



*Selv om diagnosen
min ikke forandrer
seg, så gjør jo livet
det, ikke sant?*



KOMPETANSEHEVING
TREFF MEG!

LÆRINGS- OG
MESTRINGSTILBUDENE
HELT SJEF!

Erfaringer fra pilotprosjekt Ung medvirkning og mestring (UMM)

Delprosjektledere
Karen Therese Sulheim Haugstvedt, AHUS
og
Helene Morvik, Sørlandet Sykehus HF



Selv om diagnosen
min ikke forandrer
seg, så gjør jo livet
det, ikke sant?

KOMPETANSEHEVING
TREFF MEG!

LÆRINGS- OG
MESTRINGSTILBUDENE
HELT SJEF!

*”Det er rørende å høre ungdommenes historier,
tanker og beskrivelser.*

*Måten de løfter hverandre opp på og
gir hverandre håp og tro på mestring.
Jeg kjenner på en veldig ydmykhet og respekt”.*

Delprosjektleder

KTSH og HM

Selv om diagnosen
min ikke forandrer
seg, så gjør jo livet
det, ikke sant?

*Jeg blir berørt når ungdom sier
"Tenk at noen spør
meg om å være venn på Facebook
på dette grunnlaget
-etter at jeg bare har vært meg selv"*

Deltaker, ung kvinne

KOMPETANSEHEVING
TREFF MEG!

LÆRINGS- OG
MESTRINGSTILBUDENE
HELT SJEF!



Selv om diagnosen
min ikke forandrer
seg, så gjør jo livet
det, ikke sant?



KOMPETANSEHEVING
TREFF MEG!

LÆRINGS- OG
MESTRINGSTILBUDENE
HELT SJEF!

”Det er magiske øyeblikk når vi ser, hører og
kjenner
at ungdommen oppdager noe nytt”

Hospitant

KTSH og HM

Selv om diagnosen
min ikke forandrer
seg, så gjør jo livet
det, ikke sant?

KOMPETANSEHEVING
TREFF MEG!

LÆRINGS- OG
MESTRINGSTILBUDENE
HELT SJEF!

*” Det viktigste for meg er at det skjer konkrete
forandringer
i ungdommenes liv”.*

Gruppeleder

KTSH og HM



Selv om diagnosen
min ikke forandrer
seg, så gjør jo livet
det, ikke sant?

Å STARTE OPP "HELT SJEF!"

En aktiv og støttende ledelse

KOMPETANSEHEVING
TREFF MEG!

LÆRINGS- OG
MESTRINGSTILBUDENE
HELT SJEF!

KTSH og HM



*Selv om diagnosen
min ikke forandrer
seg, så gjør jo livet
det, ikke sant?*

**KOMPETANSEHEVING
TREFF MEG!**

**LÆRINGS- OG
MESTRINGSTILBUDENE
HELT SJEF!**

Forberedelser

Selv om diagnosen
min ikke forandrer
seg, så gjør jo livet
det, ikke sant?

Organisering

- Ett kontaktsted
- Merkantil støttefunksjon
- Etablere styringsgruppe (m/ beslutningsmyndighet)
- Etablere arbeidsgrupper
- Sikre brukermedvirkning i hele prosessen
- Sikre det helsefremmende fokus i hele prosessen

KOMPETANSEHEVING
TREFF MEG!

LÆRINGS- OG
MESTRINGSTILBUDENE
HELT SJEF!

Selv om diagnosen
min ikke forandrer
seg, så gjør jo livet
det, ikke sant?

Rekruttering av deltakere

- Tydelige retningslinjer
 - Begynn i god tid!
 - Markedsføring
 - Behandlere
 - Helsesøstre

KOMPETANSEHEVING
TREFF MEG!

LÆRINGS- OG
MESTRINGSTILBUDENE
HELT SJEF!

Selv om diagnosen
min ikke forandrer
seg, så gjør jo livet
det, ikke sant?

Rekruttere erfarne ungdommer og gjennom:

- brukerorganisasjoner
- barne- og ungdomsavdeling
 - brukerråd
- frivillige organisasjoner

KOMPETANSEHEVING
TREFF MEG!

LÆRINGS- OG
MESTRINGSTILBUDENE
HELT SJEF!

*Selv om diagnosen
min ikke forandrer
seg, så gjør jo livet
det, ikke sant?*

**KOMPETANSEHEVING
TREFF MEG!**

**LÆRINGS- OG
MESTRINGSTILBUDENE
HELT SJEF!**

Hvorfor gruppe?

Selv om diagnosen
min ikke forandrer
seg, så gjør jo livet
det, ikke sant?

Tema i samlingene

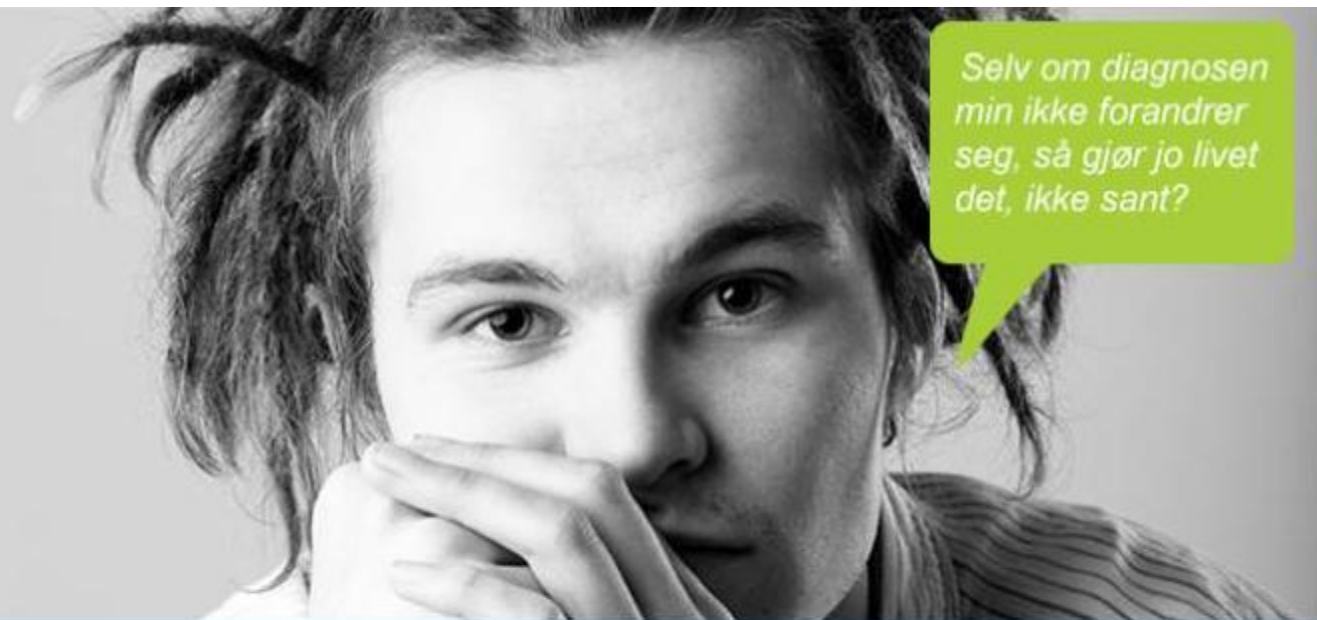
KOMPETANSEHEVING
TREFF MEG!

LÆRINGS- OG
MESTRINGSTILBUDENE
HELT SJEF!

Ungdom 12-16 år: Meg som ungdom, Å være god nok – kva er viktig for meg nå?
Følelser og sånt, Gi og ta – hva er gode relasjoner? Familie og venner – viktig,
Men vanskelig, sjef i eget liv

Ung voksen 17-26 år: Meg som ungdom, å være god nok – kva er viktig for meg nå?,
følelser og sånt, gi og ta – hva er gode relasjoner?, samspill med folka mine –
Sammen med en som står meg nær, sjef i eget liv

Foreldre: Hvem er jeg som forelder?, Å være god nok – kva er viktig for meg?,
følelser og ressurser, å være ungdom, familielivet – kontakt og kommunikasjon,
veien videre



*Selv om diagnosen
min ikke forandrer
seg, så gjør jo livet
det, ikke sant?*

KOMPETANSEHEVING
TREFF MEG!

LÆRINGS- OG
MESTRINGSTILBUDENE
HELT SJEF!

Gangen og prosessen i hver samling

Selv om diagnosen
min ikke forandrer
seg, så gjør jo livet
det, ikke sant?

I samarbeid med erfarne ungdommer

KOMPETANSEHEVING
TREFF MEG!

LÆRINGS- OG
MESTRINGSTILBUDENE
HELT SJEF!

- LYTTE til viktige erfaringer om
 - å snakke med andre - sette ord på
 - å kunne erkjenne sin situasjon
 - å kunne "leve med"
- BRUKE det i programmet + samlingene
- PRØVE UT tema og oppgaver

Selv om diagnosen
min ikke forandrer
seg, så gjør jo livet
det, ikke sant?

Deltakerne: "ressursene ligger i gruppen"

- Gi tid, trygghet og anerkjennelse
- Forstørre og utdype – gi dem ord
- La de andre i gruppen komme med sitt
 - få bekreftelse: "jeg er ikke alene"
- få fram ulikheter: variasjonene er store

KOMPETANSEHEVING
TREFF MEG!

LÆRINGS- OG
MESTRINGSTILBUDENE
HELT SJEF!

*Selv om diagnosen
min ikke forandrer
seg, så gjør jo livet
det, ikke sant?*

Programmet

Gjennomtenkt: hva vil vi – hensikten?

skal gi mulighet for prosess

→ i hver samling

→ fra samling til samling

skal bidra til egne oppdagelser

→ ny forståelse

→ bedre vurderinger, prioriteringer

→ nye handlinger og bedre mestring

KOMPETANSEHEVING
TREFF MEG!

LÆRINGS- OG
MESTRINGSTILBUDENE
HELT SJEF!

Selv om diagnosen
min ikke forandrer
seg, så gjør jo livet
det, ikke sant?

Prosess fra oppdagelser til handling

egne oppdagelser

- > ny forståelse
- > bedre vurderinger, prioriteringer
- > nye handlinger og bedre mestring

KOMPETANSEHEVING
TREFF MEG!

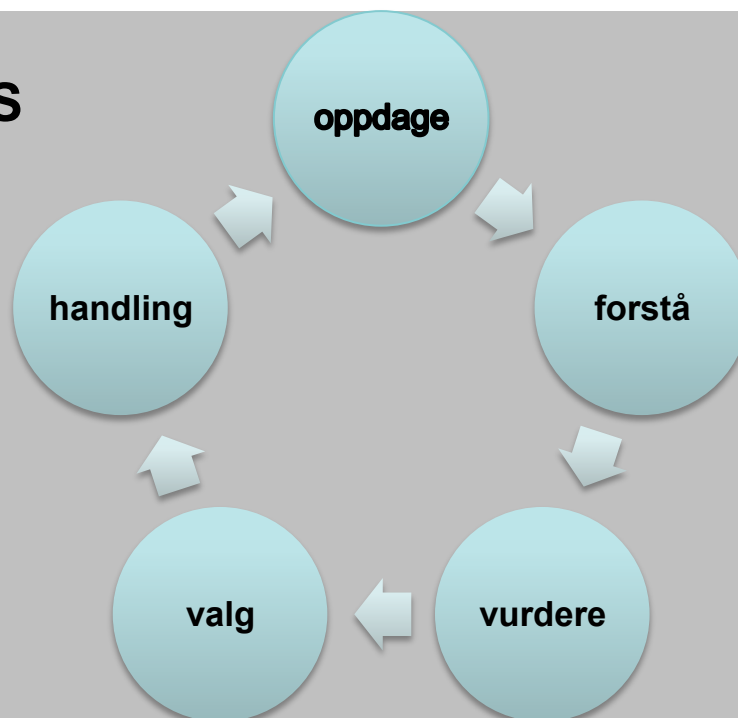
LÆRINGS- OG
MESTRINGSTILBUDENE
HELT SJEF!

Selv om diagnosen
min ikke forandrer
seg, så gjør jo livet
det, ikke sant?

KOMPETANSEHEVING
TREFF MEG!

LÆRINGS- OG
MESTRINGSTILBUDENE
HELT SJEF!

PROSESS



KTSH

Selv om diagnosen
min ikke forandrer
seg, så gjør jo livet
det, ikke sant?

Ungdommenes oppdagelser → prosesser



KOMPETANSEHEVING
TREFF MEG!

LÆRINGS- OG
MESTRINGSTILBUDENE
HELT SJEF!

Ikke ENTEN gammel
ELLER ung kvinne

men BÅDE – OG,
samtidig!

Selv om diagnosen
min ikke forandrer
seg, så gjør jo livet
det, ikke sant?

Ikke BARE smertefullt, sårbart

KOMPETANSEHEVING
TREFF MEG!

LÆRINGS- OG
MESTRINGSTILBUDENE
HELT SJEF!





Selv om diagnosen
min ikke forandrer
seg, så gjør jo livet
det, ikke sant?

...eller glede og moro

KOMPETANSEHEVING
TREFF MEG!

LÆRINGS- OG
MESTRINGSTILBUDENE
HELT SJEF!





Selv om diagnosen
min ikke forandrer
seg, så gjør jo livet
det, ikke sant?

men BÅDE – OG, samtidig

KOMPETANSEHEVING
TREFF MEG!

LÆRINGS- OG
MESTRINGSTILBUDENE
HELT SJEF!

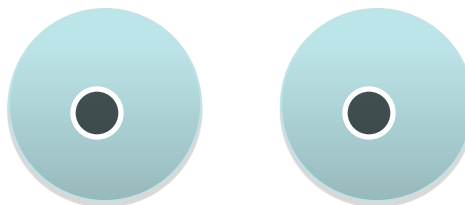


Selv om diagnosen
min ikke forandrer
seg, så gjør jo livet
det, ikke sant?

Ungdommenes oppdagelser og prosesser

KOMPETANSEHEVING
TREFF MEG!

LÆRINGS- OG
MESTRINGSTILBUDENE
HELT SJEF!



fra ENTEN – ELLER ...

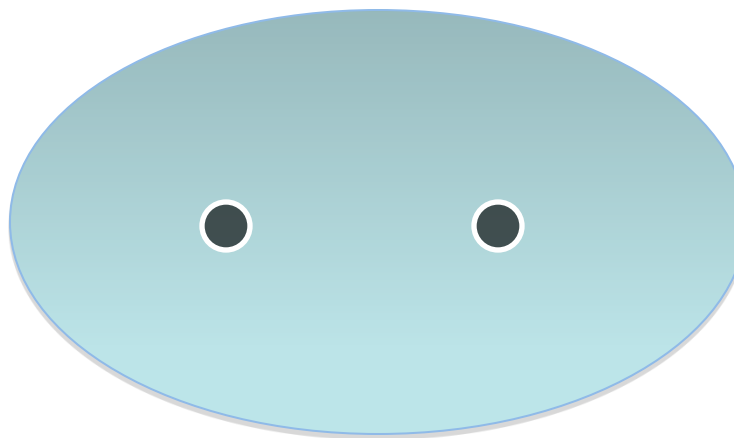
Selv om diagnosen
min ikke forandrer
seg, så gjør jo livet
det, ikke sant?

Ungdommenes oppdagelser og prosesser

KOMPETANSEHEVING
TREFF MEG!

LÆRINGS- OG
MESTRINGSTILBUDENE
HELT SJEF!

... til BÅDE – OG





Selv om diagnosen
min ikke forandrer
seg, så gjør jo livet
det, ikke sant?

KOMPETANSEHEVING
TREFF MEG!

LÆRINGS- OG
MESTRINGSTILBUDENE
HELT SJEF!

Fagdager