



Pep Talk

Att vara personlig assistent



**Kompendium
av Bengt Elmén
socioonom**

Att arbeta som personlig assistent

INLEDNING

Det här kompendiet bygger på en introduktion för mina egna personliga assistenter. Mycket av det som tas upp gäller dock för assistentjobbet i stort. Men det är viktigt att komma ihåg att arbetet som personlig assistent kan skilja sig väsentligt från arbetsplats till arbetsplats.

Det var just därför som vi i STIL (Stiftarna av Independent Living i Sverige)¹ ville ha möjlighet att anställa våra egna assistenter – för att kunna skraddarsy assistansen efter våra egna behov. Vi var trötta på att det kom in främmande människor i våra hem som ville styra och ställa om hur vi skulle ha det. Kan man inte påverka utformningen av sin personliga assistans så kan man inte heller påverka sitt eget liv. Det var därför vi ville ha personliga assistenter.

ANSVAR

Att arbeta som personlig assistent ställer många ansvarsfrågor på sin spets. Yrken av liknande karaktär, exempelvis inom vården, går vanligtvis ut på att man inte bara ger praktisk hjälp, utan att man också tar ett större ansvar för den man vårdar eller hjälper. Det beror bland annat på att när vi är sjuka och söker vård har vi begränsade möjligheter att ta ansvar för oss själva. Har vi till exempel brutit benet så krävs det vissa specialkunskaper för att reparera skadan. Vi får därför frånhända oss ansvaret för en bit av oss själva och låta någon annan fatta beslut om:

- vår behandling
- när vi får gå ut
- när vi får lämna sjukhuset
- när vi får börja arbeta
- när vi ska ta bort gipset
- hur vi får röra oss

Så är det inte med personlig assistans – i varje fall inte om du jobbar åt mig. Jag förväntar mig inte att du ska ta ansvar för mig i olika situationer utan jag vill bara ha den praktiska hjälp jag behöver. Detta gäller naturligtvis inte för alla assistentarbeten. Ibland kanske man måste ta ett större ansvar för den man assisterar, men även då tror jag att det finns en risk att man tar för mycket ansvar. Den som har assistans vill säkert klara så mycket som möjligt själv även om han inte kan uttrycka sina egna behov.

Jag gör en ganska strikt uppdelning av ditt och mitt ansvar. Jag tycker nämligen att det är viktigt att du som assistent vet vad jag förväntar mig av dig, och på vilka områden jag inte förväntar mig någon assistans alls. Begrepp som ömsesidig respekt och integritet brukar vara centrala och vägledande för relationen mellan mig och mina assistenter.

Att exakt veta vad som förväntas av en på en arbetsplats lägger också grunden för trygghet och självtillit och är därmed en garanti för att arbetsuppgifter blir utförda med omsorg och kvalitet. Att inte veta vad som förväntas av en skapar bara stress och oro.

¹ Den organisation som introducerade personlig assistans i Sverige.



Bengt arbetar med hjälp av personlig assistans

Jag är således en man som i hög grad vet hur jag vill ha det. För att kunna arbeta med sådana besvärliga människor måste du själv vara utrustad med självkänsla och förmåga att kunna stå för dina egna åsikter. Om du inte är det så kan jag lova att du blir det efter att ha arbetat med mig en tid.

FÖRDOMAR

När man börjar som personlig assistent kan det vara svårt att komma ihåg att jobbet just bara går ut på att hjälpa till med praktiska ting. Vi är nämligen alla mer eller mindre präglade av de fördomar och attityder som samhället har ställt upp om människor med funktionshinder. Dessa går vanligen ut på att den som behöver praktisk hjälp också behöver någon som ser efter och tar hand om honom. Samhället ger också många budskap om att människor med fysiska funktionshinder även har intellektuella begränsningar.

Tyvärr finns det en skala enligt vilken vi dömer olika funktionshinder. Enligt den skalan så är det allra värst om funktionshindret är intellektuellt och lindrigast om det är medicinskt, eftersom det då vanligtvis inte syns utåt. Exempel på medicinska funktionshinder är diabetes, psoriasis och allergier. Enligt den här skalan så är det också "finare" att till exempel vara trafikskadad än att ha fått sitt funktionshinder vid födseln. Är man

trafikskadad så har man ju i alla fall varit förhållandevis normal en gång i tiden.

Min egen erfarenhet säger mig dock att det inte går att värdera olika funktionshinder mot varandra på det här sättet. Istället beror allt på hur vi väljer att förhålla oss till de svårigheter som drabbar oss i livet. Ett dolt funktionshinder kan till exempel många gånger vara svårare att ha, eftersom man då ofta tvingas

förklara sina speciella behov gång på gång för en inte sällan oförstående och ovetande omgivning. Då kan det faktiskt vara lättare för den som har en rullstol med sig.

Det är sant att fysiska funktionshinder kan åtföljas av förståndsmässiga handikapp, men tyvärr tror många människor att det alltid är så. Jag var med om en lustig händelse när jag nyligen skulle ta flyget till Göteborg. Tjejen vid incheckningen frågade mig om det skulle bli roligt att komma ut och flyga. Att detta händer i Sverige på 2000-talet är naturligtvis ett klart bevis för att många fördomar fortfarande lever kvar.

Dessa fördomar finns också hos funktionshindrade själva. Inte sällan har personer med lindriga rörelsehinder behov av att markera sitt avståndstagande gentemot dem som använder rullstol. På så sätt markerar de för sin omgivning och för sig själva att: "Jag är i alla fall inte så handikappad!" Tyvärr leder det ofta till en onödig splittring inom handikapprörelsen. I STIL var vi därför noga med att alla skulle få vara med.

ATT OFFRA SIG

Generellt sett har vi fått lära oss att det ligger något fint och eftersträvänsvärt i att även på olika sätt ta ansvar för dem vi hjälper. Det räcker med att titta på biståndet till tredje

världen för att konstatera att hjälpen grundar sig på att vi anser oss veta bäst vad den hjälpbehövande har för behov. Att hjälpa är alltså något fint som man kan få en stjärna i himlen för.² Historien om den barmhärtige samariten i bibeln visar på att offra sig för andra många gånger kan vara en dygd.

Å andra sidan kan det givetvis vara bekvämt att som funktionshindrad bli omhändertagen av andra. Det kan vara skönt att gömma sig bakom sitt funktionshinder och utnyttja det för att låta andra människor tycka synd om en. Detta är faktiskt något som även gäller mulliga mansgrisar och många andra grupper. Ibland tycker vi att det kan vara bekvämt att lämna över ansvaret för våra liv till någon annan.

Det bygger emellertid på att det även finns "räddare i nöden" som är beredda att rycka ut och hjälpa oss. Det skulle till exempel inte finnas några mulliga mansgrisar om det inte också fanns kvinnor som passar upp. Detta är kanske en ganska obehaglig sanning, men många gånger kan det faktiskt vara skönt att på detta sätt känna sig behövd.

Det finns flera tokiga sätt att ta ansvar för andra människor. När vi var barn fick vi exempelvis tidigt lära oss att ta ansvar för våra föräldrars reaktioner och känslor. Vi fick till exempel höra: "Gör inte så för då blir mamma arg." På detta sätt tror jag att det hos många av oss grundläggs en missuppfattning som innebär att vi bär ett ansvar för andra människors känslor. De flesta bär detta kvar inom sig även i vuxen ålder och det leder till konflikträdsla och att vi på ett felaktigt sätt fogar oss i vad andra säger och tycker.

Faktum är att man aldrig kan ta ansvar för någon annan människas känslor eller handlingar. Uttryck av typen: "Du gjorde mig irriterad, glad, arg" eller vad det än må vara, är därför direkt felaktiga. Detta rättfärdigar givetvis inte ett respektlöst beteende, men den som beter sig respektlöst kan likväl inte lastas för de känslor som det beteendet väcker hos dig.

Att arbeta som personlig assistent innebär att du får lära dig vad som är mitt ansvar och vad som är ditt. Genom hela livet har människor försökt ta ifrån mig ansvar i olika situationer. De har daltat och överbeskyddat mig och behandlat mig som ett barn. Också du kommer troligen att få vara med om att folk till exempel talar över huvudet på mig och kanske frågar dig vad jag vill ha. Det allmänna medvetandet är tyvärr inte större.

Det har gjort att jag intresserat mig mycket för ansvar och olika sätt att fördela det. Att arbeta som min personliga assistent innebär att du inte kan undgå att få ta del av olika insikter som livet gett mig. De flesta av mina assistenter upplever detta som den största fördelen med det här jobbet – att de får lära sig något nytt. De upplever sig också kunna tillämpa den kunskapen på andra relationer och på så sätt klara av dem lättare.



Jag är således intresserad av medarbetare som i hög grad är pigga på att lära sig något nytt och är öppna för förändring och utveckling. Generellt sett tror jag faktiskt att en sådan öppenhet är en förutsättning för att man ska klara av assistentjobbet. Det går nämligen inte att bli assistent och sedan säga till sin arbetsledare att: "Så här gjorde vi på mitt förra jobb, så det går nog bra här också." Då har man ju missat hela poängen med vad personlig assistans innebär.

² Obekräftade rykten gör gällande att S:t Per direkt vid pärlporten delar ut tre stjärnor till alla personliga assistenter.



Bengt på ett av sina utbildningsuppdag

UTVECKLING

De insikter som livet har gett mig står ofta i bjärt kontrast till det vi har lärt oss av våra föräldrar, i skolan och i samhället i övrigt. Att arbeta som min personliga assistent kan därför vara jobbigt rent mentalt, eftersom man tvingas göra upp med vanföreställningar som man har gått och burit på under lång tid. Man tvingas omvärdera och ifrågasätta föreställningar som man tidigare tog för givna. Detta kan vara jobbigt och ibland även smärtsamt, men är man beredd att göra det så finns också stora vinster att hämta.

Det låter nästan som om assistentjobbet skulle vara någon form av terapi, men så är det givetvis inte. Jag har ingen terapisoiffa. Vad man däremot skulle kunna definiera det som är en form av personlig utveckling. Är man inte intresserad av att utvecklas så gör man därför bäst i att söka sig till något annat jobb. Det är också viktigt att komma ihåg att den avgörande skillnaden mellan terapi och den utveckling som sker i relationen mellan mig och en assistent, är att förhållandet i en terapisisituation aldrig blir jämbördigt. I vår relation handlar det däremot om ett ömsesidigt givande och tagande. Jag vet också att personliga assistenter på andra arbetsplatser har betraktat arbetet som ett sätt att utvecklas.

Ansvarsfördelningen mellan mig och mina assistenter präglas i stort av att jag bär ansvar för innehållet i det som ska göras medan du ansvarar för det praktiska runt omkring. Om vi till exempel ska åka ut i ett ärende på stan, så ansvarar jag för det som ska utträttas medan du ansvarar för bilkörning, att trafikreglerna följs, i- och urlastning, rullstolskörning med

mera. Detta kan låta som rätt banala arbetsuppgifter, men man ska komma ihåg att det hela alltid utförs i ett visst sammanhang.

Om jag hade ett 9-5 jobb och du varje dag skulle köra mig till och från arbetet och hjälpa mig på mitt jobb som till stor del bestod av rutinuppgifter, så skulle det ganska snart bli tråkigt. Orsaken till att mina assistenter trivs med mig är att de får vara med och se hur en verksamhet – nämligen mitt företag – byggs upp och utvecklas från dag till dag. Detta ger en känsla av delaktighet och engagemang, vilket gör att man som assistent har lättare att sätta in de "banala arbetsuppgifterna" i ett större sammanhang och se sin arbetsinsats som en viktig komponent i något större.

Utvecklingen av relationen mellan mig och mina assistenter spelar också en viktig roll i det vardagliga arbetet. Den gör att de praktiska göromålen ibland nästan blir sekundära och fungerar som ett medel i en gemensam strävan mot en större kunskap i hur man bäst utvecklar fina mänskliga relationer.

RESPEKT

Jag praktiserar alltså en ganska strikt ansvarsfördelning och kan på så sätt und-

vika onödiga konflikter. Båda parter ska kunna veta vad som gäller och känna kontroll över det som ska utföras. De flesta andra företag praktiserar inte en sådan strikt ansvarsfördelning och det leder till en salig röra.

Att var och en vet sitt ansvar för också med sig att vi kan visa större respekt för varandra. Det innebär nämligen att du alltid vet vad jag förväntar mig av dig. Tack vare detta blir det lättare för oss att diskutera situationer då jag inte är nöjd med assistansen. Eftersom det klart och tydligt framgår vad som ska göras så kan jag inrikta eventuell kritik på vad som skulle ha gjorts i en viss situation. På sätt och vis kan man säga att jag gör som i fotboll – jag går på bollen istället för på spelaren.

Överhuvudtaget tror jag att vi skulle tjäna mycket på att inrikta oss mer på själva handlingen än på personen när vi ska kritisera något.

Det innebär också att mina assistenter vet på vilka områden jag inte förväntar mig assistans och att de därmed kan lämna dessa områden åt mig och mitt eget omdöme. På så sätt lägger vi grunden för ett respektfullt förhållningssätt gentemot varandra.

KONFLIKTER

Jag är av den uppfattningen att konflikter kan vara utvecklande om man hanterar dem rätt. Att assistera mig betyder att du får lära dig ta konflikter. Konflikter behöver inte innebära att man grälar utan kan lika gärna betyda att man i lugn och ro diskuterar sig fram till en för båda godtagbar lösning.

Fools argue – Gentlemen discuss.³

En konflikt uppstår, enligt min uppfattning, så fort man har olika åsikter om hur en gemensam fråga ska lösas. Jag tror att en relation utan konflikter är omöjligt att ha, eftersom det är naturligt att ha olika syn-

punkter i alla möjliga frågor. Därför ser jag inte konflikter i sig som något negativt.

Vi lever i en tid när vi många gånger saknar redskap för att lösa konflikter. Det var lättare på våra föräldrars tid. Då var nämligen alla tvungna att veta sin plats. Kvinnan lydde mannen. Barnet lydde föräldrarna och arbetaren lydde arbetsgivaren. Idag är det inte lika lätt och därför försöker vi till varje pris undvika konflikter.

Vi fogar oss. Vi säger inte vad vi tycker. Vi försöker vara "smidiga". På så sätt undergräver vi våra relationer och tar bort den viktigaste förutsättningen för en bra relation, nämligen ärlighet och uppriktighet. Är vi inte uppriktiga, så kan vi inte heller förvänta oss att få någon uppriktighet tillbaka. Denna avsaknad på uppriktighet kan leda till att våra relationer får en pseudokaraktär och bli till rena teaterstycken.

Detta håller dock aldrig i längden, så en vacker dag faller maskerna och relationerna går i kras, såvida vi inte är beredda att ta vårt ansvar och i tid ändra sättet mot varandra.

UPPRIKTIGHET

Av detta följer att jag alltid försöker vara så uppriktig som möjligt i relationen till mina assistenter och att jag förväntar mig uppriktighet tillbaka. Faller detta så raseras också en av de viktigaste hörnstenarna i vårt samarbete.

Att vara uppriktig innebär att jag talar om:

- när jag inte är nöjd
- när jag inte blir respekterad
- när jag märker att du inte trivs
- när jag önskar en förändring

Jag förutsätter också att mina assistenter berättar när de på motsvarande sätt vill ha något sagt till mig.

Det går alltså inte att gömma sig i det här jobbet. Det går inte att stänga dörren om sig och arbeta ensam, även om man är trött eller irriterad. Därför ställs det högre krav

³ Tokar grälar - Gentlemän diskuterar.

på relationen mellan oss än på andra arbetsplatser.

KOMMUNIKATION OCH TAKT

För att kunna lösa konflikter på ett respektfullt sätt krävs en bra kommunikation. En bra kommunikation förutsätter låg takt. Är man stressad och orolig så blir kommunikationen genast lidande. Jag försöker därför lösa de konflikter jag råkar ut för med så lite affektion som möjligt. Det håller sinnet klart och lugnt vilket i sig är en garanti för en djupare förståelse för varandra.

Takten i dagens samhälle är ganska uppskruvad vilket leder till att vi:

- blir stressade
- tappar kontrollen över vad vi gör
- begår misstag
- inte tar oss tid med att tänka efter
- inte tar oss tid att lyssna
- inte blir ett med oss själva

Ända sedan min barndom har jag fått lära mig att ha en låg takt. Eftersom jag inte hade personlig assistans när jag var barn så tvingades jag vänta med att genomföra mina idéer tills någon hade tid att hjälpa mig. Jag fick gott om tid att fundera på både mina egna och andras reaktioner i olika sammanhang.



I och med att jag talar långsammare än andra så har jag också alltid varit tvungen att tänka efter innan jag säger något. På så sätt har jag fått rensa mitt språk från onödiga kommentarer och uttalanden. Det har fått mig att fundera över hur ofta det händer att andra öppnar munnen utan att ha något att säga. Ibland är det till och med så att vi tycks använda pratandet för att slippa komma nära varandra eller oss själva.

Jag är mycket tacksam för att jag på detta sätt tvingats lära mig att hålla en låg takt i min vardag. Det är något jag har nytta av i mitt arbete. Det gör detsamma om det tar ett, fem eller tio år att bygga upp mitt företag. Huvudsaken är att jag känner att kursen är rätt och att det går framåt. Hastigheten kommer i andra hand. Jag prioriterar en lugn och skön seglats.

Jag tror att detta är grunden för allt lyckosamt förändringsarbete – att man månar om de små detaljerna och ser till att allt är på plats innan man går vidare – att man på något sätt känner att man är i fas med sig själv och försöker koncentrera sig på det som ter sig mest naturligt i det aktuella ögonblicket.

Detta återspeglas även i min vardag. När vi arbetar tillsammans så måste takten vara låg till följd av mina talsvårigheter. Det krävs bland annat att du har tålamod och kan vänta på att jag ska beskriva en arbetsuppgift innan du sätter igång med att utföra den. Annars kan det bli så att du får börja om från början. Om jag till exempel ber om ett glas vatten och du inte väntar så kan det hända att jag också ber dig om en bull när du kommer tillbaka med vattnet. Det blir slöseri och det som skulle gå fort tar egentligen dubbelt så lång tid och kräver mer arbete.

Det krävs också att du är beredd att vänta på svar när du ställer frågor till mig. Detta kan synas som rena rama självklarheter, men det är faktiskt vanligare än vi tror att vi inte ger varandra tillräckligt med tid att svara. Vi kanske slänger åt någon en fråga i förbifarten när vi passerar i korridoren på

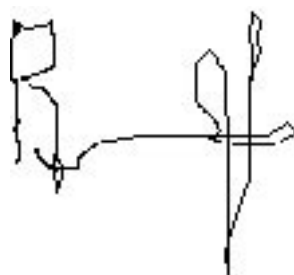
en arbetsplats, utan att vänta på svar. Detta medför att takten skruvas upp på ett onödigt sätt och att den andre känner sig osäker på om han ska svara eller inte.

Min låga takt ställer ofta krav på att du som assistent sänker din egen takt när du kommer utifrån. Ibland kanske du bara får sitta och vänta på att få något att göra. Detta kan kännas som oerhört ineffektivt i början – på vilken annan arbetsplats kan man tjäna pengar bara genom att sitta? Men du förstår nog snart att det ibland kan vara mycket nyttigt för mig att helt enkelt ha tillgång till någon som kan rycka in när jag behöver det.

Det går att se detta som en stor förmån, eftersom du på så sätt får lära dig att ta det lugnare och komma närmare dig själv. Men det går också att betrakta det som svårt och utmanande, om du inte är van vid att dra ner på takten i din vardag.

Du är välkommen om du vill anta den utmaningen.

Lycka till i ditt arbete som personlig assistent!




Ett av de svåraste momenten i assistentjobbet är att veta när man ska ta initiativ och när man inte ska göra det, det vill säga att känna till var gränsen går mellan Ditt och mitt ansvar.

Därför har jag sammanställt den här frågesporten för mina personliga assistenter. Den är sammanställd mer för att väcka tankar och diskussion än för att peka ut vad som är rätt och vad som är fel.

- 1. Ett butiksbiträde hör inte vad jag säger och tittar uppfordrande på Dig.
A. Du repeterar vad jag har sagt.
B. Du frågar mig om Du ska hjälpa till.
C. Du inväntar mitt initiativ.**

Ditt svar: _____

- 2. Jag håller på att ramla.
A. Tar initiativ.
B. Tar inget initiativ.**

Ditt svar: _____

- 3. Jag sitter onykter på krogen och vill beställa in en öl till.
A. Du vägrar hjälpa till.
B. Du hjälper till.
C. Du förklarar att Du inte vill hjälpa mig hem.
D. Du beställer en till Dig själv också.**

Ditt svar: _____

- 4. Jag har tappat en brödsmla i knät.
A. Du frågar om Du ska plocka upp den.
B. Tar inget initiativ.
C. Du plockar upp den utan att fråga.**

Ditt svar: _____

5. Jag har vält ut en liter mjölk över mig.
A. Tar initiativ.
B. Tar inget initiativ.

Ditt svar: _____

6. Någon hör inte vad jag säger i telefon trots att jag har upprepat mig flera gånger.
A. Frågar om Du ska upprepa.
B. Tar inget initiativ.
C. Du upprepar helt enkelt.

Ditt svar: _____

7. Jag väntar gäster men sängen är obäddad.
A. Du bäddar.
B. Tar inget initiativ.
C. Påminner om att sängen är obäddad.

Ditt svar: _____

8. Ett barn kommer fram till oss och frågar: "Varför kan han inte gå?"
A. Du ger en förklaring.
B. Du säger till barnet: "Fråga Bengt själv."

Ditt svar: _____

9. Passagerarservice på Arlanda frågar Dig i min närvaro: "Kan han gå själv?"
A. Du svarar: "Ja."
B. Du hänvisar till mig.
C. Du svarar: "Ja, han kan både gå och flyga."

Ditt svar: _____

10. Det ligger några papper på golvet i mitt kontor.
A. Du tar upp dem.
B. Du frågar mig om Du ska ta upp dem.
C. Du gör ingenting.

Ditt svar: _____

Vem är Bengt Elmén ?

Med orubblig tro på sig själv har Bengt förverkligat sina mål

Bengt Elmén är handikapad sedan födseln, och har svårt att tala och röra sig. Trots detta driver han ett eget utbildningsföretag, skriver böcker och peppar upp folk. På måndagen besökte han Furuboda folkskola.

ÖVERLEVNADSFRÅGA

– Att se vad man är bra på och lära sig utnyttja det kommer att bli en överlevnadsfråga för oss alla i framtiden, tror Bengt Elmén.

Hans kamp för kooperativet STIL är ett av flera exempel på att det lönar sig att ta tillvara sina resurser.

– STIL ville förbättra den kommunala hemtjänsten genom att driva den i egen regi. Motståndet mot nyordningen var stort, men vi lyckades genomföra idéerna.

– Idag omsätter STIL cirka 80 miljoner kronor och har 1 000 anställda.

JONAS KARLSSON

KRISTIANSTAD

Rörelsehindrad peppar oss alla

■ Han är handikappad sedan barnsben. Trots det arbetar han bland annat med att peppa upp icke-handikappade.

Med envishet och en orubblig tro på sig själv går det att komma långt.

Det är Bengt Elmén ett tydligt bevis för.

Trots ett svårt rörelsehandikapp gav han sig katten på att han en dag skulle bli egen företagare.

SIDAN 24

FOTO: JONAS KARLSSON

Trots att han har rörelse- och talsvårigheter kuskar Bengt Elmén land och rike runt och håller seminarier, där det ofta handlar om att peppa upp publiken.

Här ses han tillsammans med sin personliga assistent Lennart Svanström.

HÅLLER SEMINARIER

Nu har han nått sitt mål. Han reser land och rike runt och håller seminarier för anställda inom såväl det privata näringslivet som landsting och skolor.

På måndagen hade turen kommit till personalen på folkskolan i Furuboda, söder om Åhus. 150 personer fascinerades av Bengt Elméns berättelser.

– Det gäller att lära sig att möta svårigheterna och vända dem till möjligheter, med utgångspunkt från sitt eget handikapp. Svårare än så är det inte, säger Bengt, när vi träffar honom efter seminariet.

SKRIVER BÖCKER

35-åringen från Farsta har många järn i elden. Utbildningsföretaget Pep Talk tar upp en stor del av hans tid, men han hinner även med att skriva böcker.

– Jag är precis färdig med min tredje bok. Den handlar om att våga välja sin egen väg, även om den verkar nog så smal och krokig, berättar Bengt.

Själv har han gjort sitt val. Han tror att han har något att ge andra människor, och vill hjälpa dem att också satsa rätt.



Viktigt för personliga assistenten

- Ta / Ge Ansvar
- Ej glömma egna behov
- Ta konflikter
- Sänka takten





Hur reagerar du? Hur agerar du?

Personlig assistans handlar ju i stor utsträckning om att hitta rätt förhållningssätt, attityder och värderingar, och här är några frågor du kan läsa igenom och fundera över. Det finns naturligtvis inte några givna svar.

1. Tore som du arbetar hos frågar dig varför livet var så orättvist att det gjorde honom blind.
2. Din moster som är fackombud tycker att det borde finnas fasta regler för vad en assistent får hjälpa till med så att de inte utnyttjas.
3. Vera undrar vilket du tycker skulle vara värst - att bli döv eller rullstolsburen.
4. Eva som också är assistent säger till dig en dag: "Det måste vara hemskt att vara beroende av andra hela tiden."
5. Lars säger till dig i förbifarten: "Tänk dig att inte kunna förstå vad andra säger."
6. Ulla undrar: "Hur orkar du vårda folk hela dagarna?"
7. Gamla faster Nina räcker dig en femtiokronorssedel och säger: "Du gör en fin insats, lilla vän, som är så snäll och hjälper de stackars handikappade."
8. Din bror muttrar när ni ser på TV tillsammans: "Ja, egentligen borde man tillåta dödshjälp för dem som har det allra värst."
9. Lena som du assisterar är tio år och frågar dig när hon kommer att bli frisk.
10. Oskar som du arbetar hos är tretton år och helförlamad och drömmer om att bli brandman.
11. Din farbror som är kommundiensteman tycker att det vore mer effektivt om de personliga assistenterna gick till fler så att det inte blev några onödiga personliga bindningar.
12. Din far Harald sitter med grogglaset i högsta hugg framför TVn och menar att en del barn aldrig borde få födas.
13. Din mor ser upp från en debattartikel i DN och tycker att vi borde återinföra tvångssteriliseringen.
14. Din kompis har dragit igång en namninsamling mot en gruppbostad i hennes bostadsområde.
15. Din mormor ber dig att vidarebefordra en ask choklad till den person du arbetar hos, som det enligt henne är så synd om.
16. Peter som har ett allvarligt funktionshinder som bara förvärras frågar dig om han ska dö.
17. På tåget sitter ni mittemot en herre som talat om ditt och datt och som till slut frågar dig: "Vad är det egentligen för fel på din kompis?"
18. Lotten är barndomsblind och frågar dig hur färgen grön ser ut.
19. Din morbror som är kommunpolitiker anser att det där med personlig assistans lika bra kan skötas av den kommunala hemtjänsten.
20. Din kusin som är ombudsman på ett partikansli anser att man måste spara i assistansreformen genom att bl.a. reglera hur ofta man ska få hjälp med städning, handling och att komma ut.
21. En kamrat till dig blir förvånad när hon får veta att du har hittat ett jobb där man kan tjäna pengar på att bara sitta med armarna i kors.
22. Du är ute med den person du arbetar åt och en gammal dam kommer fram och säger till dig: "Så fint att de ändå får komma ut!"
23. På kommunen anser de att ni borde ha skyddskläder. Annars gäller inte försäkringen. De börjar dela ut vita rockar.
24. Tyko är femton år och använder rullstol och frågar dig om han någonsin kommer få en tjej.
25. Emil är tolv år och förlamad i benen och frågar dig om han kommer att kunna gå.
26. Torsten är pappa till Fredrik som du arbetar hos. Han frågar dig en gång vid köksbordet varför du tror att Gud gav honom ett rörelsehindrat barn.
27. På en känd kvällstidning går rykten om att "handikappade utnyttjar sina assistenter sexuellt". De vill komma hem till dig och prata inför nästa söndagsbilaga som ska handla om "Handikappades sexliv".
28. Det är välgörenhetsgala till förmån för blinda barn på TV och din mamma frågar om ni inte ska ringa in ett bidrag.
29. Den person som du jobbar hos vill gärna bjuda ut dig.
30. Den person som du jobbar hos är mycket tacksam för året som gått och vill ge dig en tusenlapp till jul.

Detta är ...

Svårt:

- Anhöriga
- Att bara vänta
- Konflikter
- Närhet
- Sätta gränser

Lärorikt:

- Respekt
- Kommunikation
- Inte ta saker i livet för givet
- Se möjligheter

... som assistent



Du arbetar som personlig assistent åt dessa personer. Hur skulle du då agera i följande situationer?

1. Du hjälper Bobby att flytta hans pjäser i ett schackparti och ser att han just är på väg att göra ett mycket dåligt drag.
2. Rikards mamma vill att du hjälper henne att diska medan hon och Rikard vilar på maten.
3. Alva ber dig att du tar hennes son Jan i örat, eftersom han har varit olydig och ritat med krita på tapeten.
4. Ria har bjudit hem gäster men har glömt att be dig bädda sängen.
5. Zeth vill ha assistans med att duscha för tredje gången idag.
6. Kajsa insisterar på att du ska ge henne bröd från en möjlig limpa.
7. Runar vill ha dig med som assistent på ett väckelsemöte med Livets Ord.
8. Jack vill att du hjälper till att sköta om hans haschplantor.
9. Mona har glömt att betala några viktiga kontokortsräkningar. Hon får påminnelser ideligen i posten som du öppnar och läser upp. Till slut kommer ett brev från kronofogden.
10. Sigvard vill ha hjälp med att fylla i en blankett på felaktigt sätt så att myndigheterna får oriktiga uppgifter.
11. Sonja frågar om du kan klättra uppför en ranglig stege och hämta något på vinden.
12. Björn kommer hem efter en tennismatch och luktar svett och ber om assistans men du har svårt att uthärda lukten.
13. Gudrun sitter tillsammans med dig på krogen "Fortet" och vill ha en grogg till trots att hon redan är onykt.
14. Bert som är tio år och varken kan tala eller skriva ber dig på teckenspråk att gå och fråga chans på Nina.
15. Sigrid och du är ute på restaurang och kyparen frågar: "Och vad vill hon ha?"
16. Al ber dig att parkera olagligt när ni är ute med hans stora Dodge.
17. Werner ber dig att göra i ordning en tre-rättersmiddag till sex gäster som väntas inom en timme.
18. Pejlingsmannen från Radiotjänst ringer på hos Cecilia och frågar dig som öppnar: "Har ni någon TV här?"
19. Smilla vill gå ut och ta en promenad trots att det är 20 grader kallt ute, men du själv har inte tillräckligt varma kläder med dig.
20. Ture vill köpa två semlor och sätta i sig istället för lunch.
21. Silvia som är mamma till sin 19-åriga dotter Madeleine ber dig att köpa ut en flaska vin till dottern som ska gå på studentparty.
22. Malena ber dig att gå iväg och köpa Fibbens nya herrbilaga för kvinnor.
23. Fredrik vill att du stryker Filippas blusar på samma gång som hans egna skjortor.
24. Du sitter med och tolkar vad Bengt säger på en föreläsning och plötsligt hör du att han säger något som du inte alls håller med om.
25. Ian är på väg till ett viktigt möte, men är ute i sista sekunden, och ber dig därför att köra fortare än tillåtet.
26. Ett barn kommer fram till ET och dig när ni är ute på stan och frågar dig: "Vad är det för fel på honom?"
27. Sunes pappa vill att du ser till att Sune är med de "rätta" kamraterna i skolan.
28. Arnold vill att du ska följa med på en splatterfilm av värsta sort.
29. Ulf vill att du gräver i hans potatisland trots att det är sol och 30 grader varmt ute.
30. Ricky ber dig att säga till en taxichaufför att dra åt pepparn.



Pep Talk

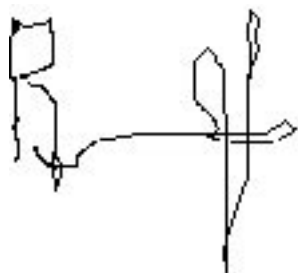
Tänkbara Tankar

Det här är inga svar på frågorna på föregående sida. Däremot kommenterar jag varje uppgift med några följdfrågor. Det är inte alls säkert att du tänker i samma banor. Just därför kan det vara nyttigt att ta del av dessa tänkbara tankar. Det kan hjälpa dig att se nya perspektiv.

1. Hur gör jag nu? Man vill ju vara bussig. Men är det min uppgift att lägga mig i spelet?
2. Ska jag även assistera familjen? Är jag något sorts tjänstehjon? Vågar jag säga vad jag tycker? Vad tycker Rikard? Men å andra sidan skulle jag ju få hjälpa Rikard om jag inte diskade.
3. Enligt din uppfattning så kanske man inte tar barn i örat. Samtidigt så är det givetvis Alvas rätt att uppfostra sina barn efter sina ideal. Men om jag tar barnet i örat utan att själv tro på det så gör jag det säkert på fel sätt.
4. Är detta mitt ansvar? Hur mycket förstår Ria? Jag kan ju ändå vara bussig och påpeka det. Då kanske hon tycker att jag lägger mig i. (Det är kanske i sängen de ska vara.)
5. Har det hänt någon gång att jag har duschat tre gånger på en dag? Varför gjorde jag det? Varför vill Zeth duscha igen? Vågar jag fråga?
6. Detta kommer jag kanske att äcklas av. Vad har jag för ansvar att upplysa om skadligheten med att äta möjligt bröd? Hon kanske kommer att tycka att jag lägger mig i.
7. Vill jag detta? Vill jag träffa dessa människor? Vad har jag för förpliktelser som assistent? Kan jag kanske vänta utanför om jag inte vill sitta med.
8. Ska jag verkligen hjälpa till med något som är olagligt? Vill jag det? Tänk om jag blir medansvarig? Vill jag vara med om att sprida narkotika?
9. Vilket ansvar har jag i det här läget? Som assistent? Som medmänniska? Är Mona klar över konsekvenserna? Vad säger känslan i mig?
10. Ska jag egentligen göra detta? Tänk om jag blir medansvarig? Hur är mitt eget förhållande till myndigheterna? Vilken moral har jag själv?
11. Är inte detta lite för riskabelt? Ska inte jag ha rätt till en trygg och säker arbetsmiljö?
12. Ska jag stå ut med detta? Vad hade jag gjort om det hade varit en god vän? Hur kan jag påtala det på ett schysst sätt?
13. Tänk om jag får bära henne. Hur ska jag orka få henne i säng? Äsch, jag tar en grogg jag också. Men ska jag dricka i jobbet?
14. Det här känns pinsamt, men har jag egentligen något val? Problemet är att det kan påverka Berts popularitet. Han kan bli retad. Är han medveten om det? Men även barn måste väl få göra misstag? Det ska väl inte jag ta ansvar för. Det kan vara det enda sättet man lär sig något på. Tänk om hon svarar ja. Men jag vill i alla fall inte gå utan Bert.
15. Inte nu igen. Att folk aldrig lär sig. Här gäller det att inte vara snorkig så jag svarar: "Ja, fråga henne själv." Han blänger på mig. Ja, ja, man kan ju inte vara alla till lags. "Ja, men man förstår ju inte vad hon säger", säger han. Tycker synd om Sigrid och svarar: "Jo då, om du försöker!" Jag får ytterligare ett elakt ögonkast men äntligen vänder han sig till Sigrid.
16. Jag vill inte göra något olagligt. Samtidigt vet jag ju att det blir bilägaren som får betala böter – i alla fall om vi inte parkerar vårdslöst. Var vill han parkera? Varför? Förstår han konsekvenserna? Ska jag verkligen leka polis? Kan man begära vad som helst av en personlig assistent?
17. Är han inte riktigt klok? Jag går ut och köper lite seleri.
18. Vilket ansvar har jag i det här läget? Jag vill ju inte ljuga. Kan Cecilia svara för sig själv?
19. Undra om jag kan få låna en tröja? Men vill jag gå ut ändå? Hur länge ska vi vara ute?
20. Det är onyttigt, men ska jag säga något? Jag är väl ingen mamma.
21. Hur skulle jag själv göra om jag var mamma? Det är ju i och för sig olagligt, eller?
22. Vad ska kioskiträdet tro? Tänk om det är någon som jag känner? Tror de mig om jag säger att jag är där i jobbet, eller blir det bara ännu värre? Vilken inställning har jag själv till pornografi?
23. Hur skulle vi göra i vår familj? Vi bäddar ju i och för sig inte varsin del av sängen, och inte diskar vi heller varsin tallrik. Se vidare punkt 2.
24. Hur ska jag göra? Jag kan ju inte sitta här och tolka något som är helt vansinnigt. Hur hade en professionell tolk gjort?
25. Jag vill naturligtvis inte mista körkortet. Men hur skulle jag själv handla i en liknande situation? Har jag aldrig kört för fort? Men då låg det ju i mitt eget intresse. Skulle jag ta samma risker i det här läget?

26. Barn är härliga, men ska jag verkligen säga att han får fråga ET? Tänk om han inte vågar fråga? Tänk om föräldrarna hinner komma och tysta ner barnet? Vad gör jag om barnet inte hör vad ET säger?
27. Ska jag vara en extraförälder? Hur ska jag få Sunes pappa att förstå att jag inte vill ha den rollen? Men å andra sidan vet jag ju att Sune hamnar i dåligt sällskap ibland.
28. Detta har jag nog ingen lust med. Kan han inte fråga någon annan eller kan jag sitta utanför?
29. Vad begär han egentligen? Tror han att han är någon slavdrivare? Det måste ju finnas gränser för vad man kan begära. Jag kan gärna göra det en annan dag. Se vidare punkt 11.
30. Hur ska jag kunna förklara att jag bara vidareförmedlar ett meddelande? Är det så sunt att be andra dra åt pepparn? Vad har han gjort? Hur skulle jag själv reagerat?

Lycka till !





Hemtjänsten:

- hade regler
- valde vem
- hade omsättning
- arbetade bara i hemmet

Vi ville:

- avgöra själva
- välja personal
- ha kontinuitet
- ha flexibilitet

Sådana är dom !

Invandrare:

- Stjäl
- Opålitliga
- Tar våra jobb

Funktionshindrade:

- Är det synd om
- Kan ej ta vara på sig själva

En fördom är en lögn som i sig själv skapar en sanning

Mats Ek

Att se saker från olika perspektiv



Det ligger något i vad du säger ...



Om du hade ett funktionshinder: Hur skulle du då agera i följande situationer?

1. Du vill gå ut och gå i det vackra vårvädret men din assistent har pollenallergi.
2. En assistent tycker att du ska städa ditt skrivbord.
3. Du ska deklarerar och tänker försöka blåsa myndigheterna på några tusenlappar men behöver hjälp med att fylla i blanketten.
4. Du har fått ett kärleksbrev som du inte kan öppna själv.
5. En av dina assistenter tycker att du äter för mycket snabbmat och säger det till dig.
6. Du har bett Eva jobba idag men att skulle vilja vara ifred.
7. Du är tio år och vill sno en av din mammas nybakade bullar.
8. Du skulle vilja gå med i Pride-tåget i Stockholm men dina assistenter känner sig besvärade av att behöva följa med.
9. Fredrik har arbetat rätt länge hos dig men på sistone har han börjat gå runt och släppa sig. Han tycker att det är naturligt.
10. Du skulle vilja göra en storstädning av vinden men din assistent vill helst slippa.
11. Ni är på en trevlig fest tillsammans, men du behöver inte din assistent längre ikväll utan vill egentligen att hon ska gå.
12. Ni ska gå ut men din assistent tycker att du ska ta på dig en tröja till så att du inte fryser.
13. Du vill gå i ett förstamajtåg men har ingen assistent som sympatiserar med de idéerna.
14. Du brukar fika tillsammans med din assistent men idag känner du för att köpa hem två bakelser och smaska på alldeles själv men vet inte vad din assistent ska tycka – hon som ska mata dig.
15. Din dator har pajat och du vet precis hur man reparerar den, men man måste ta sig in i den och idag arbetar den opraktiske och otursförföljde Arne.
16. En av dina assistenter kommer bakis till jobbet.
17. När Helena diskar så hör du från köket hur hon har sönder en tallrik men hon vågar inte berätta det själv.
18. Under den senaste tiden har du märkt hur du och din personliga assistent bara glidit ifrån varandra alltmer. Du känner dig nödsakad att avsluta samarbetet. Hur gör du?
19. Sture hjälper dig att telefonera. Varje samtal inleder han av ohejdad vana med: "Ja, hej du!" Det tycker du är otrevligt gentemot dem han ringer.
20. Du ger Nina lov att ringa hem och kolla läget. Samtalet drar ut på tiden och hon har svårt att sluta.
21. Karin som jobbar åt dig klarar inte av att passa tider utan kommer försent ideligen utan att be om ursäkt. Du har pratat med henne flera gånger.
22. Alla dina assistenter är sjuka utom Pelle som vill ta ledigt för att åka och hälsaa på en gammal kompis som fyller år.
23. Ulla uteblir en dag utan att meddela sig. Senare får du veta att hon var tvungen att resa till en nära vän som hade blivit svårt sjuk under natten. Hon ringer dig några dagar senare.
24. Du är på cocktail-party med en av dina nyanställda assistenter och råkar tappa en oliv i knät som letar sig ner till ett känsligt ställe.
25. Du är på långresa med två av dina assistenter som en vacker dag förälskar sig i varandra så till den grad att du inte får hjälp med att komma upp nästa morgon.
26. Du skulle behöva byta till vinterdäck men dina assistenter vill inte smutsa ner sig.
27. Din bil strejkar när ni är på väg hem på kvällen och din assistent kan inte jobba över.
28. Hugo frågar dig varför han bara får dammsuga och städa varje gång han jobbar medan du alltid tar med dig Sara på dina bio- och restaurangbesök.
29. Du ska gå på ett mycket viktigt sammanträde när de ringer från dagis och meddelar att din assistents dotter har blivit sjuk.
30. Du är bortrest på kurs med två assistenter och upptäcker att den ena har tagit med sig en flaska whisky som han då och då tullar av.



Pep Talk

Tänkbara Tankar

Det här är inga svar på frågorna på föregående sida. Däremot kommenterar jag varje uppgift med några följdfrågor. Det är inte alls säkert att du tänker i samma banor. Just därför kan det vara nyttigt att ta del av dessa tänkbara tankar. Det kan hjälpa dig att se nya perspektiv.

1. Hur mycket hänsyn ska man ta som arbetsledare? Har din assistent någon allergimedicin? Berörde ni det här under anställningsintervjun?
2. Ska assistenten verkligen lägga sig i det här? Ska ni sitta och arbeta vid skrivbordet? Är det en arbetsmiljöfråga?
3. Vilken av dina assistenter har lägst skattemoral? Skulle någon skvallra? Finns det något att göra så att de inte får veta att du fuskar?
4. Räcker det kanske om de sprättar upp kuvertet? Kan de hålla brevet så att bara du kan läsa? Är du orolig för deras nyfikenhet? Har du satt tydliga gränser?
5. Ska hon verkligen lägga sig i detta? Är det hennes ansvarsområde? Du kanske ska skicka henne till McDonalds någon gång extra?
6. Har du något hemarbete som du kan ge Eva? Kan hon laga dina byxor eller liknande? Är det okej med din assistansanordnare om hon gör det hemma? Eller kan hon göra några ärenden på stan?
7. Det kanske går att muta assistenten?
8. Varför vill de inte följa med? Har du anställt rätt assistenter? Delar de dina värderingar?
9. Är det här något som Fredrik verkligen tycker? Kan det ligga något annat missnöje bakom?
10. Varför vill han slippa? Har han godtagbara skäl? Har han några andra förslag om hur storstädningen kan organiseras?
11. Vad hade du kommit överens med henne om från början? Varför vill du att hon ska gå?
12. Se punkt 5.
13. Är det kanske dags att nyrekrytera? Har du verkligen frågat om de inte kan tänka sig att gå?
14. Du kanske ska berätta om dina planer så att hon också kan köpa en bakelse om hon vill?
15. Hur ska du kunna förklara det här för Arne på ett bra sätt? Är det kanske bättre att vänta tills det kommer en annan assistent? Eller ska du kanske skriva ner för Arne vad han ska göra?
16. Vilka rutiner har din assistansanordnare? Vill du att han ska jobba kvar? Hur ska du lösa det för stunden? Finns det någon annan som kan jobba idag? Skulle det gå att tala honom till rätta?
17. Du kanske frågar Helena vad det var som hände och undrar varför hon inte tog upp det själv?
18. Vilka rutiner har din assistansanordnare? Skulle det hjälpa att samtala om saken? Skulle det vara vettigt att ta en time-out eller förändra arbetstiderna? Vad är det som assistenten är bra på? Kan du ge honom fler sådana arbetsuppgifter? Hur pass beroende är han av att få jobba kvar hos dig?
19. Sture kanske inte är medveten om detta själv? Du kanske behöver förklara för honom varför du vill ha en förändring?
20. Har du visat att du vill att hon avslutar samtalet? Har ni kommit överens om vad som ska gälla? Har det hänt tidigare?
21. Har du förklarat för Karin att det är viktigt att hon kommer i tid? Har du noterat hennes sena ankomster? Hur har du reagerat tidigare när hon kommit för sent?
22. Finns det möjlighet att få någon hjälp från kommunen och/eller din assistansanordnare? Går det att ringa arbetsförmedlingen? Kan Pelle vara ledig en annan dag?
23. Varför ringde hon inte på en gång och berättade hur det var? Kan du lita på Ulla i fortsättningen?
24. Kan den ligga kvar? Ni kanske kan åka in på toaletten?
25. Hur tacklar du till att börja med den akuta situationen? Har du sett till att du kan meddela dig med dina assistenter så att du kan väcka dem? Vilka konsekvenser får den uppkomna situationen? Vill du avbryta resan?
26. Går det att anlita en verkstad? Finns det skyddskläder? Har dina assistenter tillräckliga kunskaper?
27. Går det att ta en taxi? Har du någon annan assistent som kan rycka in istället?
28. Har Hugo klart för sig att det är du som leder och fördelar arbetet? Kan det finnas någon djupare orsak till varför Hugo känner sig orättvist behandlad?
29. Kan någon annan hämta på dagis? Går sammanträdet att skjuta upp? Kan du åka själv?
30. Har sagt något om hur ni skulle göra med alkohol på resan? Hur vill du själv ha det? Du kanske ska berätta detta för dina assistenter?



Grundkurs för Personliga Assisterer

Grundkursen för personliga assistenter syftar till att ge en första inblick i hur det är att vara assistent. Även om man har arbetat som assistent under en tid så kan det vara nyttigt att få tillfälle att reflektera för sig själv, och tillsammans med andra summera hur det är att vara assistent.

Assistentyrket är i hög grad ett ensamarbete. Detta kan göra det ännu viktigare att komma samman och träffa andra i liknande situation. Jag som leder kursen har själv haft personlig assistans sedan barnsben på grund av en hjärnskada. Jag var med och startade STIL som tog initiativ till assistansreformen.

Efter detta grundade jag mitt eget företag för att satsa på utbildning eftersom jag såg detta som ett viktigt steg för att förverkliga reformens intentioner.

Att låta era personliga assistenter träffa mig kan ge dem ett annat perspektiv på sin situation. En stor del av grundkursen går ut på att visa att det inte behöver finnas någon konflikt mellan mina behov och mina assistenters intressen. Istället går det att hitta vägar till ömsesidig respekt. En av de svåraste sidorna av assistentjobbet är att veta var mitt ansvar slutar och var ditt ansvar som assistent börjar. Här finns inte några entydiga svar. Det kan dock vara värdefullt att diskutera de svårigheter som kan uppstå.

Något som man också måste lära sig som assistent är att vara tydlig och kunna hantera konflikter. Detta gäller ju för alla nära relationer och

assistentyrket kan mycket väl jämföras med en nära relation. Så det man lär sig i assistentjobbet kan man också ha nytta av privat.

Ett annat viktigt område som behandlas är vår takt. Som assistent bör man lära sig vikten av att ta det lugnt och lyssna till hur vederbörande vill ha det. Detta går stick i stäv med den högt uppskruvade takten i övriga

arbetslivet och ibland får man som assistent till och med lära sig att bara sitta ner och vänta tills man helt plötsligt behövs.

Alla delar i grundkursen behandlas både i föreläsningar och med praktiska övningar, som hjälper deltagarna att integrera kunskapen i sin egen arbetssituation. Därför bör deltagarantalet inte vara alltför högt. Det är ju viktigt att åstadkomma en givande dialog.



Sammanfattningsvis behandlar grundkursen:

- vår inställning till funktionshinder
- bakgrunden till LSS
- respekt och självrespekt
- konflikthantering
- förhållningssätt till att hjälpa

Den här assistansutbildningen har tidigare getts bland annat i Ljungby, Vilhelmina, Tierp, Arjeplog, Laholm, Umeå, Skarpnäck, Botkyrka, Vetlanda, Höör, Furuboda, Svenstavik, Krokom, Karlstad, Västerås, Vårgårda, Trosa, Mjölby, Gävle, Malung, Orsa, Åkersberga och Tyresö. Max 25 deltagare.



Fortsättningskurs för Personliga Assisterenter

En förlegad syn på funktionshinder utgår ifrån att man delar in världen i vi och dem. Det har varit ett sätt att ta avstånd från personer med funktionshinder och att inbilla sig själv: "Det där händer aldrig mig."

Detta förlegade förhållningssätt lever kvar hos oss i varierande styrka och blir ett hinder för alla som vill arbeta med personlig assistans. Det hindrar nämligen personliga assistenter från att på ett naturligt sätt närma sig dem de assisterar.



För att komma till rätta med detta måste de personliga assistenterna lära sig acceptera att olyckor är en naturlig del av livet.

Då blir det lättare att närma sig människor som på ett eller annat sätt har eller har haft det svårt. Genom att våga se sina egna svårigheter och svagheter i vitögat, förbättras förmågan att sätta sig in i andras situation.

Ett väsentligt budskap i vår nuvarande kultur går ut på att det är viktigt att vara "vacker och normal". Denna ytliga syn på livet medför också att vi ska sopa allt som är besvärligt under mattan. Vi ska i alla fall inte tala högt om det.

En sådan livslögn går inte att upprätthålla när man är personlig assistent. För då påminns man nämligen av livets realiteter vilket påkallar en reviderad livsuppfattning.

En sådan reviderad livsuppfattning innebär inte bara en ny syn på det som är svårt i livet utan också ett accepterande av det som är annorlunda.

Sedan barnsben har vi fått lära oss hur viktigt det är att ha de rätta kläderna och leksakerna. Annars får vi inte vara med.

Men som assistent tvingas vi acceptera att det yttre betyder mindre än det inre och att det visst inte är så viktigt att vara normal. Det viktiga är istället att kunna ha det bra och njuta av livet hur det än gestaltar sig och att inse att det ligger ett stort värde i livets rika variation och mångfald.

Fortsättningskursen behandlar vikten av att:

- möta livets svårigheter
- koncentrera sig på möjligheterna
- våga vara sig själv

Max 25 deltagare för att åstadkomma den så viktiga dialogen och att ge alla möjlighet att komma till tals. Det ligger också en pedagogisk poäng i att låta det gå en tid mellan grundkursen och fortsättningskursen - för att ge deltagarna tid att smälta och reflektera innan ny kunskap ska hämtas in.

Ny bok om personlig assistans

Hej!

Den här boken gav jag ut under 2007:



Den handlar om hur man kan bli en bättre personlig assistent genom att lära sig mer om:

- ansvar
- kommunikation
- relationer



Bengt Elmén, socionom

Jag har arbetat med personalutveckling i över femton år. Dessförinnan var jag med om att starta upp STIL – ett entreprenörsföretag som tog initiativ till det första försöksprojektet kring personlig assistans i Sverige.

Boken är skriven för både arbetsledare och personliga assistenter. Den tar upp många vardagssituationer som man kan hamna i.

Boken ger inte alltid svar på vad som är rätt eller fel. Ibland är det viktigare att fundera kring själva frågan än att känna till svaret. Svaret är upp till dig. Du måste kunna känna efter och avgöra vad som är rätt just för dig.

Personlig assistans måste skräddarsys. Därför går det inte att ställa upp några generella regler. Däremot kan man ha ett erfarenhetsutbyte och diskutera sådana problem som vi alla stöter på. Då kan vi bli starkare och få lättare att både klara av rollen som arbetsledare och assistent.

Många hälsningar

Bengt

Sothönsgränd 5, 123 49 Farsta, Tel 08-949871, www.bengtelsen.com, mail@bengtelsen.com

Boken kostar 159 kr. Frakt tillkommer. Ring om pris vid större beställningar

- ☐ Sänd mig ex av boken *Assistans med glans – Handbok för personliga assistenter*
- ☐ Jag tog ex av boken *Assistans med glans – Handbok för personliga assistenter*

Namn:

Arbetsplats:

Adress:

Telefon: Email: