

Informasjon til ledere

Mitt livs ABC er en opplæring som retter seg til personell som gir helse- og omsorgstjenester til barn, unge, voksne og eldre med utviklingshemming.

ABC-opplæring er i bruk på flere fagområder. Fra 2007 til 2017 har mer enn 25 000 ansatte i over 400 kommuner gjennomgått, eller er i gang med, opplæring med Demensomsorgens ABC eller Eldreomsorgens ABC. I oktober 2016 deltok 276 deltakere fra 14 av 15 kommuner i Vest-Agder i oppstarten av Mitt livs ABC. Fra våren 2017 har en rekke andre kommuner også startet opp.

Det er ingen eksamen i forbindelse med ABC-opplæringen, og opplæringen gir ingen formell kompetanse. Erfaring fra tidligere ABC-opplæringer viser at opplæringen har:

- gitt deltakerne økt kompetanse og stimulert til faglig refleksjon i det daglige arbeidet.
- gitt deltakerne økt forståelse for hverandres faglige tilnærming, og bidratt til en felles faglig plattform.
- ført til bedre kommunikasjon mellom samarbeidende instanser.

I tillegg kan gjennomført ABC-opplæring være relevant ved søknad til høyskoleutdanning på grunnlag av realkompetanse. Det er også mulig for deltakere uten helse-, sosial- eller pedagogisk utdanning, å søke om å ta fagbrev gjennom prosjektet "[med ABC til fagbrev](#)"

Økonomiske og administrative forhold må tilpasses den enkelte kommune eller virksomhet. Erfaring viser imidlertid at det er viktig at deltagere innen samme kommune har de samme betingelsene når det gjelder godtgjøring for bruk av tid.

Det må være en ABC-kontakt i kommunen som melder på deltakere, videreformidler informasjon til deltakere og ledere, og som har kontakt med lokale seminararrangører og Aldring og helse. Dessuten må ABC-kontakten i samarbeid med aktuelle ledere, sette sammen gruppene. Det

behøver ikke være den samme medarbeideren som er ABC-kontakt når det gjelder Mitt livs ABC som for de øvrige ABC-opplæringene. Kommunens ABC-kontakten melder på gruppe til Mitt livs ABC på abcregistrering.no, eventuelt ved å ta kontakt med Aldring og helse på abc@aldringoghelse.no.

ABC-opplæringen består av temahefter, seminarer og gruppesamlinger.

Pris per perm kr. 500,-. Dette dekkes av RKK Vesterålen og Lødingen

Temahefter

Temaheftene er samlet i to permer. Hvert hefte omhandler ett fagtema. Språket i heftene er praksisnært, og en finner ulike «tenk over»-spørsmål til hvert tema. På slutten av hvert hefte er det refleksjonsspørsmål beregnet på drøfting i gruppene.

Relevante filmklipp er tilgjengelig på nettsiden som utgangspunkt for noen av refleksjonsspørsmålene. Alt som finnes skriftlig er også tilgjengelig på nettsiden – både som tekst og innleste lydfiler.



Etter å ha gjennomført perm 1, kan en vurdere om en også ønsker å gå videre med fordypningspermen, perm 2.

Innhold

Perm 1

Hefte 1	Introduksjon
Hefte 2	Om utviklingshemming
Hefte 3	Etikk
Hefte 4	Kommunikasjon

Hefte 5	Miljøarbeid
Hefte 6	Helse og helseutfordringer
Hefte 7	Opplæring, dagtilbud og arbeid
Hefte 8	Trivsel og sosialt nettverk
Hefte 9	Aktive liv – muligheter og utfordringer
Hefte 10	Tvang og makt



Perm 2

Hefte 1	Alternativ og supplerende kommunikasjon
Hefte 2	Helhetlig tjenestetilbud
Hefte 3	Psykisk helsearbeid og psykiske lidelser
Hefte 4	Nedsatt fysisk funksjonsevne
Hefte 5	Autismespekterforstyrrelser
Hefte 6	Teknologiske løsninger i tjenestene
Hefte 7	Helseoppfølging
Hefte 8	Aldring
Hefte 9	Miljøarbeid fordypning
Hefte 10	Utfordrende atferd

(Perm 2 er under arbeid og vil være klar til bruk vinter/vår 2018. Vi tar forbehold om at det kan komme noen endringer i titler og rekkefølge.)

ABC-gruppene



Vi anbefaler at ABC-gruppene settes sammen tverrfaglig, helst med personale fra flere arbeidsplasser, og med 6-8 deltakere per gruppe. Det bør ikke være over 50 prosent ufaglærte i hver gruppe, og det er hensiktsmessig at minst én deltaker per gruppe har høyskoleutdanning.

Hver gruppe må ha en kontaktperson som rapporterer oppmøte på gruppesamlinger og seminarer. Oppgaven som ordstyrer kan gå på omgang.

Det bør settes av minimum halvannen time til gruppemøtet. Det er opp til hver gruppe, i samarbeid med leder, å avtale tidspunkt for gruppemøtene. Gruppesamlinger for deltakere som jobber turnus, gjennomføres ofte i forbindelse med vaktskiftet på dagtid.

Det skal holdes minimum ett gruppemøte per hefte. For noen hefter kan det være nyttig å sette av to møter. Før hvert gruppemøte skal hver deltaker ha forberedt seg ved å lese heftet som skal gjennomgås. Erfaring fra tidligere ABC-opplæring er at de fleste leser heftene utenom arbeidstid, men noen leser i rolige perioder på jobb. Dette gjelder spesielt nattevakter.

På gruppemøtet gjennomgås refleksjonsspørsmålene. Tema i heftene diskuteres ut fra egne erfaringer og praksis.

Godtgjøring for gruppearbeid er som oftest time for time.

Seminarer

Deltagerne skal delta på to heldags seminarer i løpet av hver opplæringsperiode (hver perm).

Deltagerne skal delta på to heldags seminarer i løpet av hver opplæringsperiode (hver perm). Seminarene holdes ved oppstart og når gruppene er om lag halvveis i permen. Seminarene har lokale samarbeidspartnere, som regel USHT eller spesialisthelsetjenesten, ansvar for å arrangere. Kommunen betaler ikke for forelesere, men dekker eventuell leie av lokaler og bevertning for sine deltagere.

Kommuner eller virksomheter som ønsker å starte opplæringen, kan kontakte Aldring og helse(abc@aldringoghelse.no) eller en av våre lokale samarbeidspartnere. Invitasjon til oppstartsseminar kan også komme fra en av våre lokale samarbeidspartnere.

Seminar 1 (oppstartsseminar)

I oppstartsseminaret for perm 1 benyttes de første to timene til introduksjon av modellen, det å jobbe i gruppe, gruppekontrakt, bruk av digitale ressurser og elektronisk registreringer. Før seminaret bør gruppene være satt sammen. I seminaret blir det et gruppearbeid der deltakerne presenterer seg for hverandre, avtaler tidspunkt for i alle fall første gruppesamling og en gruppekontrakt avtales.

De fire siste timene vil temaene være mer valgfrie, men «å leve med utviklingshemming», «ulike grader av utviklingshemming», «kommunikasjonsutfordringer» og liknende vil være aktuelle temaer.

Seminar 2

Dette seminaret arrangeres når gruppene er om lag halvveis i permene. Her vil en av seks timer bli benyttet til et gruppearbeid på tvers av ABC-gruppene. Tema for gruppearbeidet er hvordan det er å jobbe i gruppene, hva som fungerer greit og ideer til hva som kan forbedres. Resten av seminardagen er undervisning i aktuelle temaer. Bruk av tvang og makt kan være aktuelt, likeledes andre temaer fra heftene.

Seminarer i tilknytning til perm 2 vil ha undervisning knyttet opp mot fagtemaene i permene. I alle seminarene vil en også sette av litt tid til å høre med deltakerne hvordan arbeidet i gruppene går og dele erfaringer fra opplæringen.