Innholdsfortegnelse

1.INNLEDNING.......................................................................2

 1.1 Valg av tema.................................................................2

2. METODE.............................................................................3

3.TEORI...................................................................................3

 3.1Funksjonshemming.....................................................3

 3.2Fritid..............................................................................4

 3.2.1. Organisert og uorganisert fritid..............................7

 3.2.2. Sosial tilhørighet...................................................7

 3.2.3. Barrierer for deltakelse i fritidsaktiviteter................8

4. DRØFTING..........................................................................9

5. OPPSUMMERING.............................................................12

1. **INNLEDNING**

Som en avsluttende eksamen i videreutdanning i organisering og veiledning av støttekontakter, avlastere og frivillige, skal jeg levere en skriftlig og individuell eksamensoppgave. Vi kan velge mellom fordypningsoppgave eller prosjektsøknad. Tema velger vi selv, men det må være relevant i forhold til videreutdanningen.

Jeg har valgt å skrive fordypningsoppgave om fritid for barn med funksjonshemninger. Begrunnelse og forforståelse kommer i neste underkapitel.

Jeg har valgt å dele inn oppgaven i metode, teoridel, drøfting og oppsumering.

**1.1 Valg av tema**

Jeg jobber som vernepleier i Barne- og avlastningstjenesten hvor det er hovedvekt av barn og unge med ulike funksjonsnedsettelser. Vi har mange aktive brukere og følger de ofte på fritidsaktiviteter. De fleste er med på organiserte aktiviteter tilrettelagt for funksjonshemmede, enten i regi av oss eller helsesportlag. Noen aktiviteter ligger under ordinære idrettslag men er forbeholdt funksjonshemmede, eksempelvis el-innebandy.

I faglitteraturen blir fritidsaktiviteter sett på som en viktig og god arena for sosialisering og den menneskelige utviklingsprosessen (Säfvenbom, Fauska og Øie). Det blir også pekt på de fysiske fordelene med det da mange fritidsaktiviteter foregår på en idrettsarena. Andre ord som kan assosieres med fritidsaktiviteter er fellesskap, trening, identitet, mestring og samhold. Jeg har den forforståelsen om at fritidsaktiviteter er positivt, både fysisk, psykisk og sosialt, ut i fra det jeg har lest og erfaringer jeg får når jeg er med brukere på strukturerte fritidsaktiviteter og fritidsgrupper. Vi har et stort fokus på fritid på min arbeidsplass og i tillegg til å følge brukere på forskjellige aktiviteter, organiserer vi også fritidsgrupper.

Vi ser ofte at noen av våre brukere med usynlige funksjonshemminger enten faller utenfor de tilrettelagte aktivitetene eller at de ikke ønsker å delta på disse. Vi hadde oppstart av en ny gruppe med aktivitetbasert avlastning i år, med deltakere som ikke identifiserer seg med avlastningsboligen men som heller ikke klarer helt å fungere i ordinære fritidsaktiviteter. Det kunne være grunnet ulike utfordringer som for eksempel konsentrasjonsvansker, epilepsi, eller dårlig hørsel.

Utgangspunkt for min oppgave har vært Løvgrens rapport Unge funksjonhemmede – Selvbilde, sosial tilhørighet og deltakelse i fritidsaktiviteter (2009). Tema jeg har valgt å skrive om er utfordringer ved fritid for unge med funksjonsnedsettelser.

1. **METODE**

Tranøy i Dalland (2001) definerer metode som en framgangsmåte for å frembringe kunnskap, eller etterprøve påstander som fremsettes med krav om å være sanne, gyldige eller holdbare.

I en litteraturstudie bruker man skriftlige kilder man systematiserer. Det vil si å samle inn litteratur som finnes på området fra før, gå kritisk gjennom den og sammenfatte. Jeg kan bruke både faglitteratur, tidsskrifter og forskningsartikler.

Metodekritikk dreier seg i følge Dalland (2001) om å vurdere den metoden en har valgt å bruke i sin oppgave. I starten dreier det seg om å finne en metode som en selv mener blir den beste for oppgaven. Her kan også tid spille en rolle ved at det kan ta lang tid ved for eksempel observasjoner og intervju.

1. **TEORI**

Her vil jeg presentere teori som er relevant for å drøfte temaet. Jeg har lest bøker, masteroppgaver, rapporter, artikler, doktorgradsavhandlinger og lovverk for å få en teoretisk plattform. Ikke alt jeg har lest blir representert i teoridelen men ligger som et bakteppe, en forståelse, for det jeg skriver og drøfter. I tillegg vil også egne erfaringer og observasjoner i praksis farge oppgaven.

De viktigste emnene i denne oppgaven er begrepene «fritid» og «funksjonshemming», og disse vil jeg presentere i teoridelen.

**3.1 Funksjonshemning**

Begrepet funksjonshemming har tidligere vært definert ut i fra den medisinske modellen med individets feil og lyter, identifisert som en egenskap ved individet. Innenfor den medisinske modellen spiller leger og annet helsepersonell en sentral rolle når det gjelder medisinske tiltak som er rett mot å bedre den medisinske status for den funksjonshemmede (Grue 2004). Det har altså vært fokus på den funksjonshemmedes kropp og hvordan man best mulig kan forbedre og rehabilitere denne. Denne forståelsen fører lett til et lite helhetlig og begrensende perspektiv (ibid).

I den sosiale modellen er forståelsen forankret i det fysiske og sosiale miljøets manglende fleksibilitet i forhold til variasjonen i menneskelig funksjonsgrad (ibid). Det vil si at det foreligger et misforhold mellom individets forutsetninger og samfunnets krav. Denne modellen går bort i fra at det perspektivet som plasserer funksjonshemming som et skade eller lyte hos den enkelte, men over til samfunnet som diskriminerer ved å ikke gi alle borgere like muligheter.

 I NOU 2001:22 «Fra bruker til borger» er det fokus på inkludering og tilretteleggelse for funksjonshemmede hvor det pekes nettopp på relasjonen mellom person og omgivelser, og en strategi for å redusere funksjonshemmendes forhold, ved å endre omgivelsene med sikte på at de skal passe alle. Denne relasjonelle forståelsen viser at Norge har gått bort i fra den medisinske modellen og har fokus en moderat sosial modell (Grue 2004). Dette behøver ikke nødvendigvis å bety at alle som bor i Norge har dette synet. I følge Grue (2004) er det klare indikasjoner på at en individualistisk og medisinsk forståelse av funksjonshemming fortsatt har en sterk posisjon i vårt samfunn. Han peker også på hvilke roller man som funksjonshemmet forventes å ha, og det å føle på å være annerledes selv om man på mange områder er integrert.

Det har etter hvert blitt lettere for funksjonshemmede å få tilgang flere steder enn før grunnet økt fokus på universell tilrettelegging, men fremdeles finnes det fysiske barrierer for funksjonshemmede i samfunnet.

Det finnes mange forskjellige funksjonshemminger og ikke alle er like enkle å oppdage. Disse kaller vi skjulte funksjonshemminger og omfatter blant annet epilepsi, astma, tarmsykdommer, dysleksi, ADHD, kroniske lidelser og diabetes for å nevne noen. I følge foreningen invisible disabilities association(IDA) er blant annet psykiske lidelser, smerter, lærevansker, svimmelhet og nedsatt syn og hørsel usynlige funksjonshemninger. Norsk Døveforbund (ffo.no) mener at døve eller de med nedsatt hørsel som bruker tegnspråk, ikke er funksjonshemmede. Ved bruk at eget språk (norsk tegnspråk) kommuniserer de med hverandre, og mener at i møte med en som ikke er døv/har nedsatt hørsel, så er den hørende i like stor grad funksjonshemmet som den døve siden de ikke forstår hverandres språk. For mennesker med resthørsel og som bruker høreapparat vil de være funksjonshemmet hvor det er mye støy i omgivelsene eller at det ikke finnes teleslynge i for eksempel en forelesningssal.

**3.2 Fritid**

Når det gjelder barn og unge blir som regel fritid forstått som fri fra skole. Et felles kjennetegn ved fritid er at det er en tid på døgnet hvor den enkelte selv kan velge hva man vil gjøre. Säfvenbom (2011) peker også på at ikke all fritid oppleves som fritid. Dette kan være tid hvor selv om man er ferdig med skolen, bruker tid på lekser, ta ut av oppvaskmaskina og gå ut med søpla.

For ungdom er fritida ikke bare resttid hvor de har fri fra skolen, men også en viktig arena for uformell læring og hvor den den enkeltes personlige utvikling og sosiale tilpasning i overgangen fra barn til voksen. Vennskap dannes og kontakter etableres som ofte kan vare livet ut. Utover ungdomstida oppstår et økende behov for å orientere seg bort fra foreldrene, og fritiden foregår i større eller mindre grad på avstand fra voksne. Vennemiljøet tar over og tilbyr fellesskap, identitet og tilhørighet, og blir en arena der de unge prøver ut meninger og eksperimenterer med roller (Øia og Fauske 2010)

I følge FN´s barnekonvensjon Artikkel nr. 31 står det:

*1. Partene anerkjenner barnets rett til hvile og fritid og til å delta i lek og fritidsaktiviteter som*

*passer for barnets alder og til fritt å delta i kulturliv og kunstnerisk virksomhet.*

*2. Partene skal respektere og fremme barnets rett til fullt ut å delta i det kulturelle og*

*kunstneriske liv og skal oppmuntre tilgangen til egnede og like muligheter for kulturelle,*

*kunstneriske, rekreasjons- og fritidsaktiviteter.*

I følge FN`s barnekonvensjon, som de fleste stater i verden har ratifisert, har altså alle barn rett til hvile og fritid. Barnet har rett til å delta på egnede og like muligheter for fritidsaktiviteter.

 I tillegg står det i Artikkel nr. 23 at:

*1. Partene anerkjenner at et barn som er psykisk eller fysisk utviklingshemmet, bør ha et*

*fullverdig og anstendig liv under forhold som sikrer verdighet, fremmer selvstendighet og*

*bidrar til barnets aktive deltakelse i samfunnet.*

*3. Idet det anerkjennes at funksjonshemmede barn har særlige behov (...) forberedelse til arbeidslivet og rekreasjonsmuligheter*

*på en måte som best mulig fremmer barnets sosiale integrering og personlige utvikling,*

*herunder dets kulturelle og åndelige utvikling.*

Deltakelse i fritidsaktiviteter kan være med på å fremme den sosiale integreringen av funksjonshemmede unge og kan med dette ha en betydning for deres oppvekst og utvikling skriver Løvgren (2009).

Kommunen har et ansvar for bredden, mangfoldet og totaliteten når det gjelder fritidstilbud og fritidsaktiviteter for barn og unge. Det er en målsetting å sikre at det er likeverdige og varierte tilbud slik at alle kan finne aktiviteter de trives med. Et bredt tilbud av organisasjoner, fritids- og kulturtilbud bidrar til å skape historie, identitet og tilhørighet i et lokalmiljø. Offentlige fritidstilbud tar ofte sikte på å supplere det frivillige organisasjonslivet. Kommunen har et særskilt ansvar for å sikre at det er likeverdige og varierte tilbud til alle, og et sentralt mål er å nå grupper av barn og unge som frivillige organisasjoner ikke så lett fanger opp (Fauske og Øia 2010).

Imidlertid erkjennes det at det er en stor utfordring når det gjelder å inkludere barn og unge med funksjonsnedsettelser i fritidsaktiviteter, både de som gis i kommunal regi og de som frivillige lag og organisasjoner gjennomførerer (Løvgren 2009).

I programmet Mennesker med utviklingshemming skal heller ikke diskrimineres! ( Barne- og likestillingsdepartementet 2010) er det fokus på å øke kunnskapen og bevisstheten om mulighetene til mennesker med utviklingshemming. Det vil de gjøre ved å øke samarbeidet mellom frivillige organisasjoner og ansatte i kommunene og bydelene, som arbeider med å utforme aktiviteter og tiltak.

Noen har for mye fritid og vet ikke hva de skal gjøre med den. Studier viser at avvikende atferd stort sett foregår på fritiden, og at mellommenneskelige problemer vokser med økende mengde fri tid (Säfvenbom 2011).

Rojek i Säfvenbom (2011) peker på negative sider av fritid i form av at ordinære fritidsaktiviteter ikke oppleves tilfredstillende, og at dette kan vise seg gjennom isolasjon eller som kynisk og voldelig atferd. Veblen i Säfvenbom (2011) viser til en konkurranse om å kunne dokumentere rikdom gjennom fritiden ved sløsing, status, rivalisering og konsum. Han var den første til å beskrive det falske ved økt rikdom og fri tid, og harmonerer med dagens fremstillinger om at fritiden er tom i den forstand at symbolverdiene i det vi gjør er mer viktig enn resultatet av den samme aktiviteten (Säfvenbom 2011).

Unge blir stadig påvirket fra reklame og globale storaktører. For den moderne unge blir det på et relativt tidlig tidspunkt viktig å velge «de riktige» fritidsaktivitetene. Viss noen velger mer tradisjonelle aktiviteter er dette noe de ikke velger å prate høyt om i venneflokken, eller at de forsvarer deltakelsen med at de «pleaser» foreldrene (Säfvenbom 2011).

Velstandsøkningen har gitt store deler av befolkningen mer fritid, og vi bruker den meste av fritida vår innendørs og fysisk lite krevende aktiviteter. Tendensen går i tydelig retning av økende passivitet med økende alder (Fauske og Øia 2010).

Som avsnittet viser så er ikke alle aspekter med for mye fri tid positivt, eller innholdet vi fyller det med.

**3.2.1. Organisert og uorganisert fritid**

Vi kan dele fritiden inn i organiserte fritidsaktiviteter og uorganisert fritid. Den organiserte fritiden er ofte voksenstyrte, forhåndsavtalt og/eller arrangeres av frivillige organisasjoner eller det offentlige (Løvgren 2009). Potensialet for sosial kontakt, inkludering og opplevelser av å mestre den konkrete aktiviteten, gjør deltakelse i organiserte fritidsaktiviteter til et mål for seg. Samtidig har gode erfaringer og relasjoner her et potensial for å overføres til andre områder i livet (ibid).

De uorganiserte aktivitetene defineres som aktiviteter som har liten eller ingen forutgående planlegging, og som oftest er initiert av barna selv (King i Nyquist 2012).

Fauske og Øia (2010) skriver at mange i ungdomsårene har behov for løsrivelse, identitetsdannelse og følelse av uavhengighet, og at dette skjer i fritida gjennom samværet med jevnaldrende. Samtidig så viser undersøkelsen at tross løsrivelse fra foreldrene så er ofte hjemmet et sentralt møtepunkt hvor de samles om TV, PC, musikkanlegg, dataspill og internett. De holder også kontakten med hverandre på internett og mobil når de ikke er fysisk sammen (ibid). Det viser seg at det tradisjonelle organisasjonslivet betyr relativt lite som møteplass for ungdom og at de er mindre aktive i all slags fritidsaktiviteter, og det er en generell reduksjon både i interesser og aktiviteter med økende alder (ibid).

Løvgren (2009) finner at majoriteten av informantene i hennes rapport ikke oppfatter deltakelse i organiserte fritidsaktiviteter som en viktig del av sin hverdag, og at dette kan skyldes negative erfaringer de har ervervet seg fra deltagelse i tidligere organiserte aktiviteter.

**3.2.2. Sosial tilhørighet**

Mange funksjonshemmede blir ofte satt sammen i samme gruppe og kan derfor ofte bli behandlet likt, noe som i følge Midtsundstad (2013) kan bidra til å skape problemer dersom en ikke hele tiden er bevisst på at mennesker kan ha ulike behov, ønsker og forutsetninger på fritidsarenaen. Kunnskapsdepartementet (2008) kommer også fram i sin kartlegging at mange barn og unge med fysiske funksjonsnedsettelser blir plassert sammen med jevnaldrende med psykisk nedsettelse. De skriver videre at det eksisterende tilbudet som allerede finnes er mindre godt og at barn med multihandikap og andre alvorlige og kompliserte funksjonsnedsettelser har vanskeligere for å finne egnende tilbud. Dette gjelder også barn og unge med mindre synlige, eller usynlige funksjonshemninger. Barn med atferds- og konsentrasjonsvansker, eksempelvis ADHD, angst og autisme, har ofte færre tilbud. Noe av årsaken kan være at det er vanskelig å fungere i en gruppesituasjon (Kunnskapsdepartementet 2008).

Midtsundstad (2013) har utviklet metoden Fritid med bistand (FmB) hvor man kartlegger brukers interesser, og legger tilrette for deltakelse i ordinære fritdsaktiviteter. Han har funnet ut at man ikke kan basere seg på inkludering på enten organisasjonsnivå eller individnivå, men at man må rette arbeidet mot både person og organisasjon. Han påpeker at bruker får størst muligheter når man tar utgangspunkt i brukers interesser, og tilbyr aktiviteter i ordinære foreninger og lag.

**3.2.3. Barrierer for deltakelse i fritidsaktiviteter**

Norsk politikk på funksjonshemmingsfeltet har i mange år hatt full deltaking og likestilling for funksjonshemmede som hovedmål. For å nå dette målet er nødvendigheten av å bygge ned barrierer i samfunnet i økende grad blitt fremhevet for å realisere dette målet (Grue 2004).

En måte å bryte ned fysiske barrierer på er ved universell utforming. Universell utforming er en strategi for å gjøre samfunnet mer tilgjengelig, likestilt og inkluderende for alle. Produkt og omgivelser blir utformet på en slik måte at de kan brukes av alle mennesker, i så stor utstrekning som mulig (Meld. St. 10, 2011–2012). For mange mennesker med funksjonsnedsettelser er dette nødvendige tiltak for å kunne delta i i samfunnet. Det kan for eksempel gjelde rullestolbrukere som trenger rampe for å komme seg inn i bygninger og teleslynge for hørselhemmende.

En annen barriere for deltagelse er sosiale barrierer. Løvgren (2009) beskriver dette i sin rapport, som i form av holdninger hos omgivelsene. Dette kan være undervurdering av kompetansen til deltakeren og troen på at deltakeren ikke mestrer, og fordommer hos omgivelsene. For mange deltakere i hennes undersøkelse, representerer organiserte fritdsaktiviteter en konservativ arena hvor sosiale barrierer reproduseres, og dette fører til at enkelte funksjonshemmede unge blir eksludert, marginalisert og diskriminert (ibid). Det finnes også sosiale forventninger om hvordan en person med funksjonshemming skal oppføre seg, og det i seg selv kan føre til utestengelse fra samfunnsdeltakelse og aktivitet (Grue 2004).

 Løvgren (2009) beskriver også manglende kunnskap som et hinder for deltakelse, og poengterer at økt kunnskap kan redusere sosiale og fysiske barrierer. Et eksempel på dette er en bruker jeg kjenner som ikke fikk bli med i speideren fordi hun har epilepsi. De sa de ikke hadde kunnskaper nok til å håndtere medisin og eventuelle anfall, og utestengte brukeren fra fritidsaktiviteten. Hun er nå med i fritidsgruppe gjennom Barne- og avlastningstjenesten. Det poengteres i Løvgrens rapport at i noen tilfeller hvor individet har nedsatt funksjonsevne, kan deltakelse i organiserte fritidsaktiviteter hvor det besittes kompetanse og aksept for funksjonsnedsettelsen, oppfattes som betryggende. Norsk epilepsiforbund i Løvgren (2009) anbefaler i noen tilfeller å ikke fortelle omgivelsene om epilepsien da det kan føre til fordommer og utestengelse.

I rapporten «Full deltakelse for alle?» (Nasjonalt dokumentasjonssenter, 2007) beskrives også manglende transportmuligheter til og fra tilbud og aktiviteter, og svak personlig økonomi som andre barrierer for deltakelse i fritdsaktiviteter.

1. **DRØFTING**

Som teoridelen beskriver så trenger ikke fritid og fritidsaktiviteter å være utelukkende positive for barn og unge med funksjonsnedsettelser. Interesser og deltakelse i organisert fritid går ned med alderen for alle ungdommer uavhengig om de har en funksjonsnedsettelse eller ikke.

Jeg hadde en forforståelse om at funskjonshemmede, både etter egne erfaringer og ut i fra fagmiljøet jeg er en del av, hadde både nytte og glede av å delta på fritidsaktiviteter og at dette var en god arena for å knytte seg til et nettverk og skape sosiale relasjoner, i tillegg til mestring og erfaringer som de kunne dra nytte av på andre arenaer.

Etter å ha lest Løvgrens rapport (2009) satt jeg igjen med en litt annen oppfatning. Det deltakerne forteller der er at i tillegg til de fysiske barrierene som mange opplever (for eksempel dårlig tilgjengelighet) er det de sosiale barrierene som er de største hinderne. Disse barrierene følte mange av informantene gikk på individets begrensninger, altså dem selv, og bidro til et negativt selvbilde (Løvgren 2009).

 I tillegg beskrives også negative aspekter med for mye fri tid og aktiviteter som ikke er tilfredsstillende nok (Rojek og Veblen i Säfvenbom 2011). Fritid er altså ikke utelukkende positivt. Mange unge funksjonshemmede opplever enten å bli behandlet som en homogen gruppe ved at det ikke blir tatt hensyn til deres interesser men at de blir plassert sammen med andre funksjonshemmede, og at det eksisterende tilbudet er mindre godt (Kunnskapsdepartementet 2008).

For mange er det viktig med god tilrettelegging for å kunne delta og mange opplever altså barrierer for deltakelse. Det er et gap mellom den sosiale- og medisinske modellen som Grue (2004) beskriver, hvor det er inkongruens mellom individets «sykdom» og samfunnets tilgjengelighet. Staten har som mål å redusere fysiske barrierer med å ha fokus på tilgjengelighet og universell utforming som gjør det lettere for de med fysiske funksjonsnedsettelser å delta i samfunnet. Slik jeg ser det vil det gjøre det lettere for de med synlige funksjonshemminger, de som for eksempel sitter i rullestol å komme seg inn i bygninger slik som idrettshaller for å kunne delta i organiserte aktiviteter der. Ved å fjerne fysiske barrierer gjøres arenaer lettere tilgjengelig for alle i samfunnet og inkluderer flere. Bowlinghallen i min kommune har handikaptoalett og hjelpemidler slik at alle kan spille bowling, men hadde lenge ikke heis slik at mennesker med rullestol ikke hadde tilgang til disse fasilitetene. Trappeheis er nå på plass, men vi har ofte opplevd når vi har kommet dit at den ikke har virket, eller at personalet ikke har fått opplæring til å bruke den. Dette har skapt et stressmoment for å våre brukere og det har hendt at denne aktiviteten har blitt valgt bort, eller at vi har dratt til andre nærliggende bowlinghaller hvor det ikke er nødvendig å bruke heis for å få tilgang til bowlinghallen. Selv om bygg har universell utforming er det ikke slik at alle bygg er tilgjengelige for alle. For de med hørselsnedsettelser er avhengige av teleslynge for å kunne oppfatte hva en foreleser i forelesningssal med mange mennesker sier. Så er det selvsagt en forutsetning at heis og teleslynge fungerer som det skal.

I tillegg til de fysiske barrierene finnes det altså andre hindrer for deltakelse i form av sosiale barrier. Som nevnt ovenfor så jobber det offentlige med å minske gapet mellom individets forutsetninger for deltakelse og samfunnets. I Norge har vi en moderat sosial modell (Grue 2004), en relasjonell forståelse, mellom individets forutsetninger og samfunnets krav. Midtsundstad (2013) peker også på en relasjonell forståelse mellom individ og samfunn. Løvgren (2009) kommer fram til at individets trekk heller enn kontekstspesifikke betingelser hemmer deltakelse. Det er altså i dynamikken mellom individ og organisasjonen, at barrierene ligger. Oftest er disse barrierene usynlige. De ligger i samfunnets og menneskers holdinger, fordommer og stereotypiske syn på funksjonshemmede. Kunnskapsdepartementet (2008) sier at inkludering handler om å endre helheten slik at alle finner en plass der. Da holder det ikke kun med universell utforming, men en holdningsendring og kunnskapsøkning i de ordinære lag og organisasjoner som Løvgren (2009) kommer fram til i sin rapport. Mange mister motet når de føler at treneren ikke har tro på dem, eller at treneren rett og slett ikke har kunnskap nok om deltakeren og dens begrensinger, og pusher deltakeren for mye. Løvgren (2009) beskriver dette i sin rapport hvor deltakere forteller om sine erfaringer. De med hørseltap faller utenfor den sosiale praten i garderoben, de oppfatter ikke beskjeder fra trenere, de med epilepsi er redd for å få anfall grunnet manglende kunnskap fra omgivelsene og ei jente med astma følte hun ble presset av treneren og ikke trodd på.

For funksjonshemmede som ønsker deltakelse i organiserte fritidsaktiviteter kommer Løvgren (2009) fram til at å oppnå egne målsettinger, og erfaring og anerkjennelse er faktorer som fremmer deltakelse. For noen vil det være nødvendig å ha med seg en fritidskontakt eller en brukerstyrt personlig assistent (BPA), eller at de har en kontaktperson i en ordinær aktivitet for å kunne delta (FbM-modellen) i en organisert aktivitet.

De fleste kommuner utstedter ledsagerbevis hvor brukeren kan ha med seg en person som kommer inn gratis, eller betaler redusert pris, for å kunne delta på for eksempel en fritid- eller en kulturaktivitet. Noen kommuner arrangerer også aktivitetsgrupper, men Midtsundstad (2013) mener at det er mer langsiktig å koble personer og organisasjoner. Min hjemkommune arrangerer fritidsgrupper. Min erfaring er at det kan være et godt supplement til ordinære organisasjoner. Slik som eksemplet i teoridelen med brukeren som ikke fikk delta på speideren grunnet epilepsi. Der ble det prøvd at deltakerens interesse skulle være forutsetningen for deltakelse i aktivitet, men at sosiale barrierer grunnet hennes epilepsi, hindret henne. Da er det godt at det finnes et alternativ hvor vi ser at hun trives og at hun er trygg. Hennes epilepsi blir ikke et hinder for henne fordi de som jobber i fritidsgruppene har kunnskap om epilepsi. Som Løvgren (2009) kommer fram til så er kunnskap en måte å bryte ned de fysiske og sosiale barrierene. Det som kan være negative faktorer ved slike grupper er at de generelt kan hindre deltakelse i andre ordinære fritidsaktiviteter ved at mange med både synlige og usynlige funksjonsnedsettelser blir plassert i grupper uten å prøve ordinære aktiviteter først, og at de dermed ikke blir en del av lokalmiljøet. Samtidig gjør det veldig godt for oss å høre når en mor kommer for å takke oss for at vi har gitt sønnen hennes venner, på grunn av hans deltakelse i våre fritidsgrupper. Da vet vi at vi gjør noe riktig, og at for en del vil deltakelse i fritidsgruppe være en god og positiv arena.

Når det gjelder uorganisert fritid så er den ofte spontan. Den foregår ofte hjemme hos hverandre eller via sosiale medier (Fauske og Øia 2010). Den uorganiserte fritiden kan også ha sitt utspring fra skolen hvor man avtaler å møtes etter skoletid. Har man hørselsnedsettelser eller om man ofte er ute av klasserommet for undervisning, kan slike uformelle muntlige avtaler være vanskelig å få med seg. Samtidig kan bruken av sosiale medier gjøre det enklere å holde kontakten med venner for unge med funksjonsnedsettelser, fordi de kan sitte hjemme og chatte via internett. De er ikke avhengig av skyss, ledsager eller universell utforming for å få det til. Noen må kanskje ha hjelp til å montere en Rolltalk. Via internett er det også mulig å finne andre med samme interesser som en selv eller noen som er i samme situasjon.

1. **OPPSUMMERING**

Alle barn og unge har like rettigheter til å kunne delta på fritidsaktiviteter, og kommunene har et ansvar for bredden, mangfoldet og totaliteten.

Slik jeg ser det så er unge funksjonhemmedes fritid utfordrende, men at ved god tilretteleggelse og nok kunnskap så kan deltakelse i fritidsaktiviteter være en god arena for dyrking av interesser og mestring. Sosial kontakt og inkludering kan gi gode erfaringer som kan overføres til andre områder i livet.

Det må en holdningsendring til i samfunnet for at mennesker med funksjonsnedsettelser skal føle seg fullstendig integrert.

**Litteraturliste**

Barne-, likestillings- og inkluderingsdepartementet (2010), *Mennesker med utviklingshemming skal heller ikke diskrimineres!,* Oslo, Informasjons- og utviklingsprogram 2010 – 2013

Dalland, Olav (2001), *Metode og oppgaveskriving for studenter*, Gjøvik, Gyldendal Akademiske

Fauska, Halvor og Øia, Tormod (2010), *Oppvekst i Norge*, Oslo, Abstrakt Forlag

Grue, Lars (2004), *Funksjonshemmet er bare et ord*, Oslo, Abstrakt Forlag

Grue, Lars, (2007), *Full deltakelse for alle?*, Rapport, Nasjonalt dokumentasjonssenter

Kunnskapsdepartementet (2008), *Kartlegging av fritidstilbudet til barn og unge med nedsatt funksjonsevne,* Oslo, Rambøll management.

Løvgren, Mette (2009), *Unge funksjonshemmede – selvbilde, sosial tilhørighet og deltakelse i fritidsaktiviteter,* Oslo,NOVA.

Midtsundstad, Anders (2013), *Fritid med bistand*, Bergen, Fagbokforlaget

Nyquist, Astrid (2012), *Jeg kan delta - Barn med funksjonsnedsettelser og deltakelse i fysisk aktivitet – en multimetodestudie i en habiliteringskontekst,* Doktorgradsavhandling, Norges Idrettshøgskole

Säfvenbom, Reidar (2011), *Fritid og aktiviteter i moderne oppvekst,* Oslo, Universitetsforlaget

Nettadresser:

<http://www.fn.no/Bibliotek/Avtaler/Menneskerettigheter/FNs-konvensjon-om-barnets-rettigheter-Barnekonvensjonen>

<http://www.regjeringen.no/nb/dep/ad/dok/nouer/2001/nou-2001-22.html?id=143931>#

<http://www.regjeringen.no/pages/36494747/PDFS/STM201120120010000DDDPDFS.pdf>

<http://www.ffo.no/no/Medlemsorganisasjoner/Norges-Doveforbund/>

<http://invisibledisabilities.org/what-is-an-invisible-disability/>