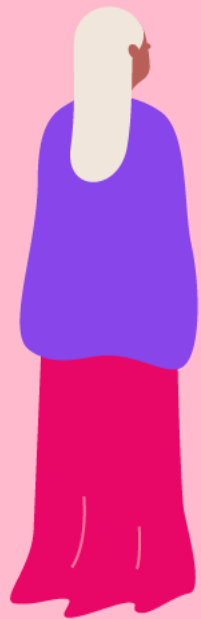


BRUKERMEDVIRKNING OG SELVBESTEMMELSE



INNHOOLD I ØKTA

1. Kort introduksjon
2. Brukermedvirkning og selvbestemmelse
3. Praktiske eksempler:
 - Medvirkning
 - Beslutningsstøtte
 - Kommunikasjon
 - Tilrettelegging
 - Brukerråd



TEMASIDER OM VEILEDEREN FOR GODE TJENESTER



NAKU utvikler det faglige grunnlaget for å skape gode levekår for personer med utviklingshemming

Søk i kunnskapsbanken

Nyheter

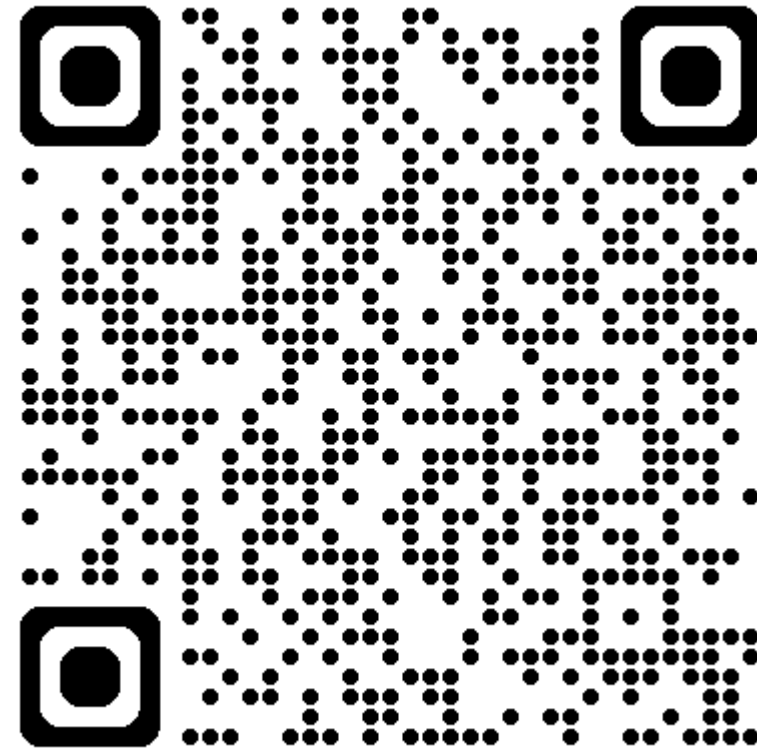
Kalender

Temasider om Helsedirektoratets veileder

Her finner du fagtekster som er basert på forskning, verktøy, gode eksempler fra praksis og andre ressurser som kan være til støtte i arbeidet med å innfri krav og anbefalinger i Helsedirektoratets veileder **Gode helse- og omsorgstjenester til personer med utviklingshemming**.



[Gå til temasider om Helsedirektoratets veileder](#)





NAKU utvikler det faglige grunnlaget for å skape gode levekår for personer med utviklingshemming

Søk i kunnskapsbanken

Nyheter

Kalender

Temasider om Helsedirektoratets veileder

Her finner du fagtekster som er basert på forskning, verktøy, gode eksempler fra praksis og andre ressurser som kan være til støtte i arbeidet med å innfri krav og anbefalinger i Helsedirektoratets veileder **Gode helse- og omsorgstjenester til personer med utviklingshemming**.

Levekår for personer med utviklingshemming

Søk i kunnskapsbanken

Nyheter

Kalender

Temasider om Helsedirektoratets veileder

Her finner du fagtekster som er basert på forskning, verktøy, gode eksempler fra praksis og andre ressurser som kan være til støtte i arbeidet med å innfri krav og anbefalinger i Helsedirektoratets veileder **Gode helse- og omsorgstjenester til personer med utviklingshemming**.

Gå til temasider om Helsedirektoratets veileder



Kunnskapsbanken

Her finner du artikler, filmer, lenkesamlinger og annet innhold knyttet til tjenester for personer med utviklingshemming.

- Tips! Start med å lese artikkelen [Om utviklingshemming](#)

Temasider om Helsedirektoratets veileder

Gode helse- og omsorgstjenester til personer med utviklingshemming



Her finner du fagtekster som er basert på forskning, verktøy, gode eksempler fra praksis og andre ressurser som kan være til støtte i arbeidet med å innfri krav og anbefalinger i Helsedirektoratets veileder, **Gode helse- og omsorgstjenester til personer med utviklingshemming**. Vi anbefaler at du har veilederen tilgjengelig når du benytter disse temasidene.

Kort film om temasidene.

Temasidene er kommet i stand med bidrag fra Helsedirektoratet, NFU, Utviklingssenter for sykehjem og hjemmetjenester (USHT) Vestland (Hordaland), og kommunene Kristiansand, Sandnes, Trondheim, Drammen og Hammerfest. Vi har også hatt samarbeid med andre kommuner, utviklingssentre, kompetansesentre og fag- og forskningsmiljøer. Takk til dere alle.



2 | Samarbeid og kompetanse

Hva innebærer faglig ansvarlighet? Og hvordan arbeide med kompetanseutvikling og få til et godt tverrfaglig samarbeid?



3 | Personsentrettede og individuelt tilrettede tjenester

Her finner du fagtekster, nettsressurser og eksempler om selvbestemt liv, forskning, aktivitet og tillitsskapende samarbeid.



Deltakelse i beslutningsprosesser kan bidra til:

HELSE
n o r g e



Gode helse- og omsorgs-tjenester

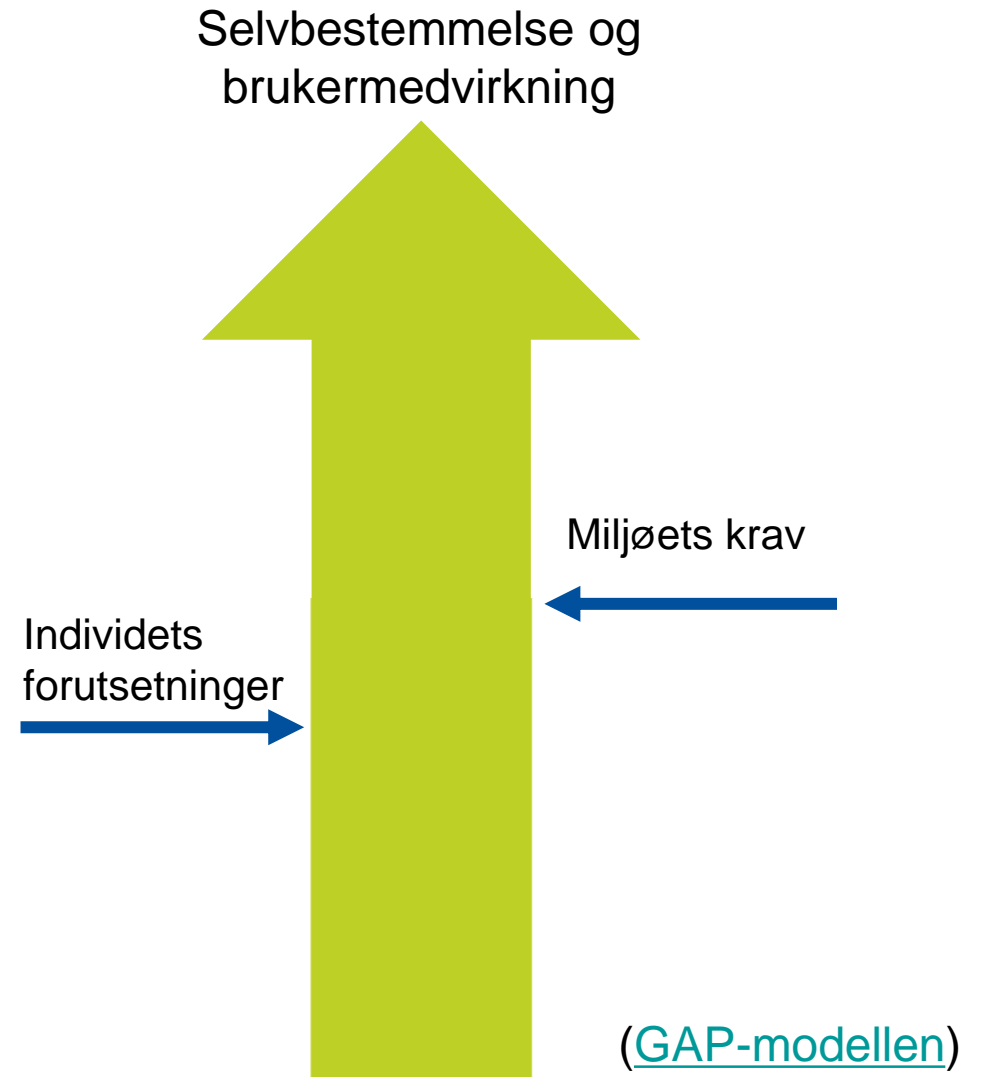
Lettlest hefte

- Bedre **kommunikasjonsevne**
- Høyere grad av **sosialt og emosjonelt velvære**
- Bedre mulighet til å opprettholde **sosialt nettverk**
- Opplevelse av **mestring og kontroll** i eget liv
- **Enklere å rapportere** om vold og overgrep

SELVBESTEMMELSE OG BRUKERMEDVIRKNING

Vi må skille mellom begrep, men en fellesnevner for mange er at de kan forstås i relasjon til omgivelsene.

På samme måte som vi snakker om at funksjonshemming ligger i gapet mellom **miljøets krav** og **individets forutsetninger**, er selvbestemmelse og medvirkning også et produkt av dette forholdet.



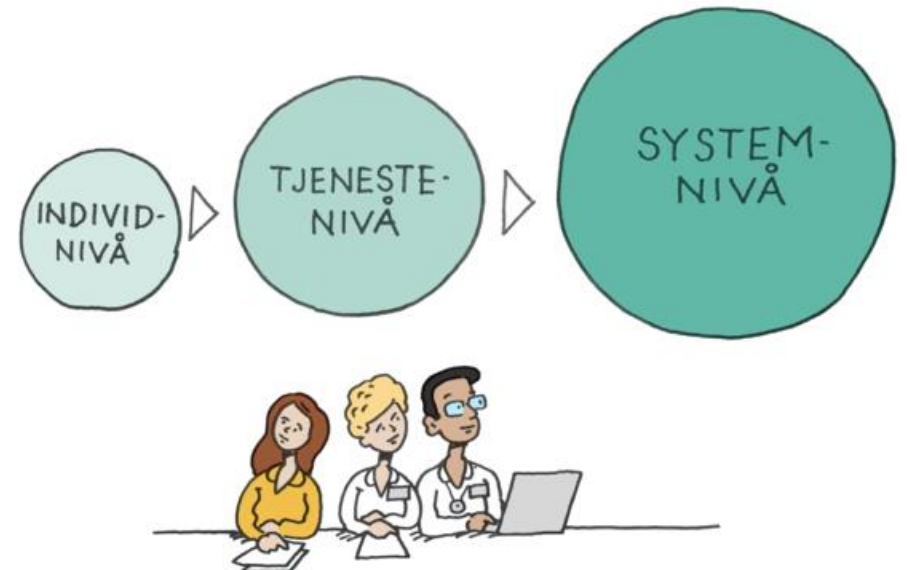
SELVBESTEMMELSE OG BRUKERMEDVIRKNING

Selvbestemmelse (og medvirkning) er noe som læres på lik linje med mange andre ferdigheter, og hva vi kan bestemme endrer seg fra vi er barn til vi er voksen. Det blir regulert både av rettigheter gjennom lovgivning, men også erfaring.

Medvirkning foregår på ulike nivåer:

- Påvirkning av egne tjenester i direkte samhandling med tjenesteyterne
- Som brukerrepresentant på tjeneste- eller systemnivå (som i brukerråd)

ULIKE NIVÅER



SELVBESTEMMELSE

- Selvbestemmelse må øves
- Å ta et valg, å forstå hva konsekvenser av et valg kan være på kort og lang sikt.



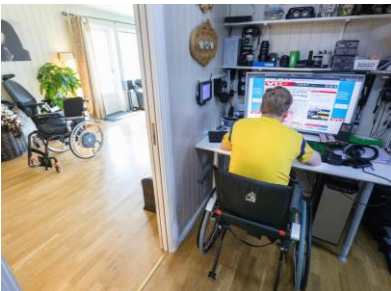


Beslutningstøtte

Hverdagsvalg – hva du vil ha på deg, hva du vil spise, hvem du vil være sammen med eller hvilken aktivitet du vil delta på etc.



Komplekse valg – hvor du vil bo, hvilken utdanning eller arbeid, valg mellom ulike typer behandling etc.



Hva sier personer med utviklingshemming om beslutningsstøtte?



- Mange ønsker å **delta i beslutningsprosesser**
- De har gode erfaringer med beslutningsstøtte hvis støtten gis av noen de har **tillit** til og en **god relasjon** til
- Ansatte må ha **tid til å lytte og svare** på spørsmål, men også gi tid til **å tenke seg om**
- De trenger **praktisk støtte, som kortlest informasjon** og råd og veiledning om fordeler og ulemper
- De verdsetter **påminnelser om avtaler**, støtte til håndtering av medisiner, **samt støtte** med penger, arbeid og transport.
- De setter pris på ulike former for **sosial og følelsesmessig støtte**

Kilde: [Beslutningsstøtte](#) av Sølvi Linde, Sadeta Demic & Anita Gjermestad

TILPASSET INFORMASJON

Bestemme selv

Jeg bestemmer i mitt liv.

Det er en **menneke-rettighet**.

Det kan være vanskelig
å velge og bestemme selv.

Det er bra å øve seg
på å velge og bestemme.

Noen ganger trenger jeg
hjelp til å velge.

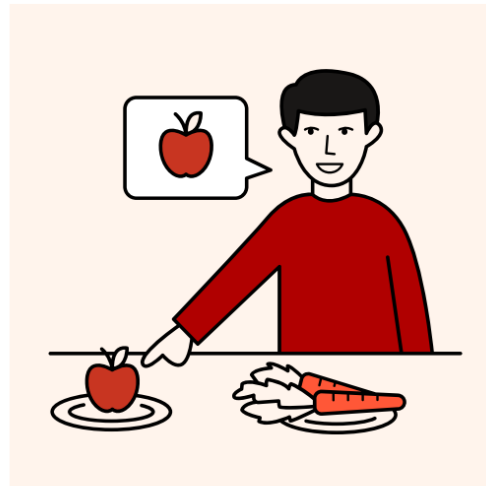
Det heter **beslutnings-støtte**.

Beslutnings-støtte kan for eksempel være
at **personalet** forklarer meg
hva jeg kan velge mellom.

Personalet kan fortelle meg hva som kan skje
når jeg velger det ene,
og hva som kan skje
når jeg velger det andre.

Personalet kan også hjelpe meg
med å finne ut ting på inter-nett.

Hvis noen andre skal bestemme for meg,
skal det stå i et **vedtak om tvang**.



Bli hørt

Jeg har rett til å si ifra
og bli hørt.

Jeg har rett til å bli spurt
om ting som gjelder meg.

Jeg skal få si hva jeg mener
om hjelpen jeg får.
Hva jeg sier og mener er viktig.
Det kalles **med-virkning**

Jeg skal få være med på møter
når **personalet** snakker om meg
og den hjelpen jeg skal få.

På møtene skal jeg få hjelp
til å forstå det de andre sier
og hjelp til å si det jeg mener.
Hvis jeg vil, kan jeg få hjelp
til å forberede meg til møtet.

Når vi har hus-råd
kan jeg si hva jeg mener
og være med å bestemme
sammen med andre.

Hvis jeg sitter i et **bruker-råd**
kan jeg være med å gi råd til **kommunen**
og fortelle hva
jeg mener om saker.



Kommunen skal høre på hva brukerne sier.

Hvis jeg sitter i et bruker-råd
skal jeg tenke på andre som får tjenester,
og ikke bare på meg selv.

Brukerråd



Veilederen viser til brukerråd som eksempler på medvirkning på systemnivå.

[Skedsmo kommune](#) har opprettet brukerråd for fokus på selvbestemmelse i egne liv og påvirkning for bedre tjeneste. Deltakerne får fri med lønn fra arbeid, dagsenter og voksenopplæring.

[Ellengård dagtilbud](#) i Arendal kommune og [Melhus arbeidssenter](#) har opprettet brukerråd.

[Rådgivningsgruppa i Bærum](#) har lang erfaring fra rådsarbeid

Melhus arbeidssenter:

«Arbeidslederne ønsket å **kvalitetsutvikle tjenestene** på huset ved å ha stort fokus på brukermedvirkning, og at brukerrådet skulle være en **arena for dialog** og et diskusjonsforum for arbeidstakerne.»

«Det var ikke alle som ville være med på brukerrådet. Noen synes det var **vanskelig å snakke høyt i gruppe**, andre at det var vanskelig å være uenig med sidemannen og komme med sine egne meninger. Enkelte var mer engasjert enn andre, og ville gjerne **påvirke andres meninger.**»

FUELBOX



SELVBESTEMMELSE OG MEDVIRKNING

Hvordan reagerer du når du opplever at andre ikke hører på det du sier?

SELVBESTEMMELSE OG MEDVIRKNING

Hvem bestemmer hva som er rett eller galt?

SELVBESTEMMELSE OG MEDVIRKNING

Hvis du fikk bestemme alt en dag, hva ville du gjøre og endre?

SELVBESTEMMELSE OG MEDVIRKNING

Når føler du at du må gjøre noe du egentlig ikke vil?

SELVBESTEMMELSE OG MEDVIRKNING

Hva kan du bestemme nå som du ikke kunne bestemme før?

SELVBESTEMMELSE OG MEDVIRKNING

Når vil du ha hjelp av familien til å bestemme?

Spørsmål til refleksjon

Hvordan ivaretar dere brukermedvirkning og selvbestemmelse på din arbeidsplass?

Hva gjør det vanskelig i ivaretagelse av brukermedvirkning og selvbestemmelse på din arbeidsplass?

Oppsummering

- Brukermedvirkning og selvbestemmelse er **lovbestemt**
- Begge deler krever **øvelse og tilrettelegging**
- Alle liker vi **stort sett å bestemme sjøl**, så lenge vi vet hva og hvordan
- **Tjenestene** til utviklingshemmede **blir bedre** av reell brukermedvirkning
- Det er ikke noe i veien for å **gi støtte i beslutninger så lenge dette er ønskelig**, tilpasset og/eller **nødvendig**
- Kommunen har en **plikt** til å legge til rette for medvirkning og selvbestemmelse, samt at personal har **kompetanse** til å ivareta dette
- Både brukermedvirkning og selvbestemmelse er et **forhold mellom krav og forutsetning**

TAKK FOR MEG!

stian.s.larsen@ntnu.no



47284994



NTNU |

Institutt for psykisk helse
**NAKU – Nasjonalt kompetansemiljø
om utviklingshemming**

