

**MASTEROPPGAVE:**

**TILGJENGELIGE  
NATUROPPLEVELSER**

En kvalitativ studie av hvordan kommuner kan tilrettelegge for at mennesker med utviklingshemninger skal ha tilgang til naturopplevelser?

**FORFATTER: ANN-KRISTIN JOHANSEN**

**Dato: 15.06.18**

## SAMMENDRAG

Tittel:	Tilgjengelige naturopplevelser	Dato : 15.06.18
	En kvalitativ studie av hvordan kommuner kan tilrettelegge for at mennesker med utviklingshemninger skal ha tilgang til naturopplevelser?	
Deltaker	Ann-Kristin Johansen	
Veileder:	Kari Bjerke Batt-Rawden	
Evt. oppdragsgiver:		
Stikkord/nøkkelord (3-5 stk)	Naturopplevelser, utviklingshemmede, selvbestemmelse, friluftsliv, helsefremmende.	
Antall sider/ord: 21157	Antall vedlegg: 4	Publiseringsavtale inngått: ja

Friluftsliv er en av de vanligste formene for aktivitet blant nordmenn. Den helsemessige effekten av naturopplevelser og nærhet til naturen er solid dokumentert. Friluftsliv og folkehelse er derfor begreper som henger tett sammen. Når det gjelder utviklingshemmede og aktivitet så har utviklingshemmede et langt lavere fysisk aktivitetsnivå enn resten av befolkningen, og de deltar i langt mindre grad på fritidsaktiviteter. Dette er en situasjon som kan ha uheldige konsekvenser for den enkeltes livskvalitet, utvikling og sosiale liv.

Norske myndigheter ønsker å gjøre noe med dette, og har gjennom ulike planverk understreket utviklingshemmedes grunnleggende rettigheter. Muligheten for å delta i helsefremmende aktiviteter på linje med resten av befolkningen påvirkes av andre forhold rundt den utviklingshemmede.

Oppgavens hensikt er å beskrive hvordan det tilrettelegges for utviklingshemmedes mulighet til naturopplevelser. Fokuset er på hvilke faktorer og strukturer i lokalmiljøet som påvirker deres muligheter til et helsefremmende levesett hvor naturen er en tilgjengelig arena.

Som metodisk tilnærming ble det foretatt ett fokusgruppeintervju med fem deltagere. Alle var ansatt i en mellomstor norsk kommune. De hadde ulik faglig bakgrunn.

Studiet beskriver fire hovedkategorier.

Å bevege seg i naturen gir muligheter for rekreasjon, samhandling og mestring.

**Naturopplevelser** er ikke bare de fysiske rammene rundt oss, men handler også om hva som skapes inni hver og en. Opplevelsen kan variere fra tur til tur, og fra person til person. Å kjenne naturens påvirkning og nyte den er som mange andre oppdagelser noe som må læres.

Ordinære **friluftstilbud** skal så langt det er mulig tilrettelegges for utviklingshemmede. Det finnes imidlertid en rekke barrierer som gjør at det oppleves som vanskelig å oppsøke disse.

Utviklingshemmede har ulike behov for tilrettelegging. Behovet for nok og riktig informasjon er stort.

Det kan tyde på at **personalets holdninger og kunnskap** er en kritisk faktor for den utviklingshemmedes mulighet til naturopplevelser. Personalressursene er tilmålt vedtak som omfatter målrettet miljøarbeid i boligen. Realkompetanse viker for profesjonell kunnskap, og fokuset sentreres om målrettet trening på dagligdagse oppgaver.

Folkehelseloven (2012) gir kommunen økt ansvar **som helsefremmende aktør**. Helsefremming handler om å legge til rette for inkluderende og helsefremmende møteplasser der folk bor.

Kommunens strategi er også å la den enkelte innbygger få større ansvar for egen helse og alderdom, noe som kan gjøre gruppen utviklingshemmet enda mer sårbar.

## ABSTRACT

<b>Title:</b>	Available experience of nature	<b>Date :</b> 15.06.18
	<hr/> <p>A quality study of how municipalities have possibilyt to organize retarded people's experience of nature.</p> <hr/>	
<b>Participants/</b>	Ann-Kristin Johansen	
	<hr/> <hr/> <hr/>	
<b>Supervisor(s)</b>	Kari Bjerke Batt-Rawden	
	<hr/>	
<b>Employer:</b>	<hr/>	
<b>Keywords</b>	nature experience, retarded, self-determination, outdoors, health promotion.	
(3-5)	<hr/>	
<b>Number of pages/words:</b>	<b>Number of appendix:</b> 4	<b>Availability (open/confidential):</b> open
21157		

Short description of the bachelor thesis:

Outdoor life is one of the most common activities among Norwegians. The health-related effects of both the experience of nature and closeness to nature are thoroughly documented. Therefore, outdoor life and public health are two concepts closely attached to each other. When it comes to retarded people and activity, we see that they are less physical active than the rest of the population, and they participate far less on leisure activities. This situation may have negative consequences for each person's quality of life and social life.

Norwegian authorities want to do something about this, and through different planning work, they have highlighted retarded people's basic rights. Retarded peoples' possibility of participating in health-promoting activities on the same level as the rest of the population, are affected by different aspects surrounding them.

The purpose of this assignment is to describe how we organize retarded people's possibilities when it comes to the experience of nature. The focus is on the factors and structures in the local environment that affect their possibilities of a health promoting lifestyle, in situations where nature is available to them.

As methodical approach, I carried out a group-interview with five participants. All five employed in a medium-sized Norwegian municipality. They all had different professional backgrounds.

The study describes four main categories

Being in the nature provides possibilities of recreation, interaction and the sense of coping. The experience of nature does not only come from the physical frames that surround us, but also from what it creates in every one of us. The experiences may vary from trip to trip, and from person to person. Like so many other experiences, understanding how the nature affects us and being able to enjoy it, is something we have to learn.

Common open-air activities and attractions should be adapted to retarded people. Many barriers make it difficult for them to participate in such activities and attractions, and retarded people have different needs when it comes to the arrangements. Therefore, it is very important to give them enough, and the right sort of, information.

The staff's attitudes and knowledge are critical factors when it comes to retarded peoples' possibilities of experiencing nature. The resources are admeasured resolutions used on goal-oriented care work in the homes. Non-formal qualifications have to yield for professional knowledge, and the focus is on goal-oriented training on everyday tasks.

The Norwegian Law of Public Health (2012) gives the municipality increased responsibility as a health-promoting actor. Health promoting means to arrange for inclusive and health-promoting meeting places where people live. The municipality's strategy is to give each citizen more responsibility for their own health and old age, which may make retarded people even more vulnerable.

## Forord:

Det har vært spennende, men krevende å skrive denne masteroppgaven. Oppgaven markerer avslutningen på en lærerik mastergrad i Helsefremmende lokalsamfunnsarbeid.

Jeg har mange å takke for at oppgaven nå er ferdig.

En stor takk til veileder Kari Bjerke Batt-Rawden. Du har vært en inspirasjon og en fantastisk støtte når jeg trengte det mest. Dine konkrete kommentarer og tilbakemeldinger ga meg det jeg trengte for å komme videre i prosessen.

Takk til dere som stilte som informanter. Uten deres kunnskaper, erfaringer og ærlighet hadde ikke denne oppgaven blitt noe av.

En takk til min søster som bidro i slutføringen av oppgaven.

Tilslutt vil jeg takke hele familien min, som har latt meg studere i disse fire årene. Takk for tålmodighet, oppmuntring og å tro på at dette kom jeg til å klare. En spesiell takk til Espen, som har korrekturlest store deler av oppgaven.

Gjøvik, juni 2018

Ann-Kristin Johansen

## Innhold

1	Innledning.....	9
1.1	Valg av tema.....	9
1.2	Bakgrunn for valg av tema .....	10
1.3	Problemstilling .....	10
2	Teori og forskning .....	11
2.1	Definisjoner og begrepsforståelse .....	11
2.1.1	Utviklingshemming .....	11
2.1.2	Sosialt felleskap.....	13
2.1.3	Bistandskvalitet .....	13
2.1.4	Universell utforming .....	13
2.1.5	Organisasjonsmodell .....	13
2.2	Helsefremmende og salutogene perspektiver .....	14
2.3	Profesjonell omsorg og/eller miljøterapeutiske prinsipper.....	15
2.4	Mennesket og naturen .....	16
2.5	Aktivtetsglede.....	18
2.6	Informasjon om tilrettelagte fritidsaktiviteter.....	18
3	Analyse.....	18
3.1	Kvalitativ metode .....	19
3.1.1	Fenomenologisk – Hermeneutisk tilnærming.....	19
3.2	Utvalg og rekruttering .....	20
3.3	Fokusgruppeintervjuet.....	21
3.3.1	Intervjuguide .....	21
3.3.2	Gjennomføring av intervjuene.....	21
3.4	Den skriftlige teksten.....	22
3.5	Relevans, validitet og overførbarhet.....	23
3.6	Informert samtykke og konfidensialitet.....	24
4	Resultater.....	24
4.1	Personalets holdninger og kunnskap .....	25
4.2	Friluftslivstilbud og naturopplevelser.....	28
4.3	Kommunal tjeneste.....	30
5	Drøftinger .....	31
5.1	Naturopplevelser .....	32
5.2	Friluftslivstilbud – informasjon og tilgjengelighet.....	35
5.3	Personalets holdninger og kunnskap .....	38
5.3.1	Miljøterapeutisk prinsipper .....	38

5.3.2	Selvbestemmelse .....	41
5.3.3	Kultur.....	42
5.4	Kommunen som helsefremmende aktør.....	42
5.4.1	Kommunen .....	42
5.4.2	Retten til selvbestemmelse .....	43
5.4.3	Vedtak .....	44
5.4.4	Helsefremmende tiltak og universell utforming.....	45
5.4.5	Inkludering .....	45
6	Metodeevaluering.....	46
7	Avslutning.....	47
8	Litteraturliste.....	49

Vedlegg:

Vedlegg 1: Forespørsel om deltagelse i undersøkelse

Vedlegg 2: Intervjuguide / temaliste

Vedlegg 3: Samtykke

Vedlegg 4: Originalmodell: Faktorer som påvirker deltagelse i fritidsaktiviteter. (King et al. 2003).



# 1 Innledning

Muligheten og retten til friluftsliv er en viktig del av det «å være norsk». Politisk har tilrettelegging for – og betydningen av friluftsliv fått en god del oppmerksomhet.

I Meld.St nr 18 (2015-2016) påstås det at friluftsliv er den vanligste formen for fysisk aktivitet i Norge. Det betyr at mange velger å tilbringe fritiden i naturen.

Undersøkelser utført av Fagbevegelsens Senter for Forskning (Fafo) viser at 80 prosent av befolkningen i Norge foretrekker friluftsliv i form av turgåing. 50 prosent av disse foretrekker gangveier og stier som aktivitetsarena. (NOU: 22) Det er rimelig å anta at mennesker med nedsatt funksjonsevne har samme preferanser som befolkningen for øvrig.

St.meld. nr. 39 (2000-2001) definerer friluftsliv som: «Opphold og fysisk aktivitet i friluft i fritiden med sikte på miljøforandring og naturopplevelse. Målsetjinga er å fremje det enkle friluftslivet - for alle, i dagleglivet og i harmoni med naturen. Friluftslivspolitikken legg hovudvekta på ein kjerne av ikkje konkurranseprega, ikkje motoriserte fritidsaktivitetar som går føre seg på allment tilgjengelege, naturprega område.» (punkt 2.1).

Det enkle friluftsliv som oppleves gjennom syn og hørsel er ikke engang i Norge enn selvfølge lengre. Villmarksområdene er redusert fra 50 % til under 10 % av landets areal de siste 100 årene. (Tellnes, 2003). det betyr at friluftsliv som begrep og naturopplevelse endres i takt med samfunnet.

Mye tyder på at sosiale ulikheter virker inn på helsen. De sosiale ulikhetene ser ut til å øke i de fleste norske kommuner, og forebygging av sosiale ulikheter blir derfor et viktig nærmiljøarbeid. (Goth 2014).

Det er kjent at sosiale ulikheter virker inn på helsen. Sosiale ulikheter er blitt årsaksforklart gjennom flere ulike forklaringsmodeller. I studiet «Helsefremmende lokalsamfunnsarbeid» har fokuset vært både på helsedeterminantene, men også på salutogene faktorer. En ensidig fokusering på determinanter leder oss til et dialektisk forhold mellom aktør og struktur. De salutogene faktorene gir en utvidet forståelse om hvorfor noen mennesker forblir friske til tross for at sosiale, miljømessige og /eller økonomiske faktorer setter dem i faresonen for å utvikle sykdom og uhelse.

Folkehelseloven (2011) legger mer av ansvaret for folkehelsearbeidet på kommuneplan. De er hovedaktørene som både skal finne ut hvilke utfordringer som finnes i kommunen, forebygge og utjevne helseforskjellene.

En sammenfallende helseutfordring som preger hele det norske samfunn, og dermed alle kommuner, er sosial ulikhet.

På Miljødirektoratets forside står det: «Alle skal ha mulighet til å oppleve natur i Norge. Landet vårt byr på rike muligheter for å være ute på tur, og allemannsretten gir oss anledning til å bevege oss fritt over store områder.» (<http://www.miljodirektoratet.no/no/Tema/Friluftsliv/>)

## 1.1 Valg av tema

Selv om samfunnet utformes slik at hver og en kan delta i størst mulig grad, på egne premisser og etter eget ønske finnes det allikevel hindringer. I min masteroppgave er hensikten å se på hvordan universell utforming og formell likhet påvirker utviklingshemmedes muligheter til naturopplevelser.

Formålet med formell likhet og universell utforming er likestilling mellom mennesker med funksjonsnedsettelse og andre.

Menneskers handlinger, vaner og levesett har stor innflytelse på helsen, men mange trenger ekstra informasjon og bistand for å ta gode valg og kunne opprettholde sunne levevaner. Dette kan for eksempel dreie seg om matvaner og fysisk aktivitet (Mæland, 2014).

Kvaliteten på bistanden påvirkes av en mengde samhandlinger mellom det profesjonelle system, og mellom bistandsmottaker og bistandsyteren. Samhandlingen og innholdet i den er derfor sentral for at den utviklingshemmede skal oppleve en god livskvalitet.

## 1.2 Bakgrunn for valg av tema

Som person er jeg fasinert av naturen, hvordan mennesker påvirkes av den og hvordan vi tolker og lever i pakt med den. Naturen gir oss mat, mulighet for mestring og fysisk utfoldelse i tillegg til rekreasjon som påvirker livskvalitet og mental helse.

Friluftsliv og naturopplevelser er en helsefremmende faktor jeg ønsker skal være tilgjengelig for alle som ønsker det.

I tillegg har jeg i min yrkesaktive tid fulgt med på endringene i hvordan velferdsstaten og kommunene utformer sine tjenester og hvordan ny faglig kunnskap endrer våre holdninger i måten vi møter ulike brukergrupper. Som nyutdannet sykepleier tidlig på 90 tallet bestod oppgavene å bistå i behandling slik at mennesket frisknet til etter sykdom. Etter hvert endret jeg fagfelt og fokuset endret seg fra det naturvitenskapelig tilnærming til en mer helhetlig forståelse av mennesket og samspillet med omgivelsen. Fra 2006 har jeg vært leder. Å lede ansatte handler om de samme faktorene som i andre samspill med mennesker. Det er grunnleggende behov som må dekkes. Jeg har jobbet med utviklingshemmede i flere faser, både under og etter HVPU reformen. Jeg føler meg usikker på om utviklingshemmede er en gruppe mennesker som, til tross for formaliserte rettigheter, blir gitt muligheten for naturopplevelser og et aktivt friluftsliv.

Helsefremmende arbeid bygger blant annet på prinsipper om helsepåvirkninger, reduksjon av helseforskjeller og innebærer en aktiv deltakelse fra befolkningen. (Mæland, 2014) Med helse mener jeg minst mulig sykdom og overskudd til å mestre dagliglivets påkjenninger og oppgaver. (Tellnes, 2003)

Mygind m.fl publisert i januar 2018 en forskningsoversikt med resultater fra ulike studier om hvilke effekter friluftsliv har på helsen. Forskningsoversikten indikerer at det finnes store mengder forskningsstudier (både kvalitative og kvantitative) som beskriver en rekke positive sammenhenger og effekter friluftsliv har på helsen. Det mest interessante i forhold til denne oppgaven er funn som viser hvordan korte gåturer og avslapping i natur eller grønne områder med stor sannsynlighet påvirker stress, den kognitive funksjonen og de fysiologiske prosesser på en positiv måte.

## 1.3 Problemstilling

Formålet er å få kunnskap om hva som kan være hindringer og suksesskriterier for at utviklingshemmede skal ha tilgang til naturopplevelser. For å spisse tematikken ytterligere er det utarbeidet 2 forskningsspørsmål:

Hva påvirker utviklingshemmedes muligheter til naturopplevelser?

Hvordan beskrives tilretteleggingen for naturopplevelsen i en kommunaltjeneste for utviklingshemmede?

I masterstudiet Helsefremmende lokalsamfunn er det fokus på faktorer og struktur i samfunnet som påvirker helsen vår indirekte eller direkte på grunn av muligheter eller hindringer.

Problemstilling:

*På hvilken måte sikrer universell utforming og formell likhet at mennesker med utviklingshemninger har tilgang til naturopplevelser? – en studie av kommunal tilrettelegging.*

Problemstillingen er begrenset til utviklingshemmede over 18 år.

I oppgaven beskrives den utviklingshemmede også som bruker. Blant annet Karen Christensen og Even Nilssen (2006) er kritiske til hvordan begrepet brukes i dagligtalen blant ansatte som gir tjenester til utviklingshemmede. De mener brukerbegrepet er i nær slekt med forbrukerbegrepet, og at brukerbegrepet forutsetter en egenomsorg som de fleste utviklingshemmede i bofellesskap ikke har. Jeg har allikevel valgt å benytte begrepet bruker i oppgaven, da dette er et begrep som informantene benytter. Begrepet gjenspeiler ikke funksjonsnivået hos den som omtales.

## 2 Teori og forskning

I dette kapittelet vil jeg presentere et historisk bakteppe og en teoretisk kontekst som vil være nyttig for å analysere informantenes beskrivelser.

### 2.1 Definisjoner og begrepsforståelse

Avsnittet inneholder en beskrivelse av de meste sentrale begrepene i oppgaven.

#### 2.1.1 Utviklingshemming

Utviklingshemmede defineres som en av hovedgruppene i betegnelsen funksjonshemmede. (Hatland m.fl. 2011).

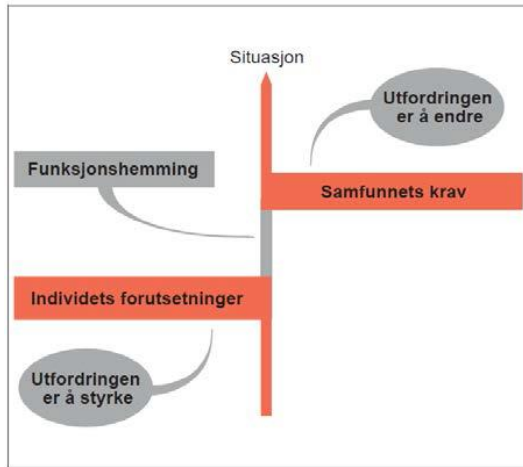
Definisjonen eller forståelsen av funksjonshemming har variert over tid, og måten man velger å forstå begrepet på kan ha stor betydning for valg av politiske strategier. (NOU: 22).

Hos en person med utviklingshemming er funksjonsnedsettelsen av en intellektuell karakter. Den tradisjonelle måten å forstå en funksjonshemming på er å tillegge personen egenskapen. (NOU 22), og er en medisinsk definisjon og modellforståelse.

Det tradisjonelle perspektivet innen medisin er at uønskede tilstander i størst mulig grad må (re)habiliteres til en normaltilstand for å tilpasses samfunnet best mulig. Denne medisinskbiologiske forståelsen har blitt sterkt utfordret de siste 20 årene, ikke minst av de funksjonshemmede selv som har påpekt at de kan være hemmet i noen situasjoner og ikke i andre. (Grue, 2000).

Denne måten å definere utviklingshemming på har endret seg mot en forståelse av at en intellektuell funksjonshemming oppstår i situasjoner som medfører en funksjonshindring for et menneske. Den relasjonelle forståelsesmåten (GAP-modellen) av funksjonshemming i Norge har vært dominerende de siste 20 årene. Definisjonen peker på samfunnets ansvar for å skape gode miljøer som er i samsvar med utviklingshemmedes forutsetninger. (NOU:22)

Demiri og Gundersen (2016) understøtter dette når de skriver at en funksjonshemming er et resultat av samspillet mellom personens funksjonsnedsettelse, samfunnets strukturer, som medfører at personen blir mer eller mindre funksjonshemmet.



Den relasjonelle modellen for funksjonshemming.

Kilde: Lie, I. (1989).

Rehabilitering: prinsipper praktisk organisering. Oslo: Gyldendal.

Det vil si at et menneske bare kan defineres intellektuelt funksjonshemmet når individets forutsetninger ikke er tilstrekkelig i møte med det eksterne miljøet. WHO anslår at mellom 1-3 % av befolkningen i de enkelte landene har en utviklingshemming. I Norge varierer anslagene noe i de ulike undersøkelsene, men det er innenfor WHO's anslag. Ca 24 000 personer er registrert som utviklingshemmet i norske kommuner. Det utgjør 0,4 % av befolkningen, og tyder på at det er mange med lette utviklingshemninger som kan ha problemer sosialt og praktisk uten at vanskene blir forstått opp mot en diagnose. Den intellektuelle funksjonshemmingen medfører gjerne problemer med abstrakt tenking, korttidsminne og funksjonell bruk av skoleferdigheter. (NOU 2016:17)

For mange mennesker med utviklingshemming så vil vårt kunnskapsbaserte informasjonssamfunn være vanskelig å mestre. Til tross for tilrettelegging av ordinære tilbud og individuell støtte så vil det forbli et gap mellom individets forutsetninger og samfunnets krav. (NOU 2016:17)

Noen mennesker med utviklingshemming har i tillegg en fysisk funksjonshemming. De må, så langt det er mulig, legges til rette for i ordinær samfunnsplanleggingen. Tilrettelegging må, på lik linje med annen inngripen i naturen, ta hensyn til plante – og dyreliv. Enkelte naturområder har egen verneplikt og i disse områdene kan være vanskelig å legge til rette for blant annet motorisert kjøretøy. (NOU: 22)

Omsorgen for mennesker med funksjonsnedsettelser var tidligere slektens ansvar, deretter gjorde kirken et betydningsfullt arbeid. Ved fattiglovene i 1845 ble oppgavene i større grad overtatt av det kommunale fattigvesen, og det kommunale ansvaret for sosialhjelpen er senere blitt opprettholdt gjennom endrede fattiglover, ved lov om sosial omsorg av 1964 og nå i lov om sosiale tjenester av 1991. (NOU: 22)

Fra begynnelsen av 1950-tallet og frem til midten av 1960-tallet var det en jevn vekst i antall institusjonsplasser. Store deler av disse institusjonene var drevet i privat regi. I St. Meld nr 88 (1966-67) ble betegnelsen handikappet erstattet med funksjonshemmet. Endringen kom som et resultat av at funksjonshemmedes egne organisasjoner hadde gitt uttrykk for at betegnelsen handikappet virket statisk og at funksjonshemmet var å foretrekke. Ved utgangen av 1969 var det etablert i alt 109 institusjoner med til sammen 5500 plasser.

I 1970 fikk fylkeskommunene et samlet ansvar for planlegging, oppfølging og drift av helseinstitusjoner - og «Helsevernet for Psykisk Utviklingshemmede» (HVPU) ble etablert. Omsorgen for personer med utviklingshemming har siden vært en offentlig oppgave. (NOU: 22)

Det har også i de senere årene vært jobbet med å forankre funksjonshemmedes rettigheter til velferd på lik linje med andre gjennom blant annet gjennom NOU:22, Handlingsplan for funksjonshemmede 1998-2001 og flere Stortingsmeldinger.

Som en følge av nye politiske mål skal tiltak til utviklingshemmede bygge på prinsippene om integrering og normalisering. På samfunnsnivå vil det si at kommunens ordinære tjenesteapparat skal ha ansvaret for funksjonshemmede, og at det skal legges til rette for at funksjonshemmede skal kunne delta i samfunnet på lik linje med andre. Deltakelsen innebærer retten til egne frie valg. Gruppen utviklingshemming utgjør ca 13 % av tjenestemottakerne i helse og omsorgstjenestene. (Ibid)

### 2.1.2 Sosialt felleskap

Antonovsky (2013) mener at det sosiale nettverk er viktig for å ha en opplevelse av sammenheng. I følge Orem er det dimensjonen nærhet og fellesskap til andre som gir en opplevelse av mening. Å oppleve fellesskapet gjennom interesser, aktiviteter eller verdier knytter mennesker sammen.

### 2.1.3 Bistandskvalitet

Ellingsen m.fl (2003) mener det er tre elementer som er spesielt viktig for at den utviklingshemmede skal oppleve god kvalitet på tjenesten.

Aktiv påvirkning handler om retten og muligheten den utviklingshemmede får til innflytelse på eget liv gjennom livsførsel, rutiner, vaner, interesser, sosial omgang osv. Klarer ikke den utviklingshemmede dette skal andre som står den utviklingshemmede nær fylle rollen. Det kan for eksempel foreldre, søsken eller hjelpeverge.

Videre påvirkes bistandskvaliteten av muligheten til gode relasjoner. De mellommenneskelige relasjonene er avgjørende for om den utviklingshemmede oppnår nødvendig trygghet til å kunne utforske og mestre omgivelsene. Gode relasjoner kan utvikles og opprettholdes i sosiale nettverk.

Det siste elementet er individualisering som betyr at livsmønstre og tjenesteformer er i overenskomst med den utviklingshemmedes behov og ønsker. Tjenestens individualisering handler for eksempel om fritid, bruk av nærmiljøet og kommunikasjon.

### 2.1.4 Universell utforming

«Universell utforming er en strategi for planlegging og utforming av produkter og omgivelser for å oppnå et inkluderende samfunn med full likestilling og deltakelse for alle». Dette er en direkte oversettelse av definisjonen som ble brukt ved The Center for Universal Design North Carolina State University: «Universal design is the design of products and environments to be usable by all people, to the greatest extent possible, without the need for adaptation or specialized design» (Sosial - og helsedirektoratet et al. 2003).

### 2.1.5 Organisasjonsmodell

Mitzberg argumenterer for at alle organisasjoner består av fem hoveddeler: operativ kjerne, mellomledelse, toppledelse, teknostruktur og støttestruktur. Disse fem delene varierer i størrelse og betydning. En kommune vil minne om modellen han kaller: Det profesjonelle byråkratiet.

Denne organisasjonsformen kjennetegnes ved at de ansatte i den operative delen består av ansatte med profesjonell utdanning, og som gis beslutning og handlefrihet i hverdagen. Her legges det vekt på å standardisere tjenesten gjennom å rekruttere profesjonelle som har en felles fagkunnskap. Standardiseringen skaper forutsigbarhet, og det er de profesjonelle i den operative kjernen som kan vurdere hvordan jobben skal utføres på en god måte. Organisasjonsformen gir mulighet for å sikre et godt faglig arbeid, og en forholdsvis rask problemløsning og saksbehandling. Ulempene kan være at det lett oppstår uenigheter mellom ulike faggrupper, og en forskjellsbehandling av brukergrupper. En så stor tyngde på den profesjonelle kompetansen vil også kunne hindre de ansattes realkompetanse. I denne oppgaven betyr det kunnskap og erfaringer om hvordan få til gode naturopplevelser. Tilslutt mener han at det kan være vanskelig med god økonomistyring, da de ansatte har større lojalitet til sin faglige kompetanse enn til økonomiske begrensninger. (Jacobsen og Thorsvik, 2011)

## 2.2 Helsefremmende og salutogene perspektiver

Aron Antonovsky (2013) har gjennom sin modell løftet frem forståelsen om at god helse er en kontinuerlig prosess som påvirkes positivt av faktorer som begripelighet, håndterbarhet og meningsfullhet.

Begripelighet handler om i hvilken grad det er mulig å ha en kognitiv forståelse av stimuli som man utsettes for. En kognitiv forståelse gir opplevelse av sammenheng og struktur, og personene vil ha en forventning om at senere situasjoner er forutsigbare.

Komponenten håndterbarhet definerer Antonovsky (2013) som å ha en opplevelse av tilstrekkelig med ressurser til å takle forventninger og krav i omgivelsene. Ressursen er ikke nødvendigvis personens egne, men det kan være ressurser man har tilgang på gjennom tillitspersoner. En opplevelse av håndterbarhet gjør mennesket i stand til å takle motgang og komme seg videre.

Betydningen av å være involvert i utviklingen av eget liv og skjebne, og sine daglige erfaringer gir mening. Meningsfullhet rommer den følelsesmessige dimensjonen, hvor aktiviteter som gir mening oppfattes som utfordringer det er verdt å engasjere seg følelsesmessig i.

En samlet definisjon kan oppsummeres gjennom Antonovsky's egne ord:

*«Opplevelsen av sammenheng er en global innstilling som uttrykker i hvilken grad man har en gjennomgående, varig, men også dynamisk følelse av tillit til at stimuli som kommer fra ens indre og ytre miljø, er strukturerte, forutsigbare og forståelige, man har ressurser nok til rådighet til å kunne takle kravene som disse stimuliene stiller, og disse kravene er utfordringer som det er verdt å engasjere seg i».* Antonovsky (2013, side 41)

Antonovsky knytter helse således til opplevelse av mestring og velvære, og i et kontinuum mellom helse og uhelse. De tre definerte komponentene påvirker menneskets motstandskraft og Antonovsky (2013) mener at disse tre faktorene er svaret på hvorvidt mennesket kan forbli frisk til tross for belastende ytre eller indre faktorer.

Når det gjelder de utviklingshemmede så er det mange nasjonale offentlige publikasjoner som prøver å manifestere deres rett til blant annet selvbestemmelse og tilbud på lik linje med resten av befolkningen. De utviklingshemmedes historie er beskrevet i blant annet Stortingsmelding nr 67 og Stortingsmelding nr 41. Her skildres det hvordan de utviklingshemmede har vært en marginalisert gruppe som har levd under sosialt og kulturelt uakseptable forhold, hvor begripelighet, håndterbarhet og meningsfullhet har vært mangelvare.

Den foreløpig siste handlingsplanen for perioden 1998-2001 ble lagt frem i form av en stortingsmelding: St.meld. nr. 8 (1998-99) Om handlingsplan for funksjonshemmede 1998-2001



Deltaking og likestilling. Planen oppsummerer som den viktigste utfordringen at Norge har kommet for kort i arbeidet med å gjøre tilrettelegging for mennesker med funksjonsnedsettelse til en naturlig del av samfunnsplanleggingen. Det understrekes at Norge har mye å lære av land som har konsentrert sin innsats om å gjøre ulike samfunnsområder tilgjengelige.

I praksis betyr at utviklingshemmede ikke skal betraktes som en målgruppe, men som aktiv samarbeidspart jfr. prinsippene for helsefremmende arbeid. Utviklingshemmede bør selv stå for prioriteringer og medvirke i gjennomføring av helsefremmende tiltak, og ikke overlate det til de profesjonelle omsorgsarbeiderne. (Mæland, 2014)

### 2.3 Profesjonell omsorg og/eller miljøterapeutiske prinsipper

Helse og sosialfaglige utdanningsinstitusjoner har endret seg for å tilpasse seg kunnskapsbehovet studentene må ha tilegnet seg før de starter som profesjonelle helse eller sosialarbeidere. Tidligere ble det utdannet fagpersoner som skulle jobbe i institusjon, mens de fleste utviklingshemmede nå bor i egne hjem og har rett til hjelp der. (Christensen og Nilssen, 2006)

Med miljøterapeutisk arbeid mener jeg i oppgaven styring gjennom målrettet arbeid, noe som skiller seg fra pleie og omsorgsarbeid ved at samhandling mellom ansatte og bruker utføres for at brukeren skal lære noe. Målretting innebærer en instrumentalisering av omsorgsarbeidet slik at det får et mer profesjonelt preg. Den utviklingshemmedes møte med velferdsstatens tjenesteyter er således ikke et likeverdig møte, men skal uansett ha fokus på muligheter, evnene og vilkårene for den utviklingshemmedes rett til selvbestemmelse. Dette er faktorer som i litteraturen også definerer prinsippene for empowerment (Ibid).

Askheim og Starrin (2007) skriver at prinsipper som vurderinger, menneskesyn og holdninger er sentrale i empowerment tilnærmingen.

En miljøterapeutisk praksis har sin styrke i at rettigheter fra offentlige dokumenter, og gode personlige intensjoner hos fagpersonen ses i handlingen. Praksisen består og påvirkes av individuelle, relasjonelle og strukturelle forhold. (Christensen og Nilssen, 2006)

Å se det kompetente i mennesket, fokusere på likeverd og rettigheter, samt synliggjøre og forandre maktstrukturer slik at det uttrykker respekt for menneskets likeverd og rettigheter er sentrale elementer for god miljøterapeutisk praksis. ( Askheim og Starrin, 2007)

Den norske velferdsstaten underbygger retten til likeverd og respekt gjennom føringer som sier at samfunnet skal bygge på integrering/likhet og normalisering/tilgjengelighet.

#### Integrering og likhet

Integrering og frihet henger sammen. Integrering er å ha samme rettigheter som alle andre - frihet til å bo, få utdanning og oppholde seg der andre uten funksjonshemming kan velge å være. (Ellingsen mfl. 2003). Dette kalles fysisk integrering.

Når vi snakker om sosial integrering, mener man at et menneske med intellektuell funksjonshemming har rett til sosialt fellesskap med andre mennesker på lik linje med andre mennesker. (Ibid)

Mange mener at integrering er et stigmatiserende begrep og velger heller å bruke begrepet inkludering. Inkludering representerer et perspektivskifte hvor man understreker at alle hører med i utgangspunktet uavhengig av forutsetninger og motvirke ekskludering av mennesker som ikke tilhører majoriteten. Man fokuserer dermed også på omgivelsene og ikke den enkelte utviklingshemmede. Skille integrering /inkludering innebærer en større bevissthet omkring skillet mellom fysisk innlemmelse, og samhandlende deltakelse og tilhørighet til majoritetsgruppen.

## Normalisering og tilgjengelighet

Psykologen Wolfensberger har videreutviklet Bengt Nirja sin forståelse av normaliseringsprinsippet. De forklarer det med : «*Slike jeg ser det betyr normaliseringsprinsippet å gjøre tilgjengelig for personer med utviklingshemming mønstre og betingelser for hverdagslivet som er så lik som mulig de normer og mønstre som gjelder for samfunnet for øvrig*» ( NOU 2016:17, side 36).

Som for resten av befolkningen skal kultur- og fritidstilbudene for utviklingshemmede ta utgangspunkt i den enkeltes individuelle ønsker, behov og talenter. Deltakelse for utviklingshemmede forutsetter at aktivitetene er tilgjengelige for alle. Blant de som har en utviklingshemming har det vært en nedgang i andel mennesker som deltar i ulike kultur- fritidsaktiviteter. I NOU: 22 hevdes det at det er en sammenheng mellom lav deltakelse og fysiske tilgjengeligheten til kultur- og fritidstilbudene for utviklingshemmede. Lav deltakelse kan også henge sammen med at mennesker med nedsatt intellektuell funksjonsevne møter problemer knyttet til ekskluderende holdninger, transport, merutgifter og udekket behov for assistanse i forbindelse med deltakelse i aktiviteter.

## Makt

Begrepet makt henger sammen med begrepene frihet og selvbestemmelse. Det norske samfunnet baserer seg på at alle mennesker er like mye verdt, og alle er gitt en rett til å bestemme over eget liv og ta egne valg. Forskning viser at muligheten for selvbestemmelse er viktig for livskvalitet, og at om et menneske fratras denne muligheten kan det medføre psykiske vansker, lært hjelpeløshet og atferdsvansker. ( NOU 2016:17)

## 2.4 Mennesket og naturen

Mennesket har alltid vært avhengig av naturen. Den gir oss mat, vann, klær, byggematerialer og brensel. Naturen har vært helt nødvendig for at mennesker skal kunne overleve, og det er den fortsatt i dag mener Tordsson (2010). Det som er forskjellen fra tidligere er at for enkelte handler denne avhengigheten om mer enn bare det nødvendige vi trenger i hverdagen. Den oppleves som en nødvendighet for å styrke den mentale helsen gjennom ettertanke, rekreasjon og refleksjon.

Blant annet Kaplan (1989) og Tellnes (2003) har forsket på naturens innvirkning på mennesket, og mener at gjennom sine undersøkelser kan de dokumentere den positive virkningen friluftsliv har. Det er i andre undersøkelser sett på utviklingshemmedes deltakelse i aktiviteter med folkehelsepreg, og det hevdes i NOU 2016: 17 at utviklingshemmede deltar i mindre grad enn resten av befolkningen folkehelsepregede aktiviteter.

Det finnes flere ulike teorier som prøver å forklare menneskets tilknytning til naturen og følelsene som oppstår i møte med den. To av disse mener jeg skaper en god forståelsesramme for denne oppgaven.

Hågvar m.fl. (2014) beskriver biologen Edward Wilson teori om biofili som betyr « kjærighet til liv». Teorien beskriver at alle mennesker, bevisst eller ubevisst, er opptatt av å ha naturen rundt seg, og at dette er et nedarvet instinkt. Planter og kjæledyr er eksempler på måter mennesker bringer deler av naturen hjem til seg selv. Alle mennesker har behov for å omgi seg med andre levende vesener. Tordsson (2010) mener dette dokumenteres gjennom den positive virkningen (både fysisk og mentalt) menneske opplever ved å være utendørs og i kontakt med naturen. Han mener at kroppslig har ikke mennesket endret seg mye, så vi har fortsatt flere av de biologiske overlevelsestrekkene nedarvet. Den psykiske tilknytningen til naturen, og nødvendigheten av å være nær den, kan bli sett på som et slikt trekk.



Kaplan & Kaplan (1989) er utgangspunktet for biofiliteorien. De mener at gjennom menneskets evolusjon har den kognitive delen av hjernen blitt lært opp til å like det naturlige landskapet og mislike det menneskepåvirkede landskapet. Dette forklarer de ved at de mener mennesket har to typer oppmerksomhet. En styrt oppmerksomhet og en som benyttes når det kognitive fanges av noe vi opplever som interessant, som for eksempel naturlyder. Den ikke- styrt oppmerksomheten gir muligheten for å slappe av og at mennesket bare kan konsentrere seg om seg selv.

Den styrt oppmerksomheten krever konsentrasjon og brukes når den er «nye» lyder som for eksempel menneskeskapt støy i byer. De mener at det er når den styrt oppmerksomheten tar overhånd så befinner mennesket seg under dårlig forhold og blir slitne og trette. ( Kaplan & Kaplan, 1989)

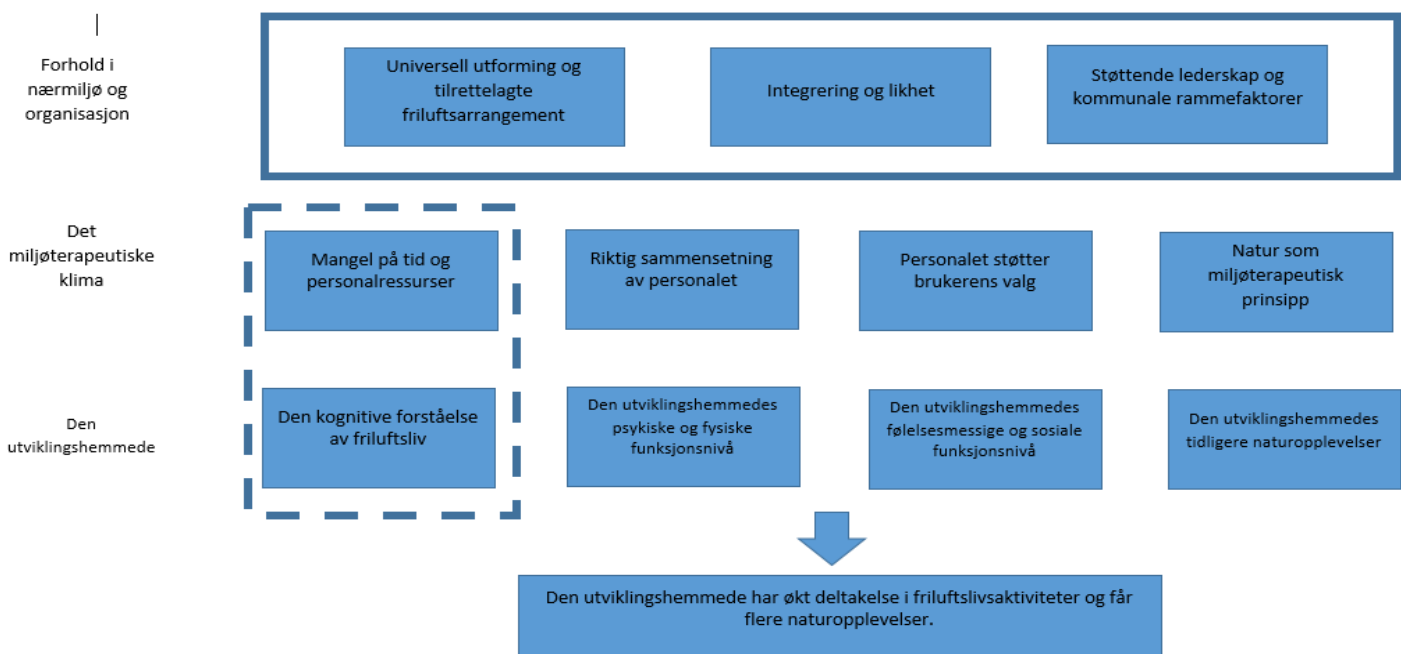
Den andre forståelsesrammen kalles triggerperspektivet på grunn av at teorien hevder at en hendelse eller opplevelse (trigger) kan utløse en eller flere av menneskets mange følelser. To mennesker kan oppleve det samme, men få ulike følelser, fordi de tolker hendelsen ulikt eller forbinder ulike ting med hendelsen. Naturopplevelser kan gi en rekke ulike opplevelser og erfaringer, noe som igjen kan påvirke livskvalitet og selvfølelse. Hågvar m.fl. (2014)

«Det er gjennom deltakelse i aktiviteter at en person med nedsatt funksjonsevne, som alle andre utvikler ferdigheter og kompetanse, danner vennskap og relasjoner, oppnår psykisk og fysisk helse, uttrykker sin kreativitet, utvikler sin identitet og finner mening med livet» (King et al. 2003)

Tellnes (2003) i samarbeid med flere har tatt i bruk Antonovsky`s tanker om salutogenese og prinsipper for helsefremmende arbeid i praktisk nærmiljøarbeid. Resultatet er at de har utviklet en NaKuHel-tilnærming, som innebærer å tilby aktiviteter for friske, syke, arbeidsledige, yrkesaktive, teoretikere, praktikere, unge og gamle samtidig og på en felles møteplass.

Naturaktivitetene som foregår i NaKuHel-konseptet inneholder mangfoldet av utfoldelse og friluftsliv som vi kjenner gjennom kontakt med fjell, skog, li, eng, vann, sjø, dyr, fugler, insekter, planter, blomster osv. Evaluering av tilbud med Natur-Kultur-Helse-aktiviteter i nærmiljøet i Asker har vist at en slik tilnærming kan påvirke deltakernes livskvalitet, helse og miljøbevissthet (Tellnes, 2003).

Under har jeg tatt med en figur som viser faktorer som påvirker utviklingshemmedes deltakelse i fritidsaktiviteter. Modellen er utarbeidet etter inspirasjon fra King et al. 2003.



«Naturopplevelser er selve kjernen i friluftslivet og inneholder opplevelser knyttet til både naturen gjennom blomster og trær, fugle- og dyreliv, vann, smak, lyd og luktopplevelser og til vekslinger i året» (Miljøverndepartementet 2000-2001:31)

Gjennom å oppsøke friluftslivet oppnås en eller annen form for naturopplevelse. Tradisjonelt stammer friluftsliv fra to tradisjoner, by og bygdetradisjonen. På bygda hadde friluftslivet en nytteverdi gjennom for eksempel dyrking av mat og jakt og fiske, istedenfor å søke naturen for ro og naturopplevelser. Det var lite eller ingen skille mellom fritid og arbeid slik bymenneskene hadde det. Bymennesker søkte ut i naturen uten at målet var en nytteverdi, men rett og slett for å oppleve naturopplevelsen. Stillheten og roen som oppleves i naturen kan bidra til at hverdagen blir lettere, det blir pusterom med tid for ettertanke og bearbeidelse av hverdagens stress. Dette skille er ikke like tydelig i dag, men, det er fortsatt mulig å se noen ulikheter innen friluftslivlivet. (Tordsson, B. (2010), Flemsæter, F mfl. (2014))

## 2.5 Aktivitetsglede

I boken av Sigmundsson & J. E. Ingebrigtsen (2006) beskrives aktivitetsglede som opplevelsen av mestring og trivsel som den enkelte utviklingshemmede får gjennom å delta i aktiviteter. Denne dimensjonen kommer i tillegg til de fysiske helsegevinstene som ses ved aktivitet. De mener at betydningen av fysisk aktivitet må ses i et langt tidsperspektiv. De direkte effektene av fysisk aktivitet er kortvarige, så om fysisk aktivitet skal gjøre en forskjell i den utviklingshemmedes liv, må aktiviteten gjentas og bli en vane. Det er noen grunnleggende forutsetninger for å kunne etablere aktivitetsvaner. Den utviklingshemmede må finne et aktivitetstilbud som er realistisk, og som gir den enkelte glede og mestring. På den måten vil det gi en forsterkende spiral: Mestring – Trivsel - Aktivitetsglede -Aktivitetsvaner – Fysisk aktivitet – Mestring – Trivsel osv.

## 2.6 Informasjon om tilrettelagte fritidsaktiviteter

SINTEF gjennomførte i 2017 en kvalitativ undersøkelse som endte i rapporten: *Digital plattformer for deling av informasjon om tilrettelagte fritidsaktiviteter*. Hensikten var å finne ut om mangel på informasjon om eksisterende fritidstilbud og måten de er tilrettelagt på utgjør noe av utfordringen med å delta på friluftsansatte arrangementer. Rapporten konkluderer med at i dag er det vanskelig å finne informasjon om fritidstilbud til barn og unge med nedsatt funksjonsevner. Her kreves det ressurser i form av søking, deling og tilganger for å finne informasjon man trenger. Et digitalt verktøy kunne vært viktig for å tilrettelegge og gi individuell tilpasset informasjon til utviklingshemmede.

NOU 2016:17 peker på at vi vet få om hvordan barn og unge med nedsatt funksjonsevne finner og bruker informasjon om fritidsaktiviteter, så det kunne med fordel vært gjennomført flere studier.

## 3 Analyse

I dette kapitlet gis det plass til å fordype seg i de ulike metodene som har påvirket forskningsarbeidet og hvilke vitenskapssyn som dominerer. I den kvalitative tilnærmingen er både systematikken og innlevelsen sentrale aspekter (Thaagard, 2009). Jeg ønsker å beskrive forskningsprosessen ved å synliggjøre de valgene og prioriteringene jeg har gjort. I tillegg vil jeg vise frem etiske dilemmaer og avveininger, samt studiens validitet og reliabilitet og overførbarhet.

### 3.1 Kvalitativ metode

I all forskning gjelder det at metoden skal tilpasses formålet. Med det menes at man velger den metoden som man mener er best egnet til å utforske, eller gi svar på forskningsspørsmålet (Malterud, 2003).

I samfunnsvitenskapelig forskning er det mest vanlig å skille mellom kvalitativ og kvantitativ metode. Kvantitative studier brukes når formålet er å se på utbredelse og antall. Den kvalitative tilnærmingen er opptatt av prosesser og deres betydning. Metodevalget er nært knyttet opp mot problemstillingen i en masteroppgave. Oppgavens problemstilling mener jeg best belyses gjennom fortellinger og opplevelser som informantene har. Derfor er det naturlig å velge en kvalitativ metode.

Kvalitative metoder benytter seg av ulike strategier for innsamling av data, men bygger i hovedsak på teorier om menneskelig erfaring (fenomenologi) og fortolkning (hermeneutikk) (Malterud, 2003). Min strategi for innhenting av data var gjennom åpent fokusgruppeintervju.

Beskrivelser av informantenes livsverden refererer til en fenomenologisk fremgangsmåte, mens fortolkningen av de beskrevne fenomenene er den delen av forskningsprosessen som forholder seg til hermeneutisk teori. Siden disse vitenskapelige tradisjonene utgjør et grunnlag for metodene innen kvalitativ forskning, finner jeg det riktig å gi en kort presentasjon av dem her. Jeg vil vektlegge det som jeg anser som er relevant for det kvalitative forskningsintervjuet.

#### 3.1.1 Fenomenologisk – Hermeneutisk tilnærming

Erfaringer gjennom praksis som har påvirket meg til en større og større undring over tematikken satte meg på tanken om at det kan være noe i strukturene rundt de utviklingshemmede som påvirker muligheten til naturopplevelser.

I rollen som leder i kommunalsektor mener jeg å ha sett en tendens til at planverk beskriver mål hvor individuelle tilpasninger og selvråderett skal føre til ansvar og mestring i egne liv. Kommune 3.0 og samskapning blir brukt for å beskrive kommunens retning samtidig som det forventes en lojalitet til trange kommunale budsjett. Utviklingshemmede er en av de gruppene som i stor grad får sine behov definert av hjelpeapparat enten på kommunalt, fylkeskommunalt eller statlig nivå slik utformingene av tjenesteytingen organiseres i en rekke kommuner i dag.

Kvale og Brinkmann, 2015 skriver fenomenologien fokuserer på beskrivelser av menneskers erfaring, og som danner utgangspunktet for vår forforståelse. Formålet er å undersøke fenomenene slik de arter seg for mennesker i konkrete situasjoner i hverdagen. Ved å prøve å forstå de erfaringene de ansatte beskriver kan det være mulig å finne meningsbærende essenser om temaet.

Kroppsspråk, stemmeleie og ordbruk er også informasjon som forskeren prøver å registrere og fortolke i intervjuet.

I møtet med fokusgruppen var det nødvendig at jeg ikke hadde tatt slutninger eller møtte med en forforståelse hvordan ting er i forkant (Ibid) Forskeren tar rollen som moderator, mens definisjonsmakten ligger informantene.

Malterud (2003) anbefaler at man skriver ned sin forforståelse og forventninger til materialet så presist som mulig i forkant av undersøkelsen, og at dette kan presenteres i det skriftlige arbeidet.

I arbeidet med å analysere fokusgruppe intervjuet, så har jeg vekslet mellom å forstå og tolke deler av intervjuet, samtidig som delene skulle bidra til å forstå helheten i intervjuteksten. Jeg har også

oppfattet og jobbet med motsigelser i teksten, noe som har gjort det vanskelig å holde fast på en sammenheng og logikk. Kvale (1983) skriver at det er nettopp disse fenomenene som viser kompleksiteten i det vi undersøker.

Ordet hermeneutikk betyr læren om tekstfortolkning. Dette har tatt stor plass i prosessen med masteroppgaven, og det har vært en stadig veksling mellom det å forstå deler av teksten og en forståelse av teksten helhet. Denne prosessen kaller Kvale (1983), den hermeneutiske sirkel, og den pågår til man opplever å forstå teksten som sammenhengende og konsistent.

### 3.2 Utvalg og rekruttering

Etter å ha bestemt meg for en kvalitativ forskningsmetode så måtte jeg vurdere hvordan rekrutteringen av informantene skulle foregå og hvilket utvalg jeg mente ville gi mest mulig relevant informasjon om det fenomenet jeg ønsket å undersøke (Malterud, 2003).

På bakgrunn av tematikken og teori om fokusgrupper, dannet jeg meg en oppfatning av den ideelle gruppesammensetning.

Deltakerne i fokusgruppeintervjuet jobber i en forholdsvis liten kommune på Sør-Østlandet. Kommuneøkonomien er i balanse og det investeres i nye kommunale bygninger for barn/ unge og funksjonshemmede. I tillegg satses det på folkehelsearbeid både via prosjekter og tiltak som er implementert i ordinærdrift. Hjelpetjenesten er organisert som egen enhet, der personalet har ansvaret for utviklingshemmede. Det er mange deltidsstillinger i tjenesten. I flg Hatland m.fl (2011) er dette vanlig organisering i norske kommuner.

Selv om informantene jobber i samme kommune, og gir tjenester til personer med utviklingshemming jobber de ikke sammen til daglig. En av informantene arbeider hos en person med sterk fysisk funksjonshemming, og med stort hjelpe og bistandsbehov.

Jeg var nysgjerrig på om ulike faglig bakgrunn bidrar til ulike perspektiver, så det ble en tverrfaglig sammensetning. Tre er utdannet vernepleiere, en helsefagarbeider og en ufaglært som nå tar utdanning som barne og ungdomsarbeider. Noen kjente hverandre fra før, men ikke alle.

Jeg kontaktet en mellomleder i en tilfeldig utvalgt kommune som jeg kjente litt til på forhånd. Deretter benyttet jeg meg av snøballmetoden, ved at noen kjente noen, og jeg fikk alternativer til ansatte som kunne kontaktes. Informantene ble enten kontaktet av noen de kjente, og så sendte jeg deretter ut informasjon om gruppeintervjuet pr sms eller messenger, eller jeg kontaktet dem direkte på samme måte ut fra kontaktinformasjonen jeg hadde. Et mangfold og bredde i gruppen kan gi informasjon som utfordrer tilsynelatende opplagte hypoteser. Informanter som representerer en bredde vil med stor sannsynlighet kunne beskrive flere nyanser av et og samme fenomen. (Malterud,2003) Størrelsen er et annet element som påvirker. Det er viktig å ha en gruppestørrelse som legger til rette for følelse av samhörighet. En slik gruppestørrelse gjør det enklere å lage rom for alles fortellinger, det er lettere å oppnå blikkontakt og dermed større intimitet. Hver enkelt informant kan lettere få en opplevelse av å være viktig enn hvis gruppen består av flere personer (Ibid). På bakgrunn av teori ønsket jeg meg fortrinnsvis en gruppe bestående fire til seks personer.

Jeg kontaktet et stort antall ansatte som ikke ønsket å delta, og endte dermed med gruppe på fem personer. Fokusgruppen som danner dette materialet bestod av tre kvinner og to menn.

Jeg har valgt å begrense den utviklingshemmedes nære relasjoner til å gjelde andre brukere og ansatte.

I homogene grupper kan det være vanskelig å få frem data og nyanser som gir ny kunnskap eller åpner for nye spørsmål (Malterud, 2003), men hensikter og personlig informasjon kan muligens deles lettere. (Wibeck, 2015)

Hun (Ibid) mener at den enkeltes personlighetstrekk kan påvirke gruppeprosessen via språk, kommunikasjon eller væremåte. Alder, kjønn, utdanning, etnisitet eller religion kan være variabler som blant påvirker talemåte og holdning. Den fysiske fremtoningen som for eksempel klær og utseende kan også påvirke dynamikken.

Utvalget anser jeg som strategisk og har kvalifikasjoner og egenskaper som jeg tenkte passet til problemstillingen (Thagaard, 2009).

### 3.3 Fokusgruppeintervjuet

I mitt masterprosjekt hadde jeg en forståelse av at det var mer hensiktsmessig å gjennomføre et fokusgruppeintervju istedenfor kvalitative intervjuer. Et fokusgruppeintervju nedtoner forskerens rolle i intervjusammenheng og den sosiale interaksjonen mellom deltakerne ville kunne være en nyttig analysekontekst. I min studie ville det for eksempel kunne oppstå en polarisering mellom informantene knyttet opp mot utdanningsnivå. Dette ville da vært nyttig informasjon i analysearbeidet. Kvale og Brinkmann (2015) skriver at: «At det kvalitative forskningsintervjuet er forskningsmetode som gir privilegert tilgang til menneskers grunnleggende opplevelses av livsverden».

Hensikten med fokusgruppeintervjuet var å forstå hvordan deltakerne tenker om fenomenet på deres egne premisser.

Wibeck (2015) sier at å gjennomføre fokusgrupper kan være en god metode for å studere hvordan mennesker sammen skaper en mening av de fenomenene som studeres. (Wibeck, 2015)

#### 3.3.1 Intervjuguide

I fokusgruppeintervjuet ble det benyttet en modell inspirert av Rubin & Rubin (2012) (Thagaard, 2009) som de kaller «elv-med-sidestrømmer-modell». Symbolikken er at elven representerer det sentrale temaet som intervjuet skal dekke. Sidestrømmene symboliserer temaer som kommer underveis i intervjuet. Dette kan være en god modell når forskeren ikke helt vet hvilken tematikk som blir relevante i intervjuet.

#### 3.3.2 Gjennomføring av intervjuene

Alle informantene hadde sagt ja til å delta på bakgrunn av skriftlig informasjon og en samtykkeerklæring. Tre av dem fikk tillegg utdypende informasjon før de valgte å møte til intervju. I intervjuene ble foretatt i et egnet personalrom. Intervjusituasjonen varte i ca 2 timer, og ble tatt opp med mobilopptaker og lydopptaker på videokamera. Kamerafunksjonen var slått av. Det at jeg hadde valgt å ha to sett med lydopptak medførte at jeg kunne konsentrere meg om intervjuet. Jeg noterte ikke underveis. I bearbeidingen av lydopptakene på et senere tidspunkt klarte jeg på de fleste stedene å erindre stemningen i rommet og kroppsspråk hos de ansatte.

I forkant av intervjuet ga jeg en kort forklaring av hva som var mitt formål, nemlig å utføre et fokusgruppeintervju med en fenomenologisk orientering. Intervjuet skulle være en samtale hvor de delte refleksjoner rundt egen/tjenestens praksis, hvem de selv er og egne holdninger.

Fokusgruppeintervjuet bar preg av å ha en eksplorativ karakter hvor jeg gikk åpent ut for å se hva som stod frem som viktig og interessant i det empiriske materialet. Jeg hadde allikevel forberedt tre inngangstemaer. I etterkant tenker jeg at ikke det hadde vært nødvendig med både tre temaord i tillegg til drøftingsspørsmål. Det første temaet var utviklingshemmet. Her ble temaet møtt med enkelstavende ord, og jeg opplevde en usikkerhet om refleksjonene vill bli møtt med vurderinger som riktig eller galt. I denne fasen ble gruppedynamikken om tillit og forståelse etablert. I bytte av tema senere trengte gruppen bare tematikken. Jeg forholdt meg mest som observatør. Ved noen få anledninger tok jeg ordet for å oppsummere det jeg mente hadde blitt sagt. Gruppedeltakerne utfordret, støttet og reflektert videre på hverandres utspill. Det ble tydelig presisert i invitasjonen og i oppstarten på gruppeintervjuet at fokusgruppen ikke hadde som formål om komme til enighet, men å få frem forskjellige synspunkt.

Thagaard (2009) mener at gode spørsmål i kvalitative intervju får informanten til å reflektere over temaene det spørres om og oppmuntre dem til fyldige kommentarer. Hovedspørsmålene introduserer de sentrale temaene vi ønsker å få besvart, mens oppfølgingsspørsmål søker en mer detaljert nyansering av svaret. Oppfølgingsspørsmål kjennetegnes for eksempel med: «Kan du si litt mer om.....» eller «Fortell om.....». Det ble brukt lignende type spørsmål i intervjuet for å utfordre informantene til å utdype utsagn. Gruppedeltakeren utfordret hverandre mye ved å bruke denne type oppfølgingsspørsmål eller ved å kommentere hverandres utsagn. Prober ble også mye brukt av informantene. Med prober menes oppmuntrende tilbakemeldinger som for eksempel «ja...» eller «hm....». Dette skaper flyt i samtalen og bidra til at informanten utdyper uten at noen må stille konkrete spørsmål. Som mentor brukte også jeg teknikken bevisst.

### 3.4 Den skriftlige teksten.

Før jeg startet arbeidet med å transkribere gjorde jeg en sammenfatning av de temaene jeg oppfattet det ble brukt mest tid på, og hva jeg hadde oppfattet som sterke/svake relasjoner i gruppen. Hvem som utfordret hverandre mest og hvilke medlemmer som ga hverandre bekreftelser. Stemningen i gruppen ble notert inn i transkriberingsmaterialet, her var lydopptaket nyttig for å få med mest mulig inn i analysematerialet.

Jeg valgte å først transkribere intervjuene med «penn og papir». Deretter skrev jeg teksten inn på pc. Dette tok lang tid, men gjorde også at jeg etterhvert kjente teksten og tematikken godt. Transkriberingsmaterialet ble 28 sider tekst.

For i finne temaene jeg ønsket å se nærmere på, så jobbet jeg med en omstrukturering av teksten. Intervjuene ble transkribert på samme måte som de hadde uttalt det i intervjuet. Det betyr blant annet at jeg beholdt ord på dialekt. På den måten ble det enklere å få med meg budskapet i språket som ellers kunne blitt bort, for eksempel tydelighet, ønske om bekreftelse o.l. Det muntlige språket ble heller ikke korrigert der meningen var tvetydelig. Rommet vi satt i ble påvirket av lyder fra rommene rundt. Dette skapte heldigvis ingen utfordringer for hverken gruppeprosessen eller lydopptaket, så jeg hadde et bra opptak å jobbe med. Et par steder på opptaket klarte jeg ikke å høre et enkelt ord som ble sagt. Dette merket jeg som..... i transkriberingen. Latter og litt lengre opphold i samtalen ble notert i parentes.

Deretter fargekodet jeg alle utsagn som passet inn i en av de tre kategoriene som ble tema for oppgaven. På denne måten fikk en oversikt på om dette var det vesentlige eller om samtalen inneholdt andre temaer som jeg hadde oversett.

Forskningsspørsmålene er vide så det var ingen selvfølge at det ville bli mulig å kategorisere resultatene etter modell inspirert av King (2003). Ved å lage meningsbærende elementer og meningskondensere teksten ble det allikevel tydelig at det var mulig å bruke modellen inspirert av King (2003)



Jeg har i tillegg gjort et utvalg av temaer hvor de mest fremtredende temaene innenfor hvert nivå er belyst. Det vil si at jeg har valgt å ha en bredde tilnærming hvor nivåene lokalsamfunn, boenhet/tjenesteutøver og individ legger grunnlaget for hver kategori.

### 3.5 Relevans, validitet og overførbarhet

For at kunnskap skal kunne defineres som vitenskapelig, er det nødvendig å utsette kunnskapen for systematisk, kritisk refleksjon (Malterud, 2003). I den kvalitative forskningsmetoden er den ingen helhetlig enighet om hvilke prosedyrer som best ivaretar vurderingsprinsippene. Tre av de mest brukte er relevans, validitet og overførbarhet.

Thagaard (2009) påstår at det er særdeles viktig at forskeren reflekterer over og redegjør for egne beslutninger i en kvalitativ forskningsprosess, da den ofte preges av spontanitet.

Det har som leder vært vanskelig å drøfte tematikken med de ansatte på samme måte som er mulig i en fokusgruppe. Ledelse betyr makt og muligheten til å styre prosesser. I etterkant ser jeg at denne forforståelsen har preget meg i valget av kvalitativ tilnærming, som til slutt endte med et fokusgruppeintervju.

#### Relevans

Relevans betyr å vurdere om kunnskapen som frembringes tilfører noe nytt (Malterud, 2003). I denne studien tenker jeg at både tema og fremgangsmåte er relevant av to grunner. For det første finner jeg lite litteratur som ser på utviklingshemmedes muligheter for naturopplevelser i lys av kommunale strukturer. Den andre viktige grunnen er at det sjelden eller aldri gis mulighet og vurdere kommunale strukturer og rammer (inkludert de ansatte) gjennom en grundig analyse på bakgrunn av de ansattes refleksjoner.

Relevans handler også om hvordan funnene stemmer overens med relevant litteratur og tidligere forskning (Malterud, 2003)

#### Validitet

Validitet handler om hvilket materiale forskeren tenker vil gi best muligheter for funn som lærer oss noe nytt og gir grunnlag for tolkninger. (Malterud, 2003). I tillegg handler det om tolkningen av data og gyldigheten av dataene.

Det ideelle hadde vært tre kvinner og tre menn, men forskning viser at det ikke er store forskjeller i bruk av friluftsliv hos kvinner og menn, så jeg har ikke tillagt dette noen betydning i arbeidet. Tematikken legger heller ikke opp til analyse av kjønnsmessige forskjeller i det miljøterapeutiske arbeidet.

I tillegg kunne det vært ønskelig med en enda større faglig ulikhet i gruppen, men det klarte jeg dessverre ikke å få til. Hadde jeg hatt bedre tidsramme, kunne jeg jobbet lengre med denne utfordringen, men for å klare innleveringsfristen valgte jeg å la fokusgruppeintervjuet gå som planlagt. Sosial makt gjennom status i enhet kan være en risiko for gruppedynamikken. Det kan medføre at en av gruppedeltakernes stemme blir sett på som viktigere enn de andres i dialogen, og dermed hindrer noe av refleksjon og spontanitet hos de andre. Jeg har hadde ingen opplesler i løpet av gruppeintervjuet som tydet på dette.

Støttekontakter og familiens rolle kunne med fordel vært belyst i oppgaven, dette ville ha krevd kvalitative intervjuer med dem. Det ville også vært interessant med kvalitative intervju av saksbehandler som tildeler vedtak og et oppfølgings gruppe intervju. På grunn av masteroppgavens begrensning i forhold til tid og størrelse så er dette utelatt.

Som nybegynner kan det være raskt å falle for fristelsen til å tro at man uten videre forstår hva de ulike gruppedeltakerne mener med sine beskrivelser. Et systematisk arbeid med å finne de meningsbærende elementene og meningskondensering teksten skaper en større validitet. Etter at teksten var kategorisert i kondenserte meningsenheter og kategorisert i overgripende tema ble den sendt en annen masterstudent for gjennomgang.

### Overførbarhet

Ved å bruke fokusgruppeintervju kartlegges en dybde forståelse av informantenes opplevelse av fenomenet. Metoden kan synliggjøre holdninger og underliggende vurderinger eller premisser hos deltakerne som kan bunne i opplevelsen kultur og gruppefellesskap. (Malterud, 2003). I den forståelsesrammen kan det tenkes at noe av resultatene i materialet kan inneholde faktorer som kan være gjenkjennbare også hos andre lignende enheter. Det kan være at man kunne funnet liknende resultater også i andre kommuner med tilsvarende strukturer, økonomi osv. Imidlertid er materialet alt for lite til å kunne påberope denne studien en generell overførbarhet.

### 3.6 Informert samtykke og konfidensialitet

I informasjonsteksten ble det opplyst om at båndopptak ville bli slettet etter at oppgaven var fullført. Alle konkrete og kontekstuelle opplysninger er endret. Samtykkeerklæringen finnes som vedlegg til oppgaven. I selve oppgaven er alle typer stedsnavn utelatt.

## 4 Resultater

Gruppedeltakerne som gjennomførte fokusgruppeintervjuet var helt fra første henvendelse positive og nysgjerrig. Noe hadde bedt om mer informasjon på forhånd, aller mest for å være forberedt på intervjusituasjonen og tematikken. Gruppen etablerte raskt en fortrolig stemning og selv om flere ikke kjente hverandre opplevde jeg at de var trygge og ærlige. Dette ser jeg gjenspeiles i teksten hvor de utfordrer hverandre på praksis og holdninger. Jeg hadde hele tiden vært opptatt av tverrfagligheten og at jeg ønsket en mellomleder med i gruppen. I forkant reflekterte jeg over hvordan lederrollen kunne påvirke dialogen. Dette kunne blant annet føre til at vedkommende fikk en maktposisjon i gruppen.

Fokusgruppe intervjuet ble en åpen dialog mellom deltagerne, hvor de praktiske erfaringene ble delt med hverandre gjennom refleksjoner, påstander og hypoteser. Dialogen tolket jeg som ærlig og direkte. En av dem åpnet en av sine refleksjoner med å si..... «Vet ikke om jeg tør si det, men gjør det allikevel», og delte deretter tanker hun risikerte å skape en ubehagelig diskusjon av. Isteden ble tankene behandlet som modige innspill til dialogen som foregikk. Samtalen gikk lett og det var sjelden stille. Det foregikk et samspill mellom gruppedeltakerne hvor latteren satt løst mellom de alvorlige øyeblikkene.

Selv om gruppen var homogen når det gjaldt arbeidssituasjon, så visste jeg ingenting om deres forhold til naturen eller hvordan de bruker fritiden sin. To av dem kan beskrives som aktive bruker av



friluftslivet. En bruker tid på jakt, og en annen informant er aktiv i Røde Kors. Den ufaglærte informanten går utdanning for å bli barne og ungdomsarbeider.

Analysen har tatt utgangspunkt i en fenomenologisk-hermeneutiske tilnærming. Det er tatt utgangspunkt i gruppedeltakernes betraktninger. Gjennom en hermeneutisk prosess har jeg brukt tidligere forskning, teorier og egne refleksjoner i analysen. Inspirasjonen er hentet fra Wibeck (2010) som mener at i analyse av fokusgruppeintervju er det opp til forskeren å finne en metode som passer for sitt empiriske materiale. Gjennom denne prosessen så har jeg valgt ut tre kategorier som det ble brukt mye tid på i fokusgruppeintervjuet.

De tre kategoriene er:

Personalets holdninger og kunnskap

Friluftslivstilbud og naturopplevelser

Kommunal tjeneste

Når jeg beskriver funnene har jeg valgt å ta med utdrag fra gruppeintervjuet. Hvilke elementer som er tatt med er prioriteringer jeg som forsker har bestemt. Funnene beskrives ikke i kronologisk rekkefølge.

#### 4.1 Personalets holdninger og kunnskap

I skildringene av den praktiske hverdagen kom det frem historier som lager en beskrivelse av de ansattes mangfold av holdninger og kunnskap. Hvordan holdninger og kunnskap virker inn på praksis, påvirker kollegaer og åpner eller lukker muligheter. Holdningene hos de ansatte mente informantene kunne sees i den miljøterapeutiske praksisen i enheten. Praksisen kan forstås som et speil av verdiene hos den ansatte som til enhver tid er på jobb.

Noen av informantene beskrev hvordan de tenkte på den utviklingshemmede som et menneske med ønsker og behov som dem selv. Hvor forskjellig gruppen utviklingshemmede er og at menneskene som danner gruppen må møtes som ulike og unike.

Når det gjelder valget om hvordan og hva fritiden til de utviklingshemmede skal fylles med så problematisert informantene dette. De ansatte har mye informasjon som den utviklingshemmede kanskje ikke kognitivt klarer å forstå. Det kan føre til at ansatte, i god tro, treffer beslutninger på vegne av den utviklingshemmede fordi de har et ønske om å hjelpe der de mener at den enkelte utviklingshemmede ikke ser valgmulighetene eller konsekvensene av valg de tar. Selvbestemmelse trenger ikke være fullstendig mangel på innblanding fra andre, men i like stor grad at den utviklingshemmede gir samtykke til ansattes forslag eller valg.

Avhengig av den kognitive funksjonen og tidligere erfaringer hos den enkelt utviklingshemmet så ble det reflektert over om vi kan være trygge på at alle utviklingshemmede klarer å definere egne behov og vite hva de har lyst til. Informantene ønsket at det var mulig å tilby de utviklingshemmedes ulike aktiviteter for å kartlegge hva den enkelt utviklingshemmede har lyst å være med på. På den måten vil ikke den intellektuelle evnen ha så stor betydning.

I en personalgruppe vil en eller flere forfekte retten til selvbestemmelse. Ingen av informantene i fokusgruppen stod frem med denne holdningen. Nære, engasjerte og dedikerte ansatte vil raskere velge å fokusere på den enkeltes utviklingshemmedes ressurser og personlige ønsker

*«Det kommer selvfølgelig an på oss som jobber der, om vi vil hjelpe han med en meningsfull fritid».*

Informantene beskrev hvordan de systematisk jobbet med å kartlegge hver enkelt bruker sine interesser og hva de trives med.

*«.....interessekartlegging er noe vi må gjøre hele tiden. Tenk... hva er det de er glade i å gjøre, og er det noe nytt de er begynt å interessere seg for. Snakke med en pårørende.....»*

Det vil innenfor all miljøterapeutisk virksomhet være ulike innfallsvinkler på hvordan personalet finner ut av hva den utviklingshemmede ønsker. Interessekartlegging kan i første omgang høres ut som en teknisk kartlegging basert på personalets behov for standardisering og effektivisering.

Imidlertid vil den enkelte ansattes forståelse, holdninger, verdiorientering og refleksjoner prege handlingene deres ovenfor brukerne og dermed påvirke både kvaliteten og resultatet av kartleggingen.

Personalets gjennomføringskraft i forhold til å tilby den utviklingshemmede naturopplevelser og aktivitet varierte. Informantene bekreftet at på deres arbeidsplass var det ansatte som lot være å legge til rette for at de utviklingshemmede skulle kunne velge å bruke naturen og det den har å by på.

*Komme seg ut er et ork...». «..... mange unnskyldninger for å slippe å gå ut...».*

For den utviklingshemmede som ikke er i dagtilbud så er det ikke et naturlig skille mellom jobb og fritid. Fritid og naturopplevelser ble knyttet sammen i fokusgruppeintervjuet og noe av det empiriske materialet kan derfor ikke legges med i funnene. Det var en klar holdning hos informantene at en av deres miljøterapeutiske oppgaver var å bidra til at de utviklingshemmede får en meningsfull fritid.

Informantene jobber i en enhet som gir tjenester til mennesker med veldig ulik kognitive og kommunikative evner. Reduserte kommunikative evner utfordrer de ansatte når det gjelder å forstå den utviklingshemmedes ønsker. Spørsmål om bruk av tvang og makt var aktuelle tema. Det kan se ut som informantene hadde ulikt syn på hvordan man oppfordrer til deltakelse i friluftsliv aktiviteter, hvordan man motiverer og når en avvisning til deltakelse skal aksepteres umiddelbart.

Utsagn som belyser dette er:

*«Hvor flinke er vi til å opplyse dem og høre om de har lyst å prøve noe de aldri har gjort før? Hvor interessert er vi i det?»*

*snakker bare positivt om den tingen de skal være med på.....»*

Hvor mye eller lite informasjon påvirker muligheten til å bestemme selv i like stor grad som handlinger hvor de ansatte tvinger gjennom sine egne verdier, valg og normer. Informantene mener dette ikke handler om vond vilje eller bevisst bruk av makt, men at de ansatte bruker egen preferanserammer. ++

*«Det handler om hva de selv er oppvokst med, hva de er vant med hjemmefra og egne interesser.»*

Når fagpersonen bruker egne interesser og behov som mål for andres livskvalitet er det en stor sjanse for å møte en avvisning på det personlige plan. Dette gjør fagpersonen sårbar, og kan være noe av forklaring til at noen av personalet finner unnskyldninger for å ikke gå ut. I møte med friluftslivet og naturen blir den fagterapeutiske avstanden mye mindre enn i boligen hvor tiltakene bygger på en merforståelse hos de ansatte.

Informantene bekrefter at det ikke er vanlig å tenke naturen som miljøterapeutisk virkemiddel i møte med utviklingshemmede.

*«Kanskje det å bli stimulert i naturen bidrar til du reduserer utfordrende atferd. Det vet jeg ikke, jeg bare tenker høyt».*

Spørsmålet innebærer en åpning for at stillhet, ro, aktivitet, mestringsopplevelser og sosiale fellesskap kan være forebyggende strategier arbeidet med å redusere utfordrende atferd.

Ansatte har liten formell kompetanse om hvordan naturen kan påvirke livskvaliteten hos brukerne. Også her er det de personlige holdningene som avgjør om man tar initiativ til aktiviteter i naturen eller lar være. Det ble gitt eksempler på hvordan naturen brukes i behandling av depresjon eller rusproblemer, men ingen kjente til naturen som strategisk virkemiddel i tjenester til utviklingshemmede. I stedet ble det stilt spørsmål om tilrettelegging og bistand til naturopplevelser er oppgaver som hører til tjenesten.

*«Kanskje vi må se på hva vi definerer som miljøarbeid. Hva er oppdraget vårt?»*

Informantene var enige om at friluftsliv har en rekke positive effekter på menneskers mentale, fysiske og sosiale sunnhet. Opplevelse av mestring, vind i håret, frisk luft, fysisk aktivitet, lukt og lyder er positive opplevelser for brukergruppen. Spesielt ble den fysiske helsegevinsten lagt vekt på, og at understøttende holdninger i personalgruppen er nødvendig for at ansatte skal bidra til god fysisk helse for brukergruppen.

*«Det er litt viktig for dem og gå utenfor komfortsonen. Kanskje ikke det kuleste, men utrolig digg etterpå»*

Å jobbe i forkant var tema ved flere anledninger. Dette utsagnet viser frem det motsatte. Hvordan noen i personalgruppen våger å utfordre til tross for muligheten til negativ atferd. Det kan være mange grunner til at vedkommende mener at dette er en hensiktsmessig strategi. Vedkommende må være trygg, ha forutsigbarhet og en stor tillit til at ny mestring fører til vekst for den utviklingshemmede.

Det ble gitt eksempel på at gåtur var lagt inn i tiltaksplaner og dermed underlagt metodebeskrivelser for arbeidet rundt den enkelte.

*«..... står i tiltaksplanen og brukeren skal gå tur fra kl 16 til 17.....»*

Informanten som var ufaglært fortalt at som assistent

*«.....har ikke vi store oppgaver som fagarbeid, så tar jeg med meg bruker ut, jeg, så kanskje de andre kan gjøre fagarbeid.....» « Så drar vi ut, så kan de andre gjøre det de skal. Alla ansatte har sin rolle, ikke sant?»*

Dette kan tyde på at de ulike faggruppene hadde ulike roller i enheten, og dette er en hindring for oppgaver som ikke er vedtaksfattet istedenfor at det skaper muligheter.

*«... tenker på at du er den som pøser på og jeg er den som aldri gidder, og da blir det favorisering og så får jeg det vanskelig».*

*«Samtidig skjønner jeg dem godt. At de vil ha noen å gå tur med og noen å spille sjakk med».*

*«Vi er jo mennesker – vil liker jo mennesker på ulike måter – det må regne med at de gjør også».*

I en organisasjon hvor ansattes oppgaver og roller er forskjellige med tanke på nærhet og kontakt med brukere kan det oppstå ulike følelsesmessig samspill mellom bruker og de ansatte. Nære og tette

relasjoner skaper følelsen av tilhørighet og trygghet. Dette skapes gjennom lydhørhet og respekt for den utviklingshemmede. Det som beskrives som favorisering er derfor en naturlig konsekvens.

## 4.2 Friluftslivstilbud og naturopplevelser

I arbeidet med å strukturere og kategorisere det empiriske materialet så ble det tydelig at i gruppeinformantene skiller på begrepene friluftslivstilbud og naturopplevelser.

Når de snakket om friluftsliv kan se det ut som betydningen dreier seg om å oppholde seg utendørs, gjerne som en av flere deltagere i et sosialt arrangement. Naturopplevelser derimot knytter til seg en berikende opplevelse. En informant beskrev en naturopplevelse på denne måten:

*«Selv om de ikke prater ser du det på ansiktet og øynene at de digger det, og at det er moro».*

Informantene er enige i at det er få friluftstilbud for de utviklingshemmede i kommunen.

*«Så egentlig er tilbudene deres her i kommunen ikke så veldig bra». «Nei, i alle fall mye dårligere enn det de var». «Det er ikke mange tilbud rettet mot denne brukergruppen...». «Det er lite tilbud».*

*Informantene ønsket en tilrettelegging av tilbud fra andre. Slik jeg tolket definisjonen tilbud så dreide det seg om arrangement. Det betyr at noen var ansvarlige arrangører og andre deltakere, istedenfor enn tanke om samskapning på bakgrunn av felles behov. De var lite opptatt av sin egen rolle for å få til friluftaktiviteter. Det handler også om hvor man plasserer ansvaret for det helsefremmende arbeidet, og om de ser seg selv som end el av kommunens strategi i folkehelsearbeidet.*

En utfordring er også at

*«mange sitter med gode ideer og har lyst å gjør noe for denne gruppen, men vil ha betaling for alt og da stopper det».*

*«.....grønn omsorg, de skal tjene penger. Hvis de skal yte noe til noen så vil de tjene penger på det. Den velviljen er nok mye mer borte.....».*

Her snakker informanten om ildsjeler, frivillig arbeid og kommersielle aktører. Det kan virke som de mener at ildsjeler har en viktig rolle, men at det ikke finnes så mange av dem som ønsker å bidra for de utviklingshemmede. Når de tidligere beskrev initiativtaker i egen enhet og hvordan de mistet gløden etter hvert, så kan man undre seg over om det er de samme faktorene som gjelder for eksterne ildsjeler. Kommersiell aktører har det blitt mange av innenfor friluftsliv. De ansattes tanker, kunnskaper og holdninger til turopplevelsen er en viktig avklaring for at det skal blir tydelig hvilke opplevelser de søker.

De mener også at det er tilfeldig hva de får informasjon om.

Dette gjelder ikke bare informasjonen om kommunale arrangement, men også det som frivillige lag og foreninger tilbyr av aktiviteter.

*«Tilfeldig hva vi får greie på...».*

*Det kan se ut som gruppedeltakerne så på seg selv som mottakere av aktivitetstilbud, og ønsket i mye større grad å bli informert om friluftaktiviteter hos andre aktører. Det var helt tydelig en utfordring å ha kunnskap nok om hvilke tilbud som kunne være gode alternativer for de utviklingshemmede.*

Alternativet er at ansatte i tjenesten organiseres aktiviteter selv.

*«Jeg tenker friluftsliv er lite krevende. Du trenger bare gå opp i skogen, trenger ikke koste noe, du kan fyre opp bål. Du får sinnsro. Det finnes jo ingen unnskyldninger for å ikke være i naturen»:*

Siden friluftaktiviteter ikke er definert som oppgaver tjenesten skal drive med, så blir enheten avhengig av ildsjeler som har et personlig engasjement for å få til friluftaktiviteter. Noen må ta initiativet og sørge for at det skjer regelmessig. Sannsynligvis ville det vært mulig og fått til mer hvis tjenesten hadde hatt flere ildsjeler, for som de sier:

*«Hvis noen drar det i gang blir de fleste med».*

Situasjonen nå er at initiativtakere har en stor risiko for å møte motstand gjennom negative holdninger hos kollegaene. Erfaringene hos informantene er at ildsjelene gir opp eller slutter i jobben. Det er i personalgruppen hele tiden noen som møter friluftaktiviteter med:

*«Litt dårlig vær.... Ikke sant?».*

I tillegg har informantene erfart at friluftaktiviteter ble borte på grunn av lav deltakelse. Når friluftaktiviteter forsvinner tyder det på en passivitet fra ansatte og/eller brukere. Lite initiativ fra brukere kommer som regel av at de tidligere har erfart liten mulighet for selvbestemmelse. Når det gjelder de ansatte så kan de ha erfart at muligheten for å drive aktiviteter som ikke er vedtaksfestet ikke er tilstede. Årsaken kan man finne i holdninger eller begrensninger i ressurser.

*«Ut på tur, ble jo brukt. Ble bare borte, vet ikke hvorfor» «Dårlig oppmøte som gjorde det, tror jeg»*

I følge informantene synes mange i personalgruppen at det er utfordrende å samle de utviklingshemmede til sosial samhandling. Personalet har erfaringer med at flere av brukerne ikke ønsker å være sammen, og de er bekymret for utfordrende atferd. Det kunne virke som det var en grunnleggende tanke at når man deltar på friluftslivsaktiviteter, så er en av de viktigste motivasjonene til deltakelse - det sosiale fellesskap med andre.

*«.... Enkelte går ikke sammen..», og «vi kan ikke risikere utfordrende atferd...»*

Selv om det sosiale samspillet er vesentlig for alle mennesker, og tilhørighet til flokken skaper identitet, så har også utviklingshemmede rett til å velge hvem de ønsker som venner og sosialt fellesskap med.

*«Hvis hadde blitt satt sammen med folk vi ikke liker så hadde vi sagt i fra vi også.....»*

Gjennom fokusgruppeintervjuet kan det se ut som at verdiene naturopplevelser gir oss som mennesker ikke har samme faglige tyngde som andre miljøterapeutiske målsettinger, og at fokuset på kunnskapen om naturopplevelsens betydning er liten i dette fagmiljøet.

Et annet dilemma informantene beskrev var den stramme kommuneøkonomien som de opplevde begrenset muligheten for å tilrettelegge aktiviteter basert på den individuelle ønsker og behov. Aktuelle friluftsopplevelser ble vurdert utfra gruppen brukere som helhet og ikke tilpasset enkelt individene.

*«Det er vanskelig at ting skjer i gruppe. Det er vanskelig å finne tilbud som passer alle»*

I etterkant av intervjuet har jeg gjort en uformell kartlegging av friluftarrangement som skal være de neste månedene i denne kommunen og to nabokommuner. Det visste seg at det ukentlig er arrangement som de utviklingshemmede kan delta på.

### 4.3 Kommunal tjeneste

I kommunen fattes vedtak om tjenestens innhold og størrelse utenfor den operative miljøarbeidertjenesten. Det betyr at det er fagpersoner som ikke står brukerne nært som lager føringer for hvor mye tid miljøpersonalet skal bruke hos den enkelt utviklingshemmet. Utfra en gitt tidsramme og definerte behov hos brukeren jobbes det frem tiltaksplaner som beskriver det målrettede arbeidet.

I fokusgruppeintervjuet ble det beskrevet en sterk lojalitet til vedtakene og deres innhold. Som en sa:

*«Vi kan ikke begynne å gi timer utover vedtaket. Da gjør vi noe feil her».*

Kommunen har et mål om at tjenestene skal bygge opp under den enkeltes ressurser og mulighet for å mestre eget liv. Det kom ikke klart frem i intervjuet hvordan informantene tenker målsettingen henger sammen med vedtakene, men heller det motsatte.

I vedtakene står det ingenting om sosiale aktiviteter eller hvordan se brukeren.

*«.....gjøre noe sammen med dem utenom ADL ferdigheter.....».*

På grunn av innholdet i vedtakene kan personalet i noen sammenhenger oppleve et lojalitets problem. De opplever at vedtakene ikke inneholder nok timer til både ADL trening og muligheten for naturopplevelser eller andre aktiviteter den utviklingshemmede synes er meningsfulle. Siden vedtakene tildeler tjenester på et minimalt nivå, så kan det bli mange timer som den utviklingshemmede tilbringer alene i egen leilighet. Passivitet, tap av funksjoner og redusert livskvalitet kan være en direkte konsekvens av tjenestens innhold og størrelse. Det kan bli vanskelig for de ansatte å holde fast på at de utviklingshemmede har rett til å øve innflytelse på egen situasjon og en meningsfull fritid.

Den ene informanten fortalte at hun visste om at i enkelt behandlende institusjoner så var gåturer/naturopplevelser en del av behandlingen. Plutselig ble den usikkerhet i gruppen på hvilke typer tjenester de egentlig skal gi, og hvor grensen mellom behandling og miljøterapi går.

*«..... da må vi se på hva slags type tjeneste omsorgstjenesten skal gi.....» og « .... Vi driver ikke behandling.....»*

En av informantene beskrev hvordan han hadde prøvd å løse utfordringen med å kunne tilby naturopplevelser ved å invitere utviklingshemmede med på gåtur uten at dette var beskrevet i tiltaksplaner, når det var ledige tidspunkt i arbeidsdagen.

Gruppen reflektert over denne måten å løse sitt eget personlige etiske dilemma på. Argumentene for å gjøre oppgaver som ikke er vedtak på handler om å sette den utviklingshemmede i sentrum når det er tid som ikke benyttes til andre oppgaver. Som en sa:

*«Må finne på noe istedenfor å bare sitte her....», og «....gi det lille ekstra. Det som ikke er i faste former»* bekreftet en annen. Informantene synliggjør på denne måten holdninger og evnen til spontanitet når muligheten byr seg.

Det kan se ut som vedtak indirekte ikke bare bestemmer utmålingen av tiden den enkelte utviklingshemmede får, men også i stor grad påvirker kvaliteten på samhandlingen mellom den ansatte og brukeren. De ansatte opplever krav om innsparinger og kontroll av tidsbruk som hemmende for å imøtekomme utviklingshemmedes individuelle ønsker.

*«Slik fremtiden blir så blir det jo mer og mer tjenester vi skal gi og mindre og mindre ressurser. De tingene vi snakker om her vil det bli mye vanskeligere å få til».*

Kommunen skriver i planer at de skal bidra til at de utviklingshemmede skal ta mest mulig ansvar for eget liv. Strategien de skal bruke er mestringsbasert ved at brukers egne ressurser skal understøttes og tas i bruk slik at de mestrer ut fra eget funksjonsnivå. Folkehelseperspektivet er basert på deltakelse og aktivitet.

Slik tjenesten organiseres og slik den faglige forståelsen er i dag, så blir friluftaktiviteter beskrevet som en aktivitet som gjennomføres når det er noen i personalgruppen som ønsker det selv.

Informantene fortalte at det alltid var en eller flere i personalgruppen som ønsket å få til flere aktiviteter. Disse menneskene hadde trolig en individbasert motivasjon, og et sterkt ønske om å skape gode naturopplevelser for de utviklingshemmede. Det blir derfor veldig personavhengig.

*«Det blir veldig personavhengig. Det handler om å gi det lille ekstra sånn som det er i dag».*

Det som ikke ble helt avklart i intervjuet var hvorfor ikke leder eller andre var positive og støttende nok til at initiativtakerne fortsatte å gløde. Det ville vært nyttig og undersøkt hvilke forhold som hindret dem i det. Det vil alltid være noen som er negative, og som eksempelvis snakker nedsettende om vedkommende eller aktiviteten. Her kan leder stå opp og vise hva som er ønsket i enheten

*«Det er innsparinger både her og der og overalt som gjør at det vi kanskje hadde muligheter til etter ansvarsreformen, med et lille ekstra – det er blitt borte».*

Når personalet opplever å bli fratatt muligheten for å ta frem det mellommenneskelige i kontakten med brukerne eller muligheten for kreativitet og spontanitet kan dette oppleves som en stressor i hverdagen. Hvis mennesker opplever stress skjer det både følelsesmessige og kognitive reaksjoner, som kan påvirke reaksjonsmønstre og beslutninger.

Informanten snakket også litt om hva som kan være begrensinger i det å være ute i friluft og dra på friluftssarrangementer.

Friluftssarrangement er gjerne ikke helt i nærheten av boligen, og behovet for transport er tilstede. Når det gjelder hvilke opplevelser som har størst kvalitet er dette individuelt og kontekst avhengig. Hvorvidt de oppnås i forbindelse med friluftssarrangement eller ved å bare oppsøke skog og mark er også varierende. Om de ansatte oppsøker det eller det andre kan dette handle om deres holdninger og erfaringer.

*«Så tenker jeg på en ting som begrenser, vet ikke hvordan det er hos dere, men det er transport.»*

Alle brukerne i denne tjenesten har tilgang til natur i nærområdet. Samtlige hadde gå avstand fra boligen og inn i parkanlegg eller utmark. Gruppedeltakerne hadde mange assosiasjoner om hvordan naturopplevelsen virker positivt på mennesker. Hvordan det bidrar til trivsel og livsglede

*«Lite ressurskrevende. Du trenger ikke bil.....» .*

*«Vi har ingen egen bil. Det er begrensinger på hva personalet får dratt på av utflukter. Da er friluftslivet fint for å gå for de som kan det.»*

## 5 Drøftinger

Målet med fokusgruppeintervjuet var å få de ansattes selv til å beskrive hvordan de opplever at det tilrettelegges for naturopplevelser i deres kommune. Gjennom d erfaringer vil det være mulig å belyse hva som påvirker utviklingshemmedes muligheter til naturopplevelser.

Gruppedeltakernes hverdagsseksempler er påvirket av deres egne livserfaringer og tolket i lys av dem som fagpersoner og i kraft av å være menneske. Dialogen og språket bærer tydelig preg av utdannelsen de har og fagmiljøet de tilhører. Tilslutt har jeg som forsker fortolket innholdet og beskrevet det i denne masteroppgaven.

Diskusjonen i dette kapittelet er i hovedsak valgt på bakgrunn av de temaene som gruppeinformantene la mest vekt på.

**Naturopplevelser** er ikke bare de fysiske rammene rundt oss, men handler også om hva som skapes inni hver og en. Opplevelsen kan variere fra tur til tur, og fra person til person. Å kjenne naturens påvirkning og nyte den er som mange andre oppdagelser noe som må læres.

Ordinære **friluftstilbud** skal så langt det er mulig tilrettelegges for utviklingshemmede. Det finnes imidlertid en rekke barrierer som gjør at det oppleves som vanskelig å oppsøke disse. Utviklingshemmede har ulike behov for tilrettelegging. Behovet for nok og riktig informasjon er stort.

Det kan tyde på at **personalets holdninger og kunnskap** er en kritisk faktor for den utviklingshemmedes mulighet til naturopplevelser. Personalressurser og vedtak styrer i stor grad den miljøterapeutiske utfoldelsen.

Kommunen er en **helsefremmende aktør**, og skal legge til rette for inkluderende og helsefremmende møteplasser der folk bor. Kommunens hovedstrategi er å la den enkelte innbygger få større ansvar for egen helse og alderdom, noe som kan gjøre gruppen utviklingshemmet enda mer sårbar.

## 5.1 Naturopplevelser

Å bo i en heldøgnsomsorgsbolig og være avhengig bistand kan lett føre til at den utviklingshemmede kan miste oversikten og ikke helt skjønner hva som skjer og hvorfor. Naturen gjør det motsatte - her kan man ta seg tid og fylle på våre eksistensielle behov. Gjennom assosiasjoner, følelser og reaksjoner kan den utviklingshemmede kjenne på at den selv og omgivelsene henger sammen. (Tellnes, 2003)

Når den utviklingshemmede oppholder og beveger seg i naturen vil det fremme mestring. De ansatte og brukeren kan oppdage potensialer de ikke har sett i hjemmesituasjonen eller forsterke mestringsstrategier den utviklingshemmede har. Mangler og svakheter som det jobbes med gjennom det miljøterapeutiske arbeidet kan legges bort mens den utviklingshemmede oppholder seg i naturen.

Noen opplever å utvikle en sterkere tilknytning til naturen enn andre. Årsaken kan vi finne i arv og miljø som er to faktorer som kan påvirke menneskers forhold til naturen og gleden av naturopplevelser. Hvis et barn vokser opp i en familie hvor natur og friluftsliv har vært en del av hverdagen, er det større sjanse for at barnet tar med seg noe av dette inn i voksenlivet. (Ginn & Demeritt, 2009). Forskning viser også at å starte tidlig med fritidsaktiviteter er viktig for den sosiale inkluderingen senere i livet. (NOU 2016:17)

Tordsson (2010) påpeker at barndommen ikke er avgjørende for om et menneske blir glad i naturen, men som med mye annet må man «lære» å være i naturen, og nyte den. God læring henger sammen med muligheten til å etter hvert velge hva som er best for deg selv.

De fleste barn og unge har på veien til voksen tilværelse hatt mulighet til å ta valg etter prøve og feile metoden. Gjennom denne muligheten øver de på å ta valg og samtidig ta konsekvensen av de valgene de tok. Dette gjelder også valg rundt friluftsopplevelser.



Informantene i denne studien jobber stort sett med voksne utviklingshemmedes som vokste opp før ansvarsreformene og under forhold som var vanlig den gangen. Det betyr blant annet at institusjonskulturen var de fleste utviklingshemmedes oppvekstarena.

Christensen og Nilssen (2006) mener at institusjonskulturen ofte bærer preg av verdier som regelorientering, standardisering og rutiner. Det vil med andre ord si å skape rutiner i det miljøterapeutiske arbeidet og arbeidsentydighet som betyr at personalet prøver å definere arbeidsoppgavene og arbeidet så entydig som mulig. Institusjonskulturen har også en underliggende omsorg – makt – situasjon, og personalet er gitt en posisjon i samhandlingen hvor de «vet best» hva som skal til for gi beboeren en best mulig hverdag.

I denne strukturen vil det være mulig å fange opp den utviklingshemmedes ønske og behov for naturopplevelser for en lydhør og kompetent ansatt. Informantene mente imidlertid at de hadde for lite fokus på friluftsliv. En av dem undret seg over hvorfor de ikke tenkte mer på det som en mulighet. Han mente friluftsliv er lite ressurskrevende. Skogen og naturen er rett utenfor boligen og klar til bruk. Det er ingen økonomiske hindringer. Naturens lyder og et bål så har du lagt til rette for sinnsroen du trenger for å gi næring både for fysisk og psykisk helse.

Informanten beskriver en åpenhet til naturelementet. Du kan komme og gå som du vil, uten krav til hva du skal gjøre den tiden du er i naturen. Naturens element er kravløst. Det er ingen standardiserte regler som krever orden og regulering. Trær, busker og blomster vokser og gror der de fant roffestet.

Konteksten er sterk kontrast til den utviklingshemmedes hverdag som preges av ansvar og forventninger.

En annen informant undret seg også over temaet, og mente at det var muligheter for å endre fokuset uten at friluftsliv tok tiden som personalet skulle bruke til andre oppgaver. Han la vekt på at de små opplevelsene har stor betydning. Blant annet vekker et bål mange sanser. Det gir varme mot huden, lyder av spraking og sus fra bålet, lukten av veden som brenner og synet av flammen som er i konstant bevegelse. En fugl som synger kan være et samtaletema man kan reflektere over i fellesskap. En åpen og fortrolig samtale, hvor undringen står i fokus, vil gi kunne gi en følelse av å høre sammen på et eksistensielt grunnlag. Mange assosierer naturopplevelser med denne følelsen av tilhørighet.

Å gå på tur er for mange en aktivitet som utvikler vennskap og sosialt samhold. Det å gjøre noe sammen, dele opplevelser og bygge broer. utfordringer man møter ved å bevege seg i naturen gir både fysiske og mentale utfordringer. Terrenget endres og det er ikke alltid man vet hva som befinner seg bak stiens neste sving. Vær og vind kan være uforutsigbart og endres underveis. I de

De ulike utfordringene kan gi ubehag, engstelse og fare, men også mulighet for mestring og utvikling.

Disse felles opplevelser og erfaringene gir både nærhet underveis i turen, men også opplevelser man kan ta frem og dele i hverdagen senere.

Hågvar mfl. (2014) skriver at naturen har uendelig mange muligheter gjennom opplevelse, mestring og følelsestriggere. Å oppleve mestring styrker hele mennesket, og gir erfaringer som gjør at den utviklingshemmede kan takle stressende situasjoner på en bedre måte neste gang.

Informantene åpnet opp for en usikkerhet om hvor viktig opplevelsen var for den utviklingshemmede. De beskrev situasjoner hvor brukere ikke ønsket å gå på tur eller reise på et friluftsansatt arrangement. Ofte ble dette en vond situasjon fordi den ansatte ikke ønsket å presse for mye i frykt for å misbruke makten sin eller trigge en utagerende situasjon senere. Det kan også være vanskelig å tolke den utviklingshemmedes emosjonelle uttrykk underveis. Å tolke andre emosjonelle uttrykk gir holdepunkter for stemningen og informasjon som gjør at ansatte kan forutse brukerens atferd.

Noen utviklingshemmede kan ha forhøyet fysiologisk aktivering i nærheten av andre mennesker. I hverdagen med rutinesituasjoner og når oversikten og kravet til å forstå andre er lavt påfører dette den utviklingshemmede lite fysiologisk aktivering. (Hågvar mfl, 2014). På tur på et fremmed sted med ukjente mennesker eller andre brukere man ikke liker å omgås er kravet til å forstå andre høyt. Brukeren sin intellektuelle funksjonshemming kan være så stor at den ikke har tilstrekkelig forståelse av andre til å fange opp den informasjonen som ligger i andres ikke-språklige uttrykk.

Den nærheten vi andre ofte ønsker blir isteden en belastning for den utviklingshemmede. En vellykket turopplevelse vil derfor innebære at den utviklingshemmede får lov til å regulere avstanden til andre når den utviklingshemmede blir urolig på grunn av får store kognitive krav. (Ellingsen mfl, 2003)

For mange er det å bevege seg i naturen, oppleve den og sanse den med på å styrke den mentale helsen. Tordsson (2010) mener at det for enkelte handler om en form for avhengighet som styrker den mentale helsen.

Triggere kan medføre at den utviklingshemmede får helt unike opplevelser som igjen kan påvirke livskvalitet og selvfølelse. Hva som treffer hver og en kan det være vanskelig å forutse, men blant annet er naturens stillhet noe helt annet enn stillheten hjemme. Naturens stillhet er en stillhet hvor lyder ikke er menneskeskapte. Det kan være fugler som synger, bekken som bruser eller blader som blafrer i vinden.

Når mennesker først har opplevd denne stillheten og kjent på kroppen hvordan den roer seg og tanker tar en annen retning, kan det være en av de opplevelsene som mennesket søker når de vender tilbake til naturen.

### Fysisk aktivitet

I tillegg til den mentale påvirkning naturen har på mennesket, så er friluftsliv viktig for å oppleve glede av å være i fysisk aktivitet.

Tidligere var fysisk aktivitet en naturlig del av hverdagslivet. Mennesker livnærte seg gjennom landbruk og fiske. Dyr ble delt partert og saltet, røkt og syltet i alle hjem. Hus og hjem ble holdt vedlike gjennom tunge fysiske arbeidsmåter. I dag er den voksne befolkningen mye mindre fysisk aktiv. Mye av grunnen skyldes endringer i arbeid og hverdagsliv. Fysisk aktivitet har blitt en fritidssysse som noe driver med og andre ikke. Å drive med fysisk aktivitet i fritiden mener mange har klare skillelinjer, hvor de med lav inntekt, lav utdanning og de som står utenfor arbeidslivet kommer dårligst ut. Utviklingshemmede havner i kategorien med voksne mennesker som er i lite aktive.

Selv om kunnskapen om hvor stor sykdomsrisiko et stillesittende liv medfører er allemannseie, så var dette et litedrøftet tema i fokusgruppen. De siste par tiårene har det vært en eksplosjon av forskning på feltet. Konklusjonen er: Regelmessig fysisk aktivitet legger ikke bare liv til årene, men også år til livet.

Det er i tillegg etterhvert godt dokumentert at fysisk aktiviteter er svært effektiv i behandling av en rekke sykdommer og tilstander og til og med i noen tilfeller kan erstatte eller redusere behovet for medisiner (Bahr, 2009). Fysiske plager og overvekt er overrepresentert hos utviklingshemmede sammenlignet med befolkningen forøvrig. Fysisk aktivitet er derfor ekstra viktig for denne gruppen mennesker.

Selv om mennesket er skapt for bevegelse vil det i perioder være behov for motivering og støtte. Om den utviklingshemmede selv er motivert for en aktiv livsstil, men trenger bistand, så vil personalressurser kunne komme til å hemme muligheten. Det krever både velvilje i personalgruppen og være praktisk mulig å bistå den utviklingshemmede. Det betyr i hovedsak at både rutiner og bevisstheten om hva som er viktige tiltak for den enkelte må tilpasses den utviklingshemmedes dagsform og motivasjonsnivå. Reflekterte praktikere vil vite hva som er riktig å gjøre i en større

sammenheng enn den man er i stand til å se i det øyeblikket den utviklingshemmede har lyst og behov for fysisk aktivitet.

Anbefalingen er at alle mennesker bør, helst hver dag, være fysisk aktive i til sammen minst 30 minutter. Dette kan være nok til økt livskvalitet på grunn av økt psykisk velvære og bedre fysisk helse.

I enheter som jobber med målrettet miljøarbeid finner man som regel dagsplaner. Disse beskriver mange rutiner og praktiske gjøremål. I verste fall kan disse praktiske gjøremålene kreve så mye energi av den utviklingshemmede at det blir lite tid overs til friluftaktiviteter.

## 5.2 Friluftslivstilbud – informasjon og tilgjengelighet

Valgfrihet og innflytelse kan den utviklingshemmede først benytte seg av når han/hun vet hva som er valgalternativene. Bjørnrå mfl. (2008) mener at tankesettet om valgfrihet er tett knyttet til markedsmodeller, og måten de kan bidra til å høyne kvaliteten for den enkelte. For de med intellektuell funksjonshemming fungerer dette tankesettet ikke optimalt. Den utviklingshemmede har sjelden stort nok informasjonsgrunnlag, sammenlikningsgrunnlag eller reelle valgmuligheter.

Jeg skal i dette avsnittet forsøke å belyse fenomenet.

### Tilgjengelighet

I kommunen er det en satsning på helsefremming og forebygging gjennom mestring. Det innebærer at utviklingshemmede skal ha tilgang på både skreddersydde tilbud og naturopplevelser på lik linje med resten av befolkningen. Deltakelse på ikke-organiserte og ikke-tilrettelagte aktiviteter kan være utfordrende for utviklingshemmede. Denne type aktivitet kan foregå på steder som ikke er universelt utformet, og selve aktiviteten er ofte ikke tilrettelagt for å imøtekomme den intellektuelle funksjonshemmingen. Dervo mfl (2014) konkluderer med at vandring er den mest populære formen for friluftsliv. For mange av de som vandrer er ikke målsettingen å gå fra A til Å, men at turopplevelsen er selve målet Tordsson (2010). For gruppen med utviklingshemmede så kan vandring sidestilles med det å gå på tur i terreng eller en skogsvei. De vil ha muligheten til å gjøre nye erfaringer, teste sansene og kjenne at de blir slitne. Å bruke denne type aktivitet gjenspeiler det store deler av den norske befolkningen legger i friluftsliv. (Dervo mfl, 2014)

Allemannsretten sikrer alle muligheten til naturopplevelser og fungerer som et gratis felles gode. Gjennom den har alle tilgang til et friluftstilbud. Når det gjelder begrepet friluftsliv så mener Tordsson (2010) at det er i stadig endring blant annet fordi at aktørene som driver med friluftsliv har alle egne ønsker om hva begrepet skal inneholde.

Dervo mfl. (2014) viser til at det tradisjonelle friluftslivsaktivitetene fortsatt har en sterk posisjon, mens infomanetene i større grad snakket om friluftslivsarrangement. Det ble formidlet et ønske om tilrettelegging og et utvalg av aktiviteter som vil være noe annet enn å oppsøke skog og mark. Det finnes en rekke organisasjoner som tilbyr organisert aktivitet i naturen for eksempel speider, 4H og Den Norske Turistforening. Denne type organiserte tilbud kommer jeg tilbake til senere.

Det har i de siste tiårene utviklet seg varianter av aktiviteter som har utspring fra tradisjonelle aktiviteter for eksempel randoneeski. I tillegg er det mange vannaktiviteter som byr på fart og spenning. For utviklingshemmede vil vannaktiviteter og ski kunne kreve tilrettelegging.

Både Tordsson (2010) og Flemsæter m.fl (2011) mener at friluftsliv er noe som må læres, og den lærte kunnskapen er en viktig del av det å utøve friluftsliv. Noe av hindringen for den gruppen

utviklingshemmede deltakerne i fokusgruppen jobbet med dreier seg muligens om at de aldri har lært å delta i friluftslivsaktiviteter.

Ellingsen, KE (2007) sier at mange av de voksne utviklingshemmede i Norge i dag ikke vokste opp under forhold hvor det var ikke var naturlig for dem å ta egne valg, og spesielt ikke valg som dreide seg om friluftslivsaktiviteter. Å ta valg betyr å veie fordeler og ulemper opp mot hverandre for så å velge det man tror er det beste alternativet. Ellingsen mener dette krever trening i form av erfaring. En variant kan ifølge den ene informantene være at noen av de utviklingshemmede blir skjermet fra krav og valg ved at de ikke deltar i vanlige friluftslivsaktiviteter i skolesammenheng.

En valgmulighet kan bestå av to eller flere alternativer, hvor alle innebærer utfordringer for den utviklingshemmede. Informantene mente at det gjennom utfordringer ligger muligheter for læring, personlig vekst og utvikling. Nettopp denne situasjonen kan kreve en stor motivasjonsinnsats fra personalgruppen. Den ene informantene beskrev hvordan motiveringen til å dra ut ble belønnet med gode opplevelser som den utviklingshemmede tok med seg i lang tid etterpå. Motivasjonsarbeidet kan være vanskelig selv om hun var klar over hvor store effekter opplevelsen kunne gi.

I det empiriske materialet kan det se ut som det ble gitt individuelle valg, men at aktiviteter og opplevelser måtte tilpasses en hel gruppe. Årsakene til en «vi» tenking kan vi finne i flere faktorer. Personalets holdninger og kunnskap diskuteres i et eget kapittel. En annen årsak kan være at pr i dag hadde ingen brukere innvilget vedtak tilknyttet fysisk aktivitet eller naturopplevelser.

I tillegg opplevde informantene en knapphet på personalressurser, og et dilemma om hvordan de skulle fordele det som de selv anså som «noe ekstra». Det målrettede miljøarbeider hadde i deres enhet lite fokus på naturopplevelser som strategi. Dermed ble de nære naturområdene sjelden tatt i bruk, dette til tross for at det er et stort nettverk av merkede stier i kommunen. Noen av stiene er tilrettelagt for rullestolbrukere, mens andre krever at den utviklingshemmede klarer å gå. Stinettverket gjør at det er enkelt å bevege seg på ukjent områder enten ved å følge skilt, røde DNT merker eller fargekoder på trær og påler. Velger man å gå langs disse stiene kan det gi personalet en følelse av trygghet da de ofte kan treffe andre vandrere eller fordi de kan være sikre på at området er trygt.

Det arrangeres med jevne mellomrom aktivitetsdager og festivaler hvor målet er å få alle ut i skig og mark. I tillegg finnes det 4H og speidergrupper som er organisasjoner som har fokus på friluftsliv og naturbaserte aktiviteter. Her forplikter barn og unge seg til jevnlig å delta i et voksenstyrt program, og mange utviklingshemmede vil ha behov for en ansatt sammen med seg. Dette er ikke tilbud som passer for voksne utviklingshemmede, men som vil kunne legge et grunnlag for friluftslæringen.

Hågvar mfl. (2014) mener at det er viktig hvilke friluftslivsaktiviteter man oppsøker. Det finnes uansett gode muligheter for at den utviklingshemmede får økt livskvalitet og styrket syn på seg selv.

Når det gjelder mer organiserte friluftslivsaktiviteter har de utviklingshemmede i denne kommunen noen alternativer.

Friluftsliv tilrettelagt for utviklingshemmede er et nytt initiativ i regi av Den Norske Turistforening. Formålet er å lage et friluftslivstilbud spesielt tilpasset for mennesker med utviklingshemming og deres familie, venner og støtteapparat. Her kan man gjennom felles aktiviteter som er tilrettelagt alle funksjonsnivåer skape en felles arene for naturopplevelser, og informasjonen er også tilpasset de som trenger bilder for å klare å forstå budskapet. Turopplevelsen bygger på dimensjonene: fysisk aktivitet, tilhørighet, mentale naturopplevelser og mestring. I tillegg inneholder tilbudet sang/musikk og bespisning. Tilbudet skal være tilgjengelig i alle årets sesonger, og foregår i en av nabokommunene.

Det ble også våren 2018 etablert en turgruppe i en av nabokommunene som går på tur en ettermiddag i uka. Dette tilbudet er tilrettelagt for alle funksjonsnivåer, men er en enklere variant som kun bygger på opplevelsen av å gå en tur.

Det finnes en mengde nettsider som kan gi opplysninger om muligheter for tilrettelagte fritidstilbud, for eksempel <http://www.fritidforalle.no/>.

I tillegg er det månedlig turer og arrangement som de mest ressurssterke brukerne kan delta på.

Denne informasjonen har jeg tilegnet meg i etterkant av fokusgruppeintervjuet, da jeg ønsket å se hva jeg kunne finne av tilbud. Kartleggingen foregikk via nettet og via bekjente jeg har i de nære kommunene.

Gruppedeltakerne opplevde at det var få reelle valg. Det betyr at dem i hverdagen opplever en liten mulighet for å introdusere utviklingshemmede for friluftslivstilbud. Dette kan dreie seg om for liten eller for dårlig informasjon. Dette kommer jeg tilbake til.

Det kan også være at utformingen av valgsystemene er utenfor den utviklingshemmede og de ansattes domene. Noe som betyr at de må innrette seg etter premisser som er utviklet av personer utenfor den daglige samhandlingen. (Bjørnrå m.fl, 2008)

Et eksempel på det kan være transport. Det varierte om de hadde tilgang på privat biler eller ikke. Der de hadde biler disponible var det et resultat av at hjelpevergene hadde akseptert at den utviklingshemmede kjøpte bil sammen med flere brukere. Noen få var så hjelpetrengende at de hadde fått støtte til egen bil på grunn av tilrettelegging. Transport blir raskt et hinder hvis tilbudet er noen kilometer unna.

Både ikke-tilrettelagt og tilrettelagt tilbud kan utvikles og gjennomføres av frivillige, organisasjoner og i kommunal regi. Både brukere, fagpersoner og frivillige er aktører vil ha noe å bidra med.

### Informasjon

En annen hindring kan være tilgang til nok og riktig informasjon. Jeg ble gjennom egne søk klar over hvor vanskelig det var å orientere seg i jungelen av digital informasjon.

Informasjon om aktiviteten er viktig for de ansatte før de bestemmer seg for å delta. Førstehåndsinformasjon er fysisk tilrettelegging. Det er for eksempel viktig å vite om deltakere kan komme frem med rullestol, eller om aktiviteten er tilrettelagt for personer med hørselshemming. I tillegg kommer informasjon som er best tilgjengelig gjennom egne observasjoner eller andres beskrivelser som for eksempel gjennom sanseinntrykk, oppfatninger og vurderinger som ligger som forutsetninger for det menneskelige handlingslivet. Gjennom disse opplysningene kan det, til en viss grad, være mulig å vurdere hvordan aktiviteten fungerer for hver enkelt utviklingshemmet. Det kan være vanskelig å sette en standard til informasjonsmateriellet.

Informasjonen er kontekstavhengig og vanskelig å formalisere og generalisere på tvers av kategorier av funksjonsevne. I tillegg er informasjonsbehovet vanskelig å definere på forhånd fordi brukere har forskjellige funksjonsnivå og behov. Kunnskapen om hva som fungerer og ikke er derfor en kombinasjon av den utviklingshemmedes ressurser, de ansattes kompetanse og arrangørers kunnskap. (SINTEFF: Rapport nr: 2017:00093)

Fritidsaktiviteter arrangeres av mange aktører. Bare noe få aktiviteter arrangeres av kommunen og offentliggjøres på kommunens hjemmeside. Idrettslag, friluftsliv-relaterte foreninger og grupper, frivillige og foreldre utgjør en større del av arrangørgruppen. Konsekvensen av dette er at informasjon om fritidsaktiviteter er distribuert og finnes på mange plasser. Eksempelvis både på sosiale medier og andre hjemmesider på internett og i papirform. Det er en utfordring å få oversikten på hva som skjer til enhver tid. (Ibid)

Noen kommuner har utviklet en digital plattform som gir informasjon om aktiviteter – både ordinære og tilrettelagte for å prøve å imøtekomme behovet. Her vil tilbud fra interesseorganisasjoner, idretten, kultur og frivillige aktører kunne tilgjengeliggjøres.

Teksten over er underforstått at den utviklingshemmede får hjelp til å bruke digitale verktøy eller forstå informasjonen som er tilgjengelig. Utfra en relasjonell forståelse av utviklingshemming burde det også vært utarbeidet informasjonskanaler som gjør det mulig for en med intellektuell funksjonshemming å hente informasjon på egenhånd. En slik type informasjonsformidling har jeg ikke klart å lokalisere.

Noen personer med kognitive funksjonsnedsettelse kan for eksempel ha nedsatt korttidsminne eller nedsatt abstraksjonsevne vil være forhindret fra å finne informasjon om mulige friluftaktiviteter, men trenger bistand fra andre. (NOU: 22)

For å kunne vurdere informasjon og tilgjengelighet kan det være nyttig å tenke at de utviklingshemmede er medspillere i planleggingen og utvelgelsen av aktivitet. Her kan det ligge mye informasjon tilgjengelig som de personalet ellers ikke får tak i. Hvordan tenker de utviklingshemmede selv om segregerte tiltak kontra ikke-til rette tilbud. Det vil ganske sikkert være skiller i brukergruppen. Noen kan ønske å være en del av friluftarrangementer hvor de møter andre grupper og generasjoner, mens andre trenger mye tilrettelegging.

### 5.3 Personalets holdninger og kunnskap

Fagsammensetningen i informantgruppen var representativ for sammensetningen i enheten for øvrig. Den bestod av vernepleiere, helsefagarbeider og en assistent.

#### 5.3.1 Miljøterapeutisk prinsipper

I arbeidet med utviklingshemmede har det vært en sterk tendens til ensidighet og spesifikk metodetilørigheten. Kognitive forståelsesrammer som blant annet struktur, læringstradisjoner (for eksempel atferdsterapi) eller emosjonelle tradisjoner (for eksempel psykoanalyse) har sterke røtter i utdanninger som retter seg mot utviklingshemmede. Dette mener Ellingsen m.fl (2003) kan utgjøre en trussel for retten til selvbestemmelse og empowerment som miljøterapeutisk prinsipp i møte med målgruppen.

Utviklingshemmede omgir seg med mange regler i et forsøk på å skape orden, forutsigbarhet og trygghet for dem. Det er en allmenn oppfattelse blant ansatte at de har det best med rutiner og forutsigbarhet. Man kan undre seg over om personalet mener at dette medfører en særegen forståelse som må dominere i møte med den utviklingshemmede eller om den allmennmenneskelige forståelsen kan gjelde. Et eksempel på det er at tiltaket « å gå tur» gjennomføres på et bestemt tidspunkt i uka, og ikke som en følge av den utviklingshemmedes ønske, og på det tidspunktet brukeren ønsker det. (Ellingsen m.fl. 2003)

Hvis den allmenngyldige forståelsesrammen gjelder for de ansatte, så vil det oppstå situasjoner som informantene problematiserte. En konkret situasjon gjaldt lørdager og søndager som informantene beskrev som litt roligere enn resten av uka. Disse dagene ble ofte litt ledig tid som kunne benyttes til å for eksempel å gå på tur med en eller flere brukere. Hvis dette skjedde flere helger på rad antok informantene at det ville oppstå en forventning hos de utviklingshemmede om at det alltid skulle være tur i helgene. Dette syntes gruppedeltakerne var problematisk, og det ble som regel derfor understreket

til den utviklingshemmede at dette ikke var blitt en vane og det ikke var sikkert det kunne gjentas helgen etter.

Informantene begrunnet informasjonen til den utviklingshemmede med at det i slike situasjoner fort kan oppstå uønsket atferd som en reaksjon på en brutt forventning.

Ellingsen mfl (2003) hevder at nettopp slike historier viser at det er den spesielle forståelsesrammen som benyttes i samhandling med utviklingshemmede. Uønsket atferd betraktes ikke som viktig informasjon på hvordan personen har det, men som noe man ønsker å unngå ved å regulere instrumentelt. I denne situasjon vil det bety å unngå å gi dem naturopplevelser de gangene det er mulig som et tiltak for å unngå uønsket atferd på et senere tidspunkt. I en allmenngyldig forståelsesramme ville de ansatte ha imøtekommet utagerende atferd med bekymring og refleksjoner å deretter forsøkt å bidra til å endre livet til brukeren til en bedre hverdag gjennom økt tilbud om friluftsliv og naturopplevelser. En annen uheldig konsekvens av personalets forsøk på å forebygge og kontrollere kan være at den utviklingshemmede ikke får tilgang til utviklingsmulighetene som ligger i naturopplevelser.

Det kan være flere dilemmaer som de ansatte vurderer før de velger å ta med den utviklingshemmede ut på tur. Personalet kan være bekymret for at brukeren ikke får den opplevelsen som den har forventning til, og hvilke reaksjoner som vil komme når målsettingen for turen ikke blir som forventet.

Enkelte mennesker med intellektuell funksjonshemming vil ha behov for bistand til å omforme informasjon som blir gitt underveis til forståelig kunnskap. Det kan for eksempel være en utfordring å få lest på skilter eller huske hva bestemmelsesstedet heter. En god naturopplevelse krever trygghet og forutsigbarhet. Her må personalet hjelpe til. Rammer, struktur, informasjon, kvalitetssikring og handlingsberedskap er faktorer som bidrar til denne tryggheten. For noen utviklingshemmede vil det å reise til samme sted og til samme tid være en del av denne tryggheten og forutsigbarheten. Dette bidrar til en følelse av trygghet omkring et sted og en tid hvor man skal kunne utforske tilgjengelige ressurser for økt mestring.

Informantene mente at personalet i stor grad velger utfra det de selv er vant med og liker. Det er stor sannsynlighet for at den ansatte har en annen erfaringsbakgrunn enn den utviklingshemmede, og at de ikke har samme forståelse til valg, innhold og hvilke opplevelser som er aktuelle. Det kan derfor være et språk mellom det den ansatte ønsker og det den utviklingshemmede ønsker.

Når den utviklingshemmedes eget initiativ møtes med velvillighet mener Tellnes (2003) at brukeren vil kunne kjenne på følelsen av egen innflytelse og medbestemmelse. Den utviklingshemmede vil kunne få styrket troen på at egne ressurser er tilgjengelige for å øke mestring av stress og krav. På denne måten kan initiativet til kontakt med naturen bidra til en løsningsorientert tankegang og øke følelsen av mestring/håndterbarhet.

Frivilligheten til å velge friluftsliv og naturopplevelser som legges til grunn formidler respekt for den utviklingshemmedes personlige behov, ønsker, preferanser og egenkreativitet.

Noen ganger kan personalets bekymring for risikoer som kan oppstå i løpet av turen hindre dem i å dra. Den ene informant mente at hvis de ansatte hadde tryggheten og kunnskap nok til å takle uforutsette hendelser så er det de turene som ikke gikk helt som planlagt som gir de største turopplevelsene. Hvis personalet vet hva de gjør så er det både gøy og ufarlig at ting ikke går helt som man hadde tenkt. En annen gruppedeltaker mente dette var en vanskelig balanse. Hvis alt som kan gå galt på turen skal risikoanalyseres og detaljplanlegges kan det ta så mye krefter at man mister lysten til å dra. Noen ganger er det kanskje best å bare si: «Nå drar vi...»

De ansattes bekymring for fordommer og manglende kunnskap hos omgivelsene vil også kunne påvirke. Det dreier seg om hvilke reaksjoner man kan forvente av andre mennesker som er tilstede, og hvilket omdømme man risikerer i etterkant. Dette gjelder først og fremst når aktiviteten ikke er spesielt

tilrettelagte for utviklingshemmede. Informantene mente at det i liten grad var styrende, men at det kan påvirke noen. Desto bedre den ansatte kjenner den utviklingshemmede og desto tryggere den ansatte er på aktiviteten de skal oppsøke, desto enklere kan det være å velge å dra.

Jeg har hørt mange historier fra skolehverdagen hvor de ansatte i god tro har ekskludert den utviklingshemmede fra friluftaktiviteter. I intervjuet kom det flere av disse historiene. Istedenfor for at friluftaktiviteten kunne blitt en mestrings og læringsarena, så kan det ende med at den utviklingshemmede oppfatter friluftsliv som noe ikke-eksisterende for dem.

Ansattes valg om «fritak for utviklingshemmede» i friluftaktiviteter kan handle om et individorientert perspektiv der det er individet som defineres som utilstrekkelig og dermed gjort ansvarlig for egen situasjon. Denne måten å forstå intellektuell funksjonshemning på er problematisk fordi den overser betingelsene for deltakelse som finnes i omgivelsene, og som den enkelte selv i liten grad rår over. Selv når denne måten å årsaksforklare intellektuell funksjonshemning på ikke forekommer, kan et individorientert perspektiv gjøre det lettere å se mot individuelle mestringsstrategier som løsning på opplevde dilemmaer og problemer knyttet til utviklingshemningen enn å rette blikket utover mot omgivelsene. I personalgrupper med liten kunnskap om utviklingshemninger kan fordommer få feste. Fordommer om målgruppens manglende mestringsevne kan påvirke de ansatte, men også gi dem nye muligheter hvis de tør prøve ut nye aktivitetsarenaer.

Som miljøterapeut kommer man i tett kontakt med den utviklingshemmede. En fagperson kan få stor makt og troverdighet i miljøet. Tiltak som miljøterapeuten initierer blir derfor ofte tatt på alvor. Både holdninger og kunnskap fagpersonen har vil ifølge infomanetene ha stor betydning for om brukerne får mulighetene naturopplevelser.

Å tilrettelegge for naturopplevelser innebærer å ta i bruk nærmiljøet og lokalsamfunnet. Det vil være nyttig med en fagkompetanse som bidrar til at fagpersonene kan iverksette helsefremmende prosesser, og ha en bevissthet i forhold til ressursmobilisering i tillegg til den yrkesfaglige kunnskapen om målgruppen. (Tellnes 2017)

Det vil kreve at etablerte strukturer med for eksempel ADL trening i egen bolig får litt mindre plass til fordel for aktivitet og naturopplevelser som et miljøterapeutisk tiltak. Dette kan være en krevende øvelse da holdninger til prestasjonsferdigheter hos den utviklingshemmede skal vike for lyst, glede og indre motivasjon gjennom kontakt med naturen. Det vil ikke bare kreve at definisjon på hva som er gyldig fagkunnskap i enheten endres, men vil også kreve at de som skriver vedtak endrer praksis i forhold til hva som utløser rettigheter til bistand og tilrettelegging. I tillegg er det nødvendig at ledelsen i hele organisasjonen endrer syn på hva de mener gir den utviklingshemmede størst verdi i hverdagen.

Den vil også muligens endre personalets arbeidsoppgaver, som må endres fra en terapeutisk tilnærming til en mer salutogen tilnærming, og fagprofesjoner vil sannsynligvis jobbe i mindre atskilte arbeidsområder.

I flere tilfeller beskrev informantene at helsefremmende prosesser ble avbrutt på grunn av at det ikke var noen i persongruppen som fulgte det opp når ildsjelen som hadde dratt i gang aktiviteten ikke var der lengre. Denne typer prosesser kan ha ulike former for forløp, og informantene ga uttrykk for at det var vanskelig å få helsefremmendeaktiviteter integrert i driften. Eli Skjeseth (Tellnes 2017) mener at grunnen til det er at alle arbeidsoppgaver må ledes enten det er initiativtaker, ansatte eller frivillige enkeltpersoner.

Innenfor hver enkelt enhet var det en ansvarlig driftsleder, en fagleder i tillegg til fagansvarlige vernepleiere. Enheten hadde et stort antall mennesker fordelt på forholdsvis få årsverk. I tillegg var det beskrevet et stort sprik i den enkeltes erfaring. Christensen og Nilssen (2006) sier at alle disse faktorene kan være med på å etablere formelle og uformelle hierarkier. Det kan derfor være vanskelig



å få øye på hvilke faktorer som påvirker nye initiativ eller tiltak, spesielt om disse ikke er helt innenfor den etablerte faglige retningen den sterkeste personen i enheten ønsker. Tiltak som blir sett på som hyggelige, men lite målrettet, vil tape i kampen og hva tidsbruken skal gå til.

### 5.3.2 Selvbestemmelse

Ansvar for at den utviklingshemmede har reell innflytelse på egne valg ligger hos personalt. Ansvar krever mot til å se og forstå den utviklingshemmede, til å spørre hvilke ønsker han eller hun har i dag istedenfor å følge rigide dagsplaner og miljøregler. I motsatt fall vil den medisinske måten å forstå utviklingshemming på kunne medføre en fare for at omgivelsen blir mer opptatt av funksjonshemmingene enn funksjonsmulighetene.

For et menneske med intellektuell funksjonsnedsettelse kan muligheten for selvbestemmelse by på noen utfordringer. Hvis den kognitive svikten innebærer at informasjonsgrunnlaget for valget er for dårlig så kan dette medføre at den utviklingshemmede tar valg som gir uheldige konsekvenser. Dette kan i verste fall medføre en risiko for skade hos personen selv eller andre. I tillegg kan noen utviklingshemmede ha vanskelig for å kommunisere hva de ønsker. (NOU 2016:17) Selvbestemmelse kan utvikles gjennom å praktisere det daglig sammen med gode veiledere.

For noen vil muligheten for selvbestemmelse føre dem inn i en livsførsel som er klart uheldig for dem selv. Den kan gjøre dem sårbare for overgrep og utnyttning, samt stigmatisering og diskriminering på grunn av for eksempel dårlig hygiene og uakseptabel atferd. Det finnes også en risiko for økt passivitet og ensomhet. (Meld. St 45, 2012-2113)

Kari Høium (2004) påpeker at det fortsatt kan være en sosial forventning i samfunnet om at utviklingshemmede i begrenset grad kan øve innflytelse på egen livssituasjon. Dette vil i praksis kunne innebære at retten som er forankret i politiske planer ikke følges opp ved gi den utviklingshemmede muligheter til selvbestemmelse gjennom samhandlingen i hverdagen. Gruppedeltakerne reflekterte over hvordan egne holdninger til blant annet fysisk aktivitet og ivaretagelse av egen helse påvirker dem i jobben. Hvis den ansatte selv er fysisk aktiv og liker seg utendørs, vil det være en selvfølge at den også ønsker at brukergruppen skal kunne være aktiv utendørs.

Å bidra til at utviklingshemmede får økt fysisk aktivitet gir mange positive ringvirkninger for brukeren. Forskning viser at personer som blir fysisk aktive, ofte blir mer bevisst i forhold til andre levevaner som for eksempel kosthold. Kost og ernæring er tiltak de ansatte bruker mye tid på, og muligens ville økt aktivitet påvirke arbeidsoppgavene til de ansatte fordi den utviklingshemmede blir motivert for å lære mer.

Informantene reflekterte over maktforholdet og ansvaret som følger med. De mente at de hadde et ansvar for å bidra til at den utviklingshemmede tok vare på egen helse. Et eksempel handlet om hvilke strategier de ansatte velger for å få en bruker ut på tur. Måten man spør på, toneleie, ordvalg, oppmuntring eller reservasjon påvirker den utviklingshemmede. Mange mennesker med intellektuell funksjonshemming kan ha problemer med å ta valg. Det mener Ellingsen m.fl (2003) at brukere kan trene på. Alternativer til selvbestemmelse og valgmuligheter bærer i verste fall preg av overstyring og elementer av tvang.

I praksis er dette en vanskelig balansegang. Gruppedeltakerne reflekterte over egne metoder, og hvor skille mellom vanlig stahet og tvang befinner seg. I det andre ytterpunktet kan en ansatte alltid anerkjenne at bruker sier nei til aktivitet uten å undersøke årsaker eller finne ut om det er mulig med tilrettelegging som gjør at den utviklingshemmede ønsker å dra allikevel.

### 5.3.3 Kultur

Christensen og Nilssen (2006) mener at profesjonskulturen er den man hyppigst ser på arbeidsplasser hvor vernepleiere er i overtall av høyskoleutdannede ansatte. Informantenes beskrivelse av egen enhet kunne minne om hvordan profesjonskulturen fungerer.

Vernepleiere har tradisjonelt hatt en spesiell interesse for og i stor grad jobbet med psykisk utviklingshemmede. Faggruppen har ervervet seg en særegen kompetanse og posisjon i fagfeltet. Utdanningen er preget av normaliserings – og rettighetstenkning, men har sin største faglig tyngde gjennom målrettet miljøarbeid. Her struktureres arbeidet i mål, tiltak og evalueringer. Tiltakene er både rettet mot miljøet gjennom tilrettelegging og i individuelle tiltak som i praksis er omsorg og opplæring. Kartlegging av funksjonsnivå, utarbeidelse av trening/opplæringsprogram, trening med brukere og evaluering er sentrale oppgaver i hverdagen. Forsterkere er et vanlig virkemiddel for å få brukeren til å endre eller opprettholde atferd.

I fagmiljøet ble det antydnet en sosialrangordning der de høyskoleutdannede hadde «viktigere» oppgaver enn assistenten. I noen systemer hvor rutiner, rigiditet og kontroll er bærende elementer er det viktig at ansatte har fagligtroenskap og følger opp det de med mest kunnskap bestemmer. Hvorvidt det lar seg kombinere med spontanitet og utnyttelse av menneskelige ressurser er et helt annet spørsmål.

I en slik organisasjonsmodell kan det være en fare for at det oppstår en lydighetskultur i personalgruppen, noe som igjen kan virke inn på samhandling mellom ansatte og utviklingshemmet. Press fra ledere om innsparinger, overvåking via dokumentasjonssystemene øker faren ytterligere for at det bare er noen få ansatte som i realiteten bestemmer om friluftaktiviteter er viktig å gjennomføre eller ikke. (Svartdal, 2011)

Profesjonskultur kjennetegnes ved at arbeidet har tydelig mål, all aktivitet begrunnes i disse målene og begrunnelser/argumenter knyttes opp mot den faglige retningen som er valgt. Tankesett, kommunikasjon og handling har verdier knyttet opp mot faglig refleksivitet og vitenskap til forskjell fra mer hverdagslig spontanitet og konkret tenkemåte. Ett eksempel på det var når naturopplevelser ble knyttet opp mot sosiale situasjoner. Her beskrev vernepleieren hvor viktig friluftsopplevelsen var for å trene på sosiale situasjoner, og får å kunne få en sosial aksept.

Det er mange fordeler med faglige systemer som systematisk jobber mot forbedring av ferdigheter. Rendyrket kan det i verste fall føre til at bruker sin hverdag blir bestående av rutiner og oppgaver med bestemt mål, og atferd eller avvik registreres i den hensikt at de skal analyseres for å forstå den utviklingshemmede. Livet til den utviklingshemmede kan ikke leves «fra dag til dag», men blir en tilværelse som består av klarlagte virkemidler for å nå målet.

## 5.4 Kommunen som helsefremmende aktør

### 5.4.1 Kommunen

Den nye folkehelseloven, som trådte i kraft den 01.01.2012, gir kommunene et økt ansvar for å sikre folkehelsen gjennom tiltak på alle kommunens områder og forutsetter tverrfaglig engasjement, ansvar og innsats. Folkehelselovens formålsparagraf lyder som følger:

«Formålet med denne loven er å bidra til en samfunnsutvikling som fremmer folkehelse, herunder utjevner sosiale helseforskjeller. Folkehelsearbeidet skal fremme befolkningens helse, trivsel, gode

sosiale og miljømessige forhold og bidra til å forebygge psykisk og somatisk sykdom, skade eller lidelse.» (Folkehelseloven 2011).

Kommunen som helsefremmende aktør lar seg vanskelig avgrense til å handle om den eller den andre tjenesten, for det dreier som om samhandling, i vid forstand, gjennom inkluderende og helsefremmende møteplasser der vi bor. (Tellnes, 2017)

Som i mange andre kommuner tyder det på at det blir flere tjenestemottakere i denne kommunen i årene som kommer. De vil være i alle aldersgrupper og ha et mer sammensatt behov sammenlignet med i dag. Dette vil kommunen møte blant annet ved å la den enkelte innbygger få ansvaret for å planlegge egen alderdom ved for eksempel å sørge for tilrettelagt bolig og ved å ta i bruk tekniske hjelpemidler. Forebygging og mestring er verdier som skal prege kommunens strategi i møte med brukere. Kommunen tar således innover seg føringer i St. meld 47/2009, hvor brukere gis ansvar for egen helse gjennom å utvikle mestringskompetanse slik at de klarer å leve mest mulig selvstendig og uavhengig.

I tillegg legger kommunen vekt på St. meld nr. 19 (2014-2015) som sier at folkehelsearbeidet skal inkludere psykisk helse, og fremme helse og trivsel annet gjennom deltagelse og aktivitet. I gruppeintervjuet var det tydelig at dette var kjente kommunale strategier og holdninger. Noe av de ansatte oppgave var å bidra og ha en forventning om at brukeren selv skal mestre eget liv og være mest mulig selvstendig.

#### 5.4.2 Retten til selvbestemmelse

Ansvar og selvbestemmelse og brukermedvirkning henger tett sammen og dreier seg om å overføre makt fra hjelpeinstansene og over til brukeren. Brukermedvirkning har et ideologisk innhold som handler om at brukeren skal ha innflytelse på utformingen av sitt eget hjelpetilbud (Askeim og Starrin, 2007)

Becker (2005) referer til to amerikanske undersøkelser som så på sosialarbeiderens forhold til empowerment. Selv om forholdene i USA og Norge er ulike mener Becker at på dette området finner man mange likhetstrekk.

I de amerikanske undersøkelsene konkluderte man med at sosialarbeideren bare så mikronivået, og at de så for seg små endringer for å få til selvbestemmelse i praksis. I den ene undersøkelsen ble selvbestemmelse definert som handlingsdelen av empowerment. Dette er tendenser som er gjenkjennbare i informantens utsagn. Informantene ga uttrykk for at de var usikre på om den utviklingshemmede klarte å definere egne behov og på bakgrunn av dem ta egne valg. Dette ble det spesielt reflektert over der brukeren ikke hadde dagtilbud. Et eksempel var når bruker ønsker å være oppe litt seint på kvelden, og ikke legger seg før etter at nattevakten er på plass. Dette virker inn på nattevaktens rammebetingelser og arbeidsoppgaver, og vil kreve at personalet er omstillingsdyktig når de kommer på vakt med tanke på hva brukeren ønsker. Eller et annet eksempel hvor brukeren ønsker å reise på heldagstur, mens personalet jobber åtte timers vakter.

Disse forholdene lar seg ikke løse på mikronivå, men dreier seg om makt på makronivå, blant annet rettigheter for de ansatte, personalpolitikk hos arbeidsgiver og fagforbundenes innspill. I praksis kan det se ut som bruker er den som tilpasser seg organisasjonens behov.

Perspektivet på retten til selvbestemmelse i en større organisatorisk sammenheng var det lite refleksjon rundt. Her virket det som tjenesten, og informantene hadde godtatt at andre hadde kontrollen og tok avgjørelser. I tillegg ble beslutningen omtalt som objekter. Dette gjør at informantene kunne snakke om beslutninger på en objektiv måte, og uten å stille spørsmål til metoden

eller kunnskapen hos de ansatte som hadde tatt beslutningen. De hadde akseptert at det var «vedtakene som styrer». Hvordan saksbehandler resonnerer i prosessen frem til et vedtak eller om det var en salutogen tenking hos saksbehandler var det ingen som hadde reflektert over.

### 5.4.3 Vedtak

Det kan være mange fordeler med at kommunen har organisert tildeling av tjenester utenfor driftsenheten. Først og fremst kan man forvente at likhetsprinsippet blir opprettholdt i større grad enn om de som har nære relasjoner til brukeren skal tildele tjenester. Med likhetsprinsippet mener jeg i denne sammenhengen formelle rettigheter etter loven. Hvis det er en for sterk vektlegging av formell likhet som prinsipp, kan dette medføre til opprettholdelse av ulikhet – og til og med forsterke den. Bak en slik type organisering kan det også være tanker om effektivisering. Alle skal få det de har krav på etter loven, men det legges opp til lite skjønnsmessig spontanitet og kreativitet i brukerens hverdag.

Når saksbehandler følger korrekt prosedyre er dette en større beskyttelse for seg selv, enn en garanti for at brukers behov blir gunstig behandlet. Ved å følge rutiner til punkt og prikke er saksbehandler beskyttet mot kritikk og kan fremstå som lojal. (Bjørnrå mfl, 2008)

Informantene beskrev vedtakene som spesifikt tilpasset arbeidsoppgaven det vil si at arbeidsoppgavene var beregnet både i forhold til innhold og tidsbruk. Det var med andre ord ingen tid som kunne benyttes til spontane aktiviteter.

Bjørnrå mfl. (2008) beskriver hvordan denne tjenesteorganisering krever at den utviklingshemmede har tilgjengelige ressurser. For det første må den utviklingshemmede selv eller noen nære tillitspersoner beskrive behov som kvalifiserer for tjeneste. Deretter kreves det at de klarer å følge opp saksbehandlingen ved å ha jevnlig kontakt med enheten som tildeler tjenester. I denne fasen kan det være viktig å ha innsikt i rettigheter og muligheter slik at den rette dokumentasjon blir formidlet til beslutningsorganet. Tidligere erfaringer og relasjonen mellom bruker og saksbehandler kan påvirke prosessen. Tilslutt er det en forventning om at den utviklingshemmede aksepterer og tilpasser seg nivået på tjenesten.

Informantene fortalte at i deres enhet varierte vedtakene fra 20 minutter i uka til to ansatte tilknyttet en utviklingshemmede. En så ulik tilmåling av bistandsressurser kan ha betydningen for hvilke muligheter brukeren har. For de brukerne som for eksempel har innvilget bistand til dusj og husvask vil den tilmålte tiden ikke strekke til andre aktiviteter. Det er en forventning om at de skal organisere fritiden sin selv. For mange er dette en utfordring. På grunn av den intellektuelle funksjonshemmingen trengs det tilpasset informasjon og tilrettelagt aktivitet for å ha en aktiv fritid.

Kommunen kan velge å tildele timer til støttekontakt, men dette er en funksjon som har varierende kvalitet. Ofte forventes det at støttekontakten skal finne ut hva den utviklingshemmede ønsker å drive med. Noen ganger kan søknaden om støttekontakt være spesifisert i forhold til følge på aktivitet, selv om det i denne kommunen ikke skjer så ofte. Informantene forteller at det er vanskelig å få tak i støttekontakter. I realiteten er støttekontaktfunksjonen ingen reell ressurs når det gjelder muligheten for å drive friluftsliv.

Informantene er veldig tydelig på at innholdet i vedtakene er de oppgavene de utfører. Det finnes ingen skjønnsmessig mulighet for å endre innholdet uten at det er besluttet nytt vedtak av saksbehandler som tildeler tjenester. I driftsenheten er de ansatte pålagt å rapportere på hvilke tjenester de har gitt og registrere tiden de bruker. Det har vært en innstramning på antall vedtakstimer de siste årene.

I St.meld nr. 18 blir det slått fast at det skal stimuleres til økt friluftslivsaktivitet, og alle skal ha muligheter til å drive friluftsliv. Informantene kjent ikke til at noen av dem som de ga tjenester til hadde vedtak om bistand til friluftsliv eller fysisk aktivitet.

#### 5.4.4 Helsefremmende tiltak og universell utforming

Dervo mfl. (2014) mener noen av grunnene til at det fortsatt er et skille på friluftslivets betydning hos de som bor i by og bygd kan være at det i byer legges mer til rette for slike aktiviteter for eksempel ved å etablere parkanlegg, bystier og så videre. Inntektsnivået har også visst seg å ha betydning for bruk av friluftsliv. Høyere inntekt medfører økt utøvelse av friluftsliv. Her spiller også utdanning en viktig rolle, da høy utdanning ofte henger sammen med jobber med høyere inntekt, og en sittestillende jobb. Om en har en jobb med lite bevegelse kan behovet for å bevege seg på fritiden oppleves større, enn om en i større grad har et fysisk yrke.

De som er innbyggere i denne kommunen har god tilgjengelighet til naturen. Området består av skog og mark, hvor det er muligheter for gode naturopplevelser. På sommeren kan man benytte seg av merkede stier, asfalterte gangveier eller vandre langs innsjø og tjern. Om vinteren er det mulig å benytte seg av et stort nett av oppkjørte skiløyper. Det finnes flere aktive friville lag og foreninger som interesserer seg for jakt, fiske og sanking av ulike nyttevekster. I tillegg er det nærrområder som bærer tydelig preg av tidligere generasjoner, og byr på ulike typer kulturminner.

Å ha en intellektuell funksjonshemming innebærer mange ekstra utfordringer som gjør at det er vanskelig å benytte seg av friluftsansaer uten fysisk tilrettelegging eller bistand fra en tillitsperson.

Informantene beskrev en sprikende målgruppe. Utfordringene var ulike typer funksjonsvansker fra alvorlig sykdom til synsvansker. Noen klarer det meste selv, mens andre trenger mye bistand, tilrettelegging og er avhengig av hjelpemidler. Enkelte brukere slet i tillegg med fysisk sykdom, mens andre var fysisk friske. Som for alle andre grupper som trenger tilrettelegging er det ikke mulig å standardisere tilretteleggingen for denne målgruppen. Den må individuelt tilpasses.

Den universell utforming eller fysisk tilrettelegging er en viktig strategi for å fremme inkludering, og mestring for de som ønsker å bruke natur og friluftsområder. Kommunen er gjennom blant annet Folkehelseloven (Lovdata 2018) og Plan og Bygningsloven (Lovdata 2018) pålagt å gjøre samfunnets ansaer tilgjengelige for alle mennesker uavhengig av funksjonsnivå. Målet er at alle offentlig rom inkludert natur- og friluftsområder, skal være tilgjengelig, inkluderende og gir rom for mangfold. For å få til økt tilgjengelighet er det viktig med god planlegging om samhandling mellom mange aktører. I denne kommunen er det derfor ikke tilstrekkelig å jobbe innenfor eget virksomhetsområdet som gir helse og sosialtjenester, men samhandlingen må opp på et høyere nivå i organisasjonen for å få til samarbeid mellom ulike etater. Merking og vedlikehold av stier inkluderer i tillegg Den Norske Turistforening og frivillige stigrupper.

#### 5.4.5 Inkludering

For å bli inkludert må man først ha vært ekskludert eller tilhørt en form for utenforstandskap

Noe av kritikken mot begrepet integrering er at en fokuserer på, og dermed bekrefter, skillet mellom de innbyggerne som skal integreres - eksempelvis utviklingshemmede barn – og alle de andre "vanlige" barna. Begrepet kan fort oppfattes slik at noen i utgangspunktet har stått utenfor fellesskapet. På en slik måte kan begrepet være med å opprettholde et skille som en prøver å bryte ned.

En kan jo hevde at hvordan en bruker begreper har liten betydning for hvordan man legger til rette for at utviklingshemmede skal drive friluftsliv. Allikevel det kan være med på å påvirke hvordan vi forstår hva friluftsliv for utviklingshemmede skal inneholde. Inkludering har vi først oppnådd når alle med en intellektuell funksjonshemming kan oppsøke naturen i like stort omfang som andre. En kan si at inkludering er oppnådd når begrepet har mistet sin verdi – når alle utviklingshemmede kan velge naturopplevelser i den formen de ønsker og på det tidspunktet de selv har bestemt.

Tøssebro (1996) gjennomførte en undersøkelse som så på aktivitetsnivået blant utviklingshemmede før og etter ansvarsreformen. Han ba nære personer til utviklingshemmede om å beskrive hvilke forhold de mente var til hinder for en aktiv fritid. Den dominerende forklaringen var begrunnet med personalmangel, og tyder på en strukturell maktbruk i organisasjonen. Andre begrunnelser som ble tatt frem var transportordning, utfordrende atferd, at den utviklingshemmede ikke ville være med på noe særlig, og at han eller hun ikke hadde noen å gjøre ting sammen med. Økonomi ble også nevnt, men ble ikke tillagt noen stor rolle.

Tøssebro (1996) mente å påvise at for de med et lavt funksjonsnivå var det både vanskelig for den funksjonshemmede å få formidlet hva de ønsker, og at deres tilstand kan gjøre det utfordrende å delta i ordinære aktiviteter. En mere eller mindre form for ekskludering kan være en mulighet til mindre deltakelse. Her er barn og unge spesielt sårbare, og de kan unnlate å delta i aktiviteter/arrangementer av frykt for å bli satt utenfor. Lite kunnskap om behov for tilrettelegging og ansatte med for dårlig opplæring i inkludering virker inn.

Samarbeid med frivillige lag og foreninger er ganske sikkert et ubrukt potensial i de fleste kommuner. Når kommunen til tross for fokuset ikke har fått etablert praksiser som var synlige for informantene så kan det bety at det er hindringer i organisasjonen eller i samhandling mellom offentlig og frivillige. Årsakene kan være mange.

For noen kommuner kan NaKuHel konseptet, som i stor grad har lyktes med å lage et helsefremmende konsept, være en inspirator til egen organisering.

Da NaKuHel skulle gå i gang med å etablere lokale møteplasser var fokuset at deltakerne skulle engasjere seg i natur- og kulturaktiviteter, at de skulle oppleve et godt og inkluderende fellesskap som styrket mestringsevnen, økt livskvalitet og at de dermed ble bedre rustet for hverdagen. Initiativtakerne hadde blant annet ulike syn på målgruppen, men endte til slutt med at det var naturlig å sette menneskene og deres ressurser i sentrum, og ikke diagnosene.

Kommunikasjon og samhandling mellom de som er friske og de som ikke er friske i et åpent og mangfoldig fellesskap ble resultatet. Det var viktig at de som bruker stedet inkluderer en heterogen populasjon uansett hvor de befinner seg på et kontinuumet mellom fullstendig friskhet og sykdom slik Antonovsky beskriver det. (Tellnes, 2003)

Det er få kommuner som har utarbeidet Na KuHel konseptet i så stort omfang, men mange har fått til noen elementer av innholdet.

Store deler av Norges befolkning bor i byer eller tettsteder. Det betyr at mesteparten av den fysiske aktiviteten inkludert friluftsliv utøves i eller nært beboelse. I denne kommunen har innbyggerne mulighet til den daglige kontakten med naturen.

## 6 Metodeevaluering

Forskningstema legger føringer for hvilken forskningsmetode som vil være den beste egnede. Målet med å beskrive fremgangsmåte og valg er at en annen forsker skal kunne gjøre samme studie med



samme resultat. I metodeevalueringen hører det også med å vurdere forskerens rolle. Hvor mye har forskeren påvirket materialet gjennom intervjuet og analysen, og hva er mulige feilkilder. Hensikten har vært å få frem de ansattes hverdagsbetraktninger, for deretter presentere erfaringene gjennom en fenomenologisk tilnærming. Analysen bærer preg av den teoretiske referanserammen jeg valgte.

Utvalget av informanter er representativt for de ansatte i enheten. Det kunne vært en større likevekt mellom utdanningsnivåene, og en likevekt av kvinner og menn. I så fall måtte jeg valgt en annen utvalgsprosess.

Det kunne også vært interessant med et følgeintervju etter litt tid. Fokusgruppeintervju setter ofte i gang refleksjoner og endringer hos de ansatte.

Når det gjelder muligheten for å generalisere så kan man være kritisk til om det er mulig utfra et så lite materiale. Kommunens organisering og struktur er ikke spesiell utfra størrelsen. Det finnes heller ikke andre særegenheter som gjør at konteksten informantene jobber i skiller seg vesentlig fra andre kommuner med samme størrelse. Det kan antas at man kunne gjort tilsvarende funn i en annen kommune.

Det finnes mye mer data i det empiriske materialet enn det som ble brukt i denne oppgaven. Dette ville krevd et nytt fokusgruppeintervju, med andre temaer.

## 7 Avslutning

Valget av problemstilling berører både den strukturelle konteksten den utviklingshemmede oppholder seg i, lovverk, yrkesgrupper, profesjoner den utviklingshemmede møter og verdier praksisen bygger på. I valgene jeg har tatt underveis har jeg vært påvirket av egen forforståelse og verdigrunnlag.

Nasjonale planer og føringer har et tydelig budskap. Det norske friluftslivet skal tas vare på som en levende og sentral kulturarv. Naturens opplevelser er en viktig kilde til bedre helse og livskvalitet, ikke minst når det gjelder fysisk aktivitet. FN-konvensjonen fastslår at retten til kultur og fritidsaktiviteter også gjelder mennesker med nedsatt funksjonsevne.

I kommunene satses det på opparbeiding et nettverk av stier, og det er etter hvert blitt mange kilometer med merkede stier som går gjennom vakre og stimulerende landskap. Skiløyper blir oppkjørt vinterstid. Ved nyetableringer i kommunen regulerer planverk for tilrettelegging i form av universell utforming.

Problemstillingen ble først belyst i et intervju gjennom ansattes betraktninger over egen arbeidshverdag. Alle jobbet med å gi bistand til funksjonshemmede. De fleste hadde sitt daglige virke sammen med mennesker med intellektuell funksjonshemming. Oppgaveteksten omhandler den tematikken som informantene hadde mest fokus på.

I denne kommunen har helsefremmende arbeid fått en sentral plass i planverket. Det satses på folkehelsearbeid. Gruppedeltakerne hadde et distansert forhold til hvordan de selv kan være med på å bidra til aktivitet i nærmiljøet og gode møteplasser. De ansatte er den utviklingshemmedes nærmeste bistandsperson i hverdagen. Det var det ingen naturlig samhandling mellom personalet og frivillige lag og foreninger. Store deler av befolkningen for øvrig har kontakt med frivilligheten i en eller annen form. Dette kan tyde på at de utviklingshemmede ikke inkluderes i ordinære friluftstilbud i kommunen, noe som informantene etterhvert bekreftet.

I tillegg til organisatoriske strukturer så blir personalet sentrale og viktige aktører for at utviklingshemmede skal ha muligheten for naturopplevelser.

Den kommunale tilretteleggingen bør omfatte mer enn universell utforming for at det skal lykkes å gi utviklingshemmede muligheter til friluftsliv og naturopplevelser. Skal dette tas på alvor kan det tyde på at rammefaktoren de ansatte jobber under må endres. Det er klare føringer på deres arbeidsoppgaver, og innsatsen registreres. Ressurser er omdisponert og det forventes at de fleste utviklingshemmede klarer å fylle fritiden sin selv med noe meningsfullt. Når det blir lagt til rette for friluftsopplevelser fordrer dette som regel at en hel gruppe reiser sammen.

Det kan virke som miljøpersonalet har fått liten kunnskap om hvordan de kan bruke naturen som miljøterapeutisk tiltak. Mer opplæring i hvordan bruke friluftsliv i praktisk arbeid ville vært et målrettet tiltak hvis kommunen ønsket å imøtegå behovet for naturopplevelser. Det jobbes grundig og målrettet for at den utviklingshemmede skal utvikle seg og mestre ferdigheter i egen bolig og i sosialt samspill. Det legges sporadisk opp til friluftaktiviteter for de utviklingshemmede. Når det gjennomføres skyldes det egenmotiverte ansatte som selv definerer naturopplevelser som en viktig faktor i eget liv. Gjentatte muligheter for å ta vare på mental og fysisk helse gjennom naturopplevelser er dermed mindre tilgodesett.

Når valget om å prioritere dagligdagse ferdigheter gjennomføres er det ikke på bakgrunn av den utviklingshemmedes rett til å bestemme selv. Gruppedeltakerne visste en dyp respekt for de utviklingshemmedes integritet og autonomi. Det var allikevel ikke mulig for dem å imøtekomme selvbestemmelse når valget handlet om retten til et aktivt friluftsliv. Her ble lojalitet til tjenestevedtak og miljøterapeutisk fagkunnskap vinneren.



## 8 Litteraturliste.

Aadland, E (2011) «Og eg ser på deg». Vitenskapsteori i helse og sosialfag 3 utg. Oslo: Universitetsforlag

Arbeids- og sosialdepartementet (2001): *Fra bruker til borger. En strategi for nedbygging av funksjonshemmede barrierer.*

<https://www.regjeringen.no/no/dokumenter/nou-2001-22/id143931/>

Arbeids- og sosialdepartementet (1998-1999) St.meld. nr. 8 *Om handlingsplan for funksjonshemma*

<https://www.regjeringen.no/no/dokumenter/stmeld-nr-8-1998-99-/id430886/>

Antonovsky, A. (2013). *Helsens mysterium. Den salutogene modellen*. Oslo: Gyldendal Akademisk.

Bahr, R. (2009). *Aktivitetshåndboken: fysisk aktivitet i forebygging og behandling*. Oslo: Helsedirektoratet.

<https://helsedirektoratet.no/Lists/Publikasjoner/Attachments/463/Aktivitetshandboken-IS-1592.pdf>

Barne- og likestillingsdepartementet (2016:17) *NOU: På lik linje — Åtte løft for å realisere grunnleggende rettigheter for personer med utviklingshemming*

<https://www.regjeringen.no/no/dokumenter/nou-2016-17/id2513222/>

Becker, D (2005) *Tje Myth of Empowerment*. New York / London: New York University Press

Bjørnrå, T., Guneriussen, W., Sommerbakk, V (red) (2008) *Utviklingshemning, autonomi og avhengighet*. Oslo: Universitetsforlaget

Christensen, K og Nilssen, E (2006) *Omsorg for de annerledes svake. Et overvåket hverdagsliv*. Oslo: Gyldendal Norske Forlag.

Demiri, Aisha Synnøve, Gundersen, Tonje (2016): *Tjenestetilbud til familier som har barn med funksjonsnedsettelse*. Rapport 7/2016

Dervo, B.K, Skår, M., Kohler, B, Øian, H., Vistad, O.L, Andersen, O og Gundersen, V (2014)

*Friluftsliv i Norge i anno 2014 – status og utfordringer*. Trondheim: NINA

Det kongelige, barne, likestillings og inkluderingsdepartementet (2012.21013) Meld. St.nr 45: *Frihet og likeverd – om mennesker med utviklingshemming*.

<https://www.regjeringen.no/contentassets/41a94b47679f477086d3f537d401d50a/no/pdfs/stm201220130045000dddpdfs.pdf>

Det kongelige klima – og miljødepartement (2015-2016). Meld. St. 18: *Friluftsliv. Natur som kilde til helse og livskvalitet*. Fagbokforlaget, Aurskog.

<https://www.regjeringen.no/contentassets/ce1343f7c56f4e74ab2f631885f9e22e/no/pdfs/stm201220130034000dddpdfs.pdf>

Ellingsen, Karl Elling, Kari Jacobsen og Kari Nicolaisen. ( 2003) Sett og forstått. Alternativer til tvang og makt i møtet med utviklingshemmede. Oslo, Gyldendahl Akademiske

Ellingsen, K.E ( 2007) *Selvbestemmelse. Egen og andres valg av verdier*. Oslo Unviersitetsforlaget

Flemsæter, F., Brown, K.M., Holm, F.E. 2011. Friluftslivets moralske landskaper – trender og tradisjoner: Haugen, M.S. & Stræte, E.P. (red) *Rurale brytninger*, 245-265. Trondheim: Tapir Akademiske Forlag

Folkehelsesloven (2011)

<https://lovdata.no/dokument/NL/lov/2011-06-24-29?q=folkehelsesloven> (2018)

Goth, Ursula, S (red) (2014) *Folkehelse i et norsk perspektiv*. Oslo: Gyldendal Akademisk.

Grue, L (2000) Fra pasient til medborger? I Thorsen, K. (red): *Et langt liv med en alvorlig funksjonshemming. Utfordringer i et livsløpsperspektiv*. FoA. Nasjonalt kompetansesenter for aldersdemens.

Hatland, A, Kuhnle, S, og Romøren (red) (2011). *Den Norske Velferdsstaten*. Oslo: Gyldendal Akademiske.

Helse- og omsorgsdepartementet (2014-2015) St. meld nr 19: «*Folkehelsemeldingen ,mestring og muligheter*»

<https://www.regjeringen.no/no/dokumenter/meld.-st.-19-2014-2015/id2402807/>

Hågvar, S., Leslie, E & Gram, J (2014) *Sterke og svake naturopplevelser*. Grevlingen – Friluftsliv, naturopplevelser og livskvalitet 5, s 12 – 24.

Jacobsen, D,I og Thorsvik, J (2011) *Hvordan organisasjoner fungerer*. Bergen: Fagbokforlaget.

Kaplan, R. & Kaplan, S. (1989). *The Experience of Nature. A Psychological Perspective*. Cambridge: Cambridge University Press.

King, Gillian, Mary Lawn, Susanne King, Peter Rosenbaum, Marilyn K.Kertoy, and Nancy L. Young (2003): *A Conceptual Model of the Factors Affecting the Recreation and Leisure Pertipation of Children with Disabilites*. *Physical &Occupational Terapy inn Pediatrics*, vol. 23, no.1, pp. 67-94.

Klima og miljødepartementet (2000.2001) St.meld. 39, Friluftsliv; ein veg til høgare livskvalitet

<https://www.regjeringen.no/contentassets/ce1343f7c56f4e74ab2f631885f9e22e/no/pdfs/stm201220130034000dddpdfs.pdf>

Mygind, Lærke, Hartmeyer, Rikke, Kjeldsted, Eva, Migind, Erik & Bentsen, Peter (2018) *Viden om friluftslivs effekter på sunhed – resultater fra systematisk forskningsoversikt*.  
[http://www.friluftsradet.dk/media/1802602/forskningsoversigt\\_k6\\_enkeltsidet\\_low.pdf](http://www.friluftsradet.dk/media/1802602/forskningsoversigt_k6_enkeltsidet_low.pdf)

Kvale, S. (1983): The Qualitative Interview: A phenomenological and hermeneutical mode of understanding. *Journal of Phenomenological Psychology* vol 14 no 2, 171-196.

Kvale, S og S Brinkman (2015) *Det kvalitative forskningsintervju*. 2 utg. Oslo Gyldendal akademiske

Lie, I. (1989). *Rehabilitering : prinsipper og praktisk organisering*. Oslo: Gyldendal.

Malterud, K. (2003): *Kvalitative forskningsmetoder innen medisinsk forskning*. Oslo: Universitetsforlaget.

Mæland, J.G (2014) *Forebyggende helsearbeid. Folkehelsearbeid i teori og praksis*. Oslo: Universitetsforlaget.

Orem, D (2001) *Nursing: concepts of practice*. 6 utg. Mosby, St. Louis, Missouri

Plan og bygningsloven ( 2008)

<https://lovdata.no/dokument/NL/lov/2008-06-27-71?q=plan%20og%20byggningsloven> ( 2018)

Sigmundsson, H & Ingebrigtsen, J.E (Red.) (2005), *Idrettspedagogikk* (s. 33-46). Oslo: Universitetsforlaget.

SINTEF ( 2017): *Digitale plattformer for deling av informasjon om tilrettelagte fritidsaktiviteter. En kvalitativ undersøkelse av krav*. SINTEF Digital, system utvikling og sikkerhet

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

Svartdal, F ( 2011) *Psykologi. En introduksjon*. Oslo: Gyldendal Akademiske

Tellnes, G (redaktør) (2017) *Helsefremmende samhandling. Natur og kultur som folkehelse*. Bergen: Fagbokforlaget

Tellnes, G (2003) *Samsillet Natur-kultur-helse. NakuHel konseptet i teori og praksis*. Oslo: Unipub forlag

Thagaard, T. (2009) *Systematikk og innlevelse. En innføring i kvalitativ metode*. 3 utg. Bergen. Fagbokforlaget

Tordsson, B. (2010) *Friluftsliv, Kultur og Samfunn*. Kristiansand: Høyskoleforlaget

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

Wibeck, V (2015) *Fokusgrupper. Om fokuserade gruppeintervjuer som undersøkningsmetod*. Lund: Studentlitteratur.

Vedlegg:

Vedlegg 1: Forespørsel om deltagelse i undersøkelse

Vedlegg 2: Intervjuguide / temaliste

Vedlegg 3: Samtykke

Vedlegg 4: Originalmodell: Faktorer som påvirker deltagelse i fritidsaktiviteter. (King et al. 2003).

## Vedlegg 1: Forespørsel om deltagelse i undersøkelse

Da informantene ble skriftlig kontaktet ble det informert om at denne deltakelsen var frivillig og hvordan ett gruppeintervju ville foregå. Ved oppstart av fokusgruppeintervjuet brukte jeg litt tid på å informere om at de hadde anledning til å avbryte sin deltagelse uten at det vil gi negative konsekvenser for dem

Et fritt samtykke betyr at det ikke er påført ytre press.

### Informasjon som ble gitt i forkant var:

Sender deg en forespørsel ang masteroppgaven min – og det jeg spør om er helt frivillig.

Jeg er på leit etter 5-7 personer som er villig til å bruke 2 ½ timer sammen med meg fra kl 16 torsdag 5 april

Temaet på masteroppgaven min er:

### *Hva påvirker utviklingshemmedes mulighet til å velge friluftsliv som fritidsaktivitet?*

I samtalen ønsker jeg at det reflekteres over tematikken utfra tanker og erfaringer som gruppedeltakerne har. Det er viktig å ha en blanding av personer. Jeg ønsker meg: Leder, fagleder, høyskoleutdannede, fagutdannede og assistent. Gjerne en blanding av kjønn. Det vil ikke bli stilt konkrete spørsmål om praksis i miljøarbeidertjenesten med mindre noen tar dette opp. Jeg trenger noen som med stor sannsynlighet representerer tverrsnittet av ansatte som jobber med utviklingshemmede i Norske kommuner. – og det tror jeg du kan bidra med



- Aktuelle temaer kan være:
- Universell utforming
- Muligheter og begrensninger.....
- Selvbestemmelsen / empowerment
- Kompetanse/holdninger hos ansatte – samarbeidsparter – utdanningsinstitusjoner osv. Hva tenker vi om temaet på ulike arenaer (rett og slett...)

Deltakelsen er frivillig og arbeidsgiver kompenserer ikke for bruk av tid til intervju. Intervjuet blir tatt opp på bånd og brukt som datakilde i min master. Alt anonymiseres og data slettes etter at oppgaven er ferdig. Supert om du gir meg en kjapp tilbakemelding på om dette kan være noe for deg. // Ann- Kristin Johansen

## Vedlegg 2: Intervjuguide / temaliste

### INTERVJU GUIDE:

#### TEMA

- Utviklingshemmede
- Fritid
- Friluftsliv

#### FOKUSSPØRSMÅL

- Hvordan og hvilke friluftaktiviteter deltar brukerne deres på ?
- Hvordan er det tilrettelagt for at utviklingshemmede skal få naturopplevelser? (Faktorer som påvirker)
- Hva gjør dere og andre i de nære omgivelsene som påvirker muligheten til friluftsliv?
- Hvilke faktorer hos den utviklingshemmede selv, tenker dere påvirker?
- Hvorfor velger noen å ta med seg utviklingshemmede på friluftaktiviteter og andre ikke?

### Vedlegg 3: Samtykke

## Samtykkeerklæring for deltakelse i fokusgruppeintervju torsdag 5 april 2018

### Master oppgave i Helsefremmende lokalsamfunnsarbeid.

#### Beskrivelse av masteroppgaven

Jeg ønsker å se på hvilke faktorer som påvirker valgmuligheter for mennesker med utviklingshemming. Hva virker inn på muligheten til å ha en aktiv og meningsfull fritid i fellesskap med andre? Dette avgrenses til:

*Hva påvirker utviklingshemmedes mulighet til å velge friluftsliv som fritidsaktivitet?*

#### Fokusgruppeintervju som metode i kvalitativ forskning.

Fokusgruppeintervjuet er en måte å innhente praksisnær erfaringer på i studiet Master's degree in Health Promotion and Community Care, Høgskolen i Gjøvik/NTNU. Frist for innlevering av oppgaven til normert tid er 15 juni 2018.

For å få forstå hvilke faktorer som virker inn på utviklingshemmedes mulighet til å velge friluftsliv som fritidsaktivitet, mener jeg det er nyttig å møte mennesker som bistår utviklingshemmede i hverdagen. Hvilke erfaringer har de i arbeidshverdagen sin? Hvordan oppfatter de fenomenet friluftsliv og hvordan knyttes dette opp mot målgruppen utviklingshemmede?

Et fokusgruppeintervju har som formål å belyse temaet på bakgrunn av deltakernes erfaringer og refleksjoner. Mitt ønske er å få ta del i deltakernes tolkning av tematikken og hva som kan være årsakene til at situasjonen er som den er. Samtalen tar inntil 2 ½ timer.

#### Deltakelse.

Det er frivillig å delta i fokusgruppeintervjuet.

All deltagelse er frivillig, og du kan trekke deg når som helst. Masterstudenten bruker lydopptak, og tar notater underveis i intervjuet.

Du kan når som helst avslutte intervjuet eller trekke tilbake informasjon som er gitt under intervju. Notatene og innleveringsoppgaven vil bli anonymisert. Det vil si at ingen andre enn prosjektgruppen vil vite hvem som er blitt intervjuet, og informasjonen vil ikke kunne tilbakeføres til deg.

Før intervjuet begynner ber jeg om at du samtykker i deltagelsen ved å undertegne på at du har lest og forstått informasjonen på dette arket og ønsker å delta.

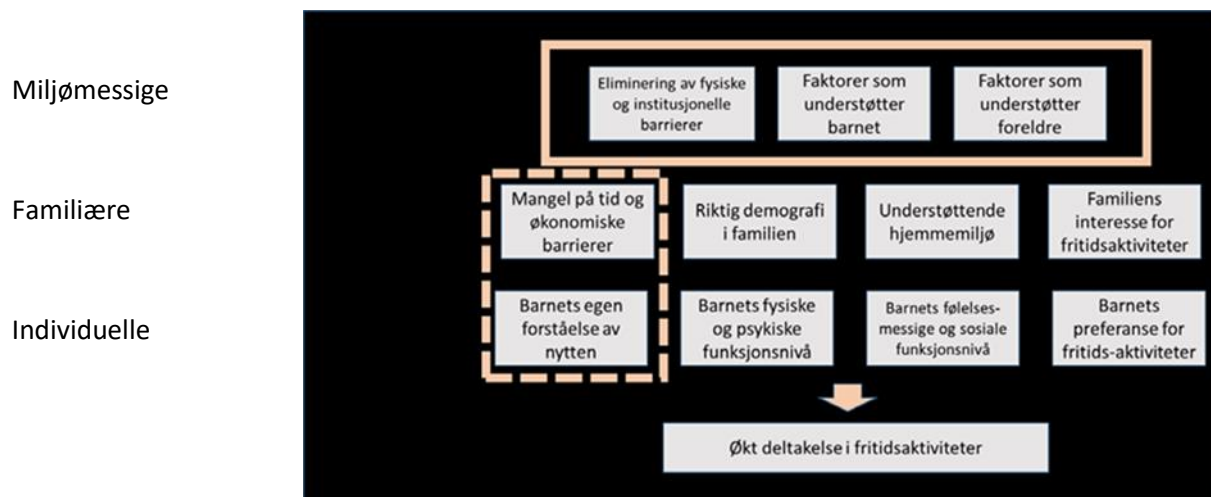
Samtykke: Jeg har lest og forstått informasjonen over og gir mitt samtykke til å delta i intervjuet

---

Dato

Signatur

**Vedlegg 4: Originalmodell: Faktorer som påvirker deltakelse i fritidsaktiviteter. (King et al. 2003).**



SINTEFF: Rapport Rapportnr 2017:00093 – Åpen.