

**T. Heia og B.E. Westergård**

***Venner- en bok for mennesker med utviklingshemning og deres hjelpere.***

## **Refleksjonsspørsmål**

*Spørsmålene er utarbeidet for studenter og andre hjelpere. De kan brukes til selvrefleksjon eller i diskusjoner sammen med hverandre eller sammen med personer med utviklingshemning.*

1. Hvilke tanker har du nå etter du har lest boken, som du ikke tidligere har tenkt på i forhold til vennskap?
2. Tenk på deg selv og skriv på et ark hva en god venn er for deg. Under finner du noen spørsmål du kan tenke på når du skriver:
  - a. Hvordan møttes dere, hva førte dere sammen?
  - b. Hva gjør din venn for deg?
  - c. Hva gjør du for din venn?
  - d. Hva gjør dere sammen og hva pleier dere å snakke om?
  - e. Er det viktig for deg å ha mange venner, - hvorfor?
3. Har du noen gang følt at du ikke har noen venner?
  - a. Hva var følelsene dine da?
  - b. Tror du personer med utviklingshemning kan ha samme følelsene som deg selv?
  - c. Hvordan ville du ønsket å bli støttet til å finne en venn(er)?
  - d. Hvordan kan du oppdage at en person med utviklingshemning mangler venner?
4. Tenk gjennom eller snakk sammen om hvordan vennskap, både det å få nye venner og å beholde venner, kan hjelpes frem av personale i miljøet til mennesker med utviklingshemning?
5. Hvordan tenker du at tema vennskap kan ha en livslang oppfølging og oppmerksomhet fra helse- og sosial tjenesten?
6. Hvordan kan personalet i en bolig, på et dagsenter eller skole motvirke at dager blir rutinepreget. Hvilke overraskelser og opplevelser kan planlegges fra personalet/lærere og hva er hindrene for at noe slikt planlegges?

7. Hvordan kan moro og gøy i hverdagen gjøre sitt til at en står bedre rustet til å bære tunge dager?
8. I boken kommer det frem at Torill har hjulpet Britt-Evy med doktorgraden og de har samarbeidet om det som er skrevet om å skrive sammen. Hvordan kan du samarbeide med folkene du yter tjenester overfor når det gjelder tilrettelagt informasjon, skriftlig og muntlig?
9. Hvor går grensegangen mellom å være kjæreste og å være venner? Tror du personer med utviklingshemning ser annerledes på dette enn deg selv? Hvorfor tror du det?
10. Hvilke utfordringer kan personene selv og personalet stå overfor når to personer som bor sammen også er bestevenner eller kjærester?
11. Det kommer frem i boken at Torill har manglet informasjon om sin funksjonshemning. Hvorfor er det viktig at personer med utviklingshemning er godt kjent med sin situasjon og eventuelle sykdommer som oppstår f.eks. diabetes eller kreft?
12. Torill forteller i boken at Jan Helge hatet ordet 'psykisk utviklingshemmet'. Hvordan kan slike sekkebetegnelser unngås og hvordan kan personalet og studenter jobbe for at vedkommende omtales som den individuelle personen han/hun er?
13. Hvilke forkortelser og begreper bruker du om jobben din og dem du jobber for, som kan virke negativt og stigmatiserende? Hva kan du selv gjøre for og evt. endre dette?
14. I talen som Torill skriver til Sissel Hofgaard Swensen (som fikk Kongens fortjenestemedalje), viser Torill hvordan hun vurderer viktigheten av kunnskap. Hun forteller hvordan det har hjulpet henne og gjort livet hennes rikere. Hvordan ville du gått frem og hjulpet en voksen /eldre person med utviklingshemning som du oppdager ikke kan lese eller skrive?
15. Torill føler seg inkludert i fotballen og beskriver fotball gutta som sine venner. Hvordan kan du som personale bruke den kunnskapen Torill formidler til å hjelpe andre i liknende situasjon som Torill?
16. Når Torill forteller om juleselskapet de fikk beskjed om at de skulle flytte hjemmefra, får Jan Helge en stort reaksjon. Torill hadde heller ikke ytret et ønske om å flytte. Hvordan kan flytteprosesser bli gode for alle parter? Hvilke hensyn må personalet ta i en slik situasjon?

17. Torill forteller om steder hun har bodd på og stedet hun bor på nå. Hva opplever du som problematisk i det Torill forteller om og hvordan kan dette tas tak i og endres. Relatere gjerne spørsmålet til «egen» bolig.
18. Hvordan kan gode omgivelser også fremme gode vennskap blant folk med utviklingshemning som bor under samme tak? Hvordan bør omgivelsene være og hva bør personalet gjøre for å stimulere til relasjonsbygging innad og utenfor «huset»?
19. Alle mennesker har overganger i livene sine; mellom skole og jobb, fra jobb til pensjonering og fra ung til voksen og voksen til gammel. Hvordan kan du som personale forberede og stimulere til forståelse og egenomsorg hos personen med utviklingshemning i slike overgangsfaser?
20. Torill forteller om sin smerte når noen dør. Hvordan opplever du det hun forteller? Har du selv liknende opplevelser og hva vil du legge vekt på i slike situasjoner?
21. Egenverd, selvfølelse og selvtillit er temaer i denne boken, i tillegg til vennskap. Hvordan vil du som personale stimulere til at personer med utviklingshemning utvikler slike følelser hos seg selv?
22. I siste kapittelet beskriver forfatterne skriveprosessen. Leik med tanken om at du skal skrive bok ( ikke nødvendigvis for å gi den ut) eller lage et livsfortellingsarbeid sammen med en person du kjenner som har utviklingshemning. Hvordan vil du gå frem for at glede, selvbestemmelse, respekt og likeverd skal praktiseres gjennom hele prosessen?