

Likemannsarbeid som styrker brukeren

- Felles opplevelse som styrker
- Erkjennelse og bearbeiding av sjokket
- Ha noen å dele tankene med
- Å definere seg selv i forhold til de andre
- Veien ut av lært hjelpeløshet

Samtalen som redskap for emosjonell mestrings

- Å redusere og omdefinere de følelsesmessige reaksjoner som følger i kjølvannet av en kronisk sykdom eller funksjonshemning
- Å ta kontroll over forståelsen
 - Ikke la hvem som helst fortolke situasjonen
 - Rekonstruere bildet av seg selv
 - Skape orden i det fragmenterte bildet som funksjonstap og sykdom fører med seg

Likemannsarbeid – problemorientert mestring

- ”Det er imidlertid blitt tydelig for meg at det mange medlemmer forsøker å få bukt med, er den *belastningen de opplever i forhold til det byråkratiske hjelpeapparatet*. Likemannsdokumenter og samtaler med likemannsansvarlige viser at så vel medisinske som trygdemessige *spørsmål forblir ubesvart svært lenge*. Innafor enkelte diagnosegrupper er det derfor mange som søker til organisasjonen for å få praktisk hjelp, for å få hjelp til å orientere seg ut av de problemer de har i et praktisk – mer enn et emosjonelt – landskap. Når livet vender vrangsida ut er det mange strategier som kan og bør tas i bruk.” (HiO-rapport 1998, nr 1, s 122)

Likemannsarbeidets funksjon for brukerne – ulike forståelser

- Krisehjelp og sorgbearbeiding
- Lærings- og mestringsperspektiv
- Erkjennelse og identitetsdanning
- Nettverksarbeid
- Livskvalitet
- Empowerment
- Rehabiliteringseffekt