

Publikationen er udgivet af

Implement Consulting Group
Strandvejen 56
2900 Hellerup
Tlf: +45 4586 7900
E-mail: info@implement.dk
implementconsultinggroup.com

Forfatter: Implement, Socialt
Udviklingscenter SUS og
FamilieNet.dk
Udgivet i december 2017

Digital ISBN: 978-87-993289-5-6

Indhold

1.	Om forældrekurser og -netværk	4
2.	Kursets form og indhold	5
2.1	Overblik	5
2.2	Kursusledelse	5
2.3	Generelt om undervisningskompetencer	6
2.4	Forældrekursets varighed og organisering	7
2.5	Kursets indhold	9
2.6	Evaluering	14
3.	Vejledende drejebøger for undervisningsgange	15
3.1	Drejebog for første undervisningsgang	15
3.2	Drejebog for anden undervisningsgang	24
3.3	Drejebog for tredje undervisningsgang	25
3.4	Drejebog for fjerde undervisningsgang	26
3.5	Netværksmøder	27
4.	Bilag: Kursusmanual for forældrekurser: Øvelsessamling	 27
5.	Bilag: Forventninger til forældrekursus	 31
6.	Bilag: Evaluering af undervisningsgang	 32
7.	Bilag: Efterevaluering af forældrekursus	 34
8.	Bilag: Eksempel på spørgeskema til forældre	 35

IMPLEMENT
CONSULTING GROUP

 Socialt
Udviklingscenter

 FamilieNet.dk
det giver mening

1. Om forældrekurser og -netværk

I denne manual beskrives et kursus målrettet forældre til børn med handicap. Kursusmanualen er udviklet i perioden 2015-17 som led i Socialstyrelsens projekt Udvikling og afprøvning af modeller for forældrekurser og -netværk i samarbejde mellem kommuner og brugerorganisationer.

Kursusmanualen suppleres af en partnerskabsmodel. De to elementer udgør den samlede beskrivelse af indhold i og rammer for planlægning og gennemførelse af forældrekurser i et samarbejde mellem brugerorganisationer og kommuner. Begge elementer er udviklet på baggrund af otte afprøvninger i tre forskellige partnerskaber mellem tre kommuner og to brugerorganisationer.

Målgruppe

Forældrekurset er udviklet til familier med børn med forskellige typer af handicap, så det ikke er det diagnosespecifikke, der er i fokus. Der er fokus på de grundvilkår, der følger med, når ens familie også tæller et barn med funktionsnedsættelse. Erfaring viser, at det skaber større åbenhed og større fokus på bl.a. familievilkår og mestring, når gruppen ikke inddeles og fikseres i barnets diagnose. Endvidere er det ikke afgørende for udbyttet af forældrekurset, at de deltagende børn med handicap har samme alder.

Der er på kurset sideløbende med undervisningen fokus på fællesaktiviteter for hele familien, hvor familien får mulighed for at være sammen og få grint og hygget sig – noget, der kan være langt imellem i en travl hverdag. Her får deltagerne plads til at nyde familien og se det positive i samværet.

Kurset overflødiggør ikke en bred og grundig kommunal vejledning og rådgivning til familierne med funktionsnedsættelser, og hvor der er behov for en mere omfattende træning af forældre, ligger det udover det her beskrevne forældrekursus.

Partnerskab

Forældrekurset skal udbydes og gennemføres i et partnerskab mellem brugerorganisation og kommune. I partnerskabet skal den forskellighed, der er mellem kommuner og brugerorganisationer, i forhold til ressourcer, bemanding og formelle roller respekteres og anvendes positivt i indsatsen for familierne. Processen omkring etablering og formalisering af partnerskabet mellem kommune og brugerorganisation er beskrevet i partnerskabsmodellen, der udgør det andet element i beskrivelsen af forældrekurset.

Formål

Ambitionen med forældrekurser er at øge trivselen for forældre og øvrig familie gennem:

1. Styrket kontakt til andre familier, der oplever de samme udfordringer i hverdagen, herunder blandt andet etablering af netværk blandt de deltagende forældre, børn og søskende til børn med handicap.
2. En målrettet udvikling af familiens mestringsevne. Herunder en mindsket grad af stress hos familierne, færre konflikter og bedre håndtering af uoverensstemmelser.
3. En positiv samarbejdsrelation mellem familie og kommune med særligt fokus på relationen til myndighedssagsbehandlere.

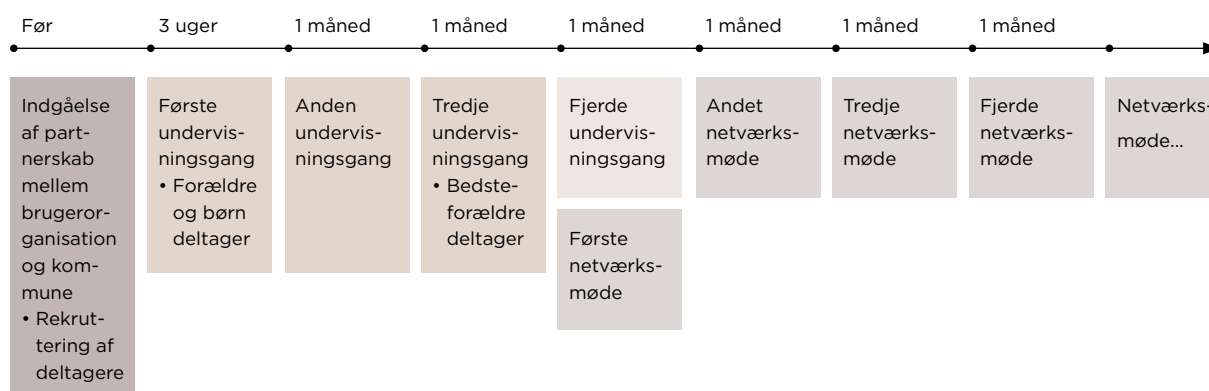
Dette vil på længere sigt betyde, at familien får brug for mindsket støtte – og at den støtte, der leveres, kan leveres mere effektivt.

2. Kursets form og indhold

2.1 Overblik

Forældrekurset består af en række indledende undervisningsgange og en række efterfølgende netværksmøder.

Det samlede kursusforløb strækker sig over fire undervisningsgange og minimum fire netværksmøder. Der er mulighed for at tilføje flere undervisningsgange, hvis der i det enkelte partnerskab er ønske om dette, og det foreslås, at netværksmøderne fortsættes efter kursusforløbet.



Kurset er bygget op om tre faste temaer: familieliv, systemet og netværk. Disse temaer kan så suppleres med et antal valgfri temaer alt efter interesse i det enkelte partnerskab. De enkelte undervisningsgange kan bestå af elementer på tværs af flere temaer. Et tema kan således blive behandlet på flere undervisningsgange, og en undervisningsgang kan indeholde flere temaer.

2.2 Kursusledelse

Kurset gennemføres af en til flere kursusansvarlige, en række undervisere og personale til at gennemføre parallelle aktiviteter for forældrenes børn. Kursusledelse, undervisere og øvrigt personale kan rekrutteres både i kommunen, i brugerorganisation og hos eksterne leverandører.

I både kommune og brugerorganisation bør der udpeges en overordnet ansvarlig for partnerskabet og hele kursusforløbet. Se nærmere om dette i beskrivelsen af partnerskabsmodellen.

Der skal endvidere udpeges kursusansvarlige for hver undervisningsgang. Dette skal så vidt muligt være de samme gennemgående personer i hele kursusforløbet, da dette optimerer muligheden for fortløbende læring og opbygningen af tillidsfulde relationer.

Til de enkelte undervisningsgange skal der endvidere udpeges en række undervisere. De kursusansvarlige fungerer som de gennemgående personer, der står for koordinering med undervisere og for den praktiske planlægning. Samtidig har de kursusansvarlige en vigtig rolle i forhold til at skabe en tillidsfuld relation mellem undervisere og deltagere ved at introducere de enkelte undervisere for de deltagende familier – og omvendt.

Det er ligeledes de kursusansvarliges opgave at skabe sammenhæng i hele kursusforløbet og facilitere aktiviteter med deltagerne.

De kursusansvarlige skal være repræsentanter fra kommune og/eller repræsentanter fra brugerorganisation. Det anbefales, at der udpeges en repræsentant fra både brugerorganisation og kommune. De gennemgående kursusansvarlige bør have kendskab til målgruppen, og det er en fordel, hvis de kursusansvarlige kan undervise i dele af/hele pensum og kan facilitere en inddragende undervisning.

2.3 Generelt om undervisningskompetencer

For at opnå optimal læring skal undervisningen struktureres ud fra nedenstående model.

Motivering

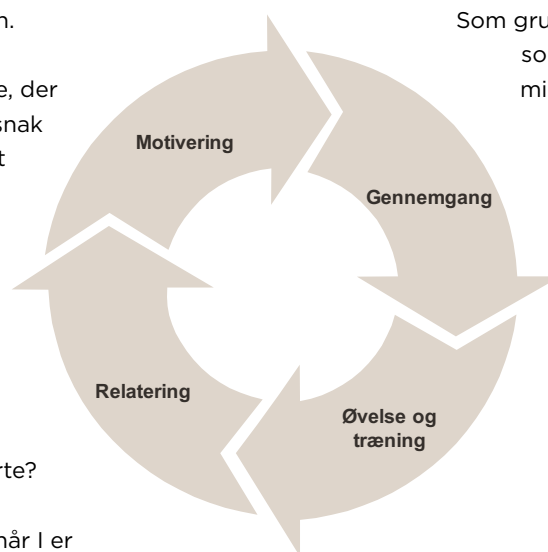
Åbn deltagerens "mindset" mod det, der skal læres og sæt scenen.

Eksempler: Læs eller fortæl en historie, lav en kort øvelse, der illustrerer sessionens tema, snak med sidemanden om temaet

Relatering

Giv deltagerne mulighed for at relatere den nye viden/de nye værktøjer til deres hverdag. Hvor og hvordan vil de bruge det lærte?

Eksempel: Hvordan kan I anvende xx i jeres hverdag, når I er hjemme sammen?



Gennemgang

Præsenter stoffet i fordøjelige mængder.

Som grundregel kan vi holde opmærksomheden ved at lytte og se i 20 minutter uden at blive involveret.

Involvér deltagerne i gennemgangen gennem spørgsmål.

Eksempler: Gennemgå emnet via flips, brown paper, PP'er, film, m.m.

Øvelse og træning

Lad deltagerne øve sig på den nye viden/de nye værktøjer og giv feedback.

Eksempler: Øvelse af værktøj i tremandsgrupper med observatør, der giver feedback.

Denne tilgang til undervisningen stiller særlige krav til undervisernes kompetencer. Gennemføres dele af undervisningen af faglige eksperter uden særlige erfaringer med målgruppen eller uden kompetencer i at facilitere inddragende undervisning, bør der være en medunderviser/kursusansvarlig, der kan supplere med disse kompetencer. Faglige undervisere skal altid være up to date på deres område.

Undervisere eller underviserteams skal kunne planlægge og gennemføre undervisning, der er kendetegnet ved, at den:

- tager udgangspunkt i deltagerens forudsætninger
- er bygget op om formålet med kurset
- udfordrer deltagerne på et passende niveau med mulighed for refleksion og læring
- er personligt engagerende for deltagerne.

I praksis stiller dette altså store krav til den undervisning, som tilbydes. Det kan her være en fordel at opfatte kursusansvarlige og undervisere som et team, som løfter undervisningsopgaven i fællesskab. Et eksempel kunne være en undervisningssituation, hvor én har fokus på at sikre dybde i det faglige indhold, mens en anden har fokus på facilitering og læring.

Samtidig er det vigtigt at møde familierne og skabe undervisningssituationer, hvor deltagerne føler, at deres særlige situation bliver set og forstået, fx ved at underviserne også har en personlig fortælling om, hvordan det er at håndtere udfordringen med at være familie med et barn med handicap. På denne måde bliver samarbejdet mellem kommune og brugerorganisation både en ramme for kurset, men også en konkret ressource, som kan løfte undervisningen, den oplevelse, familierne får, og hermed den værdi, kurset skaber efterfølgende.

Erfaringsmæssigt efterspørger forældrene meget konkrete praksisnære redskaber, der umiddelbart kan anvendes i deres hverdag. Gerne med opgaver med at afprøve de forskellige redskaber mellem undervisningsgange.

For at sikre de rette undervisningskompetencer til det konkrete forældrekursus kan der inden kursusstart udsendes et spørgeskema til de deltagende familier, hvor de svarer på en række spørgsmål om deres families sammensætning og vilkår. Dette kan være afgørende i forhold til planlægning af aktiviteter for søskende, bedsteforældre med mere. Et afprøvet eksempel er vedlagt som bilag.

2.4 Forældrekursets varighed og organisering

Kursusforløbet er tilrettelagt som et forløb over seks til syv måneder fordelt på fire undervisningsgange med cirka en måneds mellemrum. Efter de fire undervisningsgange fortsættes der med netværksmøder, hvor familierne mødes, uden at der nødvendigvis gennemføres egentlig undervisning. Det anbefales, at der afholdes mindst fire faciliterede netværksmøder. Den fjerde og sidste undervisningsgang fungerer samtidig som første netværksmøde. Efter kursusforløbet fortsættes netværksmøderne, hvis de deltagende familier er interesserede i dette. Der sker med overgangen fra undervisningsgange til faciliterede netværksmøder også en bevægelse mod mindre aktiv kommunal deltagelse.

2.4.1 Indledende intensivt forløb

Den første undervisningsgang er et intensivt forløb over to dage, der eventuelt kan afholdes som internat. For nogle målgrupper vil det give mening at mødes en aften inden et intensivt forløb. Der er således gode erfaringer med, at en indledende undervisningsgang gennemføres inden det intensive todagesforløb, hvor der er fokus på at lære hinanden at kende og introducere til de praktiske forhold omkring forløbet. Endvidere kan det i nogle tilfælde give forældrene et frirum til at have fokus på de nye relationer, hvis deres børn ikke deltager på et eventuelt internat. Det vurderes i det enkelte partnerskab, hvordan dette gribes an.

2.4.2 Deltagere

Modellen rummer mulighed for, at der kan indgås partnerskab med flere kommuner og en eller flere brugerorganisationer for at skabe rekrutteringsgrundlag for at udbyde et kursusforløb med fx 12-16 familier, som er det, der giver mulighed både for et godt læringsforløb på kurset og for fastholdelse i det efterfølgende netværk.

Det anbefales, at der deltager mindst otte familier i kursusforløbet.

Rekruttering af familier til deltagelse i kurset kan ske gennem den kommunale sagsbehandling, hvor kurset både kan ses som en del af et rådgivnings- og vejledningsforløb, eller som et element i en mere omfattende støtte til familien. Ligeledes kan rekrutteringen ske gennem brugerorganisationen, der potentielt har kontakt til mange familier på det relevante område. Således kan kendskabet til kurset også udbredes gennem hjemmeside, nyhedsbrev med mere. Denne opgave bør behandles og planlægges i fællesskab i partnerskabet.

Fastlæggelsen af, præcist hvilke typer af familier der skal tilbydes at deltage, sker i partnerskabet. For at sikre et tilstrækkeligt rekrutteringsgrundlag kan det være vigtigt ikke at fastsætte meget skarpe kriterier for, hvilke familier der kan deltage. Samtidig kan der peges på, at det efterfølgende netværk er vanskeligere at opretholde, jo mere forskellige familierne er.

2.4.3 Børn som deltagere

Det har erfaringsmæssigt vist sig, at det er helt afgørende, at der til alle undervisningsgange er særlige aktiviteter for familiernes børn, så en del af kurset kan gennemføres for forældre, uden at de samtidig skal være opmærksomme på deres egne børn. Der bør således være en fast gruppe voksne, der tager sig af denne opgave.

2.4.4 Søskende og andre pårørende

Undervisningsgange bør indeholde undervisning for forældre og undervisning for søskende med tilstrækkelig alder/modenhed. For søskende kan der alternativt arrangeres andre aktiviteter/underholdning, såsom lege, spil, film eller andet. Undervisning for søskende bør planlægges i kortere intervaller, hvor der er pause med andre aktiviteter. Dette giver mulighed for, at der dannes relationer mellem de deltagende søskende. Der skal endvidere planlægges parallelle aktiviteter for de deltagende børn med funktionsnedsættelse. Det kommer an på en konkret vurdering af, om det enkelte barn kan deltage i dele af undervisningen, afhængigt af både barnets alder, funktionsnedsættelsen og indholdet i undervisningen. Endvidere kan det være en fordel at opdele søskende i mindre grupper efter alder.

Også bedsteforældre – eller andre nære pårørende – kan med fordel deltage i udvalgte dele af forløbet. Se inspiration i afsnittet om valgfrie temaer.

Der kan findes eksempler på søskendeundervisning i drejebøgerne nedenfor.

2.4.5 Drejebøger

Der er udarbejdet vejledende drejebøger, som kan anvendes i planlægningen og gennemførelsen af kurset (se afsnit 3). Der er endvidere samlet en række øvelser, som kan anvendes i løbet af kurset. Der henvises til disse øvelser i drejebøgerne. Øvelserne er samlet i et selvstændigt dokument (som bilag til denne kursusmanual).

De valgfrie temaer kan tilrettelægges, som partnerskabet finder det hensigtsmæssigt. I drejebøgerne foreslås det, at anden undervisningsgang indeholder et valgfrit tema. Tanken bag dette er, at det i nogle tilfælde vil være relevant med et handicapspecifikt tema – fx viden om ADHD – og at det vil være godt at introducere dette tema relativt tidligt i kursusforløbet.

Planlægning og forberedelse af forældrekurset er beskrevet nærmere i beskrivelsen af partnerskabsmodellen.

2.5 Kursets indhold

Kurset består af tre faste temaer: familieliv, systemet og netværk samt et antal valgfrie temaer. De valgfrie temaer udvikles og tilrettelægges efter behov af de enkelte partnerskaber.

For alle temaer gælder det, at det faglige indhold tilpasses de tidsmæssige rammer, så der er tid til at bearbejde indholdet og omsætte det til praksis. Ambitionen er således "lidt, men godt".

Husk, at temaer ikke er det samme som undervisningsgange. Et tema kan blive behandlet på flere undervisningsgange, og en undervisningsgang kan indeholde flere temaer.

Temaernes indhold beskrives på de efterfølgende sider.

2.5.1 Tema: Familieliv

At have et barn med funktionsnedsættelse er et vilkår, der påvirker alle i en familie. Derfor skal både forældre, søskende og i det omfang, det er muligt, barnet med funktionsnedsættelse, klædes på til at mestre familielivet og fastholde det ressourceorienterede syn på såvel barnet med funktionsnedsættelse som familien som helhed.

Det kan til tider være slidsomt at være forældre til et barn med funktionsnedsættelse, men det er altid forældrene, der har ansvar for samværet i familien. Derfor er det altafgørende for familiens trivsel, at forældre får viden om og trænes i, hvordan de tager vare på egne ressourcer og opbygger et sundt og ressourcefyldt forhold og samarbejde – uanset om forældrene lever sammen eller hver for sig. Ellers er der risiko for, at familien går i opløsning. Samtidig skal forældrene være opmærksomme på, at søskende ikke bliver "klemte", fordi barnet med funktionsnedsættelse kræver ekstra mange ressourcer i hverdagen. For søskende gælder, at de skal være med til at tackle, rumme og støtte deres bror eller søster med funktionsnedsættelse, samtidig med at de på en sund og konstruktiv måde skal lære at gøre opmærksom på sig selv, så der også skabes "plads" til dem i hverdagen.

Det anbefales, at bedsteforældrene inddrages aktivt i kurserne og deltager på en eller flere undervisningsgange. Her kan der ved erfaringsudveksling med fordel arbejdes med at opdele forældre og bedsteforældre, så de sparrer med andre familier og ikke med egne børn/forældre. Det er her vigtigt, at bedsteforældrene deltager i selve undervisningen og ikke alene får rollen som børnepassere under kurset. Eventuelt kan der arbejdes med et valgfrit tema om bedsteforældres rolle.

Læringsmål

- Etablering af et ressourceorienteret syn på barnet og familien
- Redskaber til at sætte ord på og mestre forbudte følelser og den sorg, det kan være at få et barn med handicap
- Redskaber til at forstå og mestre nye og anderledes familievilkår i hverdagen
- Redskaber til at identificere og mestre stresssymptomer i familien
- Redskaber til konfliktforebyggelse og -håndtering
- Redskaber til at forstå og mestre søskenderelationer
- Igangsættelse af refleksioner om familiens fremtid

Undervisningskompetencer

Underviserne tilknyttet temaet "Familieliv" skal have psykolog-faglige kompetencer og særlig viden om og fokus på fx relationsdannelse, kommunikation og konflikter i familier med et barn med funktionsnedsættelse. Underviserne skal have en ressourceorienteret tilgang til familiernes særlige vilkår.

2.5.2 Tema: Systemet

At have et barn med funktionsnedsættelse betyder, som udgangspunkt, at der kommer mange fagpersoner ind over barnets, og dermed også familiens, dagligdag og liv. Det er fx læger, PPR-medarbejdere, socialrådgivere mv.

Udover at forældrene står med mange lavpraktiske spørgsmål i forhold til at tackle, rumme og støtte barnet med funktionsnedsættelse i hverdagen, skal forældrene også bruge ressourcer på et konstruktivt samarbejde med diverse fagfolk.

Det kan være svært for forældrene at navigere i "Systemet". For at kommunens fagfolk kan støtte familien er det altafgørende, at der etableres konstruktive spilleregler for samarbejdet mellem kommunen og familien, så barnet og familien får den mest hensigtsmæssige støtte og samtidig får et realistisk billede af de konkrete støttemuligheder.

Forældrene har derfor behov for konkret viden om det gode og konstruktive samarbejde med kommunen. Forældrene har desuden behov for viden om konkrete støttemuligheder for barnet med funktionsnedsættelse, fx med hensyn til hjælpemidler, aflastning mv.

Når barnet fylder 18 år, træder nye regler og love i kraft. For fortsat at kunne støtte, rumme og tackle barnet med funktionsnedsættelse har forældrene brug for konkret viden om, hvilke støttemuligheder der falder bort, og hvilke nye muligheder der er, inden barnet fylder 18.

Temaets omdrejningspunkt er derfor konkret viden om lovgivning, støttemuligheder og tilbud til familier og deres barn med funktionsnedsættelse.

Læringsmål

- Viden om lov om social service
- Viden om trivsel og inklusion på institutions- og skoleområdet
- Viden om lokale offentlige støtte- og behandlingsmuligheder, herunder sammenhæng mellem de enkelte tilbud
- Forståelse for vigtigheden af en tidlig og forebyggende indsats
- Redskaber til at etablere og fremme et godt samarbejde med kommunen

Undervisningskompetencer

Ved de emner, som belyses i temaet "Systemet", kan de enkelte kommuner selv udpege fagpersoner som undervisere, der kan informere om, hvordan systemet fungerer i den enkelte kommune, og om de relevante kommunale tilbud til familierne og barnet med funktionsnedsættelse. Her har de gennemgående kursusansvarlige en særlig opgave i forhold til at støtte et positivt møde, der kan være starten på et godt samarbejde mellem kommune og familier.

Underviserne kan være sagsbehandlere, socialrådgivere, pædagogiske repræsentanter fra tilbud i kommunen (herunder institutions- og skoleområdet), PPR eller andre relevante fagpersoner.

Endvidere kan repræsentanter fra øvrige ikke-kommunale støttetilbud inviteres til at deltage i undervisningen.

2.5.3 Tema: Netværk

Mange forældre oplever det at blive forældre til et barn med funktionsnedsættelse som en følelsesmæssig rutsjebanetur, hvor de måske ryger helt ned i kulkælderen og bliver opslugt af den sorg, det for mange er, at få et barn med funktionsnedsættelse.

Når forældrene får mulighed for – på en sund og konstruktiv måde – at bearbejde de mange tanker og følelser sammen med ligestillede, dannes der grobund for, at familien, og i særdeleshed forældrene, kan ændre opfattelse af deres familie som ressourcetag til at være en mere åben og ressourcestærk familie, der har et barn med en funktionsnedsættelse.

I takt med at barnet bliver ældre, vil forældrene til stadighed opleve nye udfordringer både praktisk og følelsesmæssigt. Et stærkt netværk med ligestillede gør disse udfordringer lettere at tackle.

Det anbefales, at der i dele af temaet om netværk arbejdes med at dele forældregruppen op efter køn, da dette erfaringsmæssigt har givet anledning til styrket erfaringsudveksling.

Det er desuden afgørende, at søskende til børn med funktionsnedsættelse danner netværk med ligestillede, så de fortsat kan have nogle at dele deres tanker og følelser med samt støttes i, at der også skal være plads til dem i familien. Det er også afgørende, at børn med funktionsnedsættelse møder ligestillede, som de kan spejle sig i, og dermed blive klogere på egne stærke og svagere sider.

Den erfaringsudveksling, der foregår på forældrekurset, har som mål at række ud over selve kurset, så familierne lærer at trække på netværket fremadrettet, når der er brug for ressourcer og inspiration "udefra".

Der skabes på forældrekurset faste rammer til erfaringsudveksling og netværksdannelse. Ydermere er det indbygget som en uformel del, hvor man er sammen med andre ligestillede. Dette modul skal styrke forældrene i at deltage aktivt i de netværksmøder, der afløser undervisningsgangen.

Læringsmål

- Viden om forskellige former for netværk og deres styrker
- Viden om etablering og fremme af god kontakt til foreninger og netværk i civilsamfundet
- Formulering af netværksbehov og redskaber til etablering af og deltagelse i relevante netværk
- Inspiration til nye handlemuligheder gennem erfaringsudveksling med ligestillede for alle i familien, herunder søskende
- Barnet får øjne på egne og andres kompetencer gennem mødet med ligestillede

Undervisningskompetencer

Underviserne skal kende til lokale og nationale netværk for familier med børn med funktionsnedsættelser, herunder også netværk baseret på kontakt via sociale medier. Underviserne skal have erfaring med og viden om netværksetablering og -facilitering samt fordelene ved disse og skal sikre, at deltagerne formulerer egne netværksbehov. Underviserne skal samtidig facilitere erfaringsudveksling mellem deltagerne, herunder søskende og børnene med funktionsnedsættelser.

Underviserne kan med fordel være fra brugerorganisationer, der gennem længere tid har arbejdet med netværk for familier med børn med funktionsnedsættelser.

2.5.4 Valgfrie temaer

Da forældrekurset dækker bredt, er de valgfrie temaer tænkt således, at der kan differentieres blandt deltagerens forskellige behov, fx problemstillinger, der knytter sig til forskellige funktionsnedsættelser eller specifikke diagnoser.

På de valgfrie temaer kan man komme i dybden med de forskellige målgrupper og tilegne sig viden og forståelse for netop denne målgruppes særlige udfordringer, og hvordan de kan tackles. Man kan ligeledes tage lokalt definerede problemstillinger op, såsom fx etnicitet eller kønsforskelle i forhold til at håndtere familielivet i en familie med et barn med handicap.

Partnerskaberne har også muligheden for at udvikle yderligere valgfrie temaer i løbet af kursets forløb, hvis der skulle vise sig særlige behov for dette i løbet af undervisningsgangene.

2.5.5 Fokus på bedsteforældre og nære pårørende

Der er gode erfaringer med at afholde en undervisningsgang kun for bedsteforældre eller øvrige nære pårørende til de deltagende familier. På denne undervisningsgang kan de pårørendes roller, spørgsmål og udfordringer drøftes med de øvrige deltageres pårørende og med de kursusansvarlige.

Inden undervisningsgangen har de deltagende familier formuleret en række problemstillinger, som de mener, er relevante for de pårørende at tage stilling til eller vide mere om. Dernæst formuleres problemstillingerne som anonymiserede "brevkasse-spørgsmål".

På selve undervisningsgangen præsenteres de pårørende for brevkassespørgsmålene, som drøftes, uden at de pårørende ved, hvilken familie der står bag det aktuelle spørgsmål.

2.5.6 Fokus på forskellige faser i børnelivet

Afhængigt af børnenes alder i de deltagende familier kan der arbejdes med en række forskellige temaer, der er relateret til de forskellige faser i barnets liv.

Se nedenstående figur for inspiration (nedenstående temaer er ikke afprøvet i projektperioden):

”Nye udfordringer i familien”	<p>Nye og anderledes familievilkår. Erkendelsesproblematikker og sorgbearbejdning. Tanker om fremtiden, og hvordan vi kommer videre. Ressourceorienteret syn på barnet og familien. Søskenderelationer. Viden om det gode samarbejde med kommunen og lov om social service. Barnet med funktionsnedsættelse møder ligestillede og får øje på egne og andres kompetencer. Erfaringsudveksling og netværksdannelse.</p>
”Førskolealderen”	<p>Skoleliv, trivsel og inklusion. Støttemuligheder. Positive relationer og mestring. Strukturværktøjer. Fritidsliv. Familieliv, positive familieressourcer og søskenderelationer. Barnet med funktionsnedsættelse møder ligestillede og får øje på egne og andres kompetencer. Søskenderelationer for søskende til børn med funktionsnedsættelse med passende modenhed og alder. Erfaringsudveksling og netværksdannelse.</p>
”Præpubertetsperiode”	<p>Pubertet og seksualitet. Familieliv, positive familieressourcer og søskenderelationer. Støttemuligheder. Selvstændiggørelse og konflikforebyggelse. Handicapforståelse, identitet og ressourcer for børn med funktionsnedsættelse. Søskenderelationer for søskende til børn med funktionsnedsættelse. Barnet med funktionsnedsættelse møder ligestillede og får øje på egne og andres kompetencer. Erfaringsudveksling og netværksdannelse.</p>
”Flytte hjemmefra”	<p>Den nye forælderrolle og nye familievilkår, når barnet flytter hjemmefra. Lovgivning, når barnet fylder 18 år. Job-, uddannelses-, aktivitets- og botilbud samt det gode samarbejde med personale. Handicapforståelse, fremtidsmuligheder, stærke og svage sider for børn med funktionsnedsættelse. Bliv klogere på pubertet og seksualitet for børn med funktionsnedsættelse. Søskenderelationer for søskende til børn med funktionsnedsættelse. Erfaringsudveksling og netværksdannelse.</p>

2.5.7 Øvrige eksempler på emner

- Parforhold med oplæg og undervisning ved parterapeuter (afprøvet med gode erfaringer)
- Specifikke funktionsnedsættelser eller diagnosespecifikt forhold
- Søskende og bedsteforældre (inspiration kan findes på søskendefokus.dk)
- Fritidsliv og -aktiviteter for alle i familien (afprøvet med gode erfaringer)
- Kost og sundhed
- Pubertet, seksualitet og handicap (der kan hentes inspiration hos SUMH)
- Hverdagsstrukturering – balance i hverdagen
- Videomodellering og øvrig anvendelse af social IT
- Sansemotorik – redskaber til at aflæse og støtte barnets udviklingstrin

2.6 Evaluering

Deltagerne får inden kurset tilsendt et kort spørgeskema om deres forventninger til kurset. I forbindelse med selve kurset udleveres ved hver samling et evalueringsskema. Endelig bedes hver kursUSDeltager på sidste faciliterede netværksmøde om at udfylde et spørgeskema om, i hvilket omfang kurset har levet op til deres forventninger. Spørgeskema og evalueringsskemaer er vedlagt her.

Udfyldte spørgeskemaer og drejebøger indsamles af kursusansvarlig.

3. Vejledende drejebøger for undervisningsgange

3.1 Drejebog for første undervisningsgang

Hvis todagesforløbet ikke gennemføres som internatkursus, tilrettelægges undervisningen uden aftenprogram.

3.1.1 Aften

Tid 16.30-18.00

Programpunkt

Ankomst og indkvartering

Formål/læringsmål

Forældre og børn får mulighed for at hilse på kursusansvarlige og de frivillige.

Undervisningskompetencer

Dagens program varetages af kursusansvarlig.

Egne noter

Tid 18.00

Programpunkt

Let måltid samt kort præsentation af kurset, kursusansvarlig og de frivillige, der indgår i børneteamet

Tid 19.45

Programpunkt

Oplæg v. kursusansvarlig

Formål/læringsmål

- Dybdegående præsentation af programmet.
- Dybdegående præsentation forældrene imellem.

Egne noter

Tid 20.45- 21.30

Programpunkt

Tema: Netværk: Privat, offentligt og civilsamfund

Formål/læringsmål

- Erfaringsudveksling om netværksdannelse.
- Viden om forskellige former for netværk og deres styrker.

Undervisningskompetencer

- Viden om landsdækkende og lokale målgruppe-relevante netværk samt styrker ved disse.
- Facilitering af erfaringsudveksling deltagerne imellem.

Egne noter

3.1.2 Formiddag

Tid 09.00- 12.00

Programpunkt

Tema: Familieliv

Hvordan tackler man familielivet og de mange følelser, der følger i kølvandet på at få et barn med handicap?

En mulighed for at fordybe sig i de tanker og følelser, der kan følge med, når man får et barn med funktionsnedsættelse, samt inspiration til, hvordan man kommer videre.

Den åbne, sårbare og dermed følelsesmæssigt ressourcestærke familie

Fra usund tilbageholden af "forbudte følelser" til befriende accept af og respekt for alle familiemedlemmers forskellige ressourcer.

For **søskende** til børn med handicap med passende alder/modenhed vil der være søskende-undervisning med fokus på forbudte følelser og konkrete idéer til at skabe bedre plads til søskende i familien.

Formål/læringsmål

- Redskaber til at sætte ord på og mestre forbudte følelser og den sorg, det kan være at få et barn med handicap, samt fokus på, hvordan man kommer videre.
- Redskaber til at forstå og mestre nye og anderledes familievilkår i hverdagen.
- Igangsættelse af refleksioner om familiens fremtid.
- Redskaber til at forstå og mestre søskenderelationer.

Øvelse:

Brug øvelser, der skaber et tillidsfuldt forum, hvor familierne føler sig trygge ved at dele de følelser, der er svære ift. at få et barn med funktionsnedsættelse. En måde at gøre det på er ved at tage udgangspunkt i

konkrete situationer i familien, hvor deltagerne har oplevet nye "forbudte" eller overvældende følelser. Her kan anvendes øvelse 1.1 og 1.2 fra øvelsessamlingen.

Undervisningskompetencer

- Underviser skal have psykolog-faglige kompetencer.
- Underviser skal have en ressourceorienteret tilgang til familiernes særlige vilkår.

Skal kunne veksle mellem:

- Korte teoretiske oplæg
- Refleksion i plenum, mindre grupper og i den enkelte familie
- Praktiske opgaver og udfordringer
- Arbejde med relevante cases

Søskendeundervisningen bør foregå parallelt med undervisningen af den øvrige familie, og der kræves derfor en ekstra underviser.

Egne noter

Tid 12.00

Programpunkt

Frokost

3.1.3 Eksempel på søskendeundervisning

Det kan være svært at være søskende til en bror eller søster med handicap. Opmærksomheden fra forældrene kan sjældent deles lige.

Man skal som søskende ikke kun forholde sig til sin egen og familiens situation, men bl.a. også til, hvordan mennesker med handicap omtales i det offentlige rum, fx blandt klassekammerater i skolen.

Under søskendeundervisningen kan søskende i trygge rammer få et frirum, hvor de er helt i centrum, og hvor de kan tale om deres liv med andre i samme situation.

Et rum, hvor de kan blive klogere på sig selv og opleve anerkendelse af egne tanker og følelser.

Det er vigtigt, at søskende, der deltager i undervisningen, har den rette alder/modenhed (fra ca. 7 år og opefter) og inddeles i passende grupper, så undervisningen tilpasses deres niveau.

Det er vigtigt, at søskendeprogrammet og forældreprogrammet tilrettelægges, så der er tid til en fælles opsamling, hvor både forældre og søskende deltager. Eventuelt kan eftermiddagen indledes med en opsamling for både forældre og søskende.

Tid 09.00- 12.00

Programpunkt

Søskendeundervisning

- Oplæg v. underviser
- Præsentation af hinanden

Formål/læringsmål

- Dybdegående præsentation af programmet.
- Dybdegående præsentation søskende imellem.
- Erfaringsudveksling om netværksdannelse.

Undervisningskompetencer

- Programmet kan varetages af en eller flere undervisere/frivillige, der er tilknyttet kurset, såfremt disse har erfaring med søskendeundervisning. Ellers skal der inviteres en underviser udefra, der har de fornødne kompetencer, herunder tæller psykolog-faglige kompetencer.
- Uanset hvad skal der være voksne, som er tilknyttet kursusforløbet, til stede, så der er nogen til at samle op efter undervisningen.

Egne noter

Programpunkt

Familiesamspil i en familie med et barn med handicap

Formål/læringsmål

Aktivitet

Søskende ser dokumentarfilmen "Men jeg vil ikke bytte", Film & TV Compagniet (2009), som handler om at være søskende til en bror eller søster med et handicap. Filmen giver udtryk for, at man ikke er alene om sine tanker og følelser som søskende til et barn med handicap.

Efterfølgende er der øvelser og opgaver. Der er fællesaktiviteter og fælles samtaler, som giver søskende mulighed for at fortælle om, hvordan det opleves at være barn i netop deres familie.

Med afsæt i dilemmaer taget ud fra klip fra filmen "Men jeg vil ikke bytte" og den efterfølgende opsamling laves et vision board/planche, hvor søskende med kreative virkemidler udtrykker, hvordan de ønsker, at der fremadrettet skabes bedre plads til dem hjemme i familien – med støtte fra underviseren, så ønskerne så vidt muligt bliver realisérbare.

Eksempel på spørgsmål

Hvordan ser din familie ud? Hvad er din rolle i din familie? Kan du genkende nogle af følelserne eller dilemmaerne, som bliver beskrevet af søskende i filmen?

Egne noter

Programpunkt

Arbejde med handicapforståelse

Formål/læringsmål

Eksempel på spørgsmål

Hvad betyder det for dig at have en bror/søster med handicap? Hvad betyder det for din bror/søster at have et handicap? Hvad betyder det for din familie som helhed?

Egne noter

Tid Evt. 13.00-13.30

Programpunkt

Opsamling

Formål/læringsmål

Søskende får mulighed for at sætte ord på og sammen med forældrene finde muligheder for, hvordan der bedre kan skabes plads til dem i fremtiden.

Aktivitet

De tidligere producerede plancher fremlægges for forældrene af deres børn.

Egne noter

Filmen "Men jeg vil ikke bytte" kan erstattes med oplæg af en søskende til bror eller søster med handicap.

3.1.4 Eftermiddag

Tid Evt. 13.00-13.30

Programpunkt

Opsamling

Formål/læringsmål

Søskende får mulighed for at sætte ord på og sammen med forældrene finde muligheder for, hvordan der bedre kan skabes plads til dem i fremtiden.

Aktivitet

De tidligere producerede plancher fremlægges for forældrene af deres børn.

Egne noter

Tid 13.30-15.00

Programpunkt

Tema: Familieliv

Eksempel

Om det ressourcestærke barn med handicap

Hvordan kan man som forældre holde fokus på omsorg og nødvendig støtte snarere end på begrænsninger hos dette ene familiemedlem?

Formål/læringsmål

- Etablering af et ressourceorienteret syn på barnet og familien.
- Redskaber til, hvordan man som forældre bedst støtter sit barns selvstændig-gørelse trods udfordringer.
- Her kan fx øvelse 1.4 fra øvelsessamlingen anvendes.

Egne noter

Tid 15.00-15.30

Programpunkt

Opsamling på dagens oplæg v. kursusansvarlige

Formål/læringsmål

Varetages af kursusansvarlig.

Egne noter

Tid 16.00-17.30

Programpunkt

Tema: Netværk

Eksempel

- Fællesaktivitet for alle familier
- Fællesleg, hvor alle kan deltage. Mulighederne vil være afhængigt af målgruppen for kurset og de fysiske rammer.

Formål/læringsmål

- Opbyggelse af tillid familierne imellem.
- Her kan øvelse 3.1 eller 3.2 fra øvelsessamlingen anvendes.

Egne noter

3.1.5 Aften

Tid 19.30

Programpunkt

Tema: Netværk

Forældrecafé med erfaringsudveksling

Formål/læringsmål

- Hvordan kan den nye viden fremadrettet inddrages i hverdagen.
- Udveksling af erfaringer om brug af netværk deltagerne imellem samt behov og ønsker.

Øvelse:

Netværket omkring familier med børn med funktionsnedsættelser kan være en uvurderlig støtte – og forskellige netværk har forskellige styrker. Brug øvelser, hvor deltagerne får mulighed for at udveksle både gode og dårlige erfaringer med brug af forskellige netværk. Skab mulighed for fælles refleksion om ønsker og behov for netværksstøtte.

Her kan øvelse 3.3 fra øvelsessamlingen anvendes.

Undervisningskompetencer

Varetages af kursusansvarlig.

Egne noter

3.1.6 Formiddag

Tid 09.00-12.00

Programpunkt

Tema: Systemet

Eksempel

Det gode samarbejde med kommunen og introduktion til serviceloven

Når man får et barn med en funktionsnedsættelse, kan det være vanskeligt at finde rundt i de offentlige støttemuligheder. Hvor skal man henvende sig om hvad, og hvem bestemmer, hvad man kan få støtte til?

Formål/læringsmål

- Viden om lov om social service.
- Forståelse for vigtigheden af en tidlig og forebyggende indsats.
- Redskaber til at etablere og fremme et godt samarbejde med kommunen.

Øvelse:

Samarbejdet med kommunen er ofte alfa og omega for familier med børn med funktions-nedsættelser, da netop de kommunale ydelser har stor betydning for hverdagen i familien. Det være sig økonomisk, praktisk og i form af forskellige støttetilbud. Deltagernes kontakt til kommunen er dog ofte præget af sårbarhed. Derfor er øvelser, der sætter fokus på at tale om egne behov, at skabe gode relationer til de kommunale medarbejdere og at forstå sammenhængen mellem de forskellige systemer, vigtige.

Det er i denne del af kurset meget vigtigt at være opmærksom på det potentielt konfliktfyldte forhold, der kan være mellem familierne og kommunens sagsbehandlere.

Det er derfor helt afgørende, at denne del af kurset er meget velplanlagt, og at der tages højde for den sårbare og potentielt konfliktfyldte situation, der kan opstå. Det er således vigtigt, at vedkommende, der faciliterer undervisningsgangen, kan tage ansvar for stemning og tone.

Der kan indledningsvist gives plads til, at familierne deler deres eventuelle frustrationer i forhold til mødet med kommunens sagsbehandlere. Dette skal faciliteres på en måde, så erfaringerne formuleres som positive ønsker til den fremtidige relation mellem familier og kommune.

I dette programpunkt kan øvelse 2.1 fra øvelsessamlingen anvendes.

Undervisningskompetencer

- Underviser er socialrådgiver og/eller handicapkonsulent med stor indsigt i den konkrete kommune.
- Primært informerende om lovgivning og indsigt i det kommunale arbejde.
- Fokus på det konstruktive samarbejde. Det er vigtigt, at kommunen har de rigtige oplysninger, før der træffes afgørelse om, hvilken støtte den enkelte borger har ret til.
- Indsigt i sagsbehandlingsregler og metoder og erfaring med, hvordan man som forældre til barnet selv kan medvirke til afklaring.

Egne noter

Tid 12.00

Programpunkt

Frokost, og tak for denne gang

3.2 Drejebog for anden undervisningsgang

Tid 18.30-21.00

Programpunkt

Valgfrit tema

- Siden sidst v. kursusansvarlig
- Partnerskabet udfylder selv for dette tema

Formål/læringsmål

Partnerskabet udfylder selv for denne undervisningsgang.

Undervisningskompetencer

Partnerskabet udfylder selv for denne undervisningsgang.

Egne noter

3.3 Drejebog for tredje undervisningsgang

Tid 16.30-18.00

Programpunkt

Tema: Familieliv

- Bedsteforældre er velkomne i det omfang, det er muligt
- Siden sidst v. kursusansvarlig

Eksempel

Familieliv og familierelationer

- At have et barn med handicap eller udviklingsforstyrrelse påvirker hele familien
 - også bedsteforældrene, der ofte ønsker at hjælpe og være en central støtte i familien.
- Oplæg om den nære familie, bedsteforældre, søskenderelationer og forældreskab i en familie med et barn med særlige udfordringer.
- Styrkelse af det nuværende og nære netværk.

Formål/læringsmål

Erfaringsudveksling om livet i familien med et barn med funktionsnedsættelse.

- Kendskab til krisereaktioner.

Pædagogiske udfordringer og løsninger i dagligdagen, hvor bedsteforældre kan spille en central rolle.

- Redskaber til at styrke rollen som bedsteforældre og til bedre dialog og fælles forståelse bedsteforældre og forældre imellem.

Øvelse:

Brug øvelser, der skaber et tillidsfuldt forum, hvor familierne føler sig trygge ved at dele de følelser, der er svære ved at få et barn med funktionsnedsættelse.

Bedsteforældrene er en naturlig del af familien, uden at de er en del af den nærmeste familie (forældre og børn).

Det kan være en fin balance at inkludere bedsteforældrene i familiens udfordringer og udnytte deres ressourcer bedst muligt som en støtte i dagligdagen, samtidig med at det foregår på barnets og familiens præmisser.

Her kan øvelse 1.3 fra øvelsessamlingen anvendes.

Undervisningskompetencer

Underviser skal have psykolog-faglige kompetencer.

Egne noter

3.4 Drejebog for fjerde undervisningsgang

Tid 16.30-18.00

Programpunkt

Tema: Netværk

- Siden sidst v. kursusansvarlig
- Opstart og planlægning af kommende netværksaktiviteter

Formål/læringsmål

- Formulering af netværksbehov og redskaber til etablering af og deltagelse i netværk.
- Formulering af ønsker til det fremadrettede familiebårne netværk.
- Aftale fremadrettet om, hvordan netværket skal bestå.
- Repræsentanter for alle deltagere i partnerskabet præsenterer, hvilken rolle de har i de kommende aktiviteter.
- Kursusdeltagerne deles i grupper og drøfter sammen:
 - a. Hvad de ønsker af netværket.
 - b. Hvad de kan bidrage med hver især.
- Herefter samler kursusleder op på tværs af grupperne.
- Efter en kort pause deles deltagerne igen op i grupper, hvor de praktiske forhold omkring deltagelsen drøftes.
- Kursusansvarlig samler op, og der laves en konkret aftale om det følgende netværksmøde.
- Under begge gruppedrøftelser kan der løbende stilles spørgsmål til repræsentanterne for partnerskabet og rammer for netværksmøderne og til partnerskabets rolle.

Undervisningskompetencer

Kursusansvarlig som tovholder.

Egne noter

3.5 Netværksmøder

Der er ikke udarbejdet drejebøger for netværksmøderne, da disse planlægges i fællesskab med familierne og som udgangspunkt ikke indeholder egentlig undervisning. Dog er der erfaring med at indlægge mindre elementer af undervisning, som kan være med til at styrke fremmødet, hvis der er udfordringer omkring dette.

Ved overgangen fra faciliterede netværksmøder til netværksmøder, der i højere grad er selvorganiserede, er der erfaring med, at det kan øge deltagelsen, hvis der kan stilles lokaler til rådighed af enten kommune eller brugerorganisation. Husk endvidere her at have fokus på, at de kursusansvarlige skal udfase deres rolle og i højere grad lade netværket selv tage over.

For at styrke netværket blandt familierne er der gode erfaringer med at samle familier fra flere forskellige kursusforløb til fælles arrangementer. Det gør netværket bredere og dermed mindre følsomt i forhold til udeblivelser.

4. Bilag:

Kursusmanual for forældrekurser: Øvelsessamling

Nedenfor er samlet en række øvelser, der kan være relevante at anvende i forbindelse med afholdelse af forældrekurser for familier med børn med funktionsnedsættelse. Øvelserne er indsamlet gennem projektet "Udvikling og afprøvning af modeller for forældrekurser og -netværk i samarbejde mellem kommuner og brugerorganisationer", hvor de har været afprøvet i praksis. Øvelserne relaterer sig til hvert af tre temaer.

Tema: Familieliv

Brug øvelser, der skaber et tillidsfuldt forum, hvor familierne føler sig trygge ved at dele de følelser, der er svære i forbindelse med at få et barn med funktionsnedsættelse. En måde at gøre det på er ved at tage udgangspunkt i konkrete situationer i familien, hvor deltagerne har oplevet nye "forbudte" eller overvældende følelser.

Øvelse 1.1: Svære følelser - tegning

Deltagerne inddeles i grupper á 4-6 personer. Samtlige deltagere får udleveret et hvidt stykke papir og farveblyanter. Tegn en situation, der relaterer sig til dit barn med funktionsnedsættelse, hvor du var frustreret, ked af det, vred, skamfuld el.lign., og del oplevelsen med de andre. Hvad skete der? Hvad følte du? Hvordan har du det med de følelser? osv. Snak derefter i fællesskab om de følelser, I har beskrevet, i gruppen.

Øvelse 1.2: Svære følelser – case

Deltagerne reflekterer i fællesskab over en case, som underviserne læser op. Casen beskriver en svær situation i en familie med et barn med funktionsnedsættelse og tager udgangspunkt i de forskellige familiemedlemmers følelser i den pågældende situation. Diskutér spørgsmål som:

- Hvad ligger bag de forskellige medlemmers følelser?
- Har I selv haft lignende følelser?

Øvelse 1.3: Svære følelser – forældre og bedsteforældre

Deltagerne inddeles i grupper á 6 til 8 personer. Der SKAL være både bedsteforældre og forældre i alle grupper – men helst ikke fra samme familier. Tag udgangspunkt i en case, der beskriver en svær situation i en familie med et barn med funktionsnedsættelse. Casen skal involvere både forældre, børn og bedsteforældre. Casen kan fx handle om, hvordan familien skal holde juleaften eller sommerferie, eller hvordan man håndterer et nyt behandlings-/støtteforløb for barnet med funktionsnedsættelse. Det er væsentligt, at casen beskriver en situation, hvor forældrene og bedsteforældrene oplever, at deres indbyrdes relation er presset.

Casen skal være opdelt i 3-4 tidsforløb, hvor de forskellige aktørers oplevelser af situationen beskrives fortløbende ("så sker der det ... og så sker der det ...").

I øvelsen skal bedsteforældrene sætte sig ind i forældrenes oplevelser og beskrive deres følelser, mens forældrene skal sætte sig ind i bedsteforældrenes oplevelser og følelser. Dette gøres for hvert trin, og nedenstående spørgsmål diskuteres i fællesskab i gruppen.

- Hvad er på spil for bedsteforældrene/forældrene?
- Hvorfor reagerer de, som de gør?
- Kan I genkende nogle af de oplevelser og følelser, som opstår i casen?
- Hvordan kunne bedsteforældrene og forældrene i casen have håndteret situationen mere hensigtsmæssigt?

Øvelse 1.4: Præsentationsopgave – våbenskjoldsøvelse

Præsentation af øvelsen, som anvendt i Randers og Aarhus:

"Til præsentation af jeres familie vil vi bede jer om at tegne "familiens våbenskjold" på et udleveret flipover-papir.

Våbenskjold skal bestå af disse fire felter:

1. Hvad fylder jeres liv lige nu? For eksempel en negativ eller positiv nuværende situation, en udfordring, en fritidsinteresse, job, bolig eller noget helt andet.
2. Hvem er I? Her skal familiens medlemmer tegnes. Her kan også tilføjes eksempelvis en hund, en mormor eller en aflaster osv.
3. Hvad drømmer I om? For eksempel en drøm for børnene, for familien, en drøm for verden, et nyt hus osv.
4. Jeres families egenskaber symboliseret ved et dyr. For eksempel den modige løve, giraffen, der kan overskue meget på én gang, katten, der er sin egen, uglen, der er klog osv.

Når våbenskjoldet er færdigt, skrives familiens navn over.

Våbenskjoldet hænges på væggen sammen med de øvrige kursisters. Våbenskjoldene bliver på væggen kurset igennem.

Efterfølgende holdes der fernisering, hvor hvert våbenskjold præsenteres, og der er mulighed for at stille uddybende spørgsmål. Kursusansvarlige laver også et våbenskjold, som ligeledes præsenteres.

Overvejelser:

Når øvelsen præsenteres, er det vigtigt, at kursusansvarlige taler i både voksen- og børnehøjde, således at alle familiens medlemmer bliver inddraget i øvelsen. Øvelsen kan noget helt særligt for børnene, der ofte ikke har et udviklet sprog for de følelser, de har i forhold til at være en del af lige netop deres familie. Gennem en tegning kan de udtrykke følelser, der måske før har været ukendte for deres forældre.

Det er vigtigt at have en masse forskellige farver samt gode skriveredskaber. For nogen kan det være rart, at noget af det bliver tegnet, mens andet skal skrives. Tegneprocessen kan for nogen være meget udfordrende, da det ikke er noget, man gør ofte. Dette er på en og samme tid øvelsens udfordring som styrke. En styrke, da det udfordrer familierne og tvinger dem til at bruge hinanden – børn og voksne imellem. Men også en udfordring, der i yderste konsekvens kan betyde, at nogen står helt af. Her er det fint at give muligheden for at skrive i stedet.

At kursusansvarlige ligeledes tegner og samtidig bruger hinanden til at italesætte, at det ikke kræver, at man kan tegne, er med til at løsne processen og skabe sammenhold kursisterne imellem.

På den ene side er det vigtigt, at familierne er enige om, hvad der skal være i de forskellige felter. På den anden side kan uenighed også være med til at tydeliggøre familiernes udfordringer. Udfordringer, som de andre kursister måske kan genkende. Disse forskelligheder vil typisk komme frem, når våbenskjoldene skal præsenteres.

Tema: Systemet

Samarbejdet med kommunen er ofte alfa og omega for familier med børn med funktionsnedsættelser, da netop de kommunale ydelser har stor betydning for hverdagen i familien, det være sig økonomisk, praktisk og i form af forskellige støttetilbud. Deltagernes kontakt til kommunen er dog ofte præget af sårbarhed. Derfor er øvelser, der sætter fokus på at tale om egne behov, at skabe gode relationer til de kommunale medarbejdere og at forstå sammenhængen mellem de forskellige systemer, vigtige.

Øvelse 2.1: Mødet med kommunen – case

Deltagerne inddeles i grupper á 4-6 personer. Beskriv på forhånd en fiktiv situation, hvor en familie med et barn med funktionsnedsættelse oplever en svær situation i mødet med kommunen. Det kunne for eksempel være et afslag på en ansøgning om tabt arbejdsfortjeneste eller en oplevelse af manglende sammenhæng mellem et regionalt behandlingstilbud og de kommunale støttetilbud. Beskriv situationen fra de forskellige aktørers perspektiver (familien, de(n) kommunale medarbejder(e), andre ...), og tal igennem, hvordan situationen opleves fra alle vinkler. Hvordan kunne denne situation være anderledes? Har I oplevet lignende situationer? Hvad var udfaldet? Og ville I handle anderledes i dag, hvis I stod i situationen igen? Hvad kan sikre det gode samarbejde med kommunen?

Tema: Netværk

Netværket omkring familier med børn med funktionsnedsættelser kan være en uvurderlig støtte- og forskellige netværk har forskellige styrker. Brug øvelser, hvor deltagerne får mulighed for at udveksle både gode og dårlige erfaringer med brug af forskellige netværk. Skab mulighed for fælles refleksion om ønsker og behov for netværksstøtte.

Øvelse 3.1: Samarbejdsøvelse - rundbold

Der spilles rundbold, hvor alle har en funktionsnedsættelse. Dette gøres ved, at nogle skal spille med høreværn, andre med stærke briller, nogle med snørebåndene bundet sammen, ikke-kørestolsbrugere i kørestol med mere.

Øvelse 3.2: Samarbejdsøvelse - slå telt op

Der skal slås telt op. Deltagerne inddeles i hold på tværs af familier, hvorpå der skal konkurreres om, hvem der hurtigst kan slå telt op. Alle får et handicap - det vil sige, at nogle skal arbejde med høreværn, andre med stærke briller, nogle med snørebåndene bundet sammen, ikke-kørestolsbrugere i kørestol med mere.

Øvelse 3.3: Støttebehov

Tal om behov og ønsker to og to: Hvilken form for støtte vil aflaste jer? Tænk på både psykisk aflastning og mere praktisk aflastning. Hvilke former for støtte kan det være? Kom med konkrete eksempler på situationer, hvor I enten har oplevet at have behov for støtte fra jeres netværk, eller fremtidige situationer, hvor I kan forestille jer, at I vil have behov for støtte. Tal om forskellige aspekter af denne støtte, som fx:

- Hvordan vil I helst modtage støtten? (Personligt, online, via (u)kendte personer etc.)
- Hvilken form for støtte vil I helst modtage? (Gruppeforum, 1:1-samtaler, (u)formelt etc.)

Jeres private netværk: Hvilke personer i jeres privatliv kan støtte jer og hvordan?

Jeres offentlige netværk: Hvilke tilbud kan imødekomme jeres støttebehov?

Tilbud i civilsamfundet: Hvilke tilbud kan imødekomme jeres støttebehov?

Brug ca. 30 minutter på ovenstående, og saml op på tværs i gruppen. Opsummér, hvordan henholdsvis det private, det offentlige og det civilsamfundsbaseerede netværk kan støtte.

5. Bilag:

Forventninger til forældrekursus

Navn:

E-mail:

Kursusansvarlig:

Dato:

Forventninger

1. Hvad er dine forventninger til kurset? Hvad håber du at lære/få hjælp til?

Særlige hensyn

2. Er der særlige hensyn til din eller dit barns deltagelse, som kursusansvarlig bør være opmærksom på?

Information

3. Er der noget, du mangler ift. den kursusbeskrivelse og praktiske information, du har fået indtil videre?

Relevans

4. Hvilke af følgende temaområder har særlig relevans for dig og hvorfor?

Det gode netværk, personlig robusthed, samarbejdsrelation med kommunen, samarbejde med brugerorganisation og kommune.

Andet

5. Er der andre forhold, kursusansvarlig bør være opmærksom på?
-

6. Bilag:

Evaluering af undervisningsgang

Navn:

E-mail:

Kursusansvarlig:

Dato:

Udbytte

1. Hvad har været dit største udbytte af denne undervisningsgang?

Relevans og helhedsvurdering

2. Hvor relevant var undervisningsgangen i forhold til dine behov og din hverdag?

Relevant		Middel		Irrelevant
5	4	3	2	1
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Begrundelse:

3. Hvordan synes du, undervisningsgangen har været som helhed?

God		Middel		Dårlig
5	4	3	2	1
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Begrundelse:

Din motivation og anvendelsesmuligheder

4. Din motivation for at arbejde videre med det, I har lært?

God		Middel		Dårlig
5	4	3	2	1
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

5. Din mulighed for at bruge det lærte i din hverdag?

God		Middel		Dårlig
5	4	3	2	1
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Kursets tilrettelæggelse og kursusledelse

6. Kursusansvarligs evne til at formidle og skabe læring?

God		Middel		Dårlig
5	4	3	2	1
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

7. Det bedste ved undervisningsgangens tilrettelæggelse og kursusansvarlig var:

8. Kommentarer til evt. andre undervisere på kurset:

9. Det, jeg synes, skal gøres anderledes/forbedres ved kurset, er:

7. Bilag:

Efterevaluering af forældrekursus

Navn:

E-mail:

Kursusansvarlig:

Dato:

Udbytte - Vurderet efter kursusforløbet

1. Hvad har været dit største udbytte af kurset?

Kursets betydning i hverdagen

I hvor høj grad har du/I efter kurset oplevet:

2. Bedre at kunne modtage og invitere venner og familie til at hjælpe?

I høj grad		I nogen grad		I lav grad
5	4	3	2	1
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

3. Bedre samarbejde med skole/kommune?

I høj grad		I nogen grad		I lav grad
5	4	3	2	1
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

4. Færre konflikter i dagligdagen i hjemmet?

I høj grad		I nogen grad		I lav grad
5	4	3	2	1
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

5. Hvordan synes du, kurset har været som helhed?

Godt		Middel		Dårligt
5	4	3	2	1
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Begrundelse:

Overordnet indtryk

6. Det bedste ved kurset var:

7. Det, jeg synes, skal gøres anderledes/forbedres ved kurset, er:

8. Bilag:

Eksempel på spørgeskema til forældre

Tilrettelæggelse og afvikling af kursusforløb

For at kunne planlægge det kommende kursus så godt som muligt vil vi bede jer udfylde det vedlagte informationsskema, som giver X Kommune og Y Forening oplysninger om jeres familie, herunder bl.a. kontaktoplysninger, oplysninger om jeres barns handicap, søskende mv.

Det er vores erfaring, at det kan lette jer at vide, at vi er nogen omkring jer, der ved, hvad I er optaget af hjemmefra, og derfor er indforståede med, hvis I har brug for at stemple ud eller andet undervejs. Måske har jeres børn en adfærd eller behov, som er vigtig for os at kende. Måske kæmper I som forældre med et sygdomsforløb eller står i en svær tid af andre grunde. I informationsskemaet under "Bemærkninger" kan I videregive den information, I tænker, er nødvendig for, at I kan føle jer så trygge som muligt under kurset. Hvad I vælger at dele, er selvsagt helt op til jer.

For at kunne tilrettelægge pasning og aktiviteter for jeres barn med handicap under weekendkurset bedes I angive barnets navn, alder og diagnose. Derudover bedes I beskrive jeres barns støttebehov, fx om jeres barn har brug for en særlig kommunikationsform eller pædagogisk strategi. Dette angives i skemaet under "Barn med handicap".

Under weekendkurset vil søskende modtage undervisning og indgå i aktiviteter, der har til formål at styrke deres forståelse og accept af at være søskende til et barn med handicap. For at kunne tilrettelægge denne undervisning bedst muligt har vi brug for at vide mere om jeres "søskendebarn", herunder barnets navn, alder, interesser og om barnet har nogle særlige behov, der skal tages hensyn til under søskendeundervisning og i andre aktiviteter. Sådanne behov kan noteres i skemaet under "Søskende".

Har I noget, I ønsker at sige/drøfte over telefon, er I også meget velkomne til at kontakte kursusansvarlig XXX.

Venlig hilsen

Informationsskema til forældrekursus og -netværk

Forældre

Navn

Adresse

Telefonnummer

E-mailadresse

Bemærkninger:

Barn med handicap

Navn

Alder

Diagnose

Støttebehov, herunder kommunikationsbehov, pædagogiske strategier mv.

Interessefelter (fx computerspil, fodbold, musik mv.) eller ting, der gør barnet veltilpas (fx musik, bolde mv.)

Bemærkninger:

Søskende

Navn

Alder

Særlige behov eller opmærksomhedspunkter i forbindelse med søskendeundervisning og aktiviteter, fx adfærd, kommunikation, støtte

Interessefelter (fx computerspil, fodbold, musik mv.) eller ting, der gør barnet veltilpas (fx musik, bolde mv.)

Bemærkninger:
