

# Fritid med bistand

Det er viktig at vi nå i starten ser nærmere på hva som ligger i begrepet fritid.

Fritiden kan defineres som den tiden vi disponerer til fritt valg av aktiviteter uten å være bundet av fysiologisk, økonomisk eller sosial tvang.

Fritiden er dermed en relativt uforpliktende tid. Forskere har kommet frem til at folk flest har 6 timer fritid hver dag. Når fenomenet fritid kan deles inn i 2 aspekter:

- fritiden som et «stykke tid» (free time)
- fritiden som en aktivitetstype (leisure)

Fritiden er altså den tiden vi selv fritt kan disponere på grunnlag av våre ønsker og behov. Dette er nok greit for de fleste av oss, men det er mennesker som ikke har muligheter til selv å realisere sine ønsker og behov. Jeg vil konsentrere meg om fritiden knyttet til aktiviteter.

Ansvarsreformen var klar i sin målsetning. De utviklingshemmede skulle få et fritidstilbud med like muligheter som alle andre. Det ble her vedtatt politisk rettigheter til en gruppe mennesker uten at det ble gitt klare svar på hvordan dette kunne løses.

## Lokalbasert omsorg

Jeg arbeider til daglig i den lokalbaserte åpne omsorgen tilknyttet Korsvikhaven serviceboliger i Kristiansand kommune. Vi har vært opptatt av fritid



**Sosisonom Anders Midtsundstad arbeider som prosjektleder i prosjektet «Fritid med bistand» i Randesund bydel, Kristiansand kommune. Artikkelen er tidligere fremført som forelesning på SORs høstkonferanse 1999.**

den til beboerne. De som bor i Korsvikhaven klarer i liten grad å gi uttrykk for eller handle i tråd med sine ønsker og behov. Vi opplevde det som vårt ansvar å bistå den enkelte både i forhold til uorganisert fritid (et stykke tid/ free time) og organisert fritid (aktiviteter). I dette arbeidet ble det helt nødvendig å gjøre et kartleggingsarbeid. To metoder ble sentrale – kartlegging av nettverket og bruk av observasjon. Den

franske kultursosiologen Bourdieu snakker om at vi inkorporerer en væremåte fra våre nærmeste i de første leveårene. Denne «kulturarven» har vi tatt utgangspunkt i når personer selv ikke kan gi informasjon om eget liv. Å lære å kjenne foreldre, søsken og andre sentrale perso-

ner i nettverket fortalte faktisk en god del om hvem beboerne er og hva som er typisk for dem. Dette kombinert med aktiv bruk av observasjon i ulike situasjoner gjorde at vi fikk et bedre utgangspunkt for å kunne bistå dem i deres fritid (Midtsundstad og Midtsundstad 1996).

Det handler om fritid med kvalitet for den enkelte. For oss som ansatte handlet dette i stor grad om bruk av kreativitet og å få til riktig matching.

Samtidig forsøkte vi å finne fritidsaktiviteter i nærmiljøet hvor beboerne kunne bli sosialt inkludert. Dette arbeidet har blitt til metoden Fritid med bistand.

Hvorfor er vi så opptatt av dette? Mye av svaret ligger i at fritiden forbindes med et menneskes livskvalitet.

Det er ikke uvanlig at døgnrytmen for en utviklingshemmet ser slik ut:

## Gretes mandag:

- 07.30 Står opp – steller seg på badet.
- 08.00 Spiser frokost på sitt kjøkken alene
- 08.50 Kjører til dagsenteret.
- 09.00 Arbeider på dagsenteret sammen med mange av de andre utviklingshemmede i bydelen.
- 14.30 Kjører hjem til leiligheten.
- 16.00 Spiser middag sammen med en nabo.
- 17.00 Kaffe sammen med naboene i boenheten.
- 17.30 Blir hentet av støttekontakt for å være med på diskotek for utviklings-

hemmede i regi av lokalaget av NFU.

- 20.00 Kommer hjem – spiser kveldsmat alene – steller seg på badet.
- 20.30 Legger seg.

Vi opplever det som nyttig å spørre oss selv – hva kan bedre livskvaliteten (for Grete). Livskvalitet kan betegnes som det «gode liv» eller «et liv med kvalitet». Siri Næss har forsøkt å tenke litt mer på hva som ligger i dette

begrepet, og har kommet til følgende:

- Livskvalitet er det samme som å ha det godt
- å være aktiv
- å ha gode interpersonlige forhold
- å ha selvfølelse
- å ha en grunnstamme av glede

Jeg snakket for en tid tilbake over temaet: Hva er livskvalitet for utviklingshemmede?. Et spennende tema. Kursdeltakerne fikk i oppgave å skrive ned hva som var livskvalitet for dem. Det deltakerne kom frem til ble satt opp på overhead. Overskriften: «Livskvalitet for utviklingshemmede» ble satt inn. Spørsmålet var så hva som måtte tas bort. Sammen kom vi frem til at alle punktene var relevante når vi så på livskvalitet i forhold til utviklingshemmede – vi slo dermed fast at det som gir livskvalitet for utviklingshemmede ikke skiller seg ut fra det som gir livskvalitet for oss andre. Dette passer også godt inn med følgende:

**» Dette arbeidet har blitt til metoden Fritid med bistand.**

Kristjana Kristiansen (1994) har i 2 punkter forsøkt å definere hva vi mennesker har behov for:

- Alle har de samme behov som andre i samfunnet på samme alder
- ..... Og en del spesifikke individuelle behov.

### De grunnleggende behovene

Om vi går tilbake til Grete sin mandag så ser vi at noe av problemet kan være at vi ofte tar utgangspunkt i det spesifikke (det spesielle) i forhold til utviklingshemmede. I vårt arbeid overfor utviklingshemmede må vi ikke glemme å definere de grunnleggende behovene.

Mennesker som har en døgnrytme som Grete har ingen muligheter til å treffe mennesker på ordinære arenaer i nærmiljøet. Flerparten av de utviklingshemmede er engasjert i segregerte fritidsaktiviteter.

Det må da være lov å spørre om de utviklingshemmede ønsker det slik? Ønsker de ikke å svømme, synge, danse, spille, gå på møter osv. med oss andre som ikke er utviklingshemmede?

Helt sikkert er det at dette ikke var slik ansvarsreformen var tenkt. I St. meld. Nr. 47 (1989/90) står det at utviklingshemmede skal ha: «kultur og fritidstilbud – likeverdig med tilbudet til befolkningen for øvrig». Det ble faktisk vektlagt å bruke det eksisterende organiserte tilbud i det aktuelle nærmiljøet. Normalisering og sosial integrering som dette synet bygget på har i liten grad fått den

gjennomslagskraft som vi ser i forhold til tjeneste-organisering og boligutbygging i forbindelse med reformen.

Det store spørsmålet er hvordan vi kan endre denne situasjonen. Sandvin nevnte allerede i 1993 at verken integrering og normalisering i særlig grad fokuserer på hva som binder sosiale fellesskaper sammen, og hvordan mennesker som er ekskludert kan bli en del av et sosialt fellesskap (s194).

Da er det viktig å trekke frem hva Wolfensberger og Glenn har sagt i denne sammenheng så tidlig som i 1973:

«Integrering er bare meningsfylt dersom det er tale om sosial integrering i

tydelig sosial samhandling og aksept, ikke bare et fysisk nærvær og nærhet».

### Sosial integrering

Bruk av sosial integrering bygger på integrasjonsteorier som legger vekt på et verdifelleskap. I dette

ligger grunnleggende positiv tenkemåte om at grupper, organisasjoner og samfunn faktisk fungerer, og at problemer og konflikter er unormale tilstander som kan justeres eller løses gjennom ulike tiltak. Et naturlig

spørsmål blir derfor om vårt norske samfunn bygger er bygget på et slikt verdifelleskap? I norsk sosialpolitikk står likeverd og like rettigheter mellom mennesker svært sentralt på papiret.

Vanskeligere er det å få det til i praksis når samfunnet i realiteten bygges av og for de mennesker som klarer å tilpasse seg ulike utfordringer i forhold til det som skjer på arenaer som barnehage, skole, arbeidsplass,

idrettslag, sangkor osv. Vi må være realistiske – det er slik at kun de som mestrer rollefordelingene på arenaene, kan forventes å bli inkludert. Det handler om å kunne oppfylle en aktiv eller passiv ansett rolle. Det er derfor svært viktig å se nærmere på hva som binder sosiale fellesskaper sammen når det arbeides med endringsarbeid overfor mennesker.

Fritid med bistand bygger på metodikken i supported employment og kan inndeles i følgende arbeidsprosess:

1. Kartlegging av interesser, ønsker og erfaringer gjennom samtaler/observasjoner med den enkelte og samtaler med familienettverk.

Utgangspunktet er samtaler med den enkelte, men når personen ikke selv kan gi informasjon om eget liv er det viktig å trekke inn nettverket. Når det er mulig må vi innhente et samtykke hos den det gjelder. Vi erfarer at hjemmebesøk til nære personer i nettverket hvor det brukes en samtaleform som er åpen med ikke strukturerte spørsmål gir den beste rammen for dette kartleggingsarbeidet. Når personer i liten grad kan gi informasjon om interesser, ønsker og behov viser det seg at nettverket kan fylle ut mye av dette. Det vi fant, var at foreldre/familie ikke alltid kan fortelle så mye konkret om beboerens liv, på grunn av at de har levd adskilt i lange perioder, men at det

å bli kjent med foreldre og familie i sin helhet, kan føre til en forståelse for den utviklingshemmede og hva de er en del av. Dette er i tråd med Bourdieus som er tidligere nevnt – vi får frem forståelse for den enkeltes sosiale

felt som i god Hagerup-tradisjon kan beskrives som vår håndbagasje. Å lære foreldre og familie å kjenne forteller faktisk en god del om hvem de er og hva som er typisk for dem. Vår oppfatning

korrigeres av observasjon av den enkelte i situasjoner vi legger til rette for som evalueres og eventuelt endres.

Kartlegging må også søke å avklare brukeren sine muligheter og ferdigheter.

2. Kartlegge aktuelle organisasjoners innhold, rutiner og struktur.

Det er viktig at vi her virkelig gjennomfører en kartlegging, og ikke begynner siling for tidlig. Ofte sitter vi også med begrenset informasjon om hva som finnes

av organisasjoner. Da er det nødvendig å innhente disse opplysningene gjennom samtaler med andre (personalguppen, ansatte i kulturetaten og ofte finnes det noen i nærmiljøet som sitter med store kunnskaper på dette – viktig å finne frem til disse). Vår erfaring er at det er viktig å huske på at det kan være snakk om mer lukkede grupper. Kanskje er «gutteklubben» som møtes på sin stamkaffe eller f.eks. syklubber det som må kartlegges.

## Et naturlig spørsmål blir derfor om vårt norske samfunn bygger på et slikt verdifelleskap?

## Ansatte i den lokale omsorgen etablerte en kontakt med diakonen i Randi sin menighet og fulgte henne til ulike aktiviteter i kirken.

I denne kartleggingen er det også viktig å finne frem til organisasjonens innhold, rutiner og struktur.

### 3. Gjøre et valg av organisasjon

Når valget skal tas er det 2 forhold som må gis prioritet i vurderingen:

- den enkeltes ønsker og behov.
- mulighet for samhandling og aksept. (Verdsatt sosial rolle)

Vi må forsøke å finne frem til den optimale sosiale integreringen, men dette er det ikke alltid mulig å få til.

Gjennom kartleggingen kan vi gjøre en vurdering av hvilke muligheter den enkelte har til å få en verdsatt sosial rolle.

### 4. Samtale med ansvarlige i organisasjonen å diskutere mulighetene for en sosial integrering.

Vårt ønske er å kunne markedsføre personen og ideen "Fritid med bistand". Det er viktig å sikre seg at organisasjonen får tid til å tenke gjennom dette. Videre så må vi sikre oss at informasjonen om metoden blir forstått. Om det skal jobbes videre må vi kunne føle oss sikre på at den enkeltes ønsker og behov blir dekket, og at personen vil få mulighet for samhandling og aksept. Det er lett å bruke telefonen, men her er det viktig at samtalen foregår i et avtalt møte.

### 5. Gjøre en avtale hvor det lages en plan for integreringen og hvor forventninger avklares.

Vi kommer her inn på en arena hvor det ikke er vanlig med å lage skriftlige avtaler slik som i arbeidslivet. Fremdriftsplanen for integreringen må alltid gjøres skriftlig.

### 6. En person i organisasjonen får oppgaven som tilrettelegger.

Opplever ofte at det sies at dette skal vi klare sammen. Vi må alltid sikre oss en person som påtar seg funksjonen som tilrettelegger. Personen bør gis

en godtgjørelse for dette, og det bør være naturlig at dette lønnes over samme budsjett som støttekontakter. I de fleste tilfeller vil det være hensiktsmessig å avtale lønn over en tidsperiode til personen er sosialt integrert. I denne lønnen bør det også legges inn tid til veiledning i forhold til metoden slik at personen kan videreføre intensjonene.

### 7. Tiltaket evalueres etter behov av en gruppe f.eks. "nærperson" i kommunen, ansvarlig i organisasjonen og tilretteleggeren.

Det må avtales hvor ofte det skal holdes slike møter og hvem som innkaller.

### Eksempler på vellykket gjennomføring av "Fritid med bistand"

Randi er en utviklingshemmet kvinne på 40 år. Hun er svært glad i å synge og høre på musikk. Samtaler med familienettverket var også preget av at musikk hadde hatt en sentral plass i hennes barndomshjem. Ansatte i den lokalbaserte åpne omsorgen etablerte en kontakt med diakonen i Randi sin menighet og fulgte henne til ulike aktiviteter i kirken. Randi tok også aktivt del i arbeidet gjennom å gå med informasjonsfoldere i postkasser. Etter en tid ble det tatt kontakt med sentrale personer i et kor i denne menigheten. På dette tidspunktet var mange av dem kjent med Randi og kunne derfor ta en avgjørelse med bakgrunn i eget kjennskap til henne. Dette gjorde det også enklere å finne frem til hva hun kunne delta på under øvelser. Kormedlemmene fordelte etter eget initiativ ansvarsoppgavene knyttet til henting og praktisk oppfølging som er helt nødvendig. Et kormedlem som hadde blitt personlig kjent med henne tok på seg oppgaven som tilrettelegger.

Svein er en gutt på 10 år med Tourette syndrom og ADHD. Vi fant frem til at svømming var en aktivitet som han likte og som han passet godt. Vi fikk kontakt med en svømmeklubb som

gjærne ville gi Svein et tilbud. Noe av problemet var at han ikke ville kunne oppfatte svømmetrenerens råd og vink i gruppe. Sammen kom vi frem til at han kunne få et utvidet tilbud som også tilbys andre. Konkret ble dette lagt opp slik at han fikk individuelt tilpasset opplæring etter samme mal som elitesvømmere 2 dager i uken i 4 måneder før han ble med i gruppe med sin aldersgruppe. Svein fikk på denne måten "like muligheten". Nå er alle opptatt av at dette skal bli en arena hvor han kan trives og lykkes på det sosiale og sportslige plan. Fritid med bistand er en metode som kan benyttes overfor også andre mennesker som har behov for hjelp med å bli sosialt integrert. Plovsinger sier noe viktig om våre muligheter og begrensninger:

"De professionelle" kan eller skal ikke erstatte den indsats som et naturlig nettverk kan yde. Dels er de for få, dels er det ikke deres oppgave. Men de kan være med til at (gjen)skape et brukbart nettverk, og de kan støtte et ofte hårdt prøvet sosialt fællesskab. Et fællesskab som trods alt 80-90 % af befolkningen mener (eller håber) de er medlem af". (1983)

Plovsinger beskriver her den erkjennelsen som denne metoden bygger på. Målsetningen for å prioritere denne type arbeidsinnsats ligger i å gi enkeltpersoner verdsatte sosiale roller. Det handler om å sette inn tiltak overfor mennesker som står i fare for å bli devaluert eller som er devaluert av andre mennesker.

Det å ha verdsatte sosiale roller er like viktig for alle mennesker. Jeg nevnte Svein som ble sosialt integrert i en svømmeklubb. Han er et godt eksempel på at et slikt arbeid gir mange sekundærgevinster. Han har fått et nettverk med venner, selvtilliten har økt gjennom at han virkelig har lykket, hans livskvalitet er økt slik at han er mindre deprimeret, han ser ikke lenger svart på livet - han har fått et mål om å bli en god svømmer.

Fritid med bistand legger forholdene til rette for å oppnå sosialt verdsatte roller. En forutsetning for ringvirkninger som kan gi økt livskvalitet.

**Litteraturliste:**

*Kristiansen, K.:* Normalisering og verdsettning av sosiale roller. Kommuneforlaget 1994.

*Midtsundstad, A og Midtsundstad, J:* Integrering av psykisk utviklingshemmede i nærmiljøet: Menighetsarbeid med boligen som arena. Embla nr. 7 1996

*Midtsundstad, A.:* Fritid med bistand som redskap for bedre integrering: Men hvordan er fritiden?. Embla nr. 9 1998.

*Plovsing, J.:* Sociale netværk og holdninger til sociale ydelser. Socialforskningsinstituttet i Danmark. 1983.

*Sandvin, J.:* Fra normalisering til sosial integrasjon. Sandvin, J. (red): Mot normalt? Omsorgsideologier i forandring. Kommuneforlaget 1992.

St. meld. Nr 47 (1989–90): Om gjennomføringen av reformen for mennesker med psykisk utviklingshemming.

*Wolfenberger, W. og Glenn, L.:* PASS-2: Program Analysis of Service Systems II, Field

Manual and Handbook. Toronto. NIMR 1973.