

Likemannsarbeid i funksjonshemmede s organisasjoner

*Et hefte til bruk i organisasjonenes planlegging og
administrering*

Likemannsarbeid i funksjonshemmedes organisasjoner
FFO-Trykk
ISSN 0801-8065
FFOs skriftserie 03/02
8. opplag 100 eks september 2007
Dok: G: 343.1.8 FFOs likemannshefte

Forord

FFO driver ikke eget likemannsarbeid. FFO sin rolle i likemannsarbeidet er å bidra til at flere av FFOs medlemsorganisasjoner blir kjent med hva som ligger i begrepet likemannsarbeid. Likemannsarbeid må drives og utvikles av den enkelte medlemsorganisasjon overfor sin egen målgruppe. Likemannstiltakene vil derfor bli ulike organisasjonene imellom.

Dette heftet er utarbeidet etter at FFO gjennom flere år har gjennomført kurs i likemannsarbeid for representanter fra FFOs medlemsorganisasjoner. Heftet er ført i pennen av fagpolitisk konsulent i FFO, Eva Buschmann.

Et viktig utgangspunkt for FFOs arbeid med dette heftet har vært å gjennomgå det som finnes av materiell på likemannsområdet, og da særlig knyttet til begrepsforståelse og hvordan man rent praktisk kan etablere og drive likemannstiltak i organisasjonene.

Heftet viser at likemannsarbeidet som ide og virkemiddel kom som et resultat av arbeidet med Regjeringens handlingsplan for funksjonshemmede. Funksjonshemmedes organisasjoner har gjort likemannsarbeidet til sitt eget.

FFO har satt likemannsarbeidet på sin politiske dagsorden i møtet med myndighetene. Det har vært et tema gjennom de årlige kommentarene til statsbudsjettet, og vært tatt opp i møte med sosialkomiteen på Stortinget. Gjennom arbeidet med innspill til stortingsmeldingen om rehabilitering, viste FFO til at likemannsarbeidet også har en rehabiliterende effekt.

Oslo, 7. februar 2002

Liv Arum
generalsekretær

Innholdsfortegnelse

Forord	3
INNHOLDSFORTEGNELSE	4
DEL I	7
LIKEMANNSARBEID – ET TILTAK I OFFENTLIG POLITIKK	7
Hvordan oppfattes begrepet likemannsarbeid?	8
Statlig tilskuddsordning	8
Funksjonshemmedes egen kompetanse	9
Opplevelser, erfaringer og praktisk innsikt	9
Kompetanse om prosessen	9
En jevnbyrdig relasjon mellom likemenn	10
Likemannsarbeid som et tiltak i Regjeringens handlingsplan for funksjonshemmede	11
Evalueringsrapporter	11
Veileder om likemannsarbeid.....	11
Likemannsarbeidet forstått som en grunnleggende aktivitet i funksjonshemmedes organisasjoner	12
Økonomiske tilskudd har påvirkningskraft	13
De minste organisasjonene kom først i gang.....	13
Samsvar i erfaringer gir best likemannsopplevelse	13
Likemannstiltak er lite ressurskrevende økonomisk	14
Nytt tilskudd til likemannsarbeidet – knyttet til området yrkesrettet attføring og arbeid fra 1995	14
Ny veileder om likemannsarbeid for attføring og arbeid	15
Likemannsarbeidets funksjon.....	17
Krisehjelp og sorgbearbeiding	17
Lærings- og mestringsperspektiv	18
Erkjennelse og identitetsdanning.....	18
Nettverksarbeid	19
Livskvalitet.....	19
Rehabiliteringseffekt	19
Empowerment	20
DEL II	21
LIKEMANNSARBEID -BRUKERORGANISASJONENES TILBUD	21
Ulike former for likemannsarbeid – som et hus med mange rom	22
Samtalerommet	22
Informasjonsrommet	22
Rådgivningsrommet	23
Alt-mulig-rommet	23

Hvem kan være likemann?.....	24
Ingen formelle krav til kompetanse.....	24
Krav til å ha bearbeidet egne erfaringer	24
Evne til å lytte	25
Evne til å sette grenser	25
Konfidensialitet	25
Gode samarbeidsevner	25
Samme livssituasjon eller diagnose-likhet?.....	25
Rekruttering av likemenn	27
Rekruttering utenfra gjennom annonser	27
Rekruttering innenfra via igangsatte likemannstiltak.....	27
Annonsering gjennom interne publikasjoner og medlemsblad	27
Motivere gjennom tema på medlemsmøtene.....	28
 DEL III	 29
 LIKEMANNSARBEIDETS ORGANISERING OG ØKONOMI	 29
Likemannsarbeidet som organisasjonsutvikling	30
Rammebetingelser for å komme i gang med likemannsarbeid.....	30
Rekruttering av flere medlemmer.....	31
Opparbeide større kompetanse om medlemsgruppens situasjon og behov	32
Utvide organisasjonens tilbud til medlemmene	32
Hvordan komme i gang med likemannsarbeid?.....	34
Likemannsarbeidets organisering.....	34
Definere mål og virkemidler	35
Likemannsutvalg	35
Likemannskoordinator	35
Likemannskontakter	36
Besøktjeneste	36
Telefonkontakter	37
Administrasjon av likemannsarbeid	37
Videreutvikling av likemannsarbeidet	38
Opplæring av likemenn	38
Erfaringsutveksling mellom likemenn	39
Veiledning for likemenn.....	39
Likemannsmidlene.....	40
Søknad om likemannsmidler fra lokallag og fylkeslag sendes gjennom organisasjonens sentrale ledd som foretar prioritering	40
Hva skal søknaden inneholde?	41
Søknaden må inneholde budsjett og finansierings plan for hvert enkelt tiltak.....	42
Kombinasjon med andre tilskuddsordninger.....	42
Hvordan utvikle de gode tiltakene?.....	42
Søknad om likemannsmidler i forbindelse med arbeid og attføring.....	43
Flere organisasjoner kan gå sammen om likemannstiltak	43
Regnskap og rapportering	43
Referanser.....	45

Del I

Likemannsarbeid – et tiltak i offentlig politikk

Hvordan oppfattes begrepet likemannsarbeid?

Likemannsarbeid ble i veilederen fra sosial- og helsedepartementet i 1994: ”Å være i samme båt” definert slik: *Ei organisert samhandling mellom personer som opplever å være i samme båt, og hvor selve samhandlinga har som mål å være ei hjelp, støtte eller veiledning partene imellom. Ofte vil hjelpa gå fra en funksjonshemmet til en annen, men likemannsarbeidet kan også skje i grupper.* Denne definisjonen er beholdt i den reviderte utgaven som er ferdigstilt i 2001.

Rent språklig brukes likemann i betydningen en som er jevnbyrdig med, en som er like god som, eller en som har samme sosiale rang eller status som de(n) en blir sammenlignet med. Ut fra en slik definisjon kan likemannsarbeid forstås som det arbeid som skjer blant jevnbyrdige eller likeverdige. I etableringen av tilskuddsordningen ble likemannsarbeid framhevet som en virksomhet som hadde dette som fortrinn framfor det profesjonelt baserte arbeidet. Deltakerne har samme referansebakgrunn gjennom egenerfaring med funksjonshemming. Denne brukerkunnskapen vil profesjonelle ikke besitte.

Statlig tilskuddsordning

I starten er det mange organisasjoner som er i tvil om hva man kan legge inn i begrepet likemannsarbeid. Det er derfor, i motsetning til hva departementet opprinnelig hadde trodd, ikke et begrep som rent intuitivt blir forstått. Begrepet er knyttet til en tilskuddsordning som staten har etablert, og som funksjonshemmedes organisasjoner kan søke om midler fra. Det er avgjørende for å få slikt tilskudd at organisasjonene har en forståelse av hvordan likemannsarbeidet defineres.

Mange organisasjoner har derfor grepet arbeidet fatt gjennom å sette i gang opplæringstiltak. Slik kan organisasjonene bidra til å tydeliggjøre forståelsen av hva likemannsarbeid er innad i egen organisasjon. Organisasjonenes søknader og tiltak som er satt i verk, har gjennom årene virket tilbake på begrepsforståelsen, og slik bidratt til utviklingen av likemannsarbeid som virksomhetsområde.

Etter hvert som organisasjonene har skaffet seg erfaring med likemannsarbeid, har likemannsbegrepet fått fotfeste. I evalueringsrapporten fra 1998: ”Støtte blant sine egne” går det fram at organisasjonene på det tidspunkt ikke lenger oppfattet likemannsbegrepet som vagt, i betydningen tomt for innhold, men som et vidt begrep som kunne romme mange former for tiltak og aktiviteter. I evalueringsrapporten oppsummeres likemannsarbeidets sentrale ingredienser ”*som et arbeid og et tilbud hvor funksjonshemmede støtter og hjelper hverandre, hvor de utveksler erfaringer, og gir hverandre råd i forhold til spørsmål som ikke krever en profesjonell bakgrunn.*” Og videre forstås likemannen som: ”*en person som har bearbeida og utvikla en positiv distanse til egen sjukdom.*”

Funksjonshemmedes egen kompetanse

Likemannsarbeid er en virksomhet som har sin base i funksjonshemmedes organisasjoner. Funksjonshemmede viser på denne arenaen at personer med funksjonssvikt ikke nødvendigvis står i et ensidig avhengighetsforhold til sine omgivelser. Tvert imot demonstreres gjennom likemannsarbeidet at det finnes mange personer, til tross for alvorlig funksjonssvikt, som er ressurssterke mennesker med overskudd og engasjement for andre. Det viser seg dessuten at mange har en unik kompetanse som andre kan dra nytte av. Gjennom å stille egenerfaringen til rådighet for andre, vinner likemannen også ny innsikt. Etter hvert kan disse erfaringene nyttes i organisasjonenes likemannstiltak.

Opplevelser, erfaringer og praktisk innsikt

Likemannsarbeid i funksjonshemmedes organisasjoner illustrerer det relasjonelle i funksjonshemmet-begrepet. I noen sammenhenger trenger personer med funksjonssvikt betydelig grad av tilrettelegging i form av hjelpemidler, assistanse til å utføre personlige gjøremål, tilpasset arbeid eller avanserte former for medisinsk behandling. Når disse personene søker om støtte til for eksempel tekniske hjelpemidler, vil de bli oppfattet som hjelpetrengende. I likemannsarbeidet fremstår de samme personene som overskuddsmennesker som kan hjelpe og støtte andre.

Kompetanse om prosessen

Hjelpen og støtten man kan få gjennom likemannstiltak handler om systematiserte og bearbejdede erfaringer andre har gjort seg i lignende situasjoner. Det betyr ikke at likemannsarbeidet formidler løsninger på problemer. Først og fremst handler likemannsarbeidet om å dele opplevelser, erfaringer og praktisk innsikt som er ervervet under veis.

En jevnbyrdig relasjon mellom likemenn

Å være noen sin likemann, vil altså si å være en person som befinner seg på like fot med den andre. Likemannsarbeid forutsetter at det er en jevnbyrdig relasjon. Intensjonen med likemannsarbeidet er ikke at likemannen skal øve noen form for innflytelse over den andre, eller kunne påvirke i en bestemt retning. Likemannen må være bevisst på at det som var egne løsninger ikke alltid er funksjonelle for andre.

Det er framhevet at den som skal være likemann bør ha en lengre og mer bearbeidet erfaring. Vi forstår det slik at den som skal kunne være noe for andre, trenger å stå støtt i sin egen virkelighet. Det er rett og slett vanskelig å ha overskudd til å gi av egen erfaring når en nettopp har fått en funksjonshemming eller sykdomsdiagnose. Hvor lang tid som trengs for å få grep om egen situasjon er helt individuelt.

Likemannsarbeid som et tiltak i Regjeringens handlingsplan for funksjonshemmede

Begrepet likemannsarbeid ble tatt i bruk i Regjeringens handlingsplan for funksjonshemmede 1990-93. Det ble i statsbudsjettet for 1990 bevilget 5 mill kroner til dette arbeidet. I handlingsplanen er det ikke gitt noen definisjoner av hva likemannsarbeidet er.

Helsedirektoratet sendte et brev til organisasjonene 1. juni 1990. Her gjøres organisasjonene oppmerksomme på muligheten til å søke om tilskudd til likemannsarbeid. I brevet ble likemannsarbeid definert som hjelp og rådgivning mellom likemenn, det vil si personer som er "i samme båt" og som ikke er profesjonelle rådgivere med formell og teoretisk utdanning for oppgaven. I brevet heter det videre at det i praksis kan være den erfarne likemann som trår til i den første krisen, når et problem oppstår eller en funksjonshemming blir diagnostisert. Hjelpen består i å gi opplysninger, støtte til å takle en ny situasjon, og forberede den syke/funksjonshemmede på å møte nye og ukjente utfordringer. ("Å være i samme båt...", s 7).

Evalueringsrapporter

Ordningen med statlig støtte til organisasjonenes likemannsarbeid var i starten en prøveordning, som skulle evalueres. Det forelå to evalueringsrapporter før ordningen i 1998 ble gjort permanent. Den første "Den vet best hvor skoen trykker..." fra 1993 er en evaluering av organisasjonenes likemannsarbeid i perioden 1990-92. Deretter fulgte en brukerstudie i 1994 "Mangfold og muligheter", som er basert på en spørreundersøkelse av 2.444 medlemmer i til sammen 44 organisasjoner, samt intervju med 55 medlemmer i ni organisasjoner.

Veileder om likemannsarbeid

Et resultat av evalueringen var at Sosial- og helsedepartementet fikk utarbeidet en veileder om likemannsarbeid, kalt "Å være i samme båt" i 1994. Det er i 2001 ferdigstilt en oppfølger til

denne første veilederen. Denne finnes i nettversjon på www.odin.no.

I den første evalueringsrapporten omtales likemannsarbeid som et uklart begrep. Fra departementets side ble begrepet oppfattet som selvforklarende, og man hadde ikke tenkt på at det krevde en nærmere avgrensing. I utlysningsteksten for tilskuddsordningen vises det til noen eksempler, mens det understrekes at dette er eksempler som ikke er ment å skulle virke avgrensende. Likemannsarbeid kan derfor oppfattes som et dynamisk begrep. I en slik forståelse kan tiltakene gis forskjellig innretning, mellom de ulike organisasjonene og over tid.

Likemannsarbeid representerer tiltak som springer ut av brukernes erfaringer med å leve med en funksjonshemming eller kronisk sykdom. Likemannsarbeid rettes også inn mot pårørendegruppen.

Likemannsarbeidet forstått som en grunnleggende aktivitet i funksjonshemmedes organisasjoner

For organisasjonene kan et romslig likemannsbegrep være en utfordring. Det blir vanskelig å se hvor grensene går for hvilke tiltak man kan sette i gang. ”Handler dette om det arbeidet vi allerede gjør og alltid har gjort?”, er et spørsmål mange har stilt. Og i en viss grad gjør det nok det. Mest grunnleggende handler likemannsarbeidet om å møte andre i samme situasjon.

Det framheves gjerne at likemannsarbeidet er en *organisert samhandling*. Det er ikke det som skjer tilfeldig eller som en tilfeldig bieffekt av annen type virksomhet organisasjonene driver. ”*Det avgjørende er at likemannsarbeidet er kommet utover det ad-hoc pregede sosiale samværet, at det er å forstå som et tilbud om hjelp og veiledning til organisasjonenes medlemmer.*” (”Den som har skoen på...”, s 6).

Likemannsarbeid bygges gjerne på de erfaringer og de tradisjoner organisasjonene allerede har. Det er viktig for at likemannstiltakene skal få en naturlig plass i organisasjonenes totale virksomhet.

I evalueringsrapporten ”Den vet best hvor skoen trykker..” heter det på s. 5:

”Grenseoppgangen mellom likemannsarbeid og mer generelle organisasjonsoppgaver kan være vanskelig å trekke. Selvhjelpsgrupper, samtalegrupper, råd og veiledning, telefonkontakt og besøkstjenester er aktiviteter som lett kan forstås og defineres som likemannsarbeid. Men det vil også

være tale om mer utradisjonelle tiltak. Ei joggegruppe kan for eksempel være en del av organisasjonens likemannsarbeid, når trening og fysisk aktivitet er helt avgjørende for at den funksjonshemmede skal fungere i hverdagen. Kanskje et felles bakekurs er det som er riktig å sette i gang? Det kan det være når det er tale om mennesker som trenger glutenfri kost.”

Økonomiske tilskudd har påvirkningskraft

Det er altså ikke uttrykt tydelig i handlingsplanen hva som opprinnelig var intensjonen med ordningen og tilskuddet, sett fra myndighetenes side. Evalueringen gir imidlertid noe utfyllende svar på dette, ut fra intervju med sentrale personer i helse- og sosialdepartementet. Det framkommer at ”intensjonen var å styrke organisasjonenes aktivitet og deres konkrete tilbud overfor medlemmene.” (”Den som har skoen på...”, s 6) Det går videre fram at departementet var bevisst på at denne tilskuddsordningen ikke skulle gå til å styrke administrasjonen i organisasjonene.

De minste organisasjonene kom først i gang

I den første evalueringen gikk det fram at de store organisasjonene viste størst treghet i forhold til å komme i gang med likemannsarbeid. Det er også de organisasjonene som har størst avstand til sine medlemmer. Denne avstanden fra topp til bunn i organisasjonen trekkes i evalueringsrapporten fram som en forklaring på at de mindre organisasjonene var først ute.

Likemannsarbeidet er aktiviteter som må forankres hos brukerne eller medlemmene. Det gir de mindre organisasjonene like store forutsetninger for å komme i gang med gode tiltak som de større og mer ressurssterke. Kanskje til og med større, fordi det er kortere vei fra besluttende organ til det enkelte medlem.

En del av de større organisasjonene med videre målgrupper, og som omfatter mange og ulike diagnoser, har hatt behov for lenger tid på å utvikle egne likemannstiltak.

Samsvar i erfaringer gir best likemannsopplevelse

Det at de mindre organisasjonene har en veldefinert og avgrenset målgruppe med en spesifikk diagnose eller funksjonshemning er også en faktor som gjør det enklere å komme i gang med gode likemannstiltak. Det er opplevelsen av å være i samme båt som er utgangspunktet for likemannsarbeidet. Med andre ord den umiddelbare gjenkjennelsen av typiske erfaringer som har en følelsesmessig betydning.

Det betyr ikke at de ulike brukerne har taklet utfordringene på samme måte. Det at mestringsstrategien har vært ulik, gjør at deltakerne har noe å gi hverandre i prosessen videre.

Likemannstiltak er lite ressurskrevende økonomisk

Likemannsarbeidet viser seg å ikke være økonomisk ressurskrevende aktiviteter i seg selv. Det handler om kostnader til lokalleie, telefon, reise, annonsering, porto og noen enkle foldere for å spre informasjon. Organisasjoner med begrensede økonomiske ressurser kan altså sette i gang gode likemannstiltak.

Et annet forhold som gir muligheter også til de mindre organisasjonene, er at disse tiltakene kan utvikles gjennom å starte i det små. Tiltakene kan fullfinansieres gjennom tilskuddet, slik at det ikke kreves noen investering fra organisasjonens side for å komme i gang.

Nytt tilskudd til likemannsarbeidet – knyttet til området yrkesrettet attføring og arbeid fra 1995

I Velferdsmeldingen (St meld nr 35(1994-95)) ble likemannsarbeidet knyttet til området yrkesrettet attføring og arbeid. I meldingen heter det: *”Funksjonshemmedes organisasjoner stimuleres til å utvikle kurstilbud som kan fremme yrkesaktivitet blant sterkt funksjonshemmede og til å benytte ”likemannsordningen” (hvor funksjonshemmede støtter hverandre) i forhold til yrkesrettet attføring og yrkesdeltakelse.(s. 24).* Igjen ser vi at det er ikke funksjonshemmedes organisasjoner som driver fram disse tiltakene, det skjer etter initiativ fra myndighetene.

FFO problematiserte dette i sitt arbeid med statsbudsjettet for 1997, jfr St prp nr 1(1996-97). Her uttaler FFO i ”FFOs statsbudsjettsammendrag 1997”:

”Veldefinerte prosjektmidler styrer organisasjonenes aktiviteter vekk fra den opprinnelige likemannsvirksomheten, som er den sentrale aktiviteten i funksjonshemmedes organisasjoner, og over mot ren tilbydervirksomhet for å utføre statlige oppgaver i organisasjonenes regi. Det kritiske i situasjonen for de fleste av funksjonshemmedes organisasjoner er at de på grunn av lave driftstilskudd ikke har et praktisk driftsgrunnlag til å sette i gang prosjektarbeid på ulike områder.”

FFO sier videre om samme tema: ”*FFO mener det er grunn til å reise spørsmål om riktigheten av at funksjonshemmedes organisasjoner skal bli en ny aktør på attføringssektoren.*”

Ny veileder om likemannsarbeid for attføring og arbeid

I 1999 utgav Sosial- og helsedepartementet en ny veileder om likemannsarbeid knyttet til området yrkesrettet attføring og arbeid. I forordet sier de at: ”*Dette er en forholdsvis ny form for likemannsarbeid*”, som begrunnelse for veilederen. Videre sier de om denne formen for likemannsarbeid: ”*Likemannsarbeid i forhold til attføring og arbeid, bygger på de samme prinsipper og tankegang, men mens det ordinære likemannsarbeidet har en psykososial funksjon, er dette mer spesifikt i sitt mål.*” (Vi kan det vi vil, 1999).

Det overordnede målet med denne formen for likemannsarbeid er å fremme funksjonshemmedes deltakelse på arbeidsmarkedet. Tankegangen er at det finnes en rekke barrierer, både av praktisk, psykologisk og sosial art, som stenger funksjonshemmede ute fra denne delen av samfunnslivet.

Funksjonshemmedes organisasjoner har arbeid for funksjonshemmede som en av de aller viktigste interessepolitiske sakene. Organisasjonene har derfor lang erfaring med temaer knyttet til arbeidsliv og attføring, uten at dette har blitt definert under rammen likemannsarbeid. Noen organisasjoner tar opp disse temaene på informasjonskurs eller møtevirksomhet i lokallagene. Andre igjen har egne ansatte som kan gi hjelp og service til medlemmene, og informere om rettighetene.

Når arbeid og attføring knyttes til likemannsarbeid, er det på samme måte som for det allmenne likemannsarbeidet, et variert spekter av tiltak som etableres. I veilederen gis eksempler på noen tiltak organisasjonene har satt i gang. For eksempel en ordning med fullmektig som kan følge brukeren til møter med attføringstjenesten, kurs- og samlinger for å motivere til å ta fatt på et utdanningsløp eller forsøke seg i arbeidslivet på nytt, jobbsøkerkurs og diskusjonsgrupper der en blant annet kan diskutere hvordan en kan svare på spørsmål om helse eller funksjonshemming i et jobbintervju.

Også når det gjelder denne formen for likemannsarbeid, har departementet latt være å sette opp klare grenser for hvilke tiltak som kan få støtte. Det er derfor opp til organisasjonene å begrunne hvorfor tiltakene det søkes støtte til bør innvilges tilskudd. Eller som det står i veilederen: ”*Likemannsarbeid er*

prosessarbeid som kaller på romslighet og kreativitet, og bør ikke låses i faste former.”

Likemannsarbeidets funksjon

Likemannsarbeidet er forbundet med å bearbeide følelsesmessig vanskelige situasjoner knyttet til det å få eller ha en funksjonssvikt. Ved å sette ord på følelsene, bearbeides egne erfaringer. Dette er kjerneinnholdet i likemannsarbeidet. Men likemannsarbeidet handler også om de rent praktiske grep i hverdagen som kan gjøre situasjonen lettere. Slike praktiske grep kan dreie seg om konkret informasjon om hvor en kan finne hjelp, eller svar på spørsmål det erfaringsmessig er mange som stiller i tilsvarende situasjon. Likemannsarbeidet fungerer på ulikt vis for ulike grupper.

Likemannsarbeidet har altså i seg mange elementer, og noen av disse elementene kjenner vi igjen under andre begreper. En del begrep er hentet fra den profesjonelle hjelperollen, men vi tar dem med her for å ytterligere illustrere hva likemannsarbeidet handler om.

Det må sterkt understrekes at likemannsarbeidet ikke er ment å skulle strekke seg etter en profesjonalisert form for hjelp. Likemannsarbeidet er hverdagskompetanse, ikke den profesjonelle kompetansen. I hverdagskompetansen ligger likemannsarbeidets styrke. Når vi bruker ord og begreper fra den profesjonelle virksomheten, illustrerer det at vi mangler ord for å beskrive hverdagskompetansen godt nok.

Krisehjelp og sorgbearbeiding

Å få et funksjonshemmet barn, eller selv oppleve funksjonssvikt eller kronisk sykdom kan forstås som en livskrise. Dette er bare et av flere perspektiv på hvordan vi kan betrakte likemannsarbeidets funksjon. En forståelse av kriseforløp, er at det er ulike stadier man beveger seg gjennom. Kriseteorien har som utgangspunkt at det er nødvendig å passere disse ulike stadiene for å bearbeide de følelsesmessige reaksjonene og komme styrket gjennom prosessen. Ut fra dette perspektivet kan man forstå de sterke følelsesmessige reaksjonene mennesker med funksjonshemning og deres pårørende opplever. Reaksjonsmønstrene blir gjenkjennbare, og de har også en nyttig funksjon ifølge kriseteorien.

Det er store individuelle forskjeller i et kriseforløp og hvor lang tid prosessen tar. Etter hvert har det også blitt stilt spørsmål ved påstanden om at alle må gjennom de ulike krisefasene for å ha bearbeidet opplevelsen. Det ser ut til at noen på et vis hopper over et eller flere stadier. En annen del av kritikken er reist mot

den lineære forløpstenkningen, altså at man har et startpunkt og derfra vandrer videre gjennom ulike poster til man til slutt befinner seg ute av kriseområdet. Den andre formen for kritikk er basert på at kriseperspektivet er for problemorientert. I stedet for å se på hvilke ressurser og muligheter en person har, blir man opptatt av å se tilbake på krisen eller problemet.

Lærings- og mestringperspektiv

Et annet perspektiv er mestring, som mange av organisasjonene har vært opptatt av gjennom initiativ for å etablere lærings- og mestringssenter ved sykehusene.

Gjennom å fokusere på hva som gjør at noen klarer seg bra, kan man få tak på hvilke betingelser som må være til stede for å mestre problemer. Og ved å se på hvordan disse betingelsene virker inn på hverandre, kan man få en dypere forståelse for hva man kan gjøre for å hjelpe. Mestringperspektivet settes opp som motsatsen mot sykdomsperspektivet. En kritisk innvending mot å ta i bruk mestring som begrep, er at en blir opptatt av det vellykkede individ – en ”vinner”. Det er tvert i mot snakk om å legge til rette for å stimulere individenes egne krefter og ressurser.

Lærings- og mestringssenter ved sykehusene retter seg mot mennesker med kronisk sykdom. I slike senter er det ofte et sterkt innslag av likemannsarbeid. For å få mest mulig kontroll over eget liv som kronisk syk, er det nødvendig å lære om sykdommen og egenbehandling. For mange er det også aktuelt å lære om hvilke forebyggende tiltak en selv kan bidra med for å forhindre at tilstanden forverrer seg.

Rene informasjonstiltak har vist seg å være utilstrekkelig. Det er nødvendig å legge til rette for at brukeren kan bearbeide informasjonen, sammenholde ny kunnskap med egne erfaringer og anvende kunnskapen i hverdagen. Først da har det skjedd en læring. Når man fra helsetjenestens side skal legge til rette for en slik læringsprosess har det vist seg å være nødvendig å basere seg på brukernes egenerfaringer. Helsepersonellens perspektiv er med andre ord utilstrekkelig i pasientopplæring. På denne måten kan vi si at likemannsarbeid kan styrke eller spille på lag med den profesjonelle innsatsen.

Erkjennelse og identitetsdanning

Det å kunne møte andre i samme situasjon som en selv er viktig for å kunne bygge identitet og et positivt og sterkt selvbilde. En person som blir rammet av sykdom eller funksjonshemming kan oppleve det slik at plattformen rives vekk. Det kan være at vedkommende må slutte i jobben på grunn av at hjertet ikke

tåler fysisk slit eller stressende arbeidsmiljø, at en må lære å fungere i hverdagen på en ny måte etter et slagtilfelle eller at kroppen forandres som følge av en ulykke. Slike hendelser kan sette selvbildet på spill: Hvem er jeg nå?

Det kan handle om å finne seg en ny jobb, lære nye måter å mestre hverdagen på, akseptere at selv om kroppen er dramatisk forandret så er personligheten like tilstedeværende som før.

Slike prosesser er krevende. Det å møte andre som har vært i en slik situasjon kan hjelpe, fordi den andre intuitivt kjenner seg igjen. Fagpersonen har ikke nødvendigvis denne erfaringen på kroppen, mens en likemann lett kan kjenne igjen følelser og opplevelser. ”Ja, slik hadde jeg det også en periode”, kan vedkommende si. Lettelsen over å oppleve at ”det er ikke bare meg som har det slik” kan oppleves som en byrde som tas vekk. Det ser ut til å være et grunnleggende menneskelig behov å kunne kjenne seg igjen i andre menneskers erfaringer.

Nettverksarbeid

Mange som rammes av kronisk sykdom opplever at det sosiale nettverket skrumper inn. I en bok av Live Fyrand, ”Sosialt nettverk” fra 1994, behandles temaet grundig, og sees blant annet i forhold til selvhjelpsarbeid. En effekt av selvhjelpsgrupper er utvidelsen av nettverket. En treffer andre som en etablerer kontakt med også utenom de formaliserte gruppemøtene. Likemannsarbeid kan også ha en slik funksjon for de som deltar.

Livskvalitet

Det å ha en kronisk sykdom eller en funksjonshemning er noe man må leve med resten av livet. Målet er ikke å bli frisk, men å kunne leve et godt liv til tross for funksjonssvikt. I likemannsarbeidet kan man treffe mange mennesker som har innrettet seg på ulike måter, og derigjennom kan en selv få øye på muligheter som en umiddelbart ikke så.

Rehabiliteringseffekt

Innledningsvis sa vi at likemannsarbeid kan ha en rehabiliterende effekt. Tiltakene mange organisasjoner driver i sitt likemannsarbeid kan støtte brukerens rehabiliteringsprosess. Samtalegrupper, matlagingskurs og trimgrupper kan ha en slik effekt, selv om hensikten med tiltaket ikke er rehabilitering.

Empowerment

Det engelske begrepet "empowerment" er oversatt med bemyndigelse, og er nært knyttet til makt og maktesløshet (power=makt). Det er vanskelig å finne noe godt og dekkende norsk ord for det engelske begrepet "empowerment". Begrepet har i norsk sammenheng vært brukt i arbeidet med å styrke og videreutvikle brukerorganisasjoner innen psykisk helse området. Vi har også sett at det har vært anvendt i en utredning om folkehelsearbeid.

Det at grupper av mennesker går sammen og etablerer egne støtte- og interesseorganisasjoner har vært sett på som et av mange tiltak som kan ha en "empowerment"-effekt. I USA har begrepet blant annet vært brukt i forbindelse med sosialt arbeid rettet mot etniske minoriteter og andre sosialt stigmatiserte grupper.

Ved at slike grupper organiserer seg kan de etablere støttesystemer for enkeltmennesker, så vel som for gruppen som helhet. Man kan også bruke begrepet i en mer individuell sammenheng, for eksempel knyttet opp mot det nye pasientbegrepet. I stedet for pasientrollen der brukeren har lite kunnskaper og er lite opptatt av medbestemmelse, har vi fått en pasientrolle som krever aktiv medvirkning og der mange etter hvert har ervervet seg betydelige kunnskaper om egen tilstand.

Likemannsarbeidet som handler som å organisere grupper, og å legge til rette for å lære mer om egen tilstand og rettigheter kan ha en "empowerment"-effekt.

Del II

Likemannsarbeid - brukerorganisasjonenes tilbud

Ulike former for likemannsarbeid – som et hus med mange rom

I ”Støtte blant sine egne” (1998) framstilles variasjonene i likemannsarbeidet som et hus med mange rom: Samtalerommet, informasjonsrommet, rådgivningsrommet og alt-mulig-rommet.

Samtalerommet

Den mellommenneskelige dimensjon i likemannsarbeidet er svært viktig. Møtet mellom mennesker som er i samme situasjon er utgangspunktet for denne formen for likemannsarbeid. Det kan være besøkstjeneste, samtalegrupper, likemannskontakt som medlemmene kan henvende seg til, telefontjeneste, samtale på Internett.

Sentralt innhold i denne formen for likemannsarbeid er det å kjenne seg igjen i de andres historier, det å bli forstått på en naturlig og intuitiv måte, det å kjenne lettelse over ikke å være alene, det å kunne uttrykke følelser som er skremmende og sterke – altså sorg, sinne, savn, skuffelse.

Informasjonsrommet

I denne delen av likemannsarbeidet er det utveksling av erfaringer som er det vesentligste, altså praktiske råd og tips, samt veiledning om hvordan man kan innrette seg. Informasjonen er gjerne basert på faglige instanser, altså mer faktainformasjon.

Informasjon kan handle om hvordan man anvender hjelpemidler for å få best mulig effekt av dem, hvordan man kan tilpasse boligen til en bestemt funksjonshemning, produktinformasjon om matvarer, rengjøringsmidler, klær etc.

Det er likevel viktig å understreke at denne type informasjon ofte vil følges av en samtale om hvilke livsbetingelser vedkommende har. Bekymringen knyttet til hvordan foreldre kan tilrettelegge for et barn med allergier kan strekke seg over et vidt spekter. Samtalen kan starte med hvordan boligen best kan saneres for allergiframkallende stoffer, og ende opp med hvordan barnet kan delta i aktiviteter sammen med andre barn uten at foreldrene overbeskytter barnet. Det å snakke med andre som har lignende erfaring kan oppleves som svært meningsfylt på mange plan. Å oppdage at den andre forstår hvordan det oppleves kan kjennes som en enorm lettelse, og vil for mange være av avgjørende betydning. Andre vil ha mer bruk for å

motta en nyttig opplysning om hvor et bestemt produkt kan bestilles.

Rådgivningsrommet

Det er sjelden en bestemt diagnose utløser bestemte rettigheter. Det er derfor ofte en lang vei å gå når man skal samle inn aktuell informasjon om hvordan sykdommen eller funksjonshemningen kan håndteres i hverdagen. Denne hverdagskunnskapen er av stor betydning for de som kommer etter i løypa, og dette er ofte utgangspunktet for å etablere en slik tjeneste. Det er funksjonsnedsettelsen som utløser rettigheter, og det er mange forhold som skal tas i betraktning. Det kan ta svært lang tid å formulere alle viktige spørsmål selv. Rådgivning av typen ”ofte stilte spørsmål”, kan sette en på sporet av problemstillinger som en selv bare aner, men enda ikke har klart å formulere som et konkret spørsmål. Det å snakke med en som har vært igjennom en erkjennelsesprosess etter at sykdom eller funksjonshemning oppstod, kan også åpne mange nye dører.

Rådgivning kan bestå i samtale om hvordan en kan innrette seg i forhold til en situasjon der en står overfor et atferingsløp. Det kan dreie seg om hjelp til å klargjøre hvilke valg en står overfor. Det kan være konkret hjelp ved at en får med seg en representant til trygdekontoret når en skal søke om grunnstønad eller andre former for trygdeytelser, eller det kan bestå i avklaring av bestemte rettigheter.

Alt-mulig-rommet

Dette er en samlebetegnelse, som dreier seg om tiltak som har mange deler i seg. Det kan være trimgrupper, der samtalen etter trimmen er like viktig som selv treningen. Det kan være kurs i matlaging eller turgåing. Samtalen, det mellommenneskelige som skjer i samhandlingen er viktig i alle disse formene for likemannsarbeid.

I forbindelse med fordelingsnemndas vedtak om ytelse av tilskudd til søknader for 2001, er det uttalt at disse tiltakene er i grenseland for hva det kan ytes tilskudd til. En del organisasjoner har derfor fått avslag på søknaden sin for dette året, selv om de tidligere har fått tilskudd til samme tiltak. Det er derfor viktig at organisasjonene er tydelige i sine søknader når likemannstiltakene skal beskrives.

Hvem kan være likemann?

Likemannen er definert som: *En av dem som inngår i samhandlinga (likemannsarbeidet) har ei lengre og mer bearbeida erfaring enn de øvrige.*

Ingen formelle krav til kompetanse

Det finnes ingen formelle krav til likemannen. Vurderingen av hvem som er egnet til å være likemann blir derfor til sjuende og sist en vurdering den enkelte likemann gjør i samråd med sin egen organisasjon.

Det nærmeste vi kommer til formelle krav til likemenn, er at de må ha medlemskap i den organisasjonen som står for likemannstiltakene. Vi forutsetter også at de skal ha godt kjennskap til virksomheten for øvrig i organisasjonen.

Krav til å ha bearbeidet egne erfaringer

Som det framgår av definisjonen forutsettes det at den som skal være likemann har fått bearbeidet sitt forhold til egen sykdom eller funksjonshemning. Likemannen skal ikke bruke likemannsarbeidet til å snakke om sine egne følelser eller opplevelser, likemannen skal være til hjelp for andre i deres egen bearbeidingsprosess.

Likevel, det er jo nettopp egen erfaringsbakgrunn som er utgangspunktet for likemannsarbeid. Mange finner dette motstridende, og synes det er vanskelig å forholde seg til. I praksis kan den som vurderer å være likemann forsøke å stille seg selv spørsmålet: Hva er det som gjør at jeg kan tenke meg å være likemann? Det viktigste er å ha et reflektert forhold til de erfaringene en selv sitter med. Egne erfaringer kan være en klangbunn for å komme i kontakt med andre, men må for all del ikke framstilles som noe mønster for de andre.

Å ha bearbeidet sine egne følelsesmessige opplevelser kan ta lang tid, eller kortere tid. Det kommer an på tidligere erfaringer, personlige egenskaper og livssituasjon for øvrig. Det er derfor ikke mulig å angi et bestemt tidsrom som skal ha gått fra vedkommende for eksempel fikk en diagnose til vedkommende skal kunne stille som likemann.

Evne til å lytte

En god rettesnor kan være at likemannen må være minst like flink til å lytte som til å snakke selv. En annen god egenskap hos likemannen er evnen til å skape kontakt med andre på en naturlig måte. Det bør dermed være en person som er utadvendt og som kan ta initiativ selv. Likemennene kommer opp i mange situasjoner som vil være nye og ukjente, og da gjelder det å kunne handle der og da.

Evne til å sette grenser

Likemannen må være trygg på seg selv, og kunne sette grenser. Det er ikke noe krav at den som er likemann skal strekke seg etter andres krav. En grenseløst snill og oppofrende person har lett for å brenne seg ut. Det kan mange ganger være like nødvendig å ha evne til å si ”nei, dette kan jeg ikke hjelpe deg med” som å si ”jeg skal forsøke å hjelpe deg”.

Konfidensialitet

Likemannen må vise seg å være tilliten verdig ved å overholde krav til konfidensialitet. Mange organisasjoner har etablert et eget skjema, en taushetserklæring, som alle likemenn må undertegne. En slik taushetserklæring har ingen juridisk status, slik som taushetsplikten som er pålagt helsepersonell. Brudd på likemannens taushetsplikt kan derfor ikke rettsforfølges. Taushetserklæringen i likemannsarbeidet, muntlig eller skriftlig, er en markering av en holdning fra organisasjonens side. Brudd på taushetsplikten ikke vil bli akseptert av organisasjonen.

Gode samarbeidsevner

De som skal være likemenn må forholde seg til de rammer organisasjonen har lagt for virksomheten. Det gjelder både i forhold til aktiviteter som settes i gang, økonomiske rammer og beslutningsprosesser i organisasjonen. Det er derfor viktig at de som skal være likemenn har forståelse for nødvendigheten av å samarbeide med andre og kunne tilpasse seg organisasjonens virksomhet for øvrig.

Samme livssituasjon eller diagnose-likhet?

Et spørsmål som mange stiller er om for eksempel en som har en trafikkskade kan være likemann for en som har en muskelsykdom. Begge kan være avhengig av rullestol, men er det nok som felles referansepunkt for at den ene er likemann i forhold til den andre? Et annet eksempel kan være gruppen ungdom som er i en attføringssituasjon? Er det ønskelig eller

hensiktsmessig å etablere en likemannsgruppe på et slikt grunnlag?

Dette har ikke vi noe ferdig eller entydig svar på, men vi synes det er viktig å reise problemstillingen for refleksjon i organisasjonene. Vi gjør imidlertid oppmerksom på at fra fordelingsnemndas side er det uttrykt at man forutsetter en viss diagnose-likhet, når eventuelle søknader skal vurderes.

Rekruttering av likemenn

Likemanskompetansen syntes å spenne fra det å være lyttende medmenneske til det å ha kunnskap om det byråkratiske systemet som mange medlemmer opplevde som vanskelig å håndtere. Hovedvekta ble dog lagt på arbeidets mellommenneskelige dimensjon.(s 10, Støtte blant sine egne...)

Hvor finnes disse likemenn? Når tiltakene først er kommet i gang, er likemannstiltakene kanskje den beste rekrutteringskilden for nye likemenn.

Rekruttering utenfra gjennom annonser

Organisasjonene kan også bruke mer utradisjonelle metoder for å rekruttere, for eksempel annonsering i lokalavisen. I så fall blir det nødvendig å tenke gjennom hvordan man skal kunne tilby opplæring om organisasjonens arbeid, slik at de nye får et personlig forhold til den organisasjonen de skal representere som likemenn.

Rekruttering innenfra via igangsatte likemannstiltak

En mer vanlig metode er å arrangere kurs for likemenn, og så i neste runde rekruttere likemenn blant disse kursdeltakerne. Av et kurs på ca 20-25 deltakere er det ikke sikkert man finner mer enn 5 som er villig til å være aktive likemenn. Det kan likevel være en god investering, fordi det slik blir flere i organisasjonen som har fått kunnskap om likemannsarbeidet og som kan spre informasjonen videre. Noen kan kanskje også være interessert i å være med på å administrere likemannsarbeidet, selv om vedkommende ikke har lyst til å være aktiv som likemann. Andre kan komme tilbake om noen år og da være villig til å påta seg likemannsoppgaver.

Annonsering gjennom interne publikasjoner og medlemsblad

En annen vanlig rekrutteringsmetode er gjennom medlemsblad eller brosjyrer. En kort omtale av likemannsaktivitetene som er planlagt, etterfulgt av anmodning om at interesserte som kan tenke seg å være likemenn tar kontakt via telefon eller brev. Et tips kan jo da være å be vedkommende si noe om hvorfor vedkommende kan tenke seg dette oppdraget, og/eller hva som gjør at hun eller han er egnet for oppgaven. Dermed signaliserer organisasjonen tydelig at det er ikke gitt at alle som melder seg

vil få likemannsoppgaver. Det kan selvsagt skremme noen fra å melde seg. Hvordan man formulerer seg må derfor vurderes.

Motivere gjennom tema på medlemsmøtene

På samme måte som for rekruttering til andre oppgaver i organisasjonen, kan man dessuten ta opp saken i medlemsmøter, eller andre kurs- eller møtesammenhenger. Også her gjelder at man tenker gjennom om det skal foretas en vurdering av de som melder seg, og i så fall hvordan det skal gjøres.

Del III

Likemannsarbeidets organisering og økonomi

Likemannsarbeidet som organisasjonsutvikling

Likemannsarbeid er definert som en organisert aktivitet. For å få offentlig tilskudd til likemannsarbeidet må virksomheten knyttes til en organisasjon. Vi har tidligere framhevet betydningen av at likemannsarbeidet fungerer som en integrert del av organisasjonens virksomhet.

Oppstart av likemannstiltak må behandles organisatorisk, slik et hvert tiltak i organisasjonenes regi krever.

Likemannsarbeid som et nytt aktivitetsområde i en organisasjon kan fundamentalt sett oppfattes på to helt ulike måter. På den ene siden kan man oppfatte at dette vil fortrenge andre virksomhetsområder i organisasjonen. Eller så kan man oppfatte likemannsarbeid som en måte å utvikle organisasjonen på.

Vi har sett at likemannsarbeid i de fleste organisasjonene umiddelbart oppfattes som kjent. Selv om arbeidet ikke har vært organisatorisk adskilt fra andre typer virksomhet, vil de fleste organisasjonene ha i seg elementer av det vi i dag kaller likemannsarbeid.

Rammebetingelser for å komme i gang med likemannsarbeid

Kulturelt ligger det derfor godt til rette for at organisasjonene kan sette i gang likemannstiltak. Det har sannsynligvis vært en viktig suksessfaktor for likemannsarbeidets utbredelse i organisasjonene.

Økonomiske ressurser er en viktig rammebetingelse, og vil sette grenser for hva man kan starte av aktiviteter. Den statlige tilskuddsordningen gjør det mulig å etablere nye former for tiltak i organisasjonene. I praksis erfarer man imidlertid at nye aktiviteter trenger oppfølging. Administrative rutiner må bygges i den enkelte organisasjon, og tilpasses de rapporterings- og regnskapskrav tilskuddsyter setter. Tilskuddsordningen gir derfor mulighet til å anvende noe midler til å dekke administrative kostnader.

Menneskelige ressurser er en annen rammefaktor, altså medlemmenes antall, motivasjon for å delta, deres kompetanse og behovet for opplærings- eller oppfølgingstiltak. Dersom det finnes et bestemt og avgrenset antall mennesker å ta av, vil en

ny aktivitet kunne komme i konflikt med allerede eksisterende tiltak.

I rapporten ”Mangfold og muligheter?” utforskes likemannspotensialet.

Utgangspunktet er at dersom medlemmene behøver organisasjonen og opplever at de kan ha nytte av den, så øker likemannspotensialet og likemannsinteressen. Med et slikt utgangspunkt viser det seg at de mindre organisasjonene kan ha et fortrinn, fordi organisasjonen betyr mer for disse medlemsgruppene sammenlignet med de gruppene som representerer store folkesykdommer som er allment kjent.

Problemet for de minste organisasjonene ligger i det organisatoriske rammeverket, som kan vise seg å være sårbart ved at det er basert på ildsjelenes innsats. Dersom disse faller fra, kan aktivitetene gå i stå. Nå viser oppfølgingsstudien at man ikke skal overdrive dette poenget. Frivillig arbeid er ildsjelenes arena. Ildsjelene kan også vise seg å ha en viktig funksjon i forhold til å dra med seg nye, slik at nye ressurser trekkes til den aktiviteten som står i fokus.

Det inntrykk vi får gjennom kontakt med organisasjonene, er at de fleste organisasjonene legger vekt på å rekruttere personer som skal drive likemannsarbeid utenfor de tillitsvalgte rekker. Årsaken kan være at det krever så mye tid at kombinert med et tillitsverv blir det ikke plass nok til begge deler.

Det kan også handle om at likemannsarbeid kaller på andre egenskaper enn hva som kreves av en tillitsvalgt, slik at den enkelte velger mellom ulike ”karriereveier” i organisasjonen.

Vårt utgangspunkt er at likemannsarbeidet representerer en mulighet for organisasjonsutvikling. Det må være opp til den enkelte organisasjon å utvikle dette potensialet.

Rekruttering av flere medlemmer

Undersøkelser understøtter det inntrykk at medlemmer søker til funksjonshemmedes organisasjoner av ulike grunner. Det er i rapporten ”Mangfold og muligheter” tre årsaker som skiller seg ut: Ønsket om å få informasjon om funksjonshemmingen, ønsket om å støtte organisasjonen og behovet for å treffe andre i samme situasjon (s 150).

Flere organisasjoner rapporterer at likemannsarbeidet har ført til at flere medlemmer rekrutteres. Det kan skyldes at flere ser nytten av likemannstilbudet for sin egen del, men det kan også skyldes at noen ønsker å støtte en organisasjon som gjør noe betydningsfullt for målgruppen.

Noen organisasjoner etablerer likemannsaktiviteter som har større treffsikkerhet overfor ulike målgrupper innad i organisasjonen: Det kan være tilbud rettet mot definerte diagnosegrupper, det kan være at familietilbud kommer i gang der dette ikke har eksistert tidligere, det kan være at det utvikles tilbud rettet mot mennesker i en spesiell livssituasjon (attføring, uførepensjonert) eller i en bestemt fase av livet (ung, eldre). En slik økt differensiering av tilbudene fører til økt rekruttering fra nettopp denne gruppen mennesker.

Opparbeide større kompetanse om medlemsgruppens situasjon og behov

Likemannsarbeidet fører til at organisasjonen kommer i tett kontakt med sin medlemsgruppe. Likemannsarbeidet er relasjonelt, det handler om møte mellom mennesker. En gevinst for organisasjonen er at det er mulig å få større kunnskap om hvordan medlemmene opplever sin livssituasjon.

Likemannsarbeidet gir på denne måten også et stort tilfang til organisasjonenes interessepolitiske arbeid. I erfaringsutvekslingen kommer det fram hvilke områder som fungerer som barrierer for brukerne, sett i forhold til livskvalitet og sett i forhold til hvordan man kan leve et best mulig liv på tross av de begrensninger funksjonshemming og sykdom setter.

Tema som kommer opp kan for eksempel være tilgjengelighet til behandlingstilbud, informasjon og pasientopplæring, rettigheter i forhold til arbeidsliv og velferdsordninger, praktisk tilrettelegging gjennom hjelpemidler og boligtilpasning.

Utvide organisasjonens tilbud til medlemmene

Gjennom likemannsarbeidet vil organisasjonen kunne hente ut økonomisk tilskudd til å etablere nye tiltak. Det gir organisasjonen en mulighet til å utvikle tiltak og tilbud på områder som det ikke tidligere har vært gjort noe på, eller overfor nye målgrupper. Det kan være grupper som har tilhørighet i organisasjonen, men som representerer et medlemsmessig mindretall. Det kan også være tiltak som man ser det er et behov for, men som det ikke har vært ressurser nok til å gjøre noe med.

Organisasjonens tilbud vil være i konstant bevegelse. Nye grupper vil etterspørre nye tilbud. De nye gruppene representerer ofte også en ny kompetanse og en ressurs for organisasjonen. Likemannsarbeidet gir organisasjonene en

mulighet til å ta i bruk denne ressursen, altså det vi kan kalle likemanskompetansen.

Hvordan komme i gang med likemannsarbeid?

Det vil være ulikt hvordan organisasjonene etablerer likemannsarbeid, mange har allerede etablert omfattende likemannsaktiviteter. Noen av de mindre organisasjonene har enda ikke kommet i gang med tiltak, men vurderer å sette i gang.

En del organisasjoner har etablert et formalisert system for administrasjon og oppfølging av likemannsarbeidet, mens andre av organisasjonene ser det som mest praktisk å fordele disse oppgavene blant tillitsvalgte i styrende organ.

Det er derfor umulig å gi noen oppskrift på hvordan likemannsarbeidet bør bygges opp og organiseres fra planleggingsstadiet til tiltakene er igangsatt.

Vi vil presentere noen måter å organisere dette på, men understreker at dette er eksempler og ikke ment som noen fasit. Igjen har vi som utgangspunkt at det er viktig å bygge videre på de organisasjonsmessige tradisjonene som allerede er innarbeidet. Som et minimum må man ta hensyn til regnskaps- og rapporteringskravene som er definert i tilknytning til tilskuddsordningen til likemannstiltak.

Likemannsarbeidets organisering

Likemannsarbeid må ta utgangspunkt i behovene til den målgruppen organisasjonen retter seg inn mot. Dette er en utfordring, så vel som en rik mulighet for organisasjonen. Det er en mulighet, på den måten at organisasjonen her kan ta utgangspunkt i det som er målgruppen, eller medlemsgruppens, reelle behov. Utfordringen består i at hver organisasjon må få et grep om sitt eget likemannsarbeid. Med andre ord må behovene formuleres, og man må finne fram til egnede tiltak som kan svare til disse behovene.

Foran i heftet er det vist til likemannsarbeidet som et hus med mange rom. Dersom vi holder fast på dette bildet, må altså organisasjonen flytte inn i likemannshuset, og ta i bruk og møblere rommene slik det er hensiktsmessig nettopp for denne organisasjonen. Alle vet at en slik innflyttingsprosess kan være kort- eller langvarig, alt etter som.

Definere mål og virkemidler

Vi anbefaler at organisasjonen setter av tid til å diskutere hva som er målet med likemannsarbeidet, hvilke virkemidler man vil benytte og hvordan oppgaven og ansvaret bør fordeles. Det er like viktig i denne delen av organisasjonens virksomhet, som i virksomheten for øvrig, at det skapes gode organisasjonsmessige strukturer.

I noen organisasjoner kan det være hensiktsmessig at organisasjonens sentrale styrende organ fatter formelt vedtak om likemannsarbeid som særskilt sak. I andre organisasjoner vil det være mer naturlig at dette forankres gjennom et punkt i en handlingsplan eller et arbeidsprogram.

Likemannsutvalg

Flere organisasjoner har erfart at personer som rekrutteres til arbeid med likemannstiltak, er andre personer enn de som har styreverv. En del organisasjoner har startet prosessen gjennom å etablere et likemannsutvalg, bestående av 3-5 personer som har fått i oppdrag å sette i gang likemannsaktiviteter.

Oppgavene til likemannsutvalget kan spenne over et vidt spekter, fra å planlegge aktiviteter, rekruttere deltakere, rekruttere likemenn, utvikle informasjonsmateriell, drive opplæring og veiledning av likemenn, søke om likemannsmidler og rapportere for bruken av midlene.

Likemannskoordinator

En del organisasjoner har etablert et system med koordinator for likemannsaktivitetene. Det kan organiseres som en koordinatorfunksjon sentralt, eventuelt kombinert med fylkesvise eller regionvise koordinatorene.

Likemannskoordinatoren har til oppgave å være formidler mellom de som har behov for likemannstilbud og den enkelte likemann. Det betyr at en likemannskoordinator må ha god oversikt over de som har stilt seg til rådighet som likemenn. Det vil si ha opplysninger om hvor vedkommende er å treffe – adresse- og telefonliste – og hvilke oppgaver vedkommende har påtatt seg. Likemannskoordinatoren må oppbevare kopi av taushetserklæringer, og kunne være til rådighet for likemennene i forhold til praktiske opplysninger og enklere veiledningsoppgaver. Det er naturlig at koordinatoren utvikler en viss oversikt over hvilke erfaringer likemennene gjør seg, og dermed kan vedkommende ha som oppgave å etablere nettverk mellom likemenn. Et slikt nettverk kan fungere ad-hoc over en begrenset tidshorisont, eller det kan etableres som et mer

permanent tilbud. Jfr kap om ”Videreutvikling av likemannsarbeidet”.

I større organisasjoner kan denne funksjonen utvikles gjennom økt grad av spesifisering av oppgavene. Eventuelt kan koordinatorfunksjonen legges til en lønnet administrasjon. Det er mulig å søke om tilskudd til koordinatorfunksjon, dersom likemannsaktivitetene har et visst omfang.

Likemannskontakter

For å spre aktivitetene geografisk, eller i form av flere typer tiltak, kan man etablere likemannskontakter. Det er gjerne personer som sier seg villig til å ta i mot henvendelser fra enkeltpersoner – altså fungere som likemann i en-til-en-kontakt, via telefon eller personlig møte.

Likemannskontakten kan på samme måte som likemannsutvalget ha andre oppgaver i tillegg til enkelthenvendelser fra brukere, som for eksempel rekruttering av flere likemenn for å kunne bygge opp et mer omfattende tilbud.

Dersom likemannskontaktens oppgaver begynner å få et visst omfang, kan det være mer hensiktsmessig å organisere tilbudet som et likemannsutvalg kommunevis, fylkesvis eller regionvis.

Besøktjeneste

Besøktjeneste er oppsøkende virksomhet. Det kan være at likemannen kommer på besøk i hjemmet til den som ønsker en slik tjeneste. Det kan også være at virksomheten er rettet mot å ta kontakt mens den som ønsker tjenesten befinner seg i sykehus eller annet sted utfor dennes hjem.

Vi understreker at vedkommende må ønske slik tjeneste, fordi vi tror det er helt avgjørende at den som får besøk har ønsket det selv. Dersom besøket oppfattes som påtrengende, har grunnlaget for likemannstiltaket falt bort.

Det må da etableres et system for å komme i kontakt med tjenesten. Det kan skje ved at den enkelte selv kontakter organisasjonens besøktjeneste. Eventuelt kan sykehus eller annen behandling sinstitusjon knytte kontakt.

For de som skal være besøkskontakter må det etableres så klare retningslinjer som mulig. Blant annet hvilke utgifter organisasjonen dekker og hva organisasjonen forventer av den som skal være besøkskontakt. For eksempel bør det være klare tidsrammer for når vedkommende skal være disponibel. Mange

har erfart betydningen av at besøkskontaktene får anledning å skjerme seg. Det kan for eksempel være at vedkommende gis anledning å reservere seg mot for mange kontakter, eller at vedkommende står til disposisjon kun avgrensede tider i uka.

Telefonkontakter

Den som skal være telefonkontakt må også ha klare rammer for sin virksomhet. Det er i samtale mellom telefonkontakten og organisasjonen at slike rammer må defineres. Her er det viktig at den som sier seg villig til å være telefonkontakt tenker igjennom hvordan dette skal fungere kombinert med familieliv og vennekontakt. Dette er særlig viktig for de som skal ta imot telefonene i sitt eget hjem.

Telefonkontakt kan også skje via kontoret til organisasjonen, altså at det er et landsdekkende nummer man kan ringe.

Kunngjøring om dette skjer gjerne ved at organisasjonen lager en likemannsbrosjyre, som da spres via institusjoner, møte- og seminarvirksomhet etc. Kunngjøring kan også skje via annonser i aviser, plakater, medlemsblad eller andre publikasjoner.

Administrasjon av likemannsarbeid

Som vi har understreket flere steder, er det viktig å ha systemer for regnskapsføring og rapportering allerede helt fra starten av. Se kapitlet om likemannsmidlene.

De store organisasjonene har overlatt mye av det rent administrative til ansatte i organisasjonen. For de andre organisasjonene må også disse oppgavene spres på tillitsvalgte.

Det er opprettet likemannsutvalg i mange organisasjoner som kan ha til oppgave å følge aktivitetene året igjennom, planlegge nye tiltak, utforme søknad om likemannsmidler i samråd med styret og utforme rapport for bruken av midlene. Det må også rapporteres til organisasjonens årsberetning.

Likemannsutvalget kan også utforme skjema og retningslinjer for virksomheten, som behandles av styret. Slike retningslinjer kan for eksempel omfatte satser for telefongodtgjørelse eller oversikt over typer utgifter som kan dekkes og eventuelt grenser for hva det gis dekning for.

Virksomheten kan etter hvert som den får et visst omfang organiseres på flere nivåer. Det kan enten skje ved at man organiserer etter ulike former for aktiviteter, eller knyttet til organisasjonsnivåer. På denne måten kan man etter hvert bygge ut mange tiltak, og likevel sitte med oversikten over hva som totalt foregår.

Videreutvikling av likemannsarbeidet

Likemannsarbeidet er avhengig av ildsjeler. Det er basert på frivillighet fra likemennenes side, og er ulønnet. Det er derfor ikke vanlig at det fra organisasjonens side stilles spesifikke krav til likemenn, jfr kapitlet om hvem som kan bli likemann.

Det kan dermed virke som et paradoks når mange organisasjoner viser sterkt engasjement i forhold til opplæringstilbud rettet mot sine likemenn. Opplæringstilbudet begrenses av midlene organisasjonen har til rådighet, men like fullt er dette en del av det organiserte likemannsarbeidet som har høy prioritet. Vi har sett at opplæringstilbud er helt avgjørende for å komme i gang med virksomheten, og for å kunne videreutvikle tilbudene i organisasjonene.

Opplæring av likemenn

Opplæring av likemenn har flere funksjoner. Det skal for det første gi et felles grunnlag for de aktivitetene organisasjonen setter i verk. Likemennene skal bruke av sin egen erfaring i møte med brukerne av tiltakene, men det skal likevel ligge en felles ramme i bunn. En grunnleggende opplæring inneholder derfor noen viktige basistema, som definisjon av hva likemannsarbeidet er, taushetsplikt i møte med brukerne, grenser for hva en likemann skal involvere seg i, hvordan møter man andre som likemann og hvordan setter man grenser i forhold til privat og personlig sfære.

Opplæringen har også den funksjon at den forbereder likemennene på hva de kan komme til å møte eller støte på av utfordrende situasjoner. Likemannsarbeidet utfordrer tema som ikke alle har et like bearbeidet eller gjennomtenkt forhold til. I møte med brukerne kan tema som sorg over å ha mistet en av deres nærmeste komme opp, sorg over tap av helse, konflikter i familien, selvmordstrusler, avhengighet av rus, depresjon eller andre følelsesmessige reaksjoner, overgrep eller å ha vært utsatt for vold.

Det er derfor viktig at likemennene tenker igjennom om de er villig til å gå inn i disse temaene, og eventuelt hvordan de vil takle slike vanskelige tema. Kanskje vil noen av deltakerne på likemannskurs etterpå si nei takk, dette er ikke noe for meg likevel. Fra organisasjonens side bør det signaliseres stor romslighet i forhold til likemennenes valg.

Erfaringsutveksling mellom likemenn

Opplæringen fungerer som en møteplass for likemenn. Her kan man ta fram problemstillinger som likemennene har støtt på i sitt arbeid. Gruppen kan så drøfte om det er mulig å finne løsninger i fellesskap. Ikke fordi det finnes en fasit, men fordi mangfoldet av erfaringer i gruppen er et godt utgangspunkt for løsning.

På denne måten kan den enkelte få avlastning for tanker en ellers ville gått med alene. Det kan oppleves som svært ansvarsfullt og noen ganger tyngende, å skulle forholde seg til andre menneskers opplevelser og erfaringer. I likemannsarbeidet er det lett å forstrekke seg, ta på seg for stort ansvar i forhold til de andre. Det kan derfor være nyttig at likemannskollegiet i fellesskap tar vare på hverandre og hjelper til å sette grenser.

Faren ved ikke å klare å sette grenser, er særlig utbrenthet. Det kan også gå ut over forholdet til likemannens familie eller privatliv for øvrig. Det er bare de færreste som vil kunne håndtere at telefonen er åpen døgnet rundt for de som måtte ønske noen å snakke med.

Veiledning for likemenn

Etter hvert kommer behovet for veiledningstilbud overfor likemenn. Det kan ivaretas av en erfaren likemann. Vi ser også at noen organisasjoner knytter kontakt med behandlingstilbud, slik at likemenn kan få veiledning hos en profesjonell hjelper.

Veiledningstilbud kan fungere som et fast veiledningstilbud, eller som et tilbud som det er opp til likemannen å benytte etter behov.

Vi tror det er behov for å etablere bedre veiledningstilbud for likemenn. Kanskje kan dette være en oppgave flere organisasjoner kan gå sammen om?

Likemannsmidlene

Tilskudd til likemannsarbeid gis over statsbudsjettet, jfr St prp nr 1(2001-2002) kap 0673 post 73. Det er i 2002 satt av 13,2 mill kroner til dette formål, hvorav ca 3,3 mill er satt av til likemannsarbeid i forhold til yrkesrettet attføring og arbeid. Det var i 2001 sendt inn søknader om henholdsvis 39,2 og 10 mill kroner.

I 2001 var det 84 organisasjoner som mottok likemannsmidler. I forhold til likemannsarbeid knyttet til området yrkesrettet attføring og arbeid var det 25 organisasjoner som fikk tilskudd til dette formål.

Organisasjoner av og for funksjonshemmede, eller av pårørende for funksjonshemmede som har vanskelig for å ivareta egne interesser, kan søke om tilskudd fra denne posten. Det er fordelingsnemnda som avgjør om tilskudd skal gis, dvs samme nemnd som fordeler midler til driften av funksjonshemmedes organisasjoner. Organisasjoner som kan motta støtte til likemannsarbeid må fylle vilkårene for å bli godkjent under ordningen med driftstilskudd til funksjonshemmedes organisasjoner.

Det er utarbeidet egne retningslinjer for tilskuddsordningene som framgår av annonseringen. Organisasjonene vil motta brev fra fordelingsnemnda om utfallet av søknadsbehandlingen, og hvor retningslinjer for anvendelse av tilskuddet ligger vedlagt. Organisasjoner som mottar tilskudd til drift vil motta eget brev fra fordelingsnemnda, hvor retningslinjene for tilskuddet til likemannsarbeid ligger vedlagt.

Midlene annonseres dessuten i Statens Lysningsblad og noen få av de større avisene. Fordelingsnemndas sekretariat kan kontaktes for mer informasjon, og befinner seg i Sosial- og helsedirektoratet, avdeling for levekår.

Det er utarbeidet egne søknadsskjema.

Søknad om likemannsmidler fra lokallag og fylkeslag sendes gjennom organisasjonens sentrale ledd som foretar prioritering

De fleste undervurderer hvor lang tid det tar å skrive en søknad. Et godt råd er derfor å beregne minst en uke mer enn man i utgangspunktet tror arbeidet vil ta. Avhengig av hvordan retningslinjene er i den enkelte organisasjon, må det settes av nok tid til organisasjonsmessig behandling av søknaden. I de fleste tilfellene blir oppgaven med å utforme søknaden delegert

til en person eller en gruppe, som så har ansvar for at søknaden kommer av sted innen fristens utløp. Organisasjonen sentralt må sørge for å kunngjøre overfor lag og fylkeslag at også de kan sende søknad, samt bestemme intern søknadsfrist for disse.

Hva skal søknaden inneholde?

Søknaden skal inneholde beskrivelse av tiltaket. Søknadsskjemaet angir hvilke punkter som er viktig å ha med, men de fleste utarbeider vedlegg til søknaden med mer utfyllende informasjon. Det blir sterkt anbefalt å skrive kort og konsist, men tilstrekkelig konkret slik at mottaker har mulighet for å vurdere tiltaket.

Søknaden må fortelle hvilke tiltak det søkes om støtte til, dersom det er flere listes disse opp. Organisasjonen må gjøre en prioritering mellom de ulike tiltakene. Fylkeslag og lokallag må søke om tiltak gjennom hovedorganisasjonen. Det blir dermed hovedorganisasjonen som foretar prioritering av søknadene som kommer inn fra fylkeslag og lag.

Videre må man beskrive nærmere hvert tiltak. Det må beskrives hva som er hensikten eller formålet med tiltaket og hvem er som skal gi og motta likemannshjelp.

Eksempel A:

Tiltaket er ment å hjelpe familier som nylig har fått vite at de har et barn med en arvelig sykdom. Tiltaket går ut på å etablere en landsdekkende kontakttelefon og en møteplass på Internet for disse familiene.

Eksempel B:

Eller at tiltaket har som formål å hjelpe personer som har alvorlig form for matvareallergi, gjennom kurs i matlaging for menn. Tiltaket vil bli gjennomført som et helgekurs med deltakere fra tre nærliggende fylker (dersom tiltaket er geografisk begrenset, skal det framgå av søknaden) på høyfjellshotell. Deltakere kan være menn som selv har allergi, fedre til barn med alvorlig matvareallergi eller partner til en voksen med matvareallergi. Det vil bli lagt vekt på å få i gang en dialog mellom deltakerne om ulike aspekter ved det å ha alvorlig allergi, og hvordan dette kan influere på familieliv, arbeidssituasjon og fritidssysler. Det legges inn sekvenser med turer, slik at noen av samtalene foregår koblet til disse friluftaktivitetene. Deltakerne gis anledning til å klatre, gå på bre og kjøre snowboard, avhengig av interesse og tilgjengelige instruktører.

Kurset vil bli fulgt opp gjennom en diskusjon om tiltaket kan videreføres lokalt, gjennom lignende eller nye

arrangement. Deltakerne fra kurset vil bli forespurt om de er villige til å være med på å videreføre tiltaket.

Vær oppmerksom på at dersom tiltaket består av kurs eller konferanser, så må det følge med utkast til program som viser innhold og tema.

Videre blir det i søknadsskjemaet spurt om hvordan eventuell opplæring eller veiledning av likemenn blir organisert.

Søknaden må inneholde budsjett og finansierings plan for hvert enkelt tiltak

Søknaden skal inneholde et budsjett og finansieringsplan for hvert enkelt tiltak. For et kurs vil det være utgifter til reise, opphold, materiell, instruktører eller foredragsholdere, porto, annonsering og kopiering. Finansieringsplan kan være inntekter gjennom likemannsmidler og eventuell deltakeravgift.

Kombinasjon med andre tilskuddsordninger

Det er fullt mulig å kombinere likemannsmidler med andre tilskudd. I så fall skal det framgå av søknaden. De fleste får mindre enn det de har søkt om...

Hvordan utvikle de gode tiltakene?

For flere eksempler på likemannstiltak, se "Støtte blant sine egne...", eller veilederen "Å være i samme båt". Sett gjerne av tid til en idedugnad for å få fram gode tiltak. Samle en gruppe mennesker, og gjør øvelsen i tre faser. I første fase oppfordres deltakerne til å kaste fram så mange ideer som det bare er mulig å komme på. Instruer gruppen om ikke å tenke eller si noe om begrensningene som ligger i forslagene, men at de skal tenke kreativt, fritt og uavhengig av tradisjoner, rammer og ressurser. Det skal under ingen omstendighet komme fram innvendinger fra noe gruppemedlem i denne fasen. Tvert i mot er det viktig å etablere en positiv stemning i forhold til alle mulige innfall og ideer, uansett hvor lite realistiske de er. Det er derimot viktig å oppfordre deltakerne til å bygge videre på hverandres ideer. Skriv ned alle forslag på lapper som legges midt på bordet, eller på en tavle eller flip-over. Det kan komme mange ideer, ofte vil det i løpet av en halv time foreligge 30-40 ideer.

I neste fase sorteres ideene tematisk, etter hva som ligner på hverandre.

I den siste fasen, først, begynner gruppen å vurdere hvilke ideer som er verd å gå videre på. Kanskje sitter gruppen igjen med tre forslag til slutt som utvikles videre til en søknad om midler.

Søknad om likemannsmidler i forbindelse med arbeid og attføring

I denne delen av likemannsarbeidet er det stort sett de samme spørsmålene søknaden skal gi svar på. Altså det grunnleggende: Beskrivelse av hvert enkelt tiltak så konkret og poengtert som mulig, hvem skal delta og hvem skal gjennomføre tiltaket. Det må gå klart fram av beskrivelsen hvordan tiltaket henger sammen med yrkesrettet attføring eller arbeid.

Dersom lokallag og fylkeslag søker om støtte, må det prioriteres mellom disse tiltakene og de sentrale tiltakene fra hovedorganisasjonens side.

Flere organisasjoner kan gå sammen om likemannstiltak

Likemannsarbeid kan også omfatte tiltak som går på tvers av organisasjonsgrensene. Organisasjoner som omfatter samme diagnosegrupper eller funksjonssvikt kan gjennomføre tiltak i samarbeid. Det kan være tiltak som for eksempel er rettet inn mot synshemmede, bevegelseshemmede eller andre grupper.

En organisasjon må imidlertid stå som søkerorganisasjon, og den må også være regnskaps- og rapportansvarlig.

Regnskap og rapportering

Det skal føres eget regnskap for bruken av likemannsmidlene. I tillegg skal det sendes inn en egen rapport som beskriver bruken av midlene. Hvis det er avholdt kurs må det legges ved program.

Lag og fylkeslag som mottar støtte til likemannsarbeid må sende inn regnskap til hovedorganisasjonen. Regnskapet må være attestert av revisor.

Det er organisasjonen sentralt som så sender regnskap og rapport til fordelingsnemnda. Dersom lag og fylkeslag har fått midler til likemannstiltak må rapporten inneholde oversikt over følgende:

Liste med navn på lokal- og fylkeslag som har fått likemannsmidler

Hvor stort beløp som er overført til det enkelte lag

Hvor store likemannsutgifter det enkelte lokallag og fylkeslag har hatt og hvilke tiltak dette gjelder.

Regnskapsoversikten må være attestert av registrert eller statsautorisert revisor hvis det samlede beløp som er overført lokal- eller fylkeslag overstiger kr 10.000.

Tilsagnsbrevet fra fordelingsnemnda vil inneholde opplysninger om kravene som stilles til regnskap og rapport, samt skjema for dette.

Referanser

- Benedichte C Rappana Olsen: *"Den vet best hvor skoen trykker..." Likemannsarbeid i funksjonshemmedes organisasjoner. En vurdering.* Nota Bene, NKSH-rapport nr 93:1
- Benedichte C Rappana Olsen: *Mangfold og muligheter? En brukerstudie av funksjonshemmedes organisasjoner.* Nota Bene, NKSH-rapport nr 94:5
- Benedichte C Rappana Olsen: *Støtte blant sine egne... Likemannsarbeidet i funksjonshemmedes organisasjoner* HiO-rapport 1998 nr 1
- Ingun Stang: *Makt og bemyndigelse : om å ta pasient- og brukermedvirkning på alvor,* Universitetsforlaget, 1998
- Johan Cullberg: *Mennesker i krise og utvikling : en psykoanalytisk og sosialpsykiatrisk studie,* Aschehoug, 1978
- John Eriksen og Siri Næss: *Epilepsi og diabetes. Livskvalitet, stigmatisering og mestring,* NOVA, Rapport 16/98
- Live Fyrand: *Sosialt nettverk : teori og praksis,* TANO, 1994
- Sosial- og helsedepartementet: *Vi kan det vi vil. Veileder om likemannsarbeid for attføring og arbeid,* 1999, I-0957B
- Sosial- og helsedepartementet: *Å være i samme båt... Likemannsarbeidet i funksjonshemmedes organisasjoner,* Revidert hefte 2001, I-0744B
<http://odin.dep.no/sos/norsk/publ/veiledninger/030081-120007/index-dok000-b-n-a.html>
- Steinar Bergh og Aase Frostad Fasting (red): *Følelser er fakta,* Funksjonshemmedes Studieforbund, 2001