

LÄRGRUPPSMATERIAL

Till filmen: "Alla är välkomna att spela innebandy!"

INSTRUKTIONER:

Syfte:

Det här lärgruppsmaterialet kan användas främst i grupper som ett diskussionsunderlag men kan också användas av en enskild individ men då mer som frågor att reflektera kring. Ni får genom diskussionerna möjlighet att prata ihop er om varför och hur ni vill utveckla arbetet kring NPF och bemötande i er förening eller klubb.

Hur:

Det kan vara bra att utse någon person eller en arbetsgrupp som leder utvecklingsarbetet kring NPF i er förening eller klubb.

Börja sedan med att se en film tillsammans eller enskilt. Genomför sedan diskussionsövningarna tillsammans i exempelvis styrelsen eller ett ledarteam. Ni får genom diskussionerna möjlighet att prata ihop er om varför och hur ni vill utveckla ert arbete kring NPF och bemötande.

Tidsåtgång:

Tiden som filmen ni valt att se tar plus den tidsangivelse som står vid varje diskussionsmoment.

Diskussionsövningar:

Det kommer finnas möjlighet att välja ut en eller flera diskussionsövningar. Kanske har din förening eller klubb mindre tid för detta eller så har ni stora ambitioner. Observera att de flesta övningar innehåller flera steg som en slags process. Ni kan välja en eller flera diskussionsövningar. Läs igenom först för att sedan välja vilka ni vill jobba med.

Lokaler:

En lokal där ni får plats samt har möjlighet att diskutera i mindre grupper.

Gruppstorlek:

Det finns en angiven rekommendation inför varje diskussionsområde men ni kan anpassa gruppstorleken efter samtalet som ska föras. Ni kan välja prata alla tillsammans, dela in er i mindre grupper om max sex personer eller kanske två och två.

Samtalsledare:

Utse gärna en eller två personer som håller koll på tiden och som fördelar ordet. Dessa personer har till uppgift att se till att alla som vill får möjlighet att prata.

Samtalsledaren kan behöva avbryta och föra samtalen vidare om ni fastnar för länge vid något ämne eller någon person.

Diskussionsövning 1 – Att snälltolka och resursfokusera

1. Dela in er två och två.
2. Prata med varandra om att snälltolka. Är din hjärna också förprogrammerad till att bli lite irriterad på personer som inte gör som förväntas i föreningen eller klubben? Du gör du i stort sett som de flesta andra människor och det är helt normalt men vad skulle hända om du började snälltolka personerna i din omgivning mera tror du?
3. Vilka fördelar skulle kunna uppstå i verksamheten du är engagerad i om ni snälltolkade varandra mer? Prata ihop er och försök få fram några exempel på saker som skulle kunna fungera bättre om ni använde snälltolkning.

Tidsåtgång: Cirka 20 minuter

Diskussionsövning 2 – Hur gör vi så att alla kan vara med och vara välkomna?

Jenny berättade om i filmen hur NPF kan påverka era deltagare att kunna klara att vara delaktiga i era aktiviteter och i er förening. Fundera och diskutera om er verksamhet faktiskt är möjlig för alla att vara delaktig i.

1. Se följdfrågor som hjälp i diskussionen nedan. Utse någon som sammanfattar det ni diskuterat och ta med tillbaka till stora gruppen.
 - Vad förväntar vi oss att deltagarna ska klara av på våra aktiviteter?
 - Vilka krav ställer vi kring förmågan att fungera i gruppen oavsett om det är en aktivitet eller exempelvis styrelsearbete?
 - Vilka krav ställer vi kring förmågan att kunna fokusera och koncentrera sig i olika lägen?
 - Har ni funderat på hur de olika miljöer ni har i er lokaler eller utomhus vid er verksamhet kan påverka funktionsförmågan vid NPF? Är det någon miljö ni skulle behöva förändra? Exempelvis kring olika intryck som ljud, ljus, dofter o s v.
 - Ger ni möjlighet att få återhämtning och lugna stunder utan krav från er för de som behöver det? Har ni någon plats avsatt för detta vid träning eller andra evenemang?

Tidsåtgång: Cirka 30-40 minuter

2. Har ni under diskussionen hittat något som ni vill jobba vidare kring?
 - När kan ni ta första steget i detta arbete?
 - Behöver ni utse någon ansvarig som håller samman det arbetet i så fall?

Tidsåtgång: Cirka 10-15 minuter

Diskussionsövning 3 – Ärftlighet och samverkan med vårdnadshavare

1. Dela in er i grupper med max sex deltagare. Utse samtalsledare och någon som antecknar kortfattat.
2. Jenny berättar i filmen att ärftligheten är 70-80% när det gäller NPF. Samverkan mellan tränare/ledare och vårdnadshavare är ofta till stor hjälp för att få verksamheten att fungera för spelare med NPF. Om ni ser er som ett team kring spelaren så ökar förutsättningarna för en spelaren med NPF att lyckas med innebandyn!

Diskutera hur ni upplever att samverkan med spelare med NPF och dess vårdnadshavare och anhöriga fungerar? Upplever ni några utmaningar i det samarbetet? Vad fungerar bra och vad skulle vi kunna göra för att detta samarbete skulle kunna fungera ännu bättre?

3. Ta fram tre förslag på konkreta åtgärder eller anpassningar som ni kan förbättra i just er förening/klubb kring kommunikation och samverkan med anhöriga.

Tidsåtgång: 20 minuter

4. Berätta för varandra i storgrupp vad ni kommit fram till.
 - Hittar ni några gemensamma åtgärder eller anpassningar som ni kan införa som standard i arbetet med samverkan med vårdnadshavare och anhöriga fungerar?
 - När kan ni ta första steget i detta arbete?
 - Behöver ni utse någon ansvarig som håller samman det arbetet i så fall?

Tidsåtgång: 20-30 minuter

Diskussionsövning 4 – Fallbeskrivning

Här kan ni välja att diskutera kring en fallbeskrivning. Det innebär att det finns ett påhittat men verklighetstroget scenario som kan tänkas uppstå under en aktivitet i er verksamhet. Någon läser någon upp texten nedan högt i gruppen och sedan diskuterar ni utifrån diskussionsfrågorna.

Lämplig gruppstorlek är cirka 6 personer. Samtalsledaren fördelar ordet.

Tidsåtgång: Mellan 20-30 minuter

Fallbeskrivning – Att vara en rättvis ledare

Christoffer är ledare sedan några år tillbaka. Just nu är han ansvarig för en grupp med tonåringar. Det är mycket känslor och en hel del drama i gruppen där deltagarna ibland "älskar" varandra och inland "hatar" varandra. Christoffer försöker hjälpa deltagarna att på ett pedagogiskt sätt hantera alla starka känslor.

I gruppen finns det en deltagare med autism och två med adhd som Christoffer vet om. I två av fallen är deltagarna öppna med sina diagnoser och de utmaningar och styrkor det för med sig och kompisarna vet ganska mycket om hur de funkar och vad de behöver för att må bra. De accepterar de anpassningar som behövs rakt av.

Adina som har adhd med i huvudsak ouppmärksam form (add) och även med autistiska drag har inte velat berätta för kompisarna om sin diagnos. Adina har dock behov av att få dra sig undan och vila och behöver ibland få slippa vissa uppgifter då hon inte får igång sin aktivitetsreglering.

Christoffer vet att Adina inte kan göra saker då hon är för trött eller inte har tillgång till rätt dopaminnivå i sin kropp men det vet ju inte kompisarna.

Det innebär att de andra ibland tycker att Adina "alltid" slipper de tråkiga sakerna som exempelvis att plocka undan efter aktiviteterna. Så är det ju naturligtvis inte men det är deras upplevelse.

- Hur tycker ni att Christoffer ska hantera det här som ledare?

- Hur kan Christoffer hantera känslorna i gruppen kring den upplevda orättvisan?

- Skulle Christoffer kunna använda sin relation och det förtroende deltagarna känner för honom på något sätt i situationen kring den upplevda orättvisan?

- Borde Christoffer övertala Adina och hennes föräldrar att berätta för de andra deltagarna? Varför eller varför inte?

- Har du tips på några lekar eller övningar som handlar om allas lika värde och om att vi alla är olika och har olika behov som ni skulle kunna genomföra i er verksamhet? Tipsa gärna varandra med pedagogiska tips på hur man i verksamhet kan lyfta frågor om olika behov och hur man kan välja att bemöta varandra.

- Avsluta med att fundera över om ni skulle behöva göra övningar eller lekar kring alla lika värde och olika behov i just er verksamhet. Om så är fallet, när kan ni ta tag i det?