



Stolt assistent

Verktyg & inspiration
för personliga assistenter

Anna Andersson
Susanne Saxvold

Innehåll

Stolt assistent, sjukt kompetent	5
Utvald.....	8
Bemötande.....	11
Assistenter att räkna med.....	13
Välkommen	16
Bota okunskap	18
Pratansvar	20
Noll till hundra till noll	24
Klädkod	26
Fixa och feja	28
Söndagsstek	30
Hemkänsla	32
Dasshäng	34
Blyghet	36
Sex & sånt	38
Tolka mig	40
Prata smart	42
Intuition	45
Var ska min rumpa sitta?	47
Chef i sitt eget liv.....	50
Den duktiga assistenten	52
Robotassistent.....	54
Håll käften	56

Värderingskrockar	58
Vakta dina tankar	60
Drömmar och mål	62
Brukare för en dag	64
Värsta chatten	66
App, app, app!.....	68
Gruff i arbetslaget	70
Bästa vänner	72
Egna vänner	74
Ryck upp dig.....	76
Känslostormar	78
Tuffa dagar	80
Hur du mår.....	82
Sexuella trakasserier	84
Akuta lägen	86
Värdigt slut	89
Stoltheten för ett viktigt jobb.....	91
Lästips.....	93
Om författarna	94

Bemötande

När vi skolar in nya assistenter händer det ofta att de vänder sig till oss, inskolande assistenter, i stället för till brukaren. Lika ofta händer det att de nya assistenterna vänder sig direkt till brukaren. Skillnaden i hur brukaren känner och agerar blir enorm. Det blir mycket lättare att lära känna en person som känner sig sedd, lyssnad på och förstådd och er relation har då mycket större chans att utvecklas.

När vi assistenter har ett respektfullt bemötande gör det personen vi ska hjälpa bättre till mods. Ingen människa ska någonsin behöva känna sig osynlig, förminskad och pratad till i tredje person – särskilt inte i sitt eget hem – oavsett hur verbal personen är eller hur mycket den uppfattar.

- » Tilltala alltid brukaren direkt.
- » Ha ögonkontakt med brukaren så ofta som möjligt.
- » Prata aldrig *om* brukaren i närheten av brukaren eller över dennes huvud.
- » Prata alltid så att brukaren hör vad ni säger vid inskolning eller avlösning. Viska inte.
- » Ställ frågor och visa att du är nyfiken och intresserad av brukaren oavsett om brukaren kan tala eller inte.
- » Ifrågasätt aldrig brukaren eller dennes val.
- » Fråga om du inte förstår.
- » Var ödmjuk och lyhörd.



Att fundera på

Vad är dina tips för bemötande av brukare?

Prata med mig o inte om mig,
det tror jag du skulle vilja om det gällde dig.

Jag har fötts till denna värld o ett namn fick jag då,
använd det ofta när det mig angår.

Jag må behöva stöd i livet
men ta mig heller inte för givet.

Det som gällde i går kan ha ändrats i dag,
när det gäller mig är min vilja grundlag.

En inkännande dialog önskar jag att vi har,
så det inte blir några missförstånd om du antar.

Bota okunskap

När du är ute med personen du hjälper och gör ärenden på stan möter du ofta människor med mindre erfarenhet och förståelse kring funktionsvariationer. Dessa kan ibland bli osäkra och vända sig till dig som assistent i stället för till brukaren. Du kan göra skillnad genom att vänligt hjälpa människor förstå, genom att förtydliga med ditt kroppsspråk och tal, vem ärendet gäller och vem som ska ha allt fokus. Ibland kan du behöva förklara mer utförligt vad din uppgift som assistent innebär och genom det göra mötet bättre, mer respektfullt och tryggt. När du förklarar blir det som en bonus eftersom du utbildar andra i bemötande av personer med funktionsnedsättning. Så jäkla bra!

Vi har upplevt att många brukare känner sig kränkta när människor inte tilltalar dem direkt. Du kan behöva förklara för din brukare att dåligt bemötande och ignorans i de flesta fall beror på okunskap och rädsla.



Att fundera på

Hur kan du med ditt kroppsspråk tydliggöra vem som är kund, gäst eller besökare?

Hur kan du på ett vänligt sätt förklara vad din roll som assistent innebär?

Fördomsfulla o osäkra människor med okunskap
botas bäst genom att välkomnas in i en gemenskap.

Berätta o förklara så vänligt du kan,
för bättre möten o förståelse för varann.

För att förändra behöver vi våga prata, vänta in o kanske
en gnutta hjältemod.
Det är viktigt att det inte slutar med knytnävar o näsblod.

Visa vid behov att din brukare äger sitt liv oavsett
förmåga,
utan att på något sätt förminska eller såga.



Chef i sitt eget liv

Vem vill inte dela med sig till andra av alla roliga saker vi tycker om att göra? Att få dem att känna samma härliga känsla som vi känner när vi hänger i stallet, fikar på favoritkaféet eller går på konserter med de artister vi älskar. Problemet för en brukare kan bli att den har tio assistenter som alla gillar olika saker. Därför kan det lätt bli förvirrande och leda till att brukarens egen vilja försvinner. Det är heller inte givet att brukaren vågar säga nej om du kommer med tips.

Det är naturligt att vilja sprida det positiva du själv känner till. För vissa personer kan det fungera utmärkt att få nya förslag medan det för andra inte alls känns okej.

Vi vet att många brukare har svårt att komma på egna aktiviteter och att de kan behöva din hjälp. Som alltid är det viktigt att personen känner att det är dennes egna idéer.

Ditt uppdrag som assistent har lyckats när brukarens personlighet och vilja får ta plats och uttryckas, och att den känner sig helt bekväm med att vara sig själv i din närvaro. För det krävs din fulla fördomsfrihet, ett öppet sinne och ambitionen att personen du hjälper ska vara vd i sitt eget liv.

Gör tillsammans med brukaren och, vid behov, anhöriga en lista över saker som personen gillar att göra. När det är dags för en aktivitet kan du hjälpa till genom att visa listan och prata om den. Ge brukaren tid att titta igenom listan, tänka efter och bestämma sig. Då har den fått så stort eget inflytande som möjligt. Listan behöver inte bara vara med ord utan kan lika gärna vara med bilder.

Tänk på att listan kan behöva uppdateras allt eftersom personen hittar nya intressen.



Att fundera på

Har du andra tips på hur du kan få fram personens intressen och ta vara på dem?

Skiljer sig brukarens vilja mot assistentens ambition?
Kan brukaren övertalas till välmenande aktiviteter,
utifrån någon annans passion?

Att mena gott o vilja väl
kanske är tillräckliga skäl
för att få en människa att känna sig förbisedd,
o få den att känna sig överförmyndarledd.

Dina varma tankar om brukarens liv
kan få personen att tappa sitt eget driv.

Assistentens välmenande godmodighet
går inte alltid ihop med brukarens behov o personlighet.

Ställ öppna frågor, lyssna o känn in,
för brukaren o assistentens goda vilja blir det win-win.

Med en befriande öppenhet och humor beskriver författarna hur det funkar att vara personlig assistent när det kommer till saker som matlagning, medveten osynlighet, gruff i arbetslaget, dasshäng, pratansvar, sex – och dussintals andra saker du bör känna till.

Med boken vill de höja stoltheten och kunskapen inom yrket de älskar. Det som gör den extra intressant är att du får se saker från både assistentens och brukarens perspektiv.

Anna Andersson och Susanne Saxvold har egen erfarenhet av yrket och att vara anhörig.



eget
förlag

KUNSKAP
— PÅ —
NOLLTID

ISBN 978-91-86951-87-0



9 789186 951870 >

