

fællesskab i fokus

Bagom værktøjet

Dette er et værktøj skabt på baggrund af projekt Sundhed, Kultur og Natur, der har afdækket trivselsfremmende tilbud til borgerne i Region Syddanmark – og i andre regioner. Værktøjet er udviklet i tæt samspil mellem viden og praksis for at sætte fællesskaber i fokus (fif) og give værktøjets brugere bedre muligheder for at opbygge bæredygtige fællesskaber. fif er udviklet på baggrund af gode erfaringer fra det trivselsfremmende arbejde i Syddanmark, og kan anvendes i mange andre sammenhænge.

Værktøjet fif generelt

Værktøjet har til formål at støtte aktiviteter til opbygning af fællesskaber og bidrage til borgernes sundhed og trivsel. fif indeholder seks kategorier udformet i hver sin trekant. Hver trekant består af en begrebsforklaring samt eksempler på, hvordan de enkelte kategorier kan anvendes i praksis. Praksiseksemplerne er hentet fra virkeligheden i kommuner og foreninger i Syddanmark. Værktøjet henvender sig både til kommunale og private aktiviteter og aktører. Der er ingen krav om at bruge kategorierne i en bestemt rækkefølge, at udføre aktiviteter på bestemte måder eller at involvere gruppen aktivt i arbejdet med alle kategorierne. Mange vil naturligt, og uden at tænke på det, allerede bruge nogle af de metoder, dette værktøj byder på. Værktøjet sigter på at opbygge fællesskaber systematisk, på at give instruktører og ledere en hjælpende hånd og dermed i sidste ende, at skabe flere bæredygtige fællesskaber for borgerne.

Fællesskaber generelt

Når vi gør ting for at hjælpe andre og bidrage til fællesskabet, har det både en positiv effekt på os selv og andre, og det øger følelsen af meningsfuldhed. Fællesskab er at være del af en flok med en fælles fortælling, hvor der er plads til at være den, man er og rum til at dele erfaringer og viden. Fællesskab kan også være et sted, hvor det ikke er vigtigt, hvem man er, men hvad man kan bidrage med. I litteraturen om praksisfællesskaber står der, at fællesskaber handler om gensidigt engagement og et fælles repertoire. For mange mennesker er det ikke nødvendigvis aktiviteten, der er motiverende for deltagelse, men netop fællesskabet. Sunde fællesskaber er præget af demokrati og respekt for den enkelte. Respekten for den enkelte kan fx både ligge i meget vide rammer eller i at give snævre, overskuelige rammer.

Planlægning

Når der arbejdes med kategorierne og planlægges ud fra disse, kan det med fordel nedskrives på det tilhørende noteark i fif værktøjet.

Notearket er både tiltænkt beslutninger foretaget alene under planlægningen af et forløb, sammen med deltagergruppen eller med samarbejdspartnere i det lokale planlægningsteam.

De enkelte mødegange kan kræve forberedelse i form af opgaver, materialer, ruteplanlægning, fremstilling af kopiark eller indsamling af brugbare objekter/artefakter.

Overvejelser omkring forløbet

Arbejdet med opbyggelse af fællesskaber handler om at udvikle et fælles sprog og en fælles fortælling. Som Instruktør/leder af aktiviteten er du en vigtig rollemodel for fællesskabets værdisæt. Det er vigtigt, at alle deltagerne på holdet eller i aktiviteten bliver set og hørt. Deltagerne skal føle anerkendelse ved at møde op. Arbejder du med et forløb, kan du arbejde med en form for progression; man starter ud med individuelle opgaver, så par-øvelser, så i mindre grupper og til slut med opgaver, der kræver samarbejde af hele gruppen. Man kan også indføre selvstændig udmelding, altså at deltagerne selv skal byde ind, når de er klar til nye udfordringer eller roller – blot skal man huske på, at nogle kan have svært ved det, og det er vigtigt, at alle føler, at de bidrager til fællesskabet.

I arbejdet med fællesskaber er det væsentligt at overveje hvilket rum, fællesskaberne opbygges i. Betingelserne for opbygning af fællesskaber vil være forskellige i forskellige rum eller sammenhænge. Der opstår gode betingelser for at opbygge fællesskaber i naturen og/eller i kultursammenhænge.

Ledelse

Rammerne for en aktivitet eller et fællesskab skal være planlagt på forhånd, dvs. at nogen skal have en mission med fællesskabet og have tænkt en ramme. Som leder indtager man selv mange roller. Man udtænker og styre udstikker rammerne og aktiviteterne. Hen ad vejen er det vigtigt at uddelegere og involvere deltagerne i opgaver og aktiviteter. Ejerskab skabes netop ved mulighed for medbestemmelse og indflydelse. Det er vigtigt, som leder af fællesskaber, at have øje for disse faktorer og mekanismer – og for mennesker.

Langsigtet planlægning er en nødvendighed, hvis vi ønsker, at deltagerne skal have mulighed for at forblive en del af fællesskabet - eller tage del i nye eller andre fællesskaber. Der er en lang række overvejelser, man kan gøre sig i forhold til planlægningen af et forløb eller en aktivitet. Hvordan kan gruppen bruge fællesskabet undervejs? Hvilke typer af fællesskaber kunne deltagerne have glæde af bagefter? Kunne der introduceres nye fællesskaber undervejs i forløbet? Vil input udefra kunne gavne gruppen/deltagerne?

God fornøjelse med bruges af fif.

Fif er udviklet i et samarbejde mellem Region Syddanmark, Designskolen Kolding og Syddansk Universitets Institut for Idræt og Biomekanik.

fif