av.

Vi prosjektlederne vil da dele oss og være én på hver gruppe 😊.

Tror det er et viktig nettverk også for dere foreldre -

å oppleve at det er flere i samme situasjon - at man ikke står aleine.

Hjemmebesøk:

Vi treffes på ungdomstreffene og foreldretreffene -

men det er ikke alltid alt kan tas opp der.

Derfor vil vi gi muligheten til å snakke om andre temaer som kun gjelder deres familie.....

Gi rom for å lufte ting og tang som gjelder deres familie.

Hva er viktig og vanlig i din familie? Spesielle utfordringer?

Under hjemmebesøkene vil vi kunne gi familieveiledning (hjemme eller annet sted) - tips og råd i fht temaer og ting som det ikke passer å ta opp i stor gruppe (max men ikke must! 3 timer)?

Vi ville sette stor pris på om dere kan stå klar med tre retters middag på disse samlingene - etter den standarden vi nå har satt! 😊

Vakttelefon:

Vi vil være tilgjengelige på tlf 1 t pr uke, mandager mellom kl.14.00 og 15.00.

Mulig å drøfte ting som oppstår underveis, spørsmål, få litt veiledning osv.

Hvis det har skjedd en situasjon på skolen eller hjemme.

X: La oss nå si at det bare er ballspill i gymmen... Hva kan vi gjøre med dette?

At vennegjengen skal ut å klatre - du er bekymra, vil helst si nei...poden blir sint!

At foreldrene dine nekter deg å dra på overnattingstur...

Det har blitt en konflikt mellom dere og foreldrene til en venninne av datteren deres...

Klassesamlinger:

Det hjelper lite på miljøet i klassen å ha et opplegg kun for dere 5, hvis ikke klassen også blir med! En av hensiktene med prosjektet er jo å øke trivsel og inkludering. At det skal bli ringvirkninger som kommer alle til gode...

Målet er altså å få innpass i klassene sånn at det kan være nyttig for alle 😊

Som Kristin nevnte om forebygging:

Så er det alltid lettere å forebygge enn å reparere!

Elever kan være i veldig ulike situasjoner

Har ikke en nær venn

Ser eller hører dårlig

Har en annen funksjonshemming

- Konsentrasjonsproblemer
- Er veldig tøffe
- Har en annen dialekt
- Annen hudfarge
- Religion
- Er homofil

- Stammer osv...

Disse elevene ristes sammen i en klasse og vips så skal disse fungere godt sammen! Det er ikke rart at det kan bli problemer!

Og det er altså dette vi vil sette inn støtet overfor - å hjelpe til sånn at man får fram likhetene, empatien, trivselen ☺

Et opplegg i klassene setter i gang refleksjoner og tanker som kan gjøre at en blir mer bevisst..

Når man blir kjent med og tenker sammen om ting får man ofte større forståelse for og empati med dem som av ulike grunner sliter eller føler seg annerledes.

Når vi kommer i klassen IKKE fokus på deg som ser dårlig, for du er en del av klassen. Du kan selv velge hva du vil si du er med på i prosjektet.

(Sette over til Kristin: Eks fra synspedagog i klassen)

"Være-til" samtaler for hele klassen (ca.2 timer)?

Snakke om ting som har med trivsel å gjøre

Drøfte ulike tema som oppleves viktige

Empati - hva er nå det? (Sette seg inn i en annens situasjon, føle med, evne og vilje til å forstå et annet menneskes opplevelse og situasjon...)

Innsikt - kunnskap og forståelse - lurt å ha om egen situasjon og utfordringer, lettere å kunne forstå og føle med andre (Bevisstgjøring)

Refleksjonsspillet - Hva vil det si å reflektere?

Vi har laget et spill som skal brukes i grupper i klassene.

Mange ulike dilemma; situasjoner som kan sees og løses på ulike måter. Får i gang diskusjon, meninger og ettertanke:

For eksempel: Hva tenker jeg om dette? Hvordan ville jeg løse situasjonen? Er det noe vi kan gjøre i klassen?

Blir gitt poeng etter hvilke svar???

Vi tror dere vil kunne gi oss masse nyttige synsinger og meninger underveis,

og etter at vi er ferdige med prosjektet vil vi lage et:

Tipshefte hvor vi samler opp hvordan opplegget fungerer, på skolen, refleksjonsspillet, dere får se etterpå -

Altså tips og råd som også andre grupper kan ha nytte av. Så vet vi jo ikke hva det kan føre til. Vi tenker det er viktig at det nettopp er dere som får være med på dette som vet hvor skoen trykker.....

Vi håper prosjektet rett og slett kan være med på å gjøre at ungdomsskoletiden oppleves som en god tid, først og fremst for dere, men også for klassekameratene deres -

og gjøre at dere får motivasjon til å fortsette på videre utdanning.

For DET er jo viktig for å kunne få seg en allright jobb!

Viktige prinsipper i gruppeprosesser, Kristin

For at alle skal oppleve utbytte, aktiv deltakelse.

Vår oppgave legge til rette for trygghet

Alle setter spor, hvordan sette de beste

Uvant, gjør ditt beste

Noen gange flaut, men sikker for andre.

Stole på hverandre, trygghet for ikke si til andre.

Det som sies i gruppa, må bli der.

Respekt for reglene vi bestemmer

Ingen utsagn er teite.

Respekt for egne og andres grenser

Sammen gjøre hverandre bedre

Lag gjerne din egen lille loggbok

Si ifra, om trenger prat med en av lederne på tomannshånd, ikke alt passer i gruppa.

I gruppene hva høre etter?

Hvordan gi hverandre tilbakemeldinger?

Involvering, egeninnsats

Sammen kan vi gjøre hverandre bedre.

Små endringer kan gjøre stor forskjell.

Eks: En arm å holde i. Ikke noe stort tiltak, men veldig viktig.

Ordet «er» kan forhekse. Jeg «er» teit jeg. Jeg er «treg». Jeg «er ...», erstatt med kan være

Vi har en drøss med muligheter og ressurser, kanskje litt hjelp til å bli klar over, se hvordan kan tas i bruk.

Kan ikke forstå noe fullt ut, men ok forståelser er heller ikke å forakte.

Ofte presenterer vi «Jeg pleier nesten aldri å klare å finne noen å snakke med!» Hm, må bety at klarer noen ganger, ellers sagt aldri. Kan vi finne ut mye om alle disse gangene, snakke mye rundt det, noe som ofte forsterker følelsen av mislykkethet, motløshet. Når derimot sier: Du sier nesten aldri, betyr at ikke er sånn alltid, hva gjør nå de andre

Vedlegg 6: Eksempel på utsendt informasjon om et foreldretreff

Foreldresamling 19.10.14

Tid: kl.16.00 - kl.19.00.

Sted: Tollbugata 115, Drammen

Takk for sist og velkommen til den første foreldresamlingen! Nedenfor finner du noen stikkord for hva vi tenker å bruke den første samlingen til. Er det andre ting du gjerne vil vi skal bruke litt tid på, send oss gjerne en e-post på forhånd. Vi gleder oss til å møte dere igjen! Vi serverer enkel mat ☺

Tema: Hvordan opplever dere ungdommens trivselsnivå?

Kort runde hvor alle sier litt. Noe herfra man ønsker å bruke gruppa til?

Felles regler i gruppa:

- Varighet, pauser
- Grenser for hva som tas opp
- Alt som sies i gruppa blir der
- Respekt for andres synspunkter



Noen problemstillinger:

- Hvordan tror du at friminuttene oppleves?
- Hvordan fungerer gymtimene?
- Hvordan tror du skoleveien oppleves?
(Går alene, blir kjørt, går sammen med venner)
- Hva tror du ungdommen tenker rundt egen fritid? (Tilfredshet, savn)
- Hvordan tror du ungdommen har det hjemme?

Velkommen!

Vedlegg 7: Eksempel på utsendt informasjon til et ungdomstreff

Ungdomssamling 19.10.14

Tid: kl.16.00 - kl.19.00

Sted: Tollbugata 115, Drammen

Endelig står den første ungdomssamlingen for tur! Vi gleder oss til å møte deg igjen! Kanskje du vil snakke litt med de andre på forhånd, da er det fint om du sender oss en liten e-post. Nedenfor finner du noen stikkord om hva vi tenker å bruke tiden til denne gangen. Vi serverer enkel mat 😊

Felles regler i gruppa:

- Varighet, pauser
- Grenser for hva som tas opp
- Alt som sies i gruppa blir der
- Ingenting må latterliggjøres
- Respekt for andres synspunkter



Refleksjonstema:

Alle får muligheten til å si litt om egen synshemming og hvordan dette oppleves. Hvordan opplever du å ha det på skolen nå?

Noen ting du kan tenke igjennom:

- Hvordan har du det på vei til og fra skolen?
- Hvordan har du det i timene?
- Hvordan opplever du friminuttene?
- Hvordan har du det i gymmen?
- Er det ting du skulle ønske var annerledes?

Vedlegg 8: Kort kjøreplan for det første klassebesøket

Kort kjøreplan, klassebesøkene

Rollespill – illustrere

Kort info om prosjektet:

- Forebyggende prosjekt: "Være til". Illustrere. Vennskap, Ærlighet, Respekt, Empati – Tilhørighet, Inkludering, Likeverd
- Klassemiljø, trivsel, samhold
- Inkludering - hva vil det si? Hva er det motsatte? (Ekskludering/utestenging)
- Empati - hva betyr det?
- Fokusgruppe: unge med noen ekstra utfordringer
- Hvilke ulike utfordringer, problemer eller "annerledesheter" kan finnes i en ungdomsgruppe? Forslag? (Fysiske, psykiske, mentale og "synbare" - Ulike funksjonshemninger, dysleksi, spiseforstyrrelser, AD/HD, Tourettes, skilsmisseproblematikk, innvandrere, homofile osv.

Refleksjonsspillet

- Forklare spillet
- Organisere i grupper
- Spille spillet
- Legge fram i grupper – hver sin problemstilling

Kristin sjekke på jobb ifht tema – rollespill
filmsnutt? Bufdir?

Vedlegg 9: Kjøreplan for det andre klassebesøket

Klassebesøk, kjøreplan

Tema for dagen: "Hvem tror du at du er?"

Åpning (5 min, begge): (Oppfordring om å ta opplegget på alvor, best mulig utbytte)

- Skuldermassasje: Instruksjon: Stå i ring etter hverandre. Hold hendene på skuldrene. Gi personen din fremfor deg en skuldermassasje du selv ville satt pris på.
- To ord om forskningen (Kristin)
- Hvordan var massasjen?
- Noen som vil slå nå? Hva er det som skjer?

Kort gjennomgang av programmet (2 min, Kristin):

Begge,

Mål for dagen (2 min, Marit):

- Vi ønsker noen timer hvor alle føler seg respektert for den de er og for meningene sine.
- At alle skal ha fått noen nye tanker og idéer til hvordan vi kan ha det bedre sammen.
- At alle skal ha fått noen nye tanker om hvordan det er å sette seg inn i andres situasjon.
- At det er laget noen konkrete tips til hvordan denne klassen kan få det enda bedre sammen.

Utviklingsstadier (5 min, Kristin) (Korte inn!)

Monolog/rollespill (15 min, Marit):

Hvordan en ung jente starter dagen (Refleksjoner rundt seg selv, presset og livet generelt)

Spørsmål etter monologen:

- Noen som kjenner seg igjen?
- Hvorfor starter dagen slik for mange av oss?
- Hvorfor sammenligner vi oss med andre?
- Hva oppnår vi med det?

- Hvem sammenligner vi oss med, og hvorfor?
- Hva vil det si å være seg selv?
- Hva gjør at vi føler oss sett/ ikke sett i en gruppe?
- Hva gjør at man føler seg trygg/ utrygg i en en gruppe?
- Hva vil det si å føle seg akseptert/ utestengt fra en gruppe? (Inkludert/ekskludert)

“Hvem bryr seg?” (15 min, Kristin)

Her starter vi med filmsnutten

- **Hva tenker du etter å ha sett dette?**
- **Når bør vi gripe inn dersom vi ser ting som «ikke er greit»?**

(PAUSE?)

Individuell refleksjon (10 min):

Instruksjon:

Alle får utdelt to ark. Hver oppgave besvares på eget ark.

Oppgave 1 er en refleksjonsoppgave som ingen andre skal lese. Hensikten er å trene seg på å finne litt ut hva du tenker om spørsmål vi alle får stadig vekk. Kanskje kommer du på noe lurt du kan jobbe videre med, noe som kan hjelpe deg når noe er litt vrient.

Oppgave to skal samles inn av læreren. Her kan det komme fram mange gode forslag som lærer og klassekontakt kan følge opp videre.

- **Oppg.1:** Kommer du på en eller flere situasjoner hvor du kan være «helt deg selv». Hvor er dette? Sammen med hvem? Hvorfor kan du være deg selv akkurat i denne situasjonen?
- **Oppg.2:** Er det noe denne klassen kan gjøre for at alle skal oppleve mer trygghet, respekt og inkludering?

Gruppearbeid (45 min forberedelse, 1 time presentasjon og debatt):

2 grupper forbereder en kort presentasjon (to ulike problemstillinger)

2 grupper forbereder en debatt (to ulike problemstillinger)

2 grupper jobber med forslag til tiltak / aktivitet som kan brukes i klassen.

Hver gruppe får 10 min til gjennomføring

Tema til presentasjoner: kort nr. 6 og 33

- **6.** En av vennene dine, kanskje ikke den aller nærmeste, opplever at moren eller faren blir alvorlig syk. Vennen dropper ut fra mange aktiviteter og holder seg mye for seg selv i friminuttene.

Hvordan tror du situasjonen er for vedkommende? Hva kan du gjøre? Hva kan klassen gjøre i en slik situasjon?

- **33.** En i klassen kommer ofte ustelt til skolen, lukter vondt og ser trøtt ut. Du får høre at an sjelden spiser frokost og at han aldri har med matpakke.

Hva tror du grunnen til dette kan være? Er dette noe du bør bry deg med?

Ta utgangspunkt i problemstillingen på kortet. Diskuter problemstillingen i gruppa. (Vi vil at dere skal lage en presentasjon som belyser temaet i problemstillingen på en best mulig måte.) Her gjelder det å se saken fra flere sider. Sett opp det dere kommer fram til. Til slutt vil vi gjerne at dere sier litt om hva dere selv mener om temaet som tas opp.

Tema til debatt: kort nr.12 og 19

- **12.** Du sitter og snakker med en som stadig kikker ned på mobilen. Du har noe viktig å si, men hun ser ikke på deg.

Hva føler du? Hva gjør du? Hvilke regler bør gjelde i klassen?

- **19.** En venn av deg har stadig oftere skulket skolen og ser ut til å bli mer og mer borte.

Hva tror du grunnen kan være? Hva gjør du?

Dere skal forberede dere på å være debattledere. Ta utgangspunkt i problemstillingen på kortet og lag et rollespill som viser de andre i klassen hva saken handler om. Videre skal dere lage 5 spørsmål som skal tas opp til diskusjon i klassen etter rollespillet. Spørsmålene må henge sammen med temaet som rollespillet skal belyse.

Tiltak i klassen

- Hva kan dere som klasse gjøre for at alle skal oppleve at det er godt å være på skolen?
- Er det noen lure ting / aktiviteter klassen kan gjøre sammen for å lage et best mulig miljø for alle?
- Har dere forslag til spilleregler som alle bør følge for at miljøet skal være så godt som mulig? hva bør i så fall gjøres dersom noen bryter reglene?

Kort til alle i klassen (laminert, alle får et kort):

Du er verdifull Vær stolt av deg selv Ta gode valg

Det du sier og gjør betyr noe for andre

Du er en viktig del av fellesskapet

Vedlegg 10: Program for familiesamling 2015

Program for familiesamlingen

på Soria Moria hotell

Dato: 11.- 13. september 2015

Fredag 11.September:

Kl.18.00: Middag

Kl.19.30: Fellessamling: Gjennomgang av programmet

«Teatersport»

Kl.20.30: Kaffe/te, snacks

Spill, basseng, sosialt samvær

Lørdag 20.September:

Kl.08.30: Frokost

Kl.9.30: Kort oppsummering av prosjektet

Opplevelser og erfaringer med deltakelsen i «Være til»

Idèmyldring for aktivitetene framover

Lek og aktiviteter for de yngste

Kl.10.30: Pause

Kl.11.15: Bøllefrø

Kl.12.00: Lunsj

Kl.13.00: Et hav av ungdomsorganisasjoner, noe for deg?
LNU gir en kort presentasjon

Kl.14.00: Aerobic for alle.

Kl.15.00: Basseng, chilling, tur - fritt valg

Kl.16.30: Den formelle delen av programmet avsluttes

Kl.18.00: Middag

Sosialt samvær og velfortjent snacks

(og kanskje noen artige innslag? Feel free!)



Søndag 13.September:

Kl.9.00: Frokost

Kl.10.00:Hvem tror du at du er?

Kl.13.00: Lunsj

(Det kan forekomme små justeringer i programmet.)

Adr.: Voksenkollveien 60, 0790 Oslo, 23 22 24 00, soramoria.no

Kristin mob: 456 60 983

Marit mob: 41 42 96 95

Vedlegg 11: Notater, familiesamling 2015

Notater til familiesamling 11.- 13. september 2015

Fredag:

- Gjennomgang av programmet
- Teatersport
- Øvelser innen teatersport
- Tolken: Jeg snakker tulleprat, Marit får den ære av å oversette. Tema: Hvordan takle teite foreldre.

Historie på rekke.

Et ubestemt antall skuespillere står på en rekke. Lederen peker på en av skuespillerne. Skuespilleren skal begynne å fortelle en historie og fortsette med det helt til lederen peker på en annen. Da må den nye utpekte skuespilleren fortsette akkurat der den andre slapp. Når en skuespiller står fast, nøler eller gjentar den andres siste ord, skriker publikum: DØØØ! Og vedkommende er ute av laget. Spillet vinnes av den som har flest på laget til slutt.

Ikke si S

Gruppen blir delt i to lag. En spiller fra hver gruppe starter med å spille en scene. De skal for eksempel spille en scene fra en skobutikk der den ene er kunden og den andre er ekspeditøren. De to kan ikke si bokstaven S. Sier de et ord som inneholder bokstaven S, er de ute av leken. Når en bommer, overtar nestemann på laget og forsetter med scenen. Spillet avsluttes når det ikke er flere spillere igjen på det ene laget. Hvor større sjanser man tar og hvor fortere man prater, desto artigere blir teatersportøvelsen.

Rive papir

Antall deltakere: fire

Utstyr: Store papirark

Plukk ut fire deltakere fra forsamlingen. Knytt ett skjerf foran øynene deres. Gi de deretter ett stort papir. De får i oppgave å rive ut en oppgitt figur på en angitt tid. Den som lager den fineste figuren har vunnet. Bruk gjerne forsamlingen til å avgjøre hvem som har revet den fineste figuren.

-
- **Skostafett**

-
- Antall deltakere: Lag på ca. seks personer
 - Utstyr: Deltakernes sko

- Alle deltakerne tar av seg skoene og legger de i en stor haug på gulvet. Den som leder leken blander skoene godt. Del deltakerne inn i samme antall lag med ca. seks deltakerne på hvert av lagene. Lederen starter leken og førstemann på hvert av lagene løper fram og finner sine sko. Deretter tar han/hun på seg skoene (remmer skal festes og lisser knytes). Så løper han/hun fram og klapper nestemann på skulderen. Det laget hvor deltakerne først har funnet alle skoene sine, har vunnet.

Lørdag

- Kort oppsummering av prosjektet
 - Nytten av å komme sammen, reflektere, utveksle erfaringer
 - Dynamikken i gruppa, bedre og bedre kjent. Støtter hverandre = rørende. Kontakt utenom, chat og besøk.
 - Delerunden, kommer alltid fram noe. Litt uvant for noen, men vi tror det betyr mye. Er en måte å «trene» på at samtale og lytting – kjennskap og vennskap, er sunt. Noen ganger kjedelig, men gjør godt, må trenes og holdes ved like.
 - Ungdomssamlingene har vært fine, dere er aktive.
 - For oss virker gruppa trygg, sammenspleiset, meddelsom, empatisk, alle bidrar, engasjert,
 - Utfordring er lang reise for noen, ble annerledes enn vi først tenkte. Det at de aller fleste møter hver gang håper vi handler om trivsel, at er nyttig.
 - Noen temaer gjør oss litt triste; f.eks manglende fantasi fra skolen ift. gymtimene.
 - Dårlig klassemiljø har vært et tema, dette har vi snakket en del om – vi tror støtten fra gruppa er viktig.
 - Hvordan dere ungdommene sier at dere har det varierer, men vi opplever at dere alltid støtter hverandre – nydelig!
 - Mye latter = trivsel.
 - Fantastisk gjeng, blitt veldig glad i dere.
 - Så var det dere foreldre, joda, dere er også fantastiske – vi er imponert over det dere viser. Engasjement for ungene! Dere står på! Dere deltar, dere støtter, ser ungdommene, dere gjør så mye bra.
 - Flott at dere også møtes når det ikke er opplegg fra vår side.
 - Utveksle erfaringer og tanker, reflektere sammen = verdifullt og styrkende.
 - Takke for tillit, fikk låne ungdommene på overnatting. Det gikk kanskje litt stakk over stein på enkelte togstasjoner, men det gikk bra, vi lærte noe vi også!
 - Kanskje presser vi litt på grensene, eller hva, Ina?
 - Erfaringer med oppfølging fra Statped, håper får nytte av info i november i år.
 - Søsken: Dere kjenner vi ikke så godt, men dere er like flotte og viktige. Det er sikkert noen som føler at den som ser dårlig får mye oppmerksomhet. Det kan være tøft! Samtidig vet vi at foreldrene ser dere like mye, tenker mye på dere, har en del dårlig samvittighet. Men husk! De gjør også sitt beste.
 - Klassebesøkene: Det var fem helt ulike klasser. Vi opplevde at alle tok vel imot oss, og alle klassene viste engasjement for spillet. Noen synes nok det var litt rart, og noen ganger tenkte vi at læreren med fordel kunne grepet litt mer inn. Mange var veldig åpne, og vi ble ganske rørt av noen tilbakemeldinger. Så mange lure tanker fra flotte og reflekterte ungdommer. Klassebesøkene har en verdi, men enda viktigere tror vi at møtene hver måned er. For at opplegget i klassen skal fungere, krever det innsats og oppfølging fra lærerne – her er det stor variasjon. Vi synes refleksjonsspillet er spennende og har en verdi, og vi lurer på hvordan det kan brukes konstruktivt videre.
 - Prosjektet framover: Vi har en del tanker om temaer, dere må også si ifra hva som kan være nyttig og interessant fremover. I november får vi besøk av Statped, vi

Ønsker å ha et tema om psykomotorisk oppfølging, en ung synshemmet skal fortelle om sitt utdanningsløp og erfaringer med dette, kanskje vi kan få besøk av flere synshemmede ungdom som har gått helt ulike veier, hva med hjelpemiddelutstilling?

Bøllefrø: (uten oss kursledere, vi er jo også foreldre)

Alle barn og ungdom Planlegge morsomme, pinlige ting som foreldrene skal gjøre på kvelden.

Hva med meg, hva med oss:

Kristin presenterer

Hvem tror du at du er?

- Rollespill: Marit. Ser seg i speilet, sminke, klær, blog med perfekt superslank dame, har ikke bra nok klær, kroppen i form, matinntak,
- Felles refleksjon Noen som kjenner seg igjen? Eller kanskje kjenner du noen som ville ha kjent seg igjen?
- Du er god nok! Hva betyr det? Hvordan kjenner vi oss «god nok»? Sier du det noen gang til deg selv? Tenker du ofte det om andre? Hvorfor sammenligner vi oss med andre? Hva oppnår vi med det? Hvem sammenligner du deg med? Hvorfor? Hvem vil du være? Når føler du deg ok og at du kan være deg selv? Hva vil det si å være seg selv?
- Du er verdifull! Klarer du å ta imot det? Er det greit å tenke det om seg selv?
- Hvor går grensa mellom å ha gode tanker om seg selv / være overlegen og høy på pæra?
- Hva er selvbilde? Ta med et bilde, dette er bildet av meg selv. Eller betyr selvbilde noe annet? I så fall hva? Hvordan er ditt selvbilde? Hva og hvem former bildet? Kan bildet lyve? Hvordan kan du jobbe med å tegne eller tenke et godt bilde av det selv?
- Har alle voksne et godt selvbilde? Kommer et godt selvbilde av seg selv?
- Det er det indre som teller, hvordan skal dette bli mer enn ord, det er så lett å bli påvirket av alt utseendefokus!
- Hvordan takle vanskelige situasjoner og vonde følelser.
- Trening, gode muskler, sterk rygg – krever at man hele tiden gjør det. Samme med følelsene våre. Man kan trene på indre styrke, må gjøre hele tiden. Hvordan gjør man dette?
- Når føler du deg trygg? Hvor? Hvordan er det? Sammen med hvem? Hva gjør du for å føle deg trygg? Hva gjør andre som gjør deg trygg?
- Når er du utrygg...?
- Forskjell på selvbilde, selvfølelse og selvtillit.

Selvbilde, selvtillit og selvfølelse i god balanse

Selvbilde: Hvordan du ser på deg selv.

Forteller i hvilken om du aksepterer deg selv som du er.

Selvfølelse: Hva jeg føler om meg selv, måten vi kjenner oss selv, hvem vi er, hva vi står for – selvinnsikt.

Selvtillit: Hvilken verdi vi gir oss selv. Hvilken tro vi har på oss selv og hva vi klarer – selvinnsikt. Hva som er realistisk.

Beste kombinasjon, god selvfølelse og passe med selvtillit. Skapes i møte med andre mennesker.

- Hvordan vi bedømmer oss selv handler også om hvordan vi tror at andre ser på oss.
- Røff omtale på chatting: Holdninger og verdier. Hva er en verdi? Hvordan følger vi verdiene våre?
- Gå på akkord med seg selv, kjenner at jeg egentlig ikke vil. Det forventes. Eks drikking, baksnakking.
- Er man trygg på seg selv, lettere å «gå sin egen vei»/ si fra hva man mener
- Når man savner noen å være sammen med, er det forståelig at man dilter med? Hvorfor? Hva kan man gjøre for å «finne sin egen styrke og verdi»?

Øvelser:

- Skriv ned hvordan du ser på deg selv, pluss- og minus rekke.
- Trappa til utfordringer, hvordan komme videre.
- Unntak.
- To komplimenter fra personer som er glad i deg.
- Alle gir hverandre to kompliment. Finn diamanten i deg.

Øvelser:

- Gullbarbie
-

Kort til ungdommene:

Alle skriver ned to positive kommentarer om de andre i gruppa, dette samles inn og sammenfattes på et kort til hver av deltakerne

Rollespill:

- Ser seg i speilet, sminke, klær, blog med perfekt superslank dame, har ikke bra nok klær, kroppen i form, matinntak,

Vedlegg 12: Prosessnotat fra en ungdomssamling

Notat fra ungdomssamling 22.3.15

Skjer'a-runde

- A: «Har det ok hjemme. Mye lekser. Mye slåssing på skolen. Sitter ofte alene i klasserommet i friminuttene, gjør lekser. De aller fleste løper til Meny i storefri, der er det så myldrete at jeg mister helt oversikten. Dessuten er det jo usunn mat de kjøper, er jo ikke så lurt. For en uke siden var det noen som «storma» kantina, de tok med seg flere paller med iste. Det var med noen fra trinnet mitt også.» Gruppa utfordret ham til å si noe om hva han egentlig syns om å være alene. «Det syns jeg at er trist, har innen å henge med på skolen. Er stort sett alene hjemme også, men har jo så mange lekser og mye å gjøre. Det er også litt vanskelig fordi de andre gjør flere tin samtidig, telefonen osv. ikke så lett å henge med.» De andre i gruppa ga støtte på at er tøff som innrømmer dette. Prosjektleder: «Har skolen miljøarbeidere?» A: «Det er miljøarbeidere på skolen, men det er jo så mange elever, så de får jo ikke gjort så mye. Lærerne er heller ikke så flinke til å tilrettelegge, så familien vurderer å bytte skole. Mattelæreren gjør en del, men i de andre fagene er det ikke så bra.» C: «Jeg får heller ikke til å spille tennis. Er så lei av at læreren sier at jeg kan ta styrkeøvelser i garderoben.» A: «Har jo blitt mobbet ganske mye på skolen, en av grunnene til at jeg tar taxi. Det der har jeg fortalt om før.» C: «De har jo ikke god selvtilitt de som sier sånne stygge ting. De er jo ikke akkurat trygge på seg selv. Du er jo real, kuleste typen jeg har møtt. Jeg liker egentlig ikke gutter, men du er jo topp.» Flere ga innspill til ham om at han er snill, kul, tøff, real, har god humor, er positiv, utadvendt og fin fyr. A: «Takk skal dere ha. For noen dager siden hadde vi vikar i gymtimen. Han sa at hvis jeg hadde fulgt litt bedre med, så hadde jeg forstått hvordan reglene i tennis er. Vi har tatt opp denne episoden med skolen denne uka.» Det ble gitt mye respons på at dette utsagnet var utrolig lite overveid, han hadde nok ikke fått god informasjon før vikartimen tok fatt. A: «Når det skal velges grupper, blir jeg alltid valgt til sist (dette bekreftet en annen i gruppa også.)» B: «Det er jo veldig rart at ingen velger deg, du er jo en veldig snill type!» A: «Jeg er veldig mye alene, det er jo kipt. Faren min syns jeg burde være litt mer sammen med lillesøsteren min. Prøver, men er så sliten etter skole og lekser at jeg ikke orker mer.» De andre viste veldig god støtte å ga ham mange komplimenter og innlevende sympatierklæringer.
- B: «Går bra, men får ikke mye fritid. Må bruke mye tid på lekser. Denne helgen har jeg øvd til naturfagsprøve. Pappa satt sammen med meg fra kl. 8.30- kl.12.00 for å øve før vi reiste hit.» Prosjektleder: «Har du prøvd lydbøker?» B: «Nei» Merknad: Tror ikke hun likte så godt at vi tok opp temaet, men vi presset henne litt likevel. Prosjektleder fortalte litt om egne erfaringer og om den motstanden hun selv følte på da lyd ble et tema (brukte kun punktskrift før dette). Vi avtalte at hun skulle prøve i et fag hjemme, der er det jo ingen som merker at hun gjør lesingen på en annen måte. B: «Jeg er sammen med flere i friminuttene, er en fin gjeng. Har foto i valgfag, trives med det.»

- C: «Har det fint, har venner, foreldre som er der. Fint sosialt, en som blir mobba, men syns visstnok det er morsomt selv, men han syns vel ikke det innerst inne. Måtte slutte på to aktiviteter. Sitter med lekser hver dag fra jeg kommer hjem fra skolen til jeg legger meg. Blir frustrert fordi jeg ikke har gjort ferdig leksene. Går rundt og er stresset hele tiden. Spiller gitar og klarinett, så turner jeg. No er to ganger i uka. Har måttet kutte ut ridning og piano, ble for mye.» Prosjektleder: «Skjønner ikke at du har tid til alt dette?» C: «Går fint. Litt lei av søsken og foreldre for tida, de er litt teite. Småøstrene mine er så sure, jeg blir helt sprø!»
- D: «ar det ganske greit. Har det lettere enn før jul. Egentlig har jeg det nokså gøy, er sammen med gjengen. En utfordring nå fordi det bygges om, må gå andre veier, er vanskelig, blir kjørt litt i bil. Jeg trener fortsatt mye.»
- E: «Det går ganske bra på skolen, heldigvis fine folk i klassen. Har ikke så mange å være med på fritiden, men gøy å synge i kor. Jeg skal prøve meg som dirigent, gleder meg til det.» De andre i gruppa ga stor støtte til dirigentoppgaven. Det er ikke en typisk aktivitet for en som nesten ikke ser, kjempetøft.

Tema, fordommer

Se for øvrig forberedelsesnotat. Marit og Kristin startet med å improvisere hver sin fortelling. Marit sin handlet om en gutt som hadde det veldig vanskelig både hjemme og på skolen. Men det var en lærer som så ham, inviterte hjem, så ham inn i øynene å sa: «jeg har stor tro på deg og hva du kan få til». Hvordan slike små kommentarer og gester kan få helt livsreddende effekter. Kristin fortalte en historie som handlet om fordommer. Ofte tenker vi at det er «de andre» som ikke har nok kunnskap og fordømmer eksempelvis mennesker med nedsatt funksjonsevne. Kristin har flere ganger opplevd usorterte og teite kommentarer fra leger, noe hun selvsagt tar med seg i møte med nye. De er så opptatte av øynene som ikke virker. Denne gangen kom hun til en lege som virket så hyggelig, men også han stilte spørsmål om øynene. Så viste det seg at han hadde en helt spesiell agenda, han hadde nemlig selv en datter som var ferdig utdannet lege og som nettopp hadde fått vite om en progredierende øyesykdom. Dette ble en liten smekk på lenken for Kristin – alle kan vi være litt raskt ute med fordomsoppfatninger.

Vi snakket litt rundt hva en sender og en mottaker er, og litt om ulike budskap. Dette var nok et litt vanskelig tema, men ungdommene ga innspill under veis. Kroppsspråk brukte vi også litt tid på, alt fra holdning, hvordan man står, holder hendene, ansiktsuttrykk osv. Stemmebruk ble også et tema vi brukte tid på.

Evaluering

- A: Skjer'a-runden er fin, snakket ut, delt meninger, får synspunkter. Veldig bra, lærte noe nytt, fikk meg til å tenke litt.
- B: Skjer'a-runden, bra, høre hvordan det går hos de andre. Bra tema. Veldig bra!
- C: Helt greit, litt trøtt og sliten, skole i morgen. Like bra som alle de andre.
- D: Skjer'a-runden, fint, for da får vi si hvordan har det felles. Tema, veldig kjekt tema.
- E: Fin runde, spennende tema

23. mars 2015

Vedlegg 13: Evaluering etter familiehelg 2014

Evaluering av

familiehelgen , 19. - 21.sept.2014

Hva synes du om programmet?

- Bra!
- Jeg synes det var veldig bra.
- Kjempebra, helt strålende!
- Innholdsrikt og flott program!
- Bra program. Tettpakket, men veldig nyttig.
- Utrolig fint og lærerikt. Kjempegøy å bli kjent med nye folk i samme situasjon.
- Generelt sett meget bra. Tror likevel "ungdommen" hadde hatt godt av litt mer tid sammen kun dem. Veldig godt innhold.
- Synes dette har vært helt supert. Dette MÅ vi gjøre igjen! Alle de flotte menneskene her må jeg møte igjen og de er kjempehyggelige.
- Bra program, god informasjon om prosjektet. Vi kunne gjerne hatt litt bevegelsesøvelser som små pauser - for det kan bli mye prat/stillesitting. Det går an å høre med ungdommen om 5-10 min lek/øvelser med foreldre.
- Veldig nyttig for både ungdommen og voksne; dele erfaringer, vite at det fins flere i samme situasjon.
- Innholdsrikt og veldig aktuelt.
- Programmet var bra - fin blanding av innlegg fra dere og diskusjon/engasjement fra oss.

Hvilket utbytte har du hatt av helgen?

- Venner
- Det har vært lærerikt. Vite mer om hvordan man har det i hverdagen.
- Jeg har lært at det ikke bare er jeg som er i denne situasjonen.
- Har hatt et godt utbytte av helgen. Godt å treffe flere i lignende båt.
- Fått snakket med de andre i samme situasjon. Utvekslet erfaringer og bekymringer. Flott helg!
- Mitt utbytte av helgen er å lære nye ting om ungdomstiden.
- Har hatt stort utbytte av helgen. Hyggelige foreldre med mye felles erfaring. Gleder meg til å være med videre.
- Jeg har lært kjempemasse og møtt kjempemange fantastiske og hyggelige mennesker, også tror jeg at jeg har begynt å tro mer på meg selv.

- Avkobling fra hverdagen selvfølgelig, hyggelige voksne å prate med - avslappende og god stemning. Jeg tror at ungdommen og de andre barna også har hatt det fint.
- Kjempegodt, fordi vi har blitt kjent med dere to og mange flotte ungdommer og foreldre.

Ønsker du at vi skal arrangere familiehøg til neste år?

- JA (fra alle) + Garantert, Supert, Fantastisk

Hva synes du om hotellet?

- Utrolig bra
- Jeg synes det var bra
- Kjempefint
- Det har fungert bra
- Flott hotell. Helt PERFEKT!
- Hotellet var veldig fint. Supert med svømmebasseng!
- Veldig bra
- Hotellet var sinnsykt fint og helt fantastisk. De er veldig renslige her og supre senger. Helt vidunderlig. Jeg vil garantert hit igjen til syvende og sist.
- Supert - nesten litt for ofte mat... luksus!! 😊
- Flott hotell
- Flott hotell med fine rom, møterom og god mat
- Veldig fint

Har du andre merknader?

- Mye - gleder meg til å bli mer kjent
- Nei, jeg tror ikke det
- -
- Takk
- Veldig glad for at søsken kunne bli med
- Jeg gleder meg til og fortsette i programmet! 😊
- Mer tid ungdommene sammen

Facebookgruppe for ungdommen

Facebookgruppe for de voksne

For øvrig ser jeg fram til veien videre

- Fantastisk opplevelse for alle tror jeg. Helt supert! Har bare positive tilbakemeldinger.
- Ikke noe som jeg kommer på annet enn at min ungdom synes også det kunne bli litt mye stillesitting... Stol-leken, stormen blåser på - noe som ALLE kan delta på selvfølgelig.
- Vi har kost oss veldig og gleder oss til fortsettelsen.
- Dere er positive og flinke!)

Vedlegg 14: Midtveisevaluering fra familiene

Midtveisevaluering

Nevn tre ting du vil fremheve som «det beste» ved prosjektet. Tenk deg at dette skal brukes for å rekruttere deltakere til et nytt prosjekt.

- Familie 1: Sosialt, gleder seg til hvert treff, møter likesinnede som er i samme situasjon. Mye glede og humor. Bygger selvfølelse/selvtillit, "du er ikke alene" med dine utfordringer. En ser at det er fullt mulig å få til ting, selv om en er synshemmet.
- Familie 2: Foreldre treff med utveksling av erfaringer/tips/ideer/lære. En får bedre innsikt i hvordan det er å være synshemmet. Hvordan takle det å være foreldre.
- Familie 3: Hotellopphold, et positivt og inkluderende miljø der en møter andre med synsutfordringer og kan sammen finne løsninger. Flotte samlinger for foreldre der vi kan utveksle erfaringer og dele tips og ideer som kan lette "hverdagsfrustrasjon"
- Familie 4: En arena for å kunne vise sin sårbarhet/aktuelle problemstillinger sammen med andre som strever med de samme tingene. Kontinuitet/jevnlige møter blir forutsigbart. Ungdommen vet at han/hun møter de andre og kan ta opp det som er aktuelt. Å dele erfaringer med andre foreldre – erfaringsutveksling. Et positivt menneskesyn ligger til grunn for arbeidet.
- Familie 5: Bli kjent med andre i samme situasjon. Kunne utveksle erfaringer. Barna har fått nye venner, sosialt, lærerikt og tilhørighet.

Er det sider ved prosjektet du ser på som uheldige eller krevende? Vær ærlig!

- Familie 1: Nei
- Familie 2: Litt for mye program under hotelloppholdet. Siste dagen har ungdommen min egentlig vært for sliten til å kose seg maks. (Sove litt lenger på morgenen, litt mer organisert fritid med brettspill, m foreldre og ungdom i peisestua, bading, "chilling", bygge relasjoner videre osv..)
- Familie 3: Familiesamlingen på Soria Moria: Sove litt lenger på morgenen, litt mer fritid, en time på lørdag formiddag til å bade feks, litt mere "styrt" fritid som å kose seg sammen med spill i grupper ("hatt over hatt", stigespill, kortspill). Litt kjedelig å være på grupperom så mye, litt mer personlig i sofagrupper.
- Familie 4: Lang reisevei. Kunne man brukt Skype el.l mer?
- Familie 5: Synes ikke det er noe som er uheldig eller krevende.

Hva tror du effekten av å delta i prosjektet har vært for ungdommen?

- Familie 1: Se pkt. 1 og 2.
- Familie 2: De har fått nye venner, de blir inkludert, hørt, får hjelpe/tipse hverandre, si hvordan de har det og få støtte og forståelse, får vite at de er flere med samme utfordringer, blir kjent med/klar over sine utfordringer, kan forhåpentligvis tørre og være seg selv.
- Familie 3: Stor nytteverdi i å ha et sted/en gruppe med trygge voksne som setter ord på temaer som kan være vanskelig og som ellers kanskje ville bygge seg opp. Jeg tror prosjektet har et viktig bidrag som et forebyggende tiltak i en sårbar fase.

- Familie 4: Vennskap. Det å tørre å snakke om sine utfordringer.
- Familie 5: Effekten av prosjektet: Å føle seg inkludert, likesinnede med andre ungdommer i samme situasjon, å oppdage nye sider av seg selv.

Skulle du ønsket en helt annen form/innretning i prosjektet? Beskriv så konkret som mulig

- Familie 1: Nei
- Familie 2: Nei, formen har vært super! Morsomt med de kursene/folkene som har bidratt i tillegg til dere! Søndag er super treffdag!
- Familie 3: Synes formen har vært fin.
- Familie 4: Er fornøyd med retningen.
- Familie 5: Ville ikke forandret form eller retning på arbeidet.

Hva har effekten/nyttene av arbeidet i prosjektet vært for deg/dere?

- Familie 1: Effekt/nytte=høre og snakke med andre foreldre som er i samme situasjon som en selv.
- Familie 2: For meg har jeg fått utveksle erfaringer, fått delt kunnskap, fått nye venner, fått et miljø med andre i samme båt.
- Familie 3: Jeg tror det har vært utviklende for ungdommen og foreldrene gjennom å sette ord på tanker omkring ulike temaer i gruppe, ved å dele og få tilbakemeldinger settes refleksjoner i gang som fører til bevisstgjøring og utvidet perspektiv.
- Familie 4: Fått vite mer om støtteordninger pluss blitt kjent med andre foreldre i samme situasjon.
- Familie 5: Nyttene for meg er at sønnen min er blitt mer åpen overfor meg angående emner/ting, som dere har snakket om på samlingene. Og det å få møte foreldre i samme situasjon.

Refleksjonsspillet er brukt på to klassebesøk. Ser du andre måter å bruke spillet på?

- Familie 1: Nei
- Familie 2: Spillet kan brukes på ungdommens fritidsaktiviteter, kanskje, alle skoler, vår familie
- Familie 3: Bare at det bør brukes mer, kanskje også i lærerkollegiet, men da må skolen være åpne. Alle skoler burde få smake på dette, og alle fritidsarenaer og familier.
- Familie 4: Fungerer godt i grupper. Hva med konfirmantundervisning?
- Familie 5: Refleksjonsspillet kunne vært brukt en gang til sammen med foreldrene også på en samling.

Har du/dere ønsker for tema og form på foreldresamlingene fremover?

- Familie 1: Synes det er utfordrende å være foreldre til barn med synshemming/annet. Lite tid til partner/vise versa. Dårlig kommunikasjon en imellom.
- Familie 2: Annen hver mnd med foreldresamling er bra!
- Familie 3: Temaer: statped, "rettigheter og muligheter", hva har ungdommene rett på og hvordan/til hvem søkes det? Kurs/foredrag med påfyll til oss foreldrene er alltid godt å få
- Familie 4: Rettigheter
- Familie 5: Det kommer gode samtaler ut av fine møter. Man trenger ikke legge opp for faste tema. Forslag til tema: Det sosiale samværet på fritiden, kurs/samlinger i regi av Blindeforbundet

Har du/dere ønsker for tema og form på ungdomssamlingene fremover?

- Familie 1: Utdanning/fremtid/jobbmuligheter, hva kan en jobbe med.
- Familie 2: Klare seg selv, orientere seg i å ta seg frem i kollektivtransport, pc/nett rett kurs. Hva kan en gjøre/ikke gjøre på nett? Legge ut/poste og ikke.
- Familie 3: Litt om det å lære seg grunnleggende ting vedr matlaging; feks mål, vekt, desiliter, liter, gram, hekto, kilo. Hvordan lage en pizzadeig eller kake? Sette på ovnen, plater, skjære grønnsaker osv.
- Familie 4: Noen som kan komme og fortelle om sitt liv med funksjonsnedsettelse til inspirasjon for alle. Hvordan lære seg å si ifra, gjennom rollespill, trening for framtiden. Tenkte utfordringer de nærmeste årene. POTENSIALE - vise at man kan få til fantastiske ting selv med noen fysiske utfordringer. Hente inn noen som har gjort noe som andre mente var "umulig". PUBERTET – normale tanker og følelser.
- Familie 5: Hva opptar ungdommer generelt i dag, etikk i hverdagen.

Hvilke tanker har du/dere om hjemmebesøk og individuelle samtaler?

- Familie 1: Satte stor pris på hjemmebesøket vi hadde! Vi vil gjerne ha besøk av dere igjen!
- Familie 2: Vi har ikke behov for hjemmebesøk, og føler at vi alltid kan ringe/maile/ta kontakt med dere om vi har noe på hjertet.
- Familie 3: Jeg synes det var fint med hjemmebesøk. Satte pris på tilbakemelding i fht datteren vår, at vi som foreldre kan oppsøke hjelp i en tid hvor ungdommen har en krevende atferd, at dere var ærlige har får meg til å tenke i ettertid. Vil gjerne ha et hjemmebesøk til.
 - Familie 4: Det har vært veldig fint med hjemmebesøk/individuelle samtaler, hvis det kan få den enkelte til å åpne seg litt mer og kanskje sette ord på ting som er litt vanskelig å ta opp med hele gruppen. Ønsker gjerne ett til, Evt individuell samtale på et treff.
 - Familie 5: Har ikke behov for det. Skulle eventuelt ønske at min mann også kunne være tilstede. Jeg synes det er vel så bra å være i gruppe.

Er det noe du skulle ønske var annerledes, mer av, mindre av i prosjektet?

- Familie 1: Nei.
- Familie 2: Nei, det har vært en flott fordeling av alt vi har fått være med på!!
- Familie 3: (Blank)
- Familie 4: Mer fritid på Soria Moria slik at barna kunne vært mer sammen uten opplegg. Tror de får mye ut av bare å være sammen.
- Familie 5: Jeg skulle ønske det var mer av foreldresamling, så det blir fint å få det nå fremover.

Har du ønsker om at vi inviterer andre aktører inn i prosjektet i siste del?

- Familie 1: Vet ikke.
- Familie 2: Blindeforbundet/NAV, i fht søking på og rettigheter, livet videre – muligheter. Hva Statped kan hjelpe med, tilrettelegge for, imøtekomme av individuelle ønsker (som selvfølgelig ikke skal tas opp der og da, men som kan tas videre ved en senere anledning.
- Familie 3: Blindeforbundet.
- Familie 4: Kunne vært spennende å høre hva en psykolog tenker om sorgen ved å være annerledes. Fylkespedagog, hva med noen i skolen, spesialpedagog, rektor, Bufetat...
- Familie 5: Hvis det blir for mange aktører inne i bildet, så tror jeg det blir vanskeligere for ungdommen å åpne seg hvis det blir for mange å forholde seg til. Vi føler opplegget er bra som det er. En synspedagog kan muligens orientere om muligheter/rettigheter.

Tror du andre grupper enn ungdom med nedsatt syn kan ha nytte av et tilbud som ligner det vi har gitt i prosjektet?

- Familie 1: Sikkert mange. Har ikke navn på konkrete.
- Familie 2: Ungdommer m/CP eller andre fysiske utfordringer. Alle ungdommer i puberteten.
- Familie 3: Alle - uavhengig av funksjonshemming eller ikke
- Familie 4: Andre barn med utfordringer, være seg hørsel eller andre nedsatte funksjoner. Det kan også egne seg for barn i sorg. Verdien av å komme sammen og finne fellesskap.
- Familie 5: Jeg tror alle gruppene med en form for handikap kan ha nytte av et liknende prosjekt, for å føle seg likesinnet med andre i samme situasjon.

Har du andre kommentarer?

- Familie 1: Erfaringsutveksling med andre foreldre, så er det mye individuell og forskjellighet hos alle. Noen får masse hjelp av skole og det offentlige. Andre får dessverre mye mindre. Noen har feks TT-kort, mens aldri har hørt om det. Hvordan er dette mulig? Hvorfor får ikke alle samme mulighet til å få info? Kanskje en sosionom kunne kommet på en foreldresamling og informert?
- Familie 2: Et fantastisk prosjekt å få være med på. Vi er så takknemlige. Vi har følt oss så imøtekommet og sett, fått nye venner, viktige verktøy, bidratt til fellesskapet, deilig påfyll.
- Familie 3: Jeg vil takke dere som enkeltpersoner for at dere har hatt vilje til å bidra gjennom å lage og gjennomføre dette prosjektet. Grunntanken og grunnarbeidet der til nå har gjort/erfart kan trygt fortsetter med - gjøres større!
- Familie 4: Vi er fornøyd med innhold og form!
- Familie 5: Jeg er veldig glad for at ungdommen vår har fått være med i dette prosjektet. Det har hjulpet x masse på veien til å skjønne at det er ungdommer der ute, som har de samme utfordringene som x, og at de har fått en så stor tillit til hverandre til å snakke om det i gruppen. X har gledet seg massevis til hver samling, og dere prosjektledere har gjort en kjempeflott jobb.

Vedlegg 15: Evaluering fra én klasse, besøk i 2015

Evaluering fra klassebesøk 2015

Hva syns du om den individuelle oppgaven:

- Jeg syns den var bra, men man burde gi tips om hva man kan gjøre
- Jeg synes det var greit å skrive ned hva jeg synes.
- Greit
- Blank
- Helt greit
- Var ikke her
- Blank
- Den var helt grei. Det som var bra var at det var sant at det var annerledes å skrive det enn å bare ha det i tankene.
- Blank
- Helt grei
- Grei oppgave å svare på (noe som kan skje)
- Blank
- Jeg synes oppgaven på egenhånd var nyttig
- Var bra, fikk meg til å tenke litt
- Jeg synes oppgaven vi svarte på på egenhånd var helt grei.
- Litt vanskelig og litt sårt
- Morsomt, fine spørsmål
- Jeg synes det var en grei oppgave å jobbe med
- Grei, ny måte å tenke på
- Så ikke hele poenget med oppgaven på egenhånd
- Var grei, fordi det hjalp å få samlet tankene litt. Vi fikk ikke så god tid, men det gjorde at man måtte tenkte effektivt
- Blank
- Blank

Hva syns du om gruppeoppgaven?

- Gruppeoppgaven var morsom og spm. Var bra, så vi fikk et bra rollespill
- Den gikk bra. Blank
- Gøy
- Ganske greit. All right å samarbeide om sånne ting
- Kjedelig
- Var greit, men bedre om alle hadde hatt rollespill
- Litt lang tid, så ble mye surr.

- Det var en morsom oppgave
- Det ble debatt
- Grei
- Relevant i dagens samfunn
- Det er ganske nyttig det vi gjorde. Debatt, tiltak, refleksjon
- Gruppeoppgaven gikk også veldig bra
- Var interessant. Vi gjorde ikke så mye, da. Vi skrev bare ned noen ting til å få et bedre skoleår
- Blank
- Mye surr, fikk ikke mye ut av det
- Fine skuespill. Det var reflekterende spørsmål som var fint å diskutere om
- Morsom gruppeoppgave
- Litt kjedelig, men nyttig
- Ganske morsomt med gruppeoppgavene og så framføre for klassen
- Gruppeoppgaven var bra, selv om jeg ikke liker rollespill så godt
- Morsom, vanskelig
- Greit

Hva syns du om rollespillet?

- Rollespillet var morsomt og hun var flink og det var reelt.
- Jeg kjente meg ganske godt igjen i rollespillet
- Morsomt
- Relatable, som det heter på engelsk. Kjente meg godt igjen.
- Skjønte ikke helt poenget
- Monologen var bra spilt, men forstod ikke poenget
- Gøy
- Det var gøy
- Var morsomt
- Litt sært
- Lærerikt. Igjen, noe som skjer i hverdagen, kan påvirke alle
- Jeg synes skuespillet var morsomt å bra
- Rollespillet var morsomt og jeg kjente meg igjen
- Kjente meg veldig igjen. Morsomt at en voksen setter seg inn i den rollen
- Blank
- Morsomt, veldig gjenkjennelig
- Flink, gøy å se på, lærte noe
- Kjente meg veldig igjen i monologen. Morsomt rollespill
- Morsomt, kjente meg igjen i det
- Ganske overdrevent, men kan kjenne seg igjen i mye av rollespillet
- Monologen var fin, fordi jeg kjente meg igjen i det hun sa
- Morsomt
- Hun virker litt sprø

Hva syns du om filmsnutten?

- Filmsnutten var fin for å forstå mobbing.
- Har sett den før
- Interessant
- Gir inntrykk
- Skulle tatt en av de andre
- Var ikke her
- Viktig
- Vi har sett den før, men synes den serien er en bra serie for å få opp øynene
- Var også morsom og lærerik
- Al right film, hjerteløftende
- Det er veldig sterkt (det påvirker alle rundt, selv de som ikke hjalp)
- Filmsnutten har jeg sett før. Jeg synes det er bra å gjøre forsøk
- Filmsnutten hadde jeg sett fra før av, men syntes det er veldig bra at dere tok det opp
- Blank
- Filmsnutten hadde et tema som burde fokuseres mer på, så jeg synes det var bra det ble vist.
- Bra at man viser sånt, sterkt
- Tungt å se på, bra
- Filmsnutten hadde jeg sett før, men det er en aktuell sak og mange får samlet tankene og kanskje tatt seg sammen
- Sett før, men trist og sjokkerende
- Kanskje en filmsnutt til og ganske bra å vise sånne videoer
- Jeg likte filmsnutten, fordi den opplyser om hva som virkelig skjer
- Interessant
- Dypt

Generelle kommentarer til dagen

- Det var et bra opplegg med to lekke og sprudlende damer. De forklarte bra.
- Veldig bra
- Litt langvarig
- Håper dere kommer igjen
- Kjedelig
- Helt greit, bra med noe annet enn skole
- Litt kjedelig
- BRA☺
- Blank
- Artig variasjon fra vanlig skole
- En grei oppgave og et greit opplegg
- Blank

- Alt i alt synes jeg dere har et bra opplegg og tror dette kan være veldig nyttig for mange skoleklasser rundt i Norge
- Blank
- Blank
- Synes det er en ok ting å holde på med, men man får ikke så veldig mye ut av det
- Gøy, likte å tenke og reflektere
- Blank
- Alt i alt var det greit, litt kjedelig innimellom og nyttig
- Ganske morsomt og lærerikt
- Det var generelt lærerikt og gøy å følge med på og få informasjon om
- Blank
- Helt greit

Vedlegg 16: Taushetserklæring

Taushetserklæring for deltakere i prosjektet «Være til»

Jeg forstår:

- At jeg gjennom deltakelse i prosjektet vil komme over forhold som ikke uvedkommende skal få kjennskap til.

Jeg forplikter meg til:

- Å bevare absolutt taushet overfor uvedkommende om forhold jeg får kjennskap til gjennom min deltakelse i prosjektet.
- Å behandle slik informasjon med forsiktighet også overfor andre deltakere i prosjektet.

Jeg er klar over:

- At taushetsplikten, med de nevnte begrensningene, også gjelder etter at prosjektet er avsluttet.
- At taushetsplikten ikke omfatter rent faglige erfaringer fra arbeidet.

Sted, dato ____/____ 20____

Underskrift: _____

Vedlegg 17: Gruppereregler

Gruppereregler for deltakere i prosjektet «VÆRE TIL»

- Taushetsløfte
- Gi beskjed, dersom du er forhindret fra å komme
- Du kan ikke stille til møte påvirket av rusmidler
- Du sier ikke mer enn du selv vil
- Du presser heller ikke andre til å gå over sine egne grenser
- Du bruker den tiden du selv trenger på din egen prosess, uavhengig av om resten av gruppa er kommet "kortere" eller "lengre" enn deg selv