



Bacheloroppgave

VPL05 Vernepleie

Hva vil du gjøre i dag? - Fritidsdeltagelse for mennesker med utviklingshemming / What would you like to do today? - Recreational participation for people with developmental disabilities

Thomas Ferkingstad Bauge

Totalt antall sider inkludert forsiden: 39

Molde, 23.05.2023



Obligatorisk egenerklæring/gruppeerklæring

Den enkelte student er selv ansvarlig for å sette seg inn i hva som er lovlige hjelpemidler, retningslinjer for bruk av disse og regler om kildebruk. Erklæringen skal bevisstgjøre studentene på deres ansvar og hvilke konsekvenser fusk kan medføre. Manglende erklæring fritar ikke studentene fra sitt ansvar.

Du/dere fyller ut erklæringen ved å klikke i ruten til høyre for den enkelte del 1-6:		
1.	Jeg/vi erklærer herved at min/vår besvarelse er mitt/vårt eget arbeid, og at jeg/vi ikke har brukt andre kilder eller har mottatt annen hjelp enn det som er nevnt i besvarelsen.	<input checked="" type="checkbox"/>
2.	Jeg/vi erklærer videre at denne besvarelsen: <ul style="list-style-type: none">• ikke har vært brukt til annen eksamen ved annen avdeling/universitet/høgskole innenlands eller utenlands.• ikke refererer til andres arbeid uten at det er oppgitt.• ikke refererer til eget tidligere arbeid uten at det er oppgitt.• har alle referansene oppgitt i litteraturlisten.• ikke er en kopi, duplikat eller avskrift av andres arbeid eller besvarelse.	<input checked="" type="checkbox"/>
3.	Jeg/vi er kjent med at brudd på ovennevnte er å <u>betrakte som fusk</u> og kan medføre annullering av eksamen og utestengelse fra universiteter og høgskoler i Norge, jf. Universitets- og høgskoleloven §§4-7 og 4-8 og Forskrift om eksamen §§16 og 36.	<input checked="" type="checkbox"/>
4.	Jeg/vi er kjent med at alle innleverte oppgaver kan bli plagiatkontrollert, jf. høgskolens regler og konsekvenser for fusk og plagiat	<input checked="" type="checkbox"/>
5.	Jeg/vi er kjent med at høgskolen vil behandle alle saker hvor det forligger mistanke om fusk etter høgskolens retningslinjer for behandling av saker om fusk	<input checked="" type="checkbox"/>
6.	Jeg/vi har satt oss inn i regler og retningslinjer i bruk av kilder og referanser på biblioteket sine nettsider	<input checked="" type="checkbox"/>

Personvern

Personopplysningsloven

Forskningsprosjekt som innebærer behandling av personopplysninger iht. Personopplysningsloven skal meldes til Sikt for vurdering.

Har oppgaven vært vurdert av Sikt?

ja nei

- Hvis ja:

Referansenummer:

- Hvis nei:

Jeg/vi erklærer at oppgaven ikke omfattes av Personopplysningsloven:

Helseforskningsloven

Dersom prosjektet faller inn under Helseforskningsloven, skal det også søkes om forhåndsgodkjenning fra Regionale komiteer for medisinsk og helsefaglig forskningsetikk, REK, i din region.

Har oppgaven vært til behandling hos REK?

ja nei

- Hvis ja:

Referansenummer:

Publiseringsavtale

Studiepoeng: 15

Veileder: Inger Helen Solheim

Fullmakt til elektronisk publisering av oppgaven

Forfatter(ne) har opphavsrett til oppgaven. Det betyr blant annet enerett til å gjøre verket tilgjengelig for allmennheten (Åndsverkloven. §2).

Alle oppgaver som fyller kriteriene vil bli registrert og publisert i Brage HiM med forfatter(ne)s godkjennelse.

Opgaver som er unntatt offentlighet eller båndlagt vil ikke bli publisert.

Jeg/vi gir herved Høgskolen i Molde en vederlagsfri rett til å

gjøre oppgaven tilgjengelig for elektronisk publisering:

ja nei

Er oppgaven båndlagt (konfidensiell)?

ja nei

(Båndleggingsavtale må fylles ut)

- Hvis ja:

Kan oppgaven publiseres når båndleggingsperioden er over?

ja nei

Dato:

Antall ord: 9059/10 000

Forord

*Å skrive dikt,
er ingen plikt.
Jeg har ikke tid for slikt.*
Thomas Bauge

Sammendrag

Tema for denne oppgaven handler om hvilke muligheter for fritidsdeltagelse mennesker med lett grad psykisk utviklingshemming har. Jeg ser tilbake på forholdene før- og etter HVPU-reformen, for så å gå grundigere inn i hvordan forholdene er nærmere nåtiden.

Jeg har funnet at det i etterkant av HVPU-reformen var et fall i antall mennesker med utviklingshemming som deltok i fritidsaktiviteter. Fritiden har blitt omtalt som HVPU-reformens «taper», men i nyere tid har fritidsdeltagelsen tatt seg opp igjen (Tøssebro 2015).

Jeg har funnet at mennesker med utviklingshemming har mulighet til å delta i både segregerte og ordinære aktiviteter. Forskning viser at det er mer deltagelse i segregerte aktiviteter sammen med andre mennesker med utviklingshemming, dette kan medføre stigmatisering og utestenging fra ordinære aktiviteter (Kittelsaa 2008, Høiseth 2012). Forskning viser også at deltagelse i segregerte aktiviteter er en god arena for å lære ferdigheter og kan fungere som et «springbrett» ut i ordinære aktiviteter, det er også en arena for å danne relasjoner og vennskap (Midsundstad 2015, Høiseth 2015). Deltagelse i ordinære aktiviteter kan være utfordrende, og kan kreve kartlegging og tilrettelegging for at personen skal lykkes i aktiviteten (Midsundstad 2015). Jeg presenterer også flere faktorer som fremmer og hemmer for fritidsdeltagelse.

Jeg har også funnet at fritidsdeltagelse har stor betydning for mennesker med utviklingshemming. Deltagelse i fritidsaktiviteter er en arena for uformellæring og nye erfaringer, det lar personen utforske og utvikle seg selv. Fritid er hvor mange treffer venner, finner sin livsglede, opplever mestring og lykke (Kollstad 2011).

Konklusjonen jeg kan trekke er at mennesker med utviklingshemming har i dag mulighet til å delta i både segregerte og/eller ordinære aktiviteter. Begge alternativene har sine egne fordeler og ulemper. Viktigheten av god informasjon må også fremheves, for det gjør det mulig å gjøre informerte valg basert på egne interesser og ønsker. Jeg kan også konkludere med at fritid og fritidsdeltagelse har stor betydning for mennesker med utviklingshemming, og at det er viktig å tilrettelegge for deres muligheter for deltagelse i aktiviteter.

Innhold

1.0	Innledning	1
1.1	Forforståelse	3
2.0	Problemstilling	4
2.1	Avgrensning	4
2.2	Begrepsavklaring.....	5
2.2.1	Utviklingshemming.....	5
2.2.2	Fritid.....	5
3.0	Metode	6
3.1	Datainnsamling, fremgangsmåte og utvalgskriterier.....	6
3.2	Reliabilitet, validitet og bias.....	7
4.0	Teori og faglitteratur	8
4.1	Sosialøkologisk utviklingsmodell	8
4.2	Stigmatteori	9
4.3	Empowerment	10
4.4	Vernepleierens kjerneroller	10
4.5	GAP-modellen.....	11
5.0	Drøfting og diskusjon	12
5.1	Et blikk tilbake: HVPU og HVPU– reformen.....	12
5.2	Fritid og fritidsdeltagelse.....	15
5.2.1	Vernepleieren, kartlegging og tilrettelegging	16
5.2.2	Roller.....	17
5.3	Segregerte- og ordinære aktiviteter	18
5.4	Betydningen av aktivitet.....	20
5.4.1	Hva hemmer deltagelse?	22
5.4.2	Hva fremmer deltagelse?.....	23
6.0	Avslutning	25
6.1	Hovedpunkt	25
6.2	Utfordringer fremover	26
6.3	Vernepleierens bidrag i dette arbeidet.....	26
7.0	Litteraturliste	28

1.0 Innledning

Teamet for denne bacheloroppgaven er mennesker med utviklingshemming og deres muligheter for fritidsdeltagelse. Fritidsdeltagelse og fritid kan være så mye forskjellig og det er viktig å huske at dette er et tema som handler om individer, deres ønsker, interesser og drømmer. Fritiden har stor betydning for de fleste og er en del av hverdagen mange ser frem til. Fritid gir mennesker en mulighet til å utfordre seg til å prøve noe nytt, gjøre noe kjent og behagelig, sosialisere med andre, utvide sitt sosiale nettverk, eller å kose seg alene i eget selskap. «Fritid handler om å gjøre noe en har lyst til, og å la være å gjøre noe som helst om det frister mer» (Tøssebro 2015, 23).

Historisk sett har fritid som begrep ikke eksistert veldig lenge, men hvordan man skulle dele inn døgnet 24 timer har vært en kampsak som har vart lenge. Barstad og Kjølørød (2016) skriver om hvordan arbeiderbevegelsens krav om lovfestet normalarbeidsdag også var et krav om fritid. Dette kom frem i slagordet «8 timer arbeide, 8 timer frihed, 8 timer hvile», som var brukt ved den første 1. mai-merket i Norge i 1892 (Barstad og Kjølørød 2016). I dette slagordet var det snakk om 8 timer «frihet», fritid var ennå ikke tatt i bruk som begrep. «De store sosiale motsetningene i mellomkrigstiden gjorde ubundet tid til et politisk viktig spørsmål. Den nye «fritidsrevolusjonen» åpnet for å mobilisere «massene» til et mer aktivt samfunnsengasjement for å bedre egne kår» (Barstad og Kjølørød 2016, 316). Det er i mellomkrigstiden hvor fritid og organiseringen av fritidsaktiviteter begynner å ta den formen man kjenner til i dag. Barstad og Kjølørød (2016) refererer til Holden (1994) som skriver at «Fagforeninger tok ikke bare initiativ til diskusjons- og filmklubber, men startet også kor og orkestre, drev møtesteder for blant annet frimerkesamlere og bygde mange feriehem med vakker beliggenhet, ofte med overklassens landsteder som nærmeste nabo» (Barstad og Kjølørød 2016, 316).

En annen form for fritid er ferie. De første i Norge som fikk lovfestet ferie var typografene i Oslo mot slutten av 1890-årene. De fikk en avtale om tre dager årlig ferie (Barstad og Kjølørød 2016). I 1918 ble det fastsatt en minimumsferie på 14 arbeidsdager i tjenestemannsloven. Denne gjelt bare for offentlige tjenestemenn, det fantes ingen avtale for flertallet av arbeidere i landet (Barstad og Kjølørød 2016). I 1919 ble det innført lovfestet ferie på seks dager etter seks måneder tjenestetid, dette ble forlenget til 12 dager

året etter (Barstad og Kjølørød 2016). Det var ikke før 1936 det ble lovfestet ni dagers årlig ferie med full lønn for alle som hadde vært ansatt i samme bedrift i ett år (Barstad og Kjølørød 2016). I 1947 utvidet Ferieloven arbeidstakernes rett til ferie fra to til tre uker og i tariff oppgjøret fra 2000/2001 fikk mange en femte uke med ferie. Det året man fyller 60 år har man også rett på å ta ut en ekstra uke med ferie (Barstad og Kjølørød 2016, 316).

Fritidsaktiviteter er de aktivitetene man fyller fritiden med. Fritidsaktiviteter kan være organiserte, som fotballag, kor, korps osv. Eller de kan være selvvalgte og individuelle, som å gå en tur, lese en bok, høre på musikk osv. Eksemplene som ble gitt trenger ikke nødvendigvis være eksklusivt organiserte eller individuelle, eksempelvis kan man bruke timevis på å øve på en fiolin alene, eller man kan delta i en bokklubb hvor man leser og diskuterer bøker sammen med andre. Fritidsaktiviteter trenger ikke være fysisk aktive, som nevnt så kan det å lese en bok være en aktivitet, andre eksempler kan være å pusle puslespill, spille brettspill eller dataspill, hvor man er mer kognitivt aktiv i istedenfor fysisk. Fritidsaktiviteter er også subjektive og det kommer an på individets interesser om de regner noe som en fritidsaktivitet eller ikke; noen elsker å lage mat og får glede av det, mens for andre er det å lage mat bare noe som må gjøres.

Mennesker med utviklingshemming har rettigheter som tilsier at det skal tilrettelegges for like muligheter for samfunnsdeltagelse. FN-konvensjonen om rettigheter til mennesker med nedsatt funksjonsevne (CRPD), er en konvensjon som fastslår menneskerettigheter for mennesker med nedsatt funksjonsevne. Av spesiell relevans for denne oppgaven er konvensjonens artikkel 30 om retten til deltakelse i kulturliv, fritidsaktiviteter, fornøyelser og idrett (CRPD 2006, 26). Hvis man ser på politiske dokumenter fra Norge finner man eksempler som stortingsmelding nr. 45 (2012 – 2013) «Frihet og likeverd – om mennesker med utviklingshemming» her legges det vekt på at det offentlige er nødt til å arbeide for å øke likestilling, og må tilrettelegge for at alle skal ha tilnærmet like muligheter for samfunnsdeltakelse. Midsundstad og Bliksvær (2015) skriver at «Å være likestilt med andre samfunnsborgere innebærer for alle å ha likemuligheter, rettigheter, plikter, fravær av diskriminering, tilgjengelighet og ikke minst tilrettelegging på alle livsarenaer» (2015, 12).

Midsundstad og Bliksvær (2015) skriver at det etter hvert har blitt gjennomført en god del forskning på feltet utviklingshemming og fritid. De skriver at denne forskningen samlet

sett danner et «dystert» bilde. Dette står i kontrast til den økte kulturelle verdien fritid har fått i samfunnet (Midsundstad og Bliksvær 2015). En større undersøkelse av levekårene til mennesker med utviklingshemming i etterkant av HVPU-reformen ble gjennomført av Tøssebro og Lundeby (2002) i 2001. I denne undersøkelsen kom det frem at det var en tydelig nedgang i deltagelse i fritidsaktiviteter etter reformen, Tøssebro og Lundeby (2002) skriver da at fritid var reformens «taper». I en senere undersøkelse som ble gjennomført av Söderström og Tøssebro (2011) i 2010, tegnes fremdeles et negativt bilde, med det er ikke lenger like negativt som det var i undersøkelsen fra 2001. I undersøkelsen fra 2010 kommer det frem at fritidsdeltagelsen for mennesker med utviklingshemming nesten er tilbake på det nivået det var på før HVPU-reformen.

1.1 Forforståelse

Valg av tema er grunnlagt i egen interesse, lærdom fra studiet og egen praktisk arbeidserfaring. Jeg har erfart gjennom egen arbeidspraksis at mennesker med utviklingshemming kan ha færre muligheter for deltagelse i fritidsaktiviteter. Jeg synes ikke det burde være slik. Jeg er selv meget opptatt av mine hobbyer og de bringer meg mye glede. Jeg liker ikke tanken på at noen kanskje ikke får gjøre noe som de ønsker å gjøre, fordi de det ikke er tatt riktige hensyn til deres utfordringer og behov.

Det er viktig å være klar over sin egen forforståelse når man skriver bacheloroppgave. Vår forforståelse vil være med på å avgjøre hvilke type litteratur man søker etter, og hvilke følelser som kommer frem rundt det valgte temaet. Forforståelsen kan være med på å styre våre intensjoner og handlinger (Bie 2010). Det virker som man kan se på sin egen forforståelse som en form for bias. Helgesen (2021) skriver om fallgruver eller *kognitiv skjevhet* som tenkningen vår kan havne i hvis man ikke er bevist på dem. Helgesen beskriver hvordan kognitiv skjevhet eller bias kan lede «langt på avveier» hvis man ikke er klar over den. På samme måte kan forforståelsen min lede meg til å benytte litteratur og kilder som kan lede skjevt, hvis jeg ikke er forsiktig.

Min forforståelse når det gjelder temaet mennesker med utviklingshemming og deres muligheter for fritidsdeltagelse, er påvirket av praktisk erfaring, tanker jeg har dannet- og ting jeg har lært i løpet av studiet. «Forforståelse er personlig og bygges opp gjennom livet ditt på grunn av ting som din omgang med familie, forskjellige venner og lærere i løpet av

skoletiden, bøker du har lest. Hva du forstår, henger altså sammen med din erfaring» (Bie, 2010, 62). Jeg vet at mennesker med utviklingshemming har flere rettigheter som skal sikre deres muligheter for deltagelse i kulturliv og fritidsaktiviteter.

Selv har jeg erfart når jeg har arbeidet i bolig for mennesker med psykisk utviklingshemming, at det var mye innaktivitet og lite deltakelse i fritidsaktiviteter. Jeg syntes ikke det burde være slik. Slik jeg forstår det, så har fritiden stor betydning for de fleste og er en del av hverdagen mange ser frem til. Fritid gir mennesker en mulighet til å utfordre seg til å prøve noe nytt, gjøre noe kjent og behagelig, sosialisere med andre og utvide sitt sosiale nettverk, eller å kose seg alene med en god bok. «Fritid handler om å gjøre noe en har lyst til, og å la være å gjøre noe som helst om det frister mer» (Tøssebro, Jan. 2015, 23).

Bie (2010) skriver at verdier er del av vår forforståelse. Mine verdier sier at tjenesteutøvere burde gjøre alt man kan for å hjelpe og tilrettelegge for at tjenestemottakere skal kunne delta i de aktivitetene de ønsker å delta på. Deltakelse i fritidsorganisasjoner har stor betydning for mennesker med utviklingshemming. For mange er deltakelse i slike organisasjoner viktig for at de skal oppleve samhold, dele interesser og oppleve mening med sin tilværelse Midsundstad og Bliksvær (2015).

Med utgangspunkt i både den historiske gjennomgangen og ut fra egen interesse, så blir problemstillingen som følger:

2.0 Problemstilling

«Hvilke muligheter har mennesker med utviklingshemming for fritidsdeltagelse?»

2.1 Avgrensning

I denne oppgaven ser jeg på muligheter for fritidsdeltagelse for mennesker med utviklingshemming. I avgrensingen av oppgaven legger jeg til grunne at «mennesker med utviklingshemming» er mennesker med en lett grad av psykisk utviklingshemming. Jeg skal fokusere på mennesker som er over 18 år gamle.

Ettersom denne oppgaven skal se på deltagelse på fritiden legger jeg til grunn at «fritidsaktiviteter» refererer til en aktivitet hvor flere personer deltar sammen i en aktivitet. Det er derfor lettere å fokusere på deltagelse i organiserte fritidsaktiviteter, men jeg skal ikke se bort fra mer selvstendige fritidsaktiviteter som å dra på byen med venner.

Det blir ikke gjort noen skille mellom kjønn i denne oppgaven. Alle har rett til deltagelse, derfor ser jeg ingen grunn til å ekskludere et kjønn ovenfor det andre.

2.2 Begrepsavklaring

2.2.1 Utviklingshemming

Psykisk utviklingshemming er en betegnelse på en intellektuell funksjonsevne som er betydelig under gjennomsnittet. Dette fører til at personen har problemer med å leve i- eller tilpasse seg en normal livssituasjon (Imsen, 2001). I følge Kittelsaa (2008) er begrepet utviklingshemming en del av det bredere begrepet funksjonshemming. Kittelsaa (2008) skriver at i Norge blir begrepet utviklingshemmet brukt for å omtale personer som er registrert som mottaker av offentlige tjenester som er tilrettelagt for utviklingshemmede. Grunnlaget for registreringen er en bred vurdering av personens kognitive evner, fungering og ferdigheter når det kommer til oppgaver i hverdagslivet. Det eksisterer fire grader av utviklingshemming: lett, moderat, alvorlig og dyp. Mitt fokus i denne oppgaven er på mennesker med en lett grad av psykisk utviklingshemming.

2.2.2 Fritid

Fritid er meget subjektivt tema og hvilke aktiviteter man regner som fritid vil variere mye fra person til person. Fritidsaktiviteter behøver ikke være aktive og kan ha en lav intensitet, som å se på tv, høre på musikk eller bruke datamaskinen. Tøssebro (1996) skriver at fritid i mange sammenhenger henger sammen med individets sosiale relasjoner. Deltakelse handler ofte ikke om selve aktiviteten. For mange er fritidsaktiviteten en viktig arena for å treffe andre med felles interesser (Midsundstad og Bliksvær 2015). Molden, Wendelborg og Tøssebro (2009, 72) definerer fritid som «lystbetonte aktiviteter man ikke er forpliktet til å gjøre».

I denne oppgaven blir begrepet fritid brukt for å bemerke den tiden man ikke bruker på arbeid eller dagliglivets gjøremål som husarbeid. Det er tid man står fri til å disponere slik man selv ønsker, om det så skulle være å sitte å se på alle 13 timene av de utvidede Ringenes Herre filmene, eller trene for å løpe maraton.

3.0 Metode

«Metode er redskapet vårt i møtet med noe vi vil undersøke» (Dalland, 2017, 52). Dalland (2017) skriver at man kan bruke flere ulike metoder som fremgangsmåte for å løse et problem, eller for å bekrefte at påstander er gyldige, sanne og holdbare. Videre skriver Dalland (2017) at metoden anvendes for å komme frem til- eller etterprøve ny kunnskap.

For denne bacheloroppgaven har jeg benyttet meg av litteratur for innhenting av data, denne oppgaven er da en litteraturstudie. En litteraturstudie innebærer bruk av eksisterende forskning, teori, faglitteratur og fagkunnskap for innhenting av data. Dalland (2012) skriver at litteratursøk skal hjelpe å støtte opp og belyse problemstillingen på en god måte. Videre skriver Dalland (2012) at det er viktig med god kildekritikk når man driver med litteratursøk. Eksempler på hvordan jeg var kritisk til mine kilder er at jeg forsøkte å kun benyttet litteratur som er beregnet for høgskole- og universitetsnivå. Jeg forsøkte å benytte nyere kilder mest mulig, for å få informasjon som er så oppdatert og nær dagens situasjon som mulig.

3.1 Datainnsamling, fremgangsmåte og utvalgsriterier

Metodene som er tatt i bruk i denne oppgaven for å finne relevant litteratur er systematisk søk, manuelt søk og snøballmetoden.

For å gjennomføre det systematiske søket etter litteratur benyttet jeg meg av databasen Oria. Ved å bruke Oria for det systematiske søket fikk jeg opp resultater som enten var på høgskolens bibliotek eller kunne bestilles til biblioteket. Dette sørget for at jeg hadde enkel tilgang til litteraturen som dukker opp i søket. Måten snøballmetoden brukes på er ved å anvende en kilde for å finne en ny kilde. Metoden får sitt navn fra snøballer som samler mer snø og vokser større etter hvert som den ruller. Utgangspunktet mitt for denne

metoden var Midsundstad og Bliksvær (2015). Jeg brukte denne metoden ved å følge litterære referanser i tekster for å utvide mine tilgjengelige kilder. Jeg oppsøkte også i noen tilfeller det originale arbeidet til kapitelforfatterne som blir skrevet om i Midsundstad og Bliksvær (2015). Jeg benyttet meg av manuelt søk når jeg hadde behov for supplerende litteratur eller fagstoff som ikke ble dekket av det systematiske søket.

Problemstillingen var utgangspunktet for litteratursøket. Når jeg gjennomførte litteratursøket i Oria, benyttet jeg meg av søkeord som «fritid», «utviklingshemming», «funksjonshemmet» og «deltagelse». For noen søkeord benyttet jeg meg av trunkering i litteratursøket, dette gjør man ved å ikke skrive fult ut enkelte søkeord og heller bruke * symbolet. Dette får databasens søkemotor til å fylle in resten av ordet bak *, eksempelvis, hvis jeg søker «funksjons*» vill jeg få treff på søkeordene «funksjonshemming» og «funksjonsnedsettelse». Jeg benyttet søkeordene i forskjellige kombinasjoner, når jeg forsøkte alle søkeordene samlet fikk jeg ingen resultater, men når jeg kun brukte søkeordene «fritid» og «Utviklingshemming» og kun søkte etter resultater på norsk, fikk jeg 20 treff. Av de 20 treffene var 6 bøker mens de andre var avhandlinger, rapporter og artikler.

Som del av mine utvalgskriterier har jeg begrenset det systematiske søket til norskspråkliglitteratur. Grunnen for dette er at det begrenser mengden resultater som dukker opp, og sannsynligheten for at det er relevant for tematikken i Norge blir høyere. Andre utvalgskriterier var at det skulle være relevant for problemstillingen og det skulle ikke være eldre enn 2010.

3.2 Reliabilitet, validitet og bias

Basert på min forforståelse vil min bias lede meg til å oppsøke litteratur som bekrefter at det ikke blir gjort nokk for å sikre utviklingshemmedes rett og mulighet for deltagelse i fritidsaktiviteter. For å motvirke dette og for å ha en mer nøytral posisjon som forfatter har jeg tatt i bruk litteratur som også belyser hvordan man aktivt jobber for å tilrettelegge for å øke mennesker med utviklingshemmings muligheter for fritidsdeltagelse. Reliabilitet og validitet kan defineres som pålitelighet og gyldighet/relevans (Dalland 2012). Ved å aktivt prøve å representere flere perspektiver på temaet for denne oppgaven har jeg forsøkt å skape et pålitelig og relevant produkt.

4.0 Teori og faglitteratur

4.1 Sosialøkologisk utviklingsmodell

Den sosialøkologiske utviklingsmodellen er beregnet for bruk med barns utvikling, men kan benyttes for mennesker i alle faser av livet (Gulbrandsen 2006). Modellen beskriver hvordan mennesker og miljø påvirker hverandre gjennom fire systemer: mikro-, meso-, ekso- og makrosystemet.

Mikrosystemet er ett enkelt område eller miljø som den utviklende personen befinner seg i; Hjem, skole og jobb er eksempler på miljøer som danner et mikrosystem. I miljøet er det tre faktorer som er viktige for personens utvikling: *aktivitet, relasjon og rolle* og hvordan den utviklende personen *opplever* de tre faktorene. Aktivitet dreier seg om hva deltakerne i mikrosystemet gjør (Gulbrandsen 2006). En relasjon oppstår når en person i mikrosystemet blir oppmerksom på- eller deltar i aktiviteten til en annen (Bronfenbrenner 1979). Rollen i mikrosystemet er aktiviteter og relasjoner som er forventet av deltakerne i miljøet (Bronfenbrenner 1979).

Et mesosystem oppstår når det dannes en eller flere forbindelser mellom to mikrosystem som den utviklende personen deltar aktivt i. «Den enkleste formen for forbindelse mellom to miljøer er nettopp fokuspersonens deltagelse i begge» (Gulbrandsen. 2006, 58).

Et eksosystem er dannet av ett eller flere miljø som den utviklende personen *ikke* direkte deltar i, men som kan bli påvirket av- eller påvirke- det miljøet som den utviklende personen deltar i (Bronfenbrenner 1979).

Makrosystemet påvirker alle de andre systemene og er hvor det kulturelle aspektet av utviklingsmodellen kommer frem. Religion kan også være en del av et makrosystems påvirkning av de tre andre systemene (Bronfenbrenner 1979). Vår kultur og tro vil påvirke hvordan man opptrer og reagerer i gitte situasjoner. Makrosystemet gjennomsyrrer de tre underliggende nivåene og påvirker dem på forskjellige måter, men kan også bli påvirket av dem (Gulbrandsen 2006).

4.2 Stigmatteori

Erving Goffman bruker begrepene *stigma* og *stigmatisering* for å beskrive sykdom som sosialt avvik (Norvoll 2019). «Stigma betyr dermed at personen har en egenskap som er dypt diskrediterende og vanærende, og derfor bør utelukkes fra det sosiale fellesskapet. Hvilken egenskap som anses som vanærende, vil imidlertid variere noe i ulike samfunn, fordi avvik er et kulturelt og relativt fenomen» (Norvoll 2019, 103). Stigma er ikke en permanent ting og kan endres over tid. Det er for eksempel i dag mer «normalisert» å ha en fysisk funksjonshemming eller en psykisk lidelse enn for 50 år siden (Norvoll 2019). Goffman mener at stigmatisering medfører store negative konsekvenser for selvoppfattelsen og den sosiale deltagelsen til den som bærer et stigma. Den som bærer et stigma vil ofte erfare seg selv som negativt avvikende fordi mennesker trekker seg vekk fra det som er skremmende, ukjent og annerledes (Norvoll 2019). «Stigmatiseringen gir dermed en tendens til at personen blir «totalt» oppslukt av stigma, slik at omgivelsene bare ser avviket og ikke personen. Vedkommende blir kun sykdommen eller problemet» (Norvoll 2019, 104).

Stigma og stigmatisering bærer likheter til diskriminering, forskjellsbehandling og mobbing, men forskjellen ligger i det at den som utsettes for diskriminasjon eller mobbing kan reagere med beviste følelser. Når man blir mobbet eller diskriminert kan man reagere med en følelse av å være urettferdig behandlet (Jensen, Johannessen, Dybvik og Thorsen 2009). Mens noen som blir mobbet kan oppleve å bli behandlet urettferdig, så vil en person som blir stigmatisert i større grad identifisere seg selv ved de egenskapene som bringer stigmaet. Bæreren av stigmaet blir da svekket i sin evne til å kreve rettferdig behandling og likestilling (Jensen et.al. 2009).

Goffman skriver om det han kaller *den normale avvikerer*. Dette er en måte å mestre eller motarbeide stigma. *Den normale avvikerer* går ut på det at de fleste avvik ikke blir vist noen interesse, og at de derfor ikke virker nedvurderende (Ellingsen 2014). Teorien om den normale avvikerer åpner opp for tanker om at stigma, eller attributter som medfører stigma kan «gjøres vanlige» og dermed miste sin ekskluderende kraft (Ellingsen 2014).

4.3 Empowerment

Selve begrepet *empowerment* handler om overføring av makt. Det handler om at makt må enten bli gitt eller tas tilbake av dem som er undertrykt og maktløse (Askheim 2003). Opprinnelsen av begrepet blir ofte forbundet med den amerikanske borgerrettsbevegelsen på 1970-tallet, men den kan ha blitt inspirert fra andre hendelser som kvinnebevegelsen eller frigjøringsbevegelsen i den tredje verden (Askheim 2003). Empowerment teorien har sine røtter i arbeidet til den Brasilske filosofen Paulo Freire (1921-1997). Freire (1999) skriver om hvordan de undertrykte, som har fått sin verdighet og menneskeverd frastjålet, vil kjempe mot de undertrykkende. «Fordi det er en forvrengt utgave av et fullverdig menneske, vil det faktum at de har mindre menneskeverd, før eller senere føre til at de undertrykte vil kjempe mot dem som gjorde dem slik» (Freire 1999, 25). Empowerment kan brukes som både mål og virkemiddel. Empowerment er et mål i den form at de som er undertrykt og avmektige skal gjenvinne sin makt og gjenopprette sin status i samfunnet som likeverdig i samfunnet. Empowerment er et virkemiddel for politisk endring i samfunnets sosiale- og maktforhold (Askheim 2003).

Skal man se på kjernen av empowerment begrepet finner man at det innebærer et syn på mennesket som en aktør som kan handle på vegne av seg selv, ta beslutninger og handlinger som gjelder ens eget liv, og vet hva som er best for seg selv (Askheim 2003). Når man arbeider med mennesker med psykisk utviklingshemming kan man komme opp i situasjoner hvor hva individet selv mener er sitt eget beste, kan stå i kontrast til hva tjenesteyterne oppfatter som best for individet. Det kan være utfordrende å komme frem til en tilfredsstillende løsning på slike dilemma. Utviklingshemmede i dag kan oppleve å bli fratatt sin makt når tjenesteyterne er nødt til å bruke tvang og makt ovenfor dem.

4.4 Vernepleierens kjerne roller

Vernepleierens kjerne roller er en modell som presenterer fire roller en vernepleier kan tre inn i, i sitt arbeid. Rollene har sine egne funksjonsområder, kjerne roller vil fungere på individ- eller systemnivå, rollene kan også handle om å ta handling på vegne av andre eller å samhandle med andre (Brask, Østby og Ødegård 2016). De fire rollene er *Partner-*, *brobygger-*, *ansvars-* og *pådriverrollen*.

I partnerrollen driver vernepleieren med samhandling på individnivå. I partnerrollen handler det om at vernepleieren gjennom sin kompetanse kan «spille den andre god» og ha en god samhandling med tjenestemottaker (Brask, Østby og Ødegård 2016).

I brobyggerrollen driver vernepleieren med samhandling på systemnivå. I sitt arbeid vil vernepleieren måtte samhandle med flere andre (helsepersonell, pårørende, osv.) for å sikre god kvalitet i tjeneste tilbudet (Brask, Østby og Ødegård 2016).

Ansvarsrollen dreier seg om handling på individnivå. I ansvarsrollen finner man vernepleieren som er handlingsdyktig og kan ta avgjørelser på vegne av tjenestemottakeren når det er nødvendig (Brask, Østby og Ødegård 2016).

Pådriverrollen dreier seg om handling på systemnivå. I pådriverrollen finner man vernepleieren som kan være politisk aktør for endring i lokalmiljøet og som kjemper for tjenestemottakers rettigheter (Brask, Østby og Ødegård 2016).

4.5 GAP-modellen

I denne modellen blir det grunnlagt en tanke at det er et misforhold mellom miljøets krav og den individuelle forutsetninger. NOU 2001: 22 tilslutter seg til den relasjonelle modellen, men det kommer også frem at to diskusjoner er nødvendige. Den første diskusjonen handler om et skille mellom det individuelle og det relasjonelle. Det foreslås ny ordbruk for å klare dette skillet. Det foreslås å bruke begrepet *funksjonsnedsatt* eller *funksjonsnedsettelse* for å betegne det individuelle, mens funksjonshemmet forbeholdes det relasjonelle (Tøssebro. 2010, 26). Den andre diskusjonen handler om en nødvendighet for et skille mellom det absolutte og det relasjonelle på individnivå, på samme måte som «impairment» og «disability» benyttes i det engelske språk. Dette fordi det var nødvendig med et skille mellom det biologiske aspektet ved funksjonsnedsettelse, og miljøet individet befinner seg i (NOU 2001: 22).

5.0 Drøfting og diskusjon

5.1 Et blikk tilbake: HVPU og HVPU– reformen

HVPU er et eksempel på stigmatiseringen av en gruppe mennesker. Som nevnt tidligere er stigma egenskaper som oppleves som avvikende og fører til utestenging fra det sosiale fellesskapet (Norvoll 2019). Under HVPU ble mennesker med utviklingshemming, på grunn av stigma, sendt bort, samlet og isolert på institusjoner. Etter HVPU-reformen og nedstengingen av institusjonene er mennesker med utviklingshemming fremdeles en stigmatisert gruppe, men ikke i like stor grad som før. Som Norvoll (2019) skriver er ikke stigma permanent, hva som er stigmatiserende kan endres over tid. Det er i dag større aksept for menneskers forskjeller.

HVPU- reformen bygde på *normaliseringsprinsippet*. Dette betyr at de mennesker med utviklingshemming skulle ha anledning til å leve et liv som er så nært «normalt» som mulig (Brevik og Høyland 2007). Den bygde på tanker om likeverd, at alle skal kunne ta del i velferdsgodene og ha normale levekår. Den bygde på at det offentlige tjenestetilbudet skulle tilpasses den enkeltes behov. Dette ble anset som forutsetningene for at mennesker med utviklingshemming kunne bli oppfattet som fullverdige medlemmer av samfunnet av både seg selv og av andre (Brevik og Høyland 2007).

Under HVPU var mennesker med utviklingshemming en undertrykt gruppe som hadde sitt menneskeverd fratatt, som blant annet ikke hadde lov til å selv bestemme hvor de ville bo, som hadde lite kontroll over egen hverdag og eget liv. HVPU-reformen ga mye av makten og rettighetene tilbake til menneskene med utviklingshemming her i landet. Vi kan da se på HVPU-reformen som empowerment av mennesker med utviklingshemming, ettersom makten blir gitt tilbake til de som var undertrykte, slik Askheim (2003) beskriver det. Mennesker med utviklingshemming har i dag en egen FN konvensjon som legger til grunn deres menneskerettigheter (CRPD). De har lov til å selv bestemme hvor de vil bo, de har flere lovfestede rettigheter og det er strengere regulering av tvang i tjenestetilbudet.

I 2002 skrev Tøssebro og Lundeby at fritiden var HVPU-reformens «taper». Dette kom som en del av en større undersøkelse av utviklingshemmedes levekår. Undersøkelsen ble gjennomført i 1989 og gjentatt i 1994, 2001 og 2010. Resultatene fra undersøkelsen i 2001 viste en nedgang i fritidsdeltagelse etter reformen.

På mange måter representerer 1990-åra et løft i utviklingshemmedes levekår, og særlig skjedde det mye med boligene. Boligene ble reformens «vinner». På noen andre områder skjedde det kanskje ikke så mye som en hadde håpet på, for eksempel med sosial kontakt og integrering. På kun ett område kunne vi konstatere tilbakegang: fritidsaktivitetene. Fritida ble reformens taper.

(Tøssebro. 2015, 31)

Men hvordan var fritidsdeltagelsen før reformen? Selv om Tøssebro kaller fritiden for reformens taper, så må man se på situasjonen i sin helhet. Det at fritiden var reformens taper betyr ikke at forholdene for fritidsdeltagelse var gode på institusjonene før HVPU-reformen. I 1974 var Dagbladet på besøk ved Klæbu pleiehjem, om det besøket ble det skrevet at korridorene var fulle av klienter som lente seg på veggene, satt og vugget, eller stirret tomt ut i luften (Tøssebro 2015).

Dette danner ikke et positivt bilde av levekårene og fritidsdeltagelsen på institusjonene før reformen. Tøsses bros undersøkelse i 1989 viser derimot at fritidsdeltagelsen ved institusjonene var i flere tilfeller høyere enn ellers i befolkningen. «Dermed var fritida et av de områdene som brøt med et generelt bilde av lav aktivitet og dårligere levekår i institusjonene» (Tøssebro 2015, 30). Selv om Tøssebro presenterer et positivt bilde av fritidsdeltagelse på institusjonene er det ikke nødvendigvis et tegn på at forholdene på institusjonen var gode. Det var flere sentrale sider ved det å være menneske i sin alminnelighet som ble neglisjert på institusjonene, blant annet var det mye bruk av tvang, men det var også mangel på muligheten for å ha en aktiv rolle i eget liv, det ble vist lite hensyn til betydningen av stabile sosiale nettverk, daglig samvær med god kvalitet og individuell livsutfoldelse på ens egne premisser (Stubrud 2001).

Livet på institusjoner har gitt en spesiell erfaringsbakgrunn som kjennetegnes av brudd med de(n) følelsesmessige tiknytningsspersoner, begrenset livsutfoldelse, små

muligheter for å leve ut sine interesser, liten og til dels meningsløs aktivitetstilgang, tilfeldige og overfladiske sosiale relasjoner og samhandlinger preget av dirigerende kommunikasjon og vektlegging av rutiner.
(Stubrud 2001, 33)

Tøssebro (2015) skriver om hvordan resultatene fra undersøkelsen i 1989 må settes opp mot tre forhold: Det første forholdet var at de som bodde på institusjonene hadde mye fritid på grunn av lav sysselsetting. Her poengterer Tøssebro (2015) at det var stor forskjell på deltagelse blant de som deltok i undersøkelsen basert på deres funksjonsnivå. Det var de som hadde høyere funksjonsnivå som fikk flest tilbud, mens de med lavere funksjonsnivå levde meget passive liv (Tøssebro 2015). Dette kan tyde på det gap-modellen kaller et misforhold mellom miljøets krav og individets forutsetninger (NOU 2001: 22). Det at de med lavere funksjonsevne hadde et lavere aktivitetstilbud kan tyde på mangel på tilrettelegging på institusjonene, som fører til et gap mellom individets forutsetninger og institusjonens krev for å delta i aktiviteter.

Det andre forholdet var at det ikke ble spurt om forskjeller på hverdag og helg. Det ble hevdet av ansatte ved institusjonene at det var stor forskjell på hverdag og helg, på grunn av mindre personalet til stede og at dette medførte meget inaktive helger (Tøssebro 2015). Om det tredje forholdet skriver Tøssebro: «(...) det er grunn til å frykte at tida uten aktivitet er mer passiv for utviklingshemmete enn for andre» (Tøssebro 2015, 30).

Vi vet nå at selv om undersøkelsen viste at det var stor fritidsdeltagelse før reformen, var det nødvendigvis ikke godt for alle. Når resultatene av undersøkelsen i 2001 da viste en nedgang i fritidsdeltagelse er det forståelig at fritiden blir omtalt som reformens taper.

I undersøkelsen fra 2010 viste resultatene en positiv trend. I denne undersøkelsen var resultatene nesten tilbake på nivåene fra før reformen. «Vi vet ikke hva økningen i deltakelse i fritidsaktiviteter skyldes» (Tøssebro 2015, 35). Man kunne trodd at økningen i deltagelse i fritidsaktiviteter kan skyldes at det har vært oppmerksomhet rundt temaet, men Tøssebro (2015) påpeker at fritidsdeltakelsen falt selv om det har vært oppmerksomhet rundt temaet tidligere. Han skriver at man kunne trodd at økningen skyltes økt bruk av fritidskontakt og støttekontaktjenester, men påpeker at antall mennesker med

utviklingshemming som mottar støttekontaktjenester hadde gått ned fra 43% til 27% i perioden 2001-2010. Det kan spekuleres at økningen kan være at desorganiseringen som kom i etterkant av reformen, er over, og at personalet i boligene nå er mer i stand til å tilrettelegge for fritidsaktiviteter Tøssebro (2015). Selv om resultatene fra 2010 viser en økning i fritidsdeltagelse, nå man ta resultatene med «en klype salt». Det var kun ca. 40% av de som ble spurt om å delta som svarte på undersøkelsen (Tøssebro 2015). Noen svarte ikke på forespørselen om å delta, andre vegret seg og ønsket ikke å delta, mens noen som originalt takket ja til å være med i undersøkelsen trakk seg (Tøssebro 2015).

Hvis man ser på HVPU-reformen som en makroprosess, er det mulig at dens effekt på makrosystemet i det norske samfunn kan være en faktor som har økt fritidsdeltagelsen. Som Gulbrandsen (2006) skriver, så gjennomsyrrer makrosystemet alle de andre systemene i Bronfenbrenners modell. Når HVPU-reformen ble gjennomført medførte det endringer i samfunnsrollene, mennesker med utviklingshemming er ikke lengre «klienter» eller «pasienter» på en institusjon, men er nå «medborgere», «naboer» og så videre. Gulbrandsen (2006) skriver om hvordan det foreligger forventninger eller en «enighet» om alminnelige forestillinger fra nære, det lokale miljøet og kanskje generelt i Norge. Jeg spekulerer her at endringen i samfunnsrollene til mennesker med utviklingshemming kan ha endret på de forventningene og «enigheten» i miljøet rundt individet.

5.2 Fritid og fritidsdeltagelse

Når det kommer til fritidsdeltagelse og deltagelse i selvvalgte aktiviteter, er selvbestemmelsen til individet et viktig element å ha med i beregningen. Selvbestemmelse kan defineres som å være den som handler på vegne av seg selv og sitt liv, som tar for seg valg og avgjørelser som har med ens livskvalitet å gjøre, fri fra overdreven ytre påvirkning eller innblanding Wehmeyer (1996). Retten til selvbestemmelse er et viktig element når det kommer til temaet fritid. Det å selv få bestemme hva man ønsker å bruke fritiden på, det å utforske og oppsøke ting man interesserer seg for, er en viktig del av hva som gjør fritid til noe man ser frem til.

5.2.1 Vernepleieren, kartlegging og tilrettelegging

Mennesker med utviklingshemming kan oppleve utfordringer når det kommer til det å delta i selvvalgt aktivitet. «Mulighetene til å velge avgrenses av personens forutsetninger på mange plan. De utviklingshemmede har i ulikgrad mulighet til å kunne ta beslutninger om hva de ønsker å gjøre på fritiden» (Midsundstad 2015, 53-54). Det kan være nødvendig med kartlegging for å finne frem til hva personen med utviklingshemming ønsker og har behov for (Midsundstad 2016). Videre skriver Midsundstad (2016) om hvordan nærpersoner må inkluderes i kartleggingsprosessen hvis ansatte i støttekontakttjenesten eller andre som organiserer fritidstjenester ikke kan gjennomføre en samtale med tjenestemottakeren (Midsundstad 2016).

Når en vernepleier skal jobbe sammen med en person med utviklingshemming for å kartlegge hva personen ønsker å gjøre i sin fritid, kan vernepleieren tre inn i det Brask, Østby og Ødegård (2016) kaller *partnerrollen*. «Sentralt for partnerrollen er fokus på relasjonen med den enkelte bruker, med vekt på dialog, individuell tilpasning og samarbeid på den andres premisser» (Brask, Østby og Ødegård 2016, 63). Med god relasjon og kjennskap til personen man skal bistå, kan man komme med forslag på aktiviteter personen kan delta i dersom personen selv ikke vet hvilke aktiviteter de vil prøve. En god relasjon mellom vernepleier og personen man bistår, kan tilsi at det finnes tillit mellom de to. «Tillit er et vesentlig aspekt ved relasjon. (...) Å vise tillit betyr å utlevere seg selv (...) Tillit handler om å våge å legge sin sårbarhet i andres hender» (Tveiten 2019). Hvis personen som blir bistått har tillit til vernepleieren, er det mulig at de kan komme med ønsker som de ellers ville holdt for seg selv, for frykt av å bli latterlig gjort eller å ikke bli tatt på alvor.

En kartlegging av ønsker og interesser kan være nyttig for å gi vernepleieren et innblikk i hva individet ønsker å gjøre med sin fritid, og de kan da undersøke muligheter i lokalområdet som samsvarer med individets ønsker. Det er også mulig at den man bistår ikke er vant med å være i en posisjon hvor de kan komme med ønsker eller velge selv.

Når en person ikke har erfaring med å kunne velge og delta i selvvalgt fritidsaktivitet, kan de ha vanskeligheter for å forstå sine valgmuligheter. Kanskje trenger personen

også hjelp til å bli kjent med hvilke aktiviteter som finnes før en kan velge med utgangspunkt i hva en liker eller ønsker å gjøre.

(Midsundstad 2016, 83).

Når man har kartlagt ønskene til personen man bistår, kan vernepleieren tre inn i den rollen Brask, Østby og Ødegård (2016) kaller *brobyggerrollen*. Når man vet hvilken aktivitet den man bistår ønsker å delta på kan det være nødvendig med tilrettelegging for deltakelsen. For å legge til rette for deltakelse vil det være nødvendig med godt samarbeid med dem som arrangerer og leder aktiviteten. I brobyggerrollen er vernepleieren vendt mot det å samhandle med andre på systemnivå (Brask, Østby og Ødegård 2016). Kunnskap om gruppedynamikk og hvordan man kan skape godt samarbeid med andre, er en viktig del av vernepleierens utdanning og vil være nyttig i slike situasjoner.

I en slik kartlegging med vernepleier eller hvis tjenestemottakeren av eget initiativ uttrykker et ønske om å delta i en aktivitet, kan det tyde på en intern drivkraft eller at individet opplever aktiviteten som meningsfull, dette er hva Bronfenbrenner (1979) kaller *molar activities*. For noen er selve aktiviteten det som motiverer for deltagelse, mens for andre er det det sosiale aspektet ved aktiviteten som motiverer for deltagelse og det å treffe andre med felles interesser. «Å selv velge å delta i aktiviteter som en oppfatter som betydningsfulle, og å kunne være sammen med andre, er beskrevet som viktig motivasjon til deltagelse» (Kollstad, Dolva og Kleiven 2015, 67-68). Hvis en person med utviklingshemming uttrykker et ønske om å delta i en aktivitet kan det være nødvendig med tilrettelegging for å gi personen best mulig forutsetninger for å lykkes. «Det viktigste er å gi den enkelte den støtten som trengs slik at han eller hun får de beste forutsetningene til å lykkes både sosialt og med den aktiviteten de ønsker seg» (Midsundstad 2016, 81).

5.2.2 Roller

Mennesker med utviklingshemming befinner seg i den situasjon hvor de har en samfunnsrolle som kommer med visse forventninger om hva man kan og ikke kan gjøre, men jeg opplever at de også oppfordres til å bryte med de forventningene og å vise det de kan få til. «Flere utviklingshemmede er veivisere for andre. De sprenger grenser, og synliggjør at de både kan og vil om de får muligheten» (Midsundstad og Bliksvær 2015,

13). Høiseth (2015) skriver om hvordan hun intervjuet medlemmene i et band, hvor medlemmene hadde en utviklingshemming. «Jeg så at aktiviteten var en arena for mestring, sosialt samvær og selvtillit, og ga muligheten til å innta rollen som musiker» (Høiseth 2015, 85). Her trer bandmedlemmene da ut av deres vanlige rolle og inn i en rolle som de normalt ikke ville tilhørt. Et annet eksempel på en person som «sprengte grenser» er Svein André Hofsø, han er skuespiller og hadde hovedrollen i den pris vinnende filmen Detektiv Downs.

5.3 Segregerte- og ordinære aktiviteter

Bandet som var fokuset til Høiseth (2012, 2015) er et eksempel på en segregert aktivitet, hvor alle medlemmene har en form for utviklingshemming og det bare er bandlederen som ikke har utviklingshemming. Dette bringer oss i på temaet om segregerte- og ordinære aktiviteter. Det finnes argumenter for aktiviteter som er tilrettelagt og beregnet for mennesker med utviklingshemming. Bandet Høiseth (2012, 2015) skriver om er del av den lokale kulturskolen, men spiller og øver i et eget separat lokale og er da avskilt fra resten av kulturskolen. Når Høiseth (2015) snakket med nærpersonene til bandmedlemmene, kom det frem at alle mente at det var viktig at bandet- i stor grad- var avskilt fra resten av kulturskolen. En av nærpersonene begrunner dette med at datteren deres hadde hatt mange dårlige erfaringer med ordinære aktiviteter tidligere i livet, som førte til at hun ikke lenger turte å delta i ordinære aktiviteter (Høiseth 2015).

Det denne nærpersonen sier, viser til flere forsøk fra datteren på å delta i ordinære aktiviteter, men som ikke har endt vell. En mulig årsak for dette kan være mangel på kartlegging og tilrettelegging. Kartlegging for å finne ut hvilke hjelpebehov datteren hadde og tilrettelegging i aktiviteten for å dekke det behovet (Midsundstad 2016).

I motsetning til nærpersonene, ønsker bandlederen at det skal være mulighet for samarbeid med andre, for å unngå at de «kjører seg fast i ett spor» (Høiseth 2015, 90). De ulike ønskene til nærpersonene og bandlederen bringer frem et interessant dilemma. Skal bandet forbli segregert og være et trygt sted for medlemmene, men risikere å stagnere og ikke gjøre noen fremgang? Eller skal man ofre litt av sikkerheten for å skape nye muligheter for

vekst og nye mål? Deltakelse i denne typen aktivitet kan både forberede medlemmer til å kunne delta i ordinære aktiviteter, og det kan være en arena for mestring og trygghet.

Deltakelse i aktiviteter som er rettet mot personer med utviklingshemming, kan fungere som en slags plattform og et springbrett ut i «vanlige» organisasjoner. Å drive med en aktivitet sammen med andre utviklingshemmede kan skape trygghet og kompetanse på ulike områder, både sosialt og for den spesifikke aktiviteten.
(Høiseth 2015, 89).

Man kan se på bandet som et eksempel på et mesosystem, hvor medlemmene deltar i flere andre mikrosystem, men har bandet til felles. Vi kan finne eksempler av alle tre byggesteinene av et mikrosystem i bander: aktivitet, relasjon og rolle. Bandet gir medlemmene mulighet til å utvikle deres ferdigheter, både motorisk i form av å spille instrumenter, og sosialt i samværet med andre som har felles interesser.

Som nevnt finnes det argumenter for og mot segregerte aktiviteter. Kittelsaa (2008) bringer opp temaet om stigma og at deltagelse i aktiviteter som er beregnet for utviklingshemmede kan være stigmatiserende. Dette kan medføre utestenging fra samværet med andre uten funksjonsnedsettelse (Kollstad 2011). Samtidig skriver Kittelsaa (2008) at deltagelse i segregerte aktiviteter er en god arena for å danne vennskap. Mennesker velger som regel venner man har noe til felles med og en felles erfaring av funksjonsvansker kan være grunnlag for vennskap for noen (Kollstad 2011).

Men hva om individet ikke ønsker å delta i en segregert aktivitet? Hvilke muligheter har de? «(...) de fleste personer med utviklingshemming mangler reelle valgmuligheter til å delta i aktiviteter som er åpne for alle. De får på denne måten ikke samme muligheter som befolkningen får øvrig til deltagelse på kultur- og fritidsarenaen» (Midsundstad 2015, 54). Midsundstad og Bliksvær (2015) skriver om hvordan det nasjonale knutepunktet «Fritid for alle» i 2012 sendte ut en forespørsel til 63 kommuner og bydeler som var del av et nettverk som hadde som mål å styrke og videreutvikle den lovpålagte støttekontaktordningen. Målet med forespørselen var å få eksempler på erfaring med å gi støtte til utviklingshemmede i ordinære fritidsorganisasjoner. Ingen av kommunene arbeidet målrettet for å sikre mennesker med utviklingshemming deltagelse i fritidsorganisasjoner som er åpne til alle (Midsundstad 2015). Det er forskjell på større kommuner og byer, og

mindre kommuner og byer. I de større byene er det mer vanlig at mennesker med utviklingshemming deltar i aktiviteter sammen med andre utviklingshemmede, men i de mindre kommunen og byene er det mer vanlig at personer med utviklingshemming deltar i ordinære aktiviteter sammen med alle andre (Midsundstad 2015).

Det finnes ingen forskning som synliggjør at utviklingshemmede har det best i aktiviteter sammen med andre utviklingshemmede. Når mange utviklingshemmede deltar i aktiviteter hvor det er andre utviklingshemmede, handler det først og fremst om en praksis hvor det er lite erfaring med å spørre den enkelte utviklingshemmede om hva han eller hun ønsker.

(Midsundstad 2016, 84).

Hvis man bistår en person som ikke ønsker å delta i en segregert aktivitet, kan det være lurt å se på faktorer som kan begrense valgmulighetene til personen. Midsundstad (2015) skriver at en av faktorene som begrenser mennesker med utviklingshemmings valgmuligheter er manglende informasjon eller manglende tilgjengelighet av informasjon. Informasjon som finnes på internett og i brosjyrer osv. er ikke tilstrekkelig for å informere om de tilbud som eksisterer. Han argumenterer derfor for at det trengs «økt oppmerksomhet rundt hvordan en kan gi informasjon på en bedre måte i samråd med de utviklingshemmede selv, deres brukerorganisasjon og ansatte som jobber overfor dem i kommunen» (Midsundstad 2015, 64). Andre faktorer som kan være med på å begrense valgmulighetene er økonomi og avhengighet av ledsager (Hutchinson og Sandvin 2015). Økonomi er en faktor som påvirker alles valgmuligheter når det kommer til fritidsaktiviteter, ikke bare mennesker med utviklingshemming. Avhengighet av ledsagere derimot er en mer vanlig begrensning for mennesker med utviklingshemming som ikke påvirker resten av befolkningen i like stor grad.

5.4 Betydningen av aktivitet

I sin undersøkelse kom Kollstad (2011) frem til tre dimensjoner ved fritidsaktiviteter som har betydning for hennes fokuspersoner. De dimensjonene var: lyst og glede, sosialt fellesskap og læring og utvikling (Kollstad 2011).

Lyst og glede betyr mye for fokuspersonene til Kollstad (2011), når fokuspersonene forklarer hva deltakelse i fritidsaktiviteter betyr for dem, kommer det frem at det er noe som bringer glede og er lystbetont. Kollstad (2011) siterer en av fokuspersonene som sier «Fritid betyr veldig mye for meg. Det er der jeg henter kreftene mine». Alle fokuspersonene til Kollstad (2011) beskriver deres deltakelse i fritidsaktiviteter, både organiserte aktiviteter og selvvalgte aktiviteter, som noe positivt som bringer lyst og glede. «Her kan de utfolde sine talenter. Gjennom fritidsaktiviteter kan de realisere seg selv» (Kollstad 2011).

Deltagelse i fritidsaktiviteter betyr at man får delta i det sosiale samværet med venner og andre man har noe til felles med (Kollstad 2011). Det rapporteres at mennesker med utviklingshemming har fattige sosiale nettverk med få venner (Kittelsaa 2008), det er da positivt at deltagelse i fritidsaktiviteter gir muligheter for å knyte nye bånd og danne vennskap med andre. Observasjonene til Kollstad (2011) samsvarer godt med hva Midsundstad og Bliksvær (2015) skriver om fritidsaktivitet som en viktig arene for å treffe andre med felles interesser.

Det kan skje mye læring og utvikling på fritiden. Når man deltar i organiserte fritidsaktiviteter lærer man å samhandle med de andre medlemmene, og man lærer å forholde seg til aktivitetens spilleregler (Kollstad 2011). «Livet på fritiden synes å gi mye uformell læring både i aktiviteter som skal utføres og sosiale samspill» (Kollstad 2011). Denne observasjonen samsvarer med de observasjonene Høiseth (2015) kom med i hennes arbeid med bandet, hvor fritidsaktiviteten gir mulighet for læring av ferdigheter og sosial utvikling. Denne utviklingen kan koples tilbake til hva Bronfenbrenner (1979) skriver om mesosystem og hvordan miljøet påvirker og blir påvirket av menneskers utvikling.

Vi kan da konkludere med at fritiden har stor betydning for mennesker med utviklingshemming. Fritiden er hvor man kan både være og utforske seg selv, lære nye ferdigheter og danne relasjoner og vennskap med andre (Kollstad 2011, Kittelsaa 2008, Høiseth 2015, Midsundstad 2015).

5.4.1 Hva hemmer deltagelse?

Det er flere faktorer som kan hemme for fritidsdeltakelse.

Kollstad (2011) i sin undersøkelse kom frem til at mangel på aktiviteter man mestrer eller er interessert i reduserer muligheten for fritidsdeltagelse. Mennesker med utviklingshemming ønsker å delta i aktiviteter de mestrer eller kan klare å mestre. Som Kittelsaa (2008) skriver, ønsker mange mennesker med utviklingshemming å vise hva man kan og får til, for å presentere seg selv som noe mer enn utviklingshemmet.

Penger eller økonomi er en faktor som påvirker ikke bare mennesker med utviklingshemming, men alles mulighet for fritidsdeltagelse. For eksempel kan noen aktiviteter krevet utstyr som kan være dyrt og ikke alle kan ta seg råd til å kjøpe inn slikt utstyr. Det behøver ikke være individets økonomi som begrenser muligheten for deltagelse heller, kommunens økonomi kan være en faktor. For eksempel kan et individ ønske å delta på forfall leir en helg og må da reise bort. Hvis denne personen har hjelpebehov som tilsier at en kommunalt ansatt må være med, kan det hende at kommunen ikke vil- eller kan ta seg råd til å betale for at denne tjenesteyteren skal være på jobb hele helgen.

Kollstad, Dolva og Kleiven (2015) skriver om hvordan det kan oppleves som utfordrende å holde tritt med jevnaldrende i aktiviteter. Deres undersøkelse dreier seg om ungdommer som betyr at det faller utenfor mine kriterier for denne oppgaven, men jeg mener at denne observasjonen kan være relevant for mennesker over 18 også. Etter hvert som man blir eldre vill de fysiske kravene for fysiske aktiviteter øke med alderen, det forventes at man kan løpe raskere, kaste lengre osv. Om man ikke klarer å holde følge med de andre, kan man kanskje oppleve å bli etterlatt eller demotivert. Når det da kommer til aktiviteter for de som er over 18 kan det hende at de opplever å ikke klare å holde følge med dem på sin egen alder.

Det er mulig at stigma er en faktor som hemmer for fritidsdeltagelse. Kittelsaa (2008) skriver om hvordan deltagelse i fritidsaktiviteter som er beregnet for mennesker med

utviklingshemming kan oppleves som stigmatiserende for deltakerne. Det er da mulig at mennesker med lett utviklingshemming som selv identifiserer seg selv som «normal», men med et behov for litt hjelp, kan oppleve deltakelse i slike aktiviteter som stigmatiserende (Høiseth 2012, Kollstad 2011, Kambo og Kipnes 2015).

Fra egen arbeidserfaring og praksis i løpet av studiet har jeg erfart at mangel på støttekontakter er en annen mulig faktor som kan hemme for fritidsdeltagelse. Den kommunale støttekontaktjenesten er et lovpålagt tilbud kommuner skal tilby sine innbyggere (Helse- og omsorgstjenesteloven, § 3-2, 2011). Støttekontakter er innbyggere som søker om å jobbe som støttekontakt, støttekontaktordninger av de avhengige av at innbyggere ønsker å arbeide som støttekontakt. Er det ikke søkere, er det ikke støttekontakter. På grunn av dette kan kommuner oppleve at det er flere som får vedtak om tildeling av støttekontakt enn det er tilgjengelige støttekontakter.

Midsundstad (2015) skriver om hvordan muligheten for å ha med seg ledsager er en faktor som reduserer muligheten for fritidsdeltagelse. Videre skriver Midsundstad (2015) om hvordan transport er enda en begrensende faktor. Hvis man ikke har mulighet for å komme seg til aktiviteten man ønsker å delta på, så har man ikke mulighet til å delta.

5.4.2 Hva fremmer deltagelse?

Hvilke faktorer fremmer fritidsdeltagelse?

Tilgang til aktiviteter man mestrer, eller kan mestre er viktig for deltagelse (Kollstad 2011). Hvis individet ikke opplever at de kan mestre en aktivitet, vil de sannsynligvis ikke ville delta i den aktiviteten. Et større utvalg av mulige aktiviteter man kan delta på, kan da øke sannsynligheten for at individet finner en aktivitet som de kan mestre og ønsker å delta i. Tilgjengeligheten av ønsket aktivitet vil være viktig for å fremme deltagelse. Kittelsaa (2008) hevder at deltagelse i fritidsaktiviteter er styrt av glede over aktiviteten og av å gjøre noe man mestrer. Det å få delta i en aktivitet man ønsker å delta i, vil være viktig for gledes følelsen som Kittelsaa (2008) beskriver.

En faktor som fremmer deltagelse, er engasjerte individer og frivillige. Eksempel på dette er bandlederen Høiseth (2012, 2015) skrev om. Det kom frem at denne bandlederen hadde stått på og jobbet lenge for at band tilbudet skulle være så godt som mulig for bandmedlemmene. Høiseth (2012, 2015) skriver at det er viktig med engasjement og interesse fra individer som har idealisme, ressurser og personligegnethet for å drive et slikt tilbud. Innsatsen til bandlederen var sentral for kvaliteten på tilbudet (Høiseth 2012, 2015).

Relasjonen kan spille en viktig rolle i det å fremme fritidsdeltagelse. En av informantene til Kambo og Skipnes (2013) fortalte om hvor viktig det kunne være å ha noen som ventet på deg, når terskelen for å komme seg ut døren på ettermiddagen kunne bli høy. Her kommer viktigheten av vennskap og gode relasjoner inn. Deltakelse i fritidsaktiviteter gir en arena for å sosialisere og danne vennskap (Kittelsaa 2008). Denne relasjonen og kunnskapen om at venner venter på deg, er da enda en motiverende faktor for deltagelse.

God tilrettelegging og støtte er viktige faktorer som fremmer deltagelse. Tilgang på hjelp har betydning for om en aktivitet blir valgt eller ikke (Kollstad 2011). Fokuspersonene til Kollstad gir uttrykk for at de ønsker og setter pris på hjelp, når det er nødvendig for deres deltagelse i ønsket aktivitet. *Hjelp* kan handle om både støtte og praktisk tilrettelegging for å kunne gjennomføre valgt aktivitet (Kollstad 2011). Hjelp handler om kompetanse til å sette seg inn i deres situasjon, for å se muligheter og alternativ, være en samtalepartner, inngå i relasjoner og å gi praktisk hjelp (Kollstad 2011).

God informasjon er viktig for å fremme fritidsdeltagelse. Midsundstad (2015) skriver om hvordan god informasjon om aktiviteter i lokalområdet er viktig for å fremme deltagelse. Han skriver også at det kan være vanskelig for mennesker med utviklingshemming å finne frem til denne informasjonen. Kambo og Skipnes (2013) skriver at *hjelp* kan innebære å gi en oversikt og informasjon om hvilke muligheter man har. En av informantene deres fortalte om hvordan de tidligere deltok i en fritidsgruppe, men at de nå ikke vet når de skal møte eller om gruppen fremdeles driver med aktiviteter.

Politikk kan spille en rolle for å fremme fritidsdeltagelse. Midsundstad (2015) skriver om hvordan kommuner må bli bedre til å opplyse og tilrettelegge for fritidsdeltagelse i selvvalgte aktiviteter. For å klare dette er man nødt til å belyse saken og rette oppmerksomhet mot problemene. En vernepleier er et eksempel på en aktør som kan kjempe for bedre tilrettelegging og muligheter på en lokal- eller kanskje nasjonal politisk måte. Dette ville være det Brask, Østby og Ødegård (2016) kaller *pådriverrollen*. I denne rollen kan vernepleiere vende sin oppmerksomhet og kompetanse mot det å fremme endring i lokalmiljøet.

6.0 Avslutning

6.1 Hovedpunkt

Vi vet nå at etter HVPU-reformen var det et fall i mennesker med utviklingshemmings fritidsdeltagelse. Dette førte til at fritiden ble omtalt som reformens «taper», men i de senere årene har det vært en økning i fritidsdeltagelse (Tøssebto 2015). Mennesker med utviklingshemming har mulighet til å delta i organiserte fritidsaktiviteter som er segregerte- eller ordinære aktiviteter. Forskning viser at de fleste mennesker med utviklingshemming deltar i segregerte aktiviteter, sammen med andre mennesker med utviklingshemming (Kittelsaa 2008, Kollstad 2011, Høiseth 2012). Deltakelse i slike segregerte aktiviteter kan både være stigmatiserende og en arena for å lære ferdigheter som gjør det mulig å delta i ordinære aktiviteter (Kittelsaa 2008, Høiseth 2012). Det kan være nødvendig med kartlegging og tilrettelegging når en person med utviklingshemming skal delta i en ordinær aktivitet (Midsundstad 2015). Dette for å gi personen man skal bistå best mulig forutsetning for å mestre aktiviteten (Kollstad 2011, Midsundstad 2015). Vi vet også at det er flere faktorer som både fremmer og hemmer muligheten for deltagelse.

Selv om deltagelse i segregerte aktiviteter kan være stigmatiserende, må man ikke undervurdere hvordan personen som deltar selv opplever aktiviteten. Bronfenbrenner (1979) skriver om hvordan det er personens opplevelse av det som skjer i miljøet som er viktig for menneskelig utvikling. Segregerte aktiviteter er en arena for å knytte vennskap med mennesker som har hatt lignende livs opplevelser og har felles interesser (Midsundstad 2015). Man må ikke miste synet av individet. Det er tross alt deres fritid,

deres ønsker, drømmer og interesser som er viktige. Det er individet som må oppleve sin fritid som verdifull og meningsfull (Kollstad 2011).

6.2 utfordringer fremover

Utfordringene fremover slik jeg ser dem, handler om å gjøre det lettere for mennesker med utviklingshemming å delta i de aktivitetene de ønsker å delta i. Dette vil innebære å øke tilgjengeligheten av nødvendig informasjon. Informasjon og mangel på informasjon er en faktor som kan ha stor innvirkning på mennesker med utviklingshemmings muligheter for deltagelse (Midsundstad 2015, Kambo og Skipnes 2013). Det vil også innebære å informere om viktigheten av god kartlegging og tilrettelegging og hvilken effekt det kan ha på individers opplevelse av deltagelse i aktiviteter (Midsundstad 2015, Kollstad 2011).

6.3 Vernepleierens bidrag i dette arbeidet

I dette arbeidet kan en vernepleier komme med flere bidrag. Jeg har allerede skrevet om de forskjellige kjerne rollene en vernepleier kan tre inn i, ut fra hva situasjonen krever (Brask, Østby og Ødegård 2016). De forskjellige kjerne rollene kan være nyttige når en vernepleier skal samhandle med en tjenestemottaker for å komme frem til hva de ønsker, men kan også være nyttig når det kommer til handlinger som ikke direkte involverer tjenestemottakeren.

En vernepleier har tillært seg metoder for å kartlegge behov gjennom sin utdanning, dette kommer frem i hva som kalles vernepleierens arbeidsmodell. Denne arbeidsmodellen kan benyttes for å kartlegge behov, og for å utarbeide tiltak eller forslag på hvordan man kan tilrettelegge for deltagelse. Vernepleiere har også gjennom sin utdanning lært viktigheten av selvbestemmelse og brukermedvirkning, og hvilken effekt det kan ha på en persons livskvalitet. En vernepleier kan også formidle viktigheten av fritidsdeltakelse til de andre ansatte på sin arbeidsplass dersom det skulle være nødvendig.

Vi har sett at relasjoner kan spille en viktig rolle når det kommer til motivasjon for deltagelse. Vernepleiere er i en posisjon hvor de danner relasjoner til de man bistår gjennom nært samarbeid og personlig tilnærming, slik det blir beskrevet i partnerrollen

(Brask, Østby og Ødegård 2016). Vernepleiere kan gi nødvendig hjelp for at mennesker skal ha en god mulighet mestre og lykkes med deres valgte aktivitet.

7.0 Litteraturliste

Askheim, Ole Petter. 2003. *Fra normalisering til empowerment: Ideologier og praksis i arbeid med funksjonshemmede*. Oslo: Gyldendal akademisk.

Barstad, Anders og Lise Kjølørød. 2016. «Fritid» i *Det norske samfunn. Bind 3. 7. utgave*, redigert av Kjølørød, 314-335. Oslo: Gyldendal akademisk.

Bie, Kristin. 2010. *Refleksjonshåndboken 2. utgave*. Oslo: Universitetsforlaget.

Brask, Ole David, May Østby og Atle Ødegård. 2016. *Vernepleierens kjerneroller: En refleksjonsmodell*. Bergen: Fagbokforlaget.

Brevik, Ivar og Karin Høyland. 2007. *Utviklingshemmedes bo- og tjenestesituasjon 10 år etter HVPU-reformen*. Oslo: Norsk institutt for by- og regionforskning.

Bronfenbrenner, Urie. 1979. *The Ecology of Human Development: Experiments by Nature and Design*. Harvard University Press.

CRPD. 2006. *Konvensjonen om rett til mennesker med nedsatt funksjonsevne*.
<https://www.regjeringen.no/contentassets/26633b70910a44049dc065af217cb201/konvensjon-om-rettighetene-til-mennesker-med-nedsatt-funksjonsevne.pdf>

Dalland, Olav. 2012. *Metoder og oppgaveskriving. 5. Utgave*. Oslo: Gyldendal Akademisk.

Dalland, Olav. 2017. *Metoder og oppgaveskriving. 6. Utgave*. Oslo: Gyldendal Akademisk.

Freire, Paulo. 1999. *De undertryktes pedagogikk*. Oversatt av Sissel Lie. Oslo: Gyldendal akademisk.

Gulbrandsen, Liv Mette. 2006. «Urie Bronfenbrenner: En økologisk utviklingsmodell» i *Oppvekst og psykologisk utvikling: Innføring i psykologiske perspektiver*. Redigert av Gulbrandsen, 50-71. Oslo: Universitetsforlaget.

Helgesen, Leif A. 2021. *Menneskets dimensjoner: Lærebok i psykologi. 4. utgave*. Oslo: Cappelen Damm Akademisk.

Helse- og omsorgstjenesteloven. *Lov om kommunale helse- og omsorgstjenester m.m. av 24. juni 2011 nr.30*. <https://lovdata.no/dokument/NL/lov/2011-06-24-30?q=helse-%20og%20omsorg>

Hutchinson, Gunn Strand og Johans Tveit Sandvin. 2015. «Fritid og selvbestemmelse» i *Deltakelse på fritiden: Perspektiver på fritidsdeltakelse for mennesker med utviklingshemming*. Redigert av Bliksvær, 109-130. Bergen: Fagbokforlaget.

Høiseth, Jannicke. 2012. *Verdifull fritid for alle? En kvalitativ studie av fritidstilbud for utviklingshemmede*. Oslo: Universitetet i Oslo.

Høiseth, Jannicke. 2015. «Verdifull fritid for alle?» i *Deltakelse på fritiden: Perspektiver på fritidsdeltakelse for mennesker med utviklingshemming*. Redigert av Bliksvær, 85-96. Bergen: Fagbokforlaget.

Imsen, Gunn. 2001. *Elevens verden*. Oslo: Universitetsforlaget.

Jensen, Målfrid J. Frahm, Jan Olav Johannessen, Sveinung Dybvik og Gerd- Ragna Bloch Thorsen. 2009. *Stigma – antistigma: Stigmatisering av personer med psykiske lidelser, hvordan kan dette bekjempes? 2. utgave*. Stavanger: Stiftelsen Psykiatrisk Opplysning.

Kambo, Ina og Ingunn Skipnes. 2013. *Fremtidsdrømmer: En kvalitativ studie av mennesker med lett grad av utviklingshemming og deres drømmer for fremtiden*. Oslo: Universitetet i Oslo

Kambo, Ina og Ingunn Skipnes. 2015. «Framtidsdrømmer» i *Deltakelse på fritiden: Perspektiver på fritidsdeltakelse for mennesker med utviklingshemming*. Redigert av Bliksvær, 97-108. Bergen: Fagbokforlaget.

Kittelsaa, Anna. 2008. *Et ganske normalt liv. Utviklingshemming, dagligliv og selyforståelse*. Trondheim: Institutt for sosialt arbeid og helsevitenskap, NTNU.

Kollstad, Marit. 2011. «Fritidens muligheter.» Fontene.

<https://fontene.no/forskning/fritidens-muligheter-6.584.865301.52ed6a365d>

Kollstad, Marit, Anne-Stine Dolva og Jo Kleiven. 2015. «Fritidsaktiviteter hos ungdom med Downs syndrom» i *Deltakelse på fritiden: Perspektiver på fritidsdeltakelse for mennesker med utviklingshemming*. Redigert av Bliksvær, 67-84. Bergen: Fagbokforlaget.

Midtsundstad, Anders. 2016. *Aktiv i eget liv: Muligheter på ulike livsarenaer for mennesker med utviklingshemming*. Bergen: Fagbokforlaget.

Midtsundstad, Anders og Trond Bliksvær. 2015. *Deltakelse på fritiden: Perspektiver på fritidsdeltakelse for mennesker med utviklingshemming*. Bergen: Fagbokforlaget.

Midtsundstad, Anders. 2015. «Valgmuligheter på fritiden» i *Deltakelse på fritiden: Perspektiver på fritidsdeltakelse for mennesker med utviklingshemming*. Redigert av Bliksvær, 53-66. Bergen: Fagbokforlaget.

Molden, Thomas Hugaas, Christian Wendelborg og Jan Tøssebro. 2009. *Levekår blant personer med nedsatt funksjonsevne. Analyse av levekårsundersøkelsen blant mennesker med nedsatt funksjonsevne 2007 (LKF)*. Trondheim: NTNU samfunnsforskning AS. Avdeling for mangfold og inkludering.

Norvoll, Reidun. 2019. «Sosiale avvik og sosial kontroll» i *Mellom mennesker og samfunn: Sosiologi og sosialantropologi for helse- og sosialprofesjonelle*. 3. utgave. redigert av Rugkås, 97-122. Oslo: Gyldendal akademisk.

NOU. 2001. *Norges offentlige utredninger 2001: 22. Fra bruker til borger. En strategi for nedbygging av funksjonshemmende barrierer*. Oslo: Sosial- og helsedepartementet.

Stortingsmelding nr:45 (2012-2013) «*Frihet og likeverd – om mennesker med utviklingshemming*».

Stubrud, Leif Hugo. 2001. *Utviklingshemming i et økologisk perspektiv*. Oslo: Universitetsforlaget.

Tveiten, Sidsel. 2019. *Veiledning – mer enn ord... 5. utgave*. Bergen: Fagbokforlaget

Tøssebro, Jan. 1996. *En bedre hverdag? Utviklingshemmedes levekår etter HVPU-reformen*. Oslo: Kommuneforlaget.

Tøssebro, Jan og Hege Lundeby. 2002. *Statlig reform og kommunal hverdag: utviklingshemmedes levekår 10 år etter reformen*. Trondheim: Institutt for sosialt arbeid og helsevitenskap, NTNU.

Tøssebro, Jan. 2010. *Hva er funksjonshemming*. Oslo: Universitetsforlaget

Tøssebro, Jan. 2015. «Fritid før og nå.» I *Deltakelse på fritiden: Perspektiver på fritidsdeltakelse for mennesker med utviklingshemming*, redigert av Trond Bliksvær, 23-38. Bergen: Fagbokforlaget.

Wehmeyer, Michael. 1996. «Self-determination for youth with significant cognitive disabilities». I *On the road to autonomy*, redigert av Jo-Ann Sowers, 115-133. Baltimore, Maryland: Paul H. Brookes Publishing Co.