




# **Gruppetilbud for unge voksne med lett utviklingshemming**

**HAVO v/ fagkonsulent  
Gunvor Helle Eiane**






Habiliteringstjenesten for voksne, HAVO, har i flere år drevet «Mestringskurs» for ungdommer med lærevansker og lett utviklingshemming.

Utfordringer gjelder ofte overgangen fra ungdom til voksen, mangel på sosial kompetanse, å takle følelser og manglende mestring av hverdagen.

Innholdet varierer ut i fra sammensetning av gruppen.

- 
- Det er 7-9 deltakere i gruppa med en samling per uke.
  - Hver samling varer fra 10:00 – 14:00.
  - God tid til felles lunsj og samhandling
  - Fast struktur for dagen med to kursledere og tverrfaglig samarbeid.

# Målgruppe:

- Personer med generelle lærevansker eller lett utviklingshemming i alderen 18 – 25 år
- Motivert til å delta
- Ønsker å treffe andre i liknende situasjon
- Ønsker å lære om hvordan å takle utfordringer i hverdagen

# Mål for gruppetilbudet:

- Bevisstgjøring av egen identitet og bli tryggere på seg selv og omgivelsene
- Bli bedre i stand til å ta egne avgjørelser
- Øke sosial kompetanse
- Øke kunnskap om tema som er viktig i overgang fra ungdom til voksen
- Utveksle erfaringer med andre i samme situasjon



# Innhold i gruppetilbudet:

- Overgang fra ungdomsliv til voksenliv
- Trening i sosial kompetanse
- Utdanning og arbeidslivet
- Positiv tenkning
- Mestringsstrategier
- Hvordan forstå seg selv og andre
- Vennskap og relasjoner, nettverk
- Kropp og seksualitet
- Pedagogiske verktøy og teoretisk innhold i gruppetilbudet er blant annet basert på programmer for trening av sosial kompetanse som Aggression Replacement Training (ART) og kognitiv terapi.

# Behandlingsforløp:

- Henvisning fra fastlege /spesialisthelsetjenesten
- Forsamtale / vurderingssamtale (individuell vurderingssamtale)
- Målsamtale
- Informasjonsmøte (pårørende / kommunalt personell)
- Gjennomføring av gruppesamlinger
- Oppfølgingssamtale med seksjonsoverlege og gruppeledere
- Ved behov for kommunale tjenester og/eller individuell plan vil HAVO bidra til kontakt med kommunen om dette.

# Eksempel på plan for gruppesamlinger

Dato KL	Tema 10:00-11:15	Pause 11:15-12:30	Tema 12:30-14:00
Dag 1	Velkommen Presentasjonsrunde Lage regler Forventninger/mål	Lunsj	Bowling på Mariero
Dag 2	Hva betyr det å ha lærevansker eller lett utviklingshemming?	Lunsj	Vennskap og relasjoner Nettvett
Dag 3	Åpne og skjulte regler Hva er rett og galt å gjøre i sosiale situasjoner?	Lunsj	Sosiale ferdigheter Trening på sosial samhandling (Moralsk resonnering)
Dag 4	Hvor går grensene? Forelskelse og seksualitet (Besøk av SMISO)	Lunsj	Hvor går grensene? Forelskelse og seksualitet (Besøk av SMISO)
Dag 5	Hva påvirker humøret? Stress og overbelastning Sinne og aggresjon	Lunsj	Søvn og døgnmønster
Dag 6	Overgang ungdom til voksen	Lunsj	Positive og negative tanker Depresjon og angstlidelser mestringsstrategier
Dag 7	Rettigheter i forhold til bolig, arbeid, fritid	Lunsj	Presentasjon av hobby og fritid
Dag 8	Presentasjon av hobby og fritid	Lunsj	Oppsummering av kurset Evaluering og avslutning



# Vårt pasientforløp:

<https://helse-stavanger.no/behandlinger/gruppetilbud-for-ungdommer-med-generelle-lerevansker-eller-lett-utviklingshemming>