

Hvem kan ha behov for støtte fra en likeperson?

Mange føler seg lettere etter en prat og kan se egne utfordringer i et nytt lys og oppleve fornyet styrke. Støtte og forståelse fra andre mennesker bekrefter at vi ikke er alene. Opplevelsen av fellesskap med andre kan også gi økt kunnskap og innsikt om egen situasjon.

Likepersoner kan blant annet hjelpe:

- Gravid/par som søker kontakt etter påvist hjertefeil ved ultralydundersøkelse
- Gravid/par som søker støtte gjennom svangerskapet
- Foreldre/familier som har behov for samtalepartnere
- Foreldre til barn med medfødt eller ervervet hjertesykdom
- Foreldre som har barn med flere/andre diagnoser
- Foreldre som opplever at barnet har tilleggsutfordringer i barnehage, skole og fritid
- Foreldre til ungdom som sliter i hverdagen
- Foreldre som synes det er utfordrende å finne fram i hjelpeapparatet
- Foreldre som har mistet barn med hjertesykdom

En likeperson er ikke:

- En som besvarer eller veileder i medisinske spørsmål
- En som svarer på spørsmål om legemidler
- En som uttaler seg som fagperson om diagnoser og prognoser
- En som tar over eller løser utfordringene til andre

Ønsker du å bidra og støtte andre gjennom din erfaring og være likeperson i Foreningen for hjertesyke barn (FFHB), tar du kontakt med ditt eget fylkeslag eller sender en henvendelse til likeperson@ffhb.no eller ringer 23 05 80 00. På FFHBs nettsider ffhb.no finner du informasjon om likepersonskurs. På kurset kan du erfare og få et bedre grunnlag til å ta stilling til om dette er noe for deg.

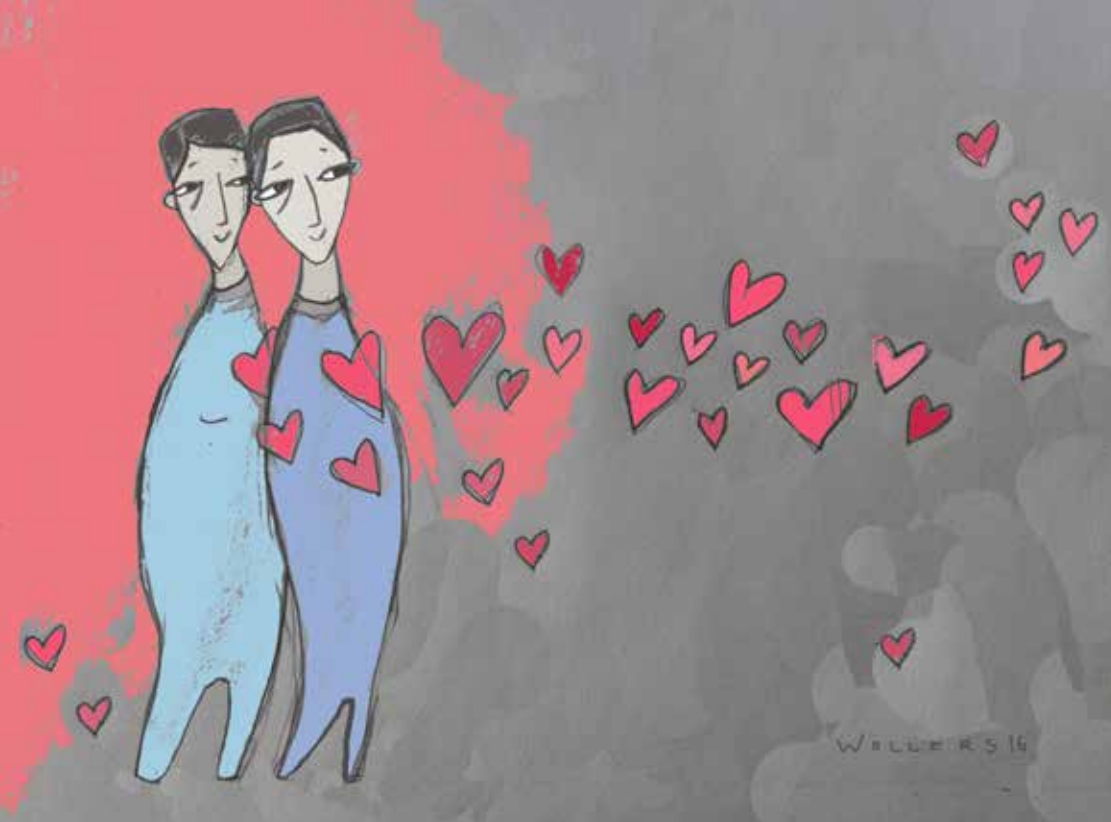


Foreningen for hjertesyke barn
Postboks 222 Sentrum, 0103 OSLO
Telefon: 23 05 80 00, E-post: ffhb@ffhb.no, www.ffhb.no



Alle foreldre kan trenge noen å støtte seg til
Kan noen lene seg til deg?

WOLLERS 16



Kan noen lene seg til deg?

Vil du bli en likeperson?

Som likeperson kan du bruke dine egne erfaringer, din evne til å lytte og samtidig hjelpe andre foreldre som trenger støtte i hverdagen.

Hva er likepersonsarbeid?

Likepersonsarbeid er en organisert samhandling som skjer mellom personer som har opplevd noe av det samme, men der den ene har hatt mer tid til å håndtere opplevelsen og å stake ut kursen. I likepersonsarbeidet har nemlig den ene mer bearbeidet erfaring enn den andre og kan dermed lettere hjelpe den som trenger støtte og veiledning. I likepersonsarbeid møtes foreldre som er i noenlunde samme livssituasjon for at den ene kan hjelpe, støtte og veilede den andre.

Alt likepersonsarbeid bygger på at personlig erfaring og kunnskap kan hjelpe andre og at bistand og veiledning, samt følelsesmessig og praktisk støtte, kan være like nyttig som profesjonell hjelp.



Likepersonsarbeidet er:

- Frivillig arbeid
- Personlig overføring av erfaringsbasert kunnskap
- Å gi hjelp og støtte etter behov
- Et supplement til omsorg fra familie, venner og hjelpeapparat
- Underlagt taushetsplikt

Hva er en likeperson?

En likeperson er først og fremst et medmenneske som ønsker å bidra med sin erfaring. Likepersonen har gjennomlevd noenlunde samme livssituasjon som den som ber om hjelp. En likeperson liker å være i sosial kontakt med likesinnede og har tilgjengelig tid og overskudd i hverdagen til å bistå andre.

Hvem kan bli likeperson?

Likepersoner i Foreningen for hjertesyke barn er foreldre som selv har hjertesyke barn eller har mistet barn med hjertefeil. Som likeperson har man lært seg å leve med og i situasjonen, og kan dele sine erfaringer og være en støttespiller for andre. Likepersonen må derfor ha bearbeidet sine egne opplevelser og følelsesmessige reaksjoner knyttet til det å ha fått barn med hjertefeil eller egen sorg ved tap av sitt hjertebarn.

Hva slags kunnskaper trenger en likeperson?

Likepersonsarbeid favner vidt. På samme måte vil også likepersoner være forskjellige og ha ulike kunnskaper. Basisen for alt godt likepersonsarbeid er evnen til å lytte og til å sette den andre i sentrum. Den egenskapen må alle likepersoner ha. Man blir ikke likeperson for å prate om egne problemer. En likeperson kan heller ikke forventes å løse problemer eller å gå aktivt inn i alle dilemmaer man blir presentert for.