

## Til kursleder

Kurset «*Likepersonsarbeid*» er en grunnopplæring av likepersoner, som er et resultat av et samarbeid i regi av Studieforbundet FUNKIS. Det var et ønske fra mange organisasjoner, særlig små og mellomstore organisasjoner, at vi skulle lage et grunnkurs på tvers av diagnoser og livssituasjon. Vi hadde mange samtaler, innsamling av eksisterende materiale, og et oppstartsmøte med godt engasjement. En arbeidsgruppe ble opprettet og etter flere gode møter vinteren 2017/18 hadde vi en struktur, innhold og en form på kurset.

Vi har lagt opp til en form på kurset der du som holder kurset får rollen som prosessleder. Det betyr at du skal lede en diskusjon, heller enn å komme med alle svarene selv. Å være prosessleder kan sammenlignes med å være møteleder. En viktig del av prosessleders oppgave er å legge til rette for engasjement blant deltakerne. Det gir læringsutbytte for deltakerne å formulere tanker og refleksjoner selv. Spørsmål og oppgaver i presentasjonene har til hensikt å få i gang diskusjon og refleksjon hos deltakerne. Refleksjonsoppgavene kan gjennomføres som summegrupper i plenumsalen, eller som gruppeoppgaver i egne grupperom. De første refleksjonsoppgavene kan være korte runder som har til hensikt at alle deltakerne sier noe, slik at barrieren med å ta ordet i forsamlingen blir brutt. Dette er viktigere enn at det skal være kloke ord og verdifulle bidrag på den viktige oppstarten av kurset. Aktiv deltakelse gir bedre grobunn for refleksjon og forståelse rundt rollen som likeperson.

Lysarkene er samlet i en presentasjon. Vi anbefaler at du bruker tid på å gjøre deg kjent med disse. Kommentarene til hvert lysark forklarer tanken bak hver del, og skal være til hjelp for deg som presenterer den, men skal også gi deg et godt utgangspunkt for å velge bort uaktuelle lysark, eller bytte om på rekkefølge, eller sette inn egne lysark. Lysarkene er ikke ment som oppskrift som må følges slavisk. Du kan skifte rekkefølge eller hoppe over lysark slik at de passer med din form og kompetansen du har om temaet. Om du skulle stå fast, så er det også lagt inn notater og tips i lysarkene som kan fylle ut flere av stikkordene og hjelpe deg på vei. Til plenumssamtaler er det i notatene lagt inn hjelpespørsmål, som kan hjelpe deg med å lede samtalen.

Det kan være lurt å gi deltakerne en oppgave allerede når de melder seg på kurset, slik at de har begynt å tenke over likeperson-utfordringer allerede når dere møtes. For eksempel at de skal sette seg inn i likepersonssystemet i sin organisasjon, eller tenke over hvordan de selv kan tenke seg å bidra som likeperson.

## Til kursleder

Det er lagt inn flere refleksjonsoppgaver i presentasjonen. Gjennomføringen er detaljert i presentasjonen og notatene. Ta deg god tid til å forklare oppgaven for kursdeltagerne. Det kan være lurt å presisere at deltakerne skal tenke igjennom spørsmålet først på egen hånd et par minutter. Det bidrar til å aktivisere egne tanker og meninger før vedkommende begynner å drøfte med de andre i gruppa. På denne måten får alle en mer aktiv rolle. Vi ønsker å få fram at alles bidrag er velkomne og interessante. Alle har erfaringer og kunnskaper som teller. Oppgaven avsluttes ved at deltakerne kommer med noen stikkord som forteller hva de har snakket om. Oppsummer, og sjekk ut om deltakerne er med. Noter gjerne stikkord (for eksempel på flip-over). Det kan være mye å holde rede på, og vi anbefaler derfor at dere er to som gjør dette, en leder og en skriver. Du må gjerne spørre utdypende spørsmål til gruppene. Slike spørsmål kan være: Hva skjedde da? Hvordan opplevde du det? Hvordan kan vi formulere et slikt spørsmål? Kan du fortelle mer om det? Dette kaller vi for åpne spørsmål, det vil si spørsmål der svaret ikke er ja-nei eller enstavelsesord (lukkede spørsmål).

Vær forberedt på at du kommer til å lære like mye som deltakerne! Et tips kan være å skrive ned eksempler som kan bidra til å gjøre innholdet i kurset mer aktuelt og levende. På denne måten kan kursinnholdet utvikles over tid. Deretter kan du ta fram lysark som forsterker det deltakerne har presentert, og knytt gjerne kommentarer som viser sammenhengen mellom lysarkene og det deltakerne har sagt. Dette er metoden for å forsterke læring, og bidrar til å tydeliggjøre budskapet overfor deltakerne. Du kan eventuelt stille deltakerne spørsmålet helt til slutt: Hva er det viktigste vi sitter igjen med etter denne økten?

Programmet vi har laget er et eksempel, som viser anbefalt tidsbruk på hver del av kurset. Programmet inneholder de kursdelen vi mener alle bør gjennomgå, men: Delen om organisering av likepersonsarbeidet kan byttes ut med en gjennomgang av hvordan det er organisert i en enkelt organisasjon, hvis alle kursdeltakerne er fra samme organisasjon.

Det er mange emner som kan være nyttige for enkelte organisasjoner, og det er fullt mulig å utvide kurset med en del som er spesielt nyttig for likepersoner i den aktuelle organisasjonen, for eksempel:

- Mental Helse
- Seksualitet
- Samtaler med mennesker i krise/endring

## Til kursleder

- Sosiale medier og redaktøransvar
- Møte med andre diagnoser

Noen utfordringer:

Å holde tida:

En aktiv og ivrig forsamling gjør kanskje at tida sprekker. Fortvil ikke, du må bare justere deg. Kanskje korte ned på antall lysark du selv tar fram. Noen ganger har deltakerne selv fått fram alle punktene du hadde, og du kan elegant hoppe over og gå over til neste spørsmål. Drøft i pausen med kollegaen din hvordan dere legger opp neste økt og hva dere vil prioritere.

Å lage gode overganger:

Dette er på samme måten som møteleder holder rede på hvor i agendaen er vi. Dette handler mest om å ha jobbet grundig med programmet på forhånd, slik at du er bevisst strukturen og framdriften i programmet. Det vil være til hjelp for deltakerne at du sier noen ord om hva vi jobbet med i forrige økt, og hvordan det henger sammen med det som nå kommer. Lag gjerne slike presentasjoner for deg selv sammen med kollegaen din i forkant av kurset. Det bidrar til å skjerpe oppmerksomheten på programmets oppbygging, og til å samkjøre dere dersom dere er flere som skal lede kurset.

Å holde styr på mange innspill

Dette handler om erfaring. Du trenger ikke ha meninger om alt som blir sagt, du skal derfor ikke kommentere alle utspill. Noter i stikkords form. Stol på din egen evne til å lytte og fange opp det vesentligste, men utfordre gjerne deltakerne også til å bidra til struktur.

Når noen avkrever deg et svar – hva er riktig her?

Du kan stille spørsmål tilbake til salen: Hva tror dere andre om dette?