



Studieguide för

RPG:S POLICYPROGRAM SAMHÄLLSFRÅGOR

Som stöd för att samtala i grupper om RPG:s policyprogram har Studieförbundet Bilda tagit fram en enkel studieguide med förslag på några samtalsfrågor samt en del övningar.

Studieguiden är upplagd på fyra samlingar. Det går naturligtvis bra att träffas fler gånger, men en studiecirkel måste innehålla minst 3 tillfällen och minst 9 studietimmar. En studietimme är 45 minuter. Lämplig storlek på en grupp är 5–8 personer. Då blir det enklare för alla att komma till tals. Alla i gruppen bör ha tillgång till Studieguide och RPG:s policyprogram.

Starta gärna med en enkel fika och lite småprat.

Studiecirkeln rapporteras till Bilda. På www.bilda.nu hittar du anmälningslista för studiecirkeln i den region som du bor i.

Förslag på uppläggning av en samling

- Fika, ca 20 minuter
- En inledande runda, 10–15 minuter
- Ett gemensamt samtal, ca 60 minuter
- En avslutande runda, ca 10 minuter

Ledare och samtalsledare

En i gruppen står som ledare på närvarolistan och har ett övergripande ansvar för studiecirkeln. Det kan handla om

- att se till att hålla tiden man kommit överens om,
- att vara observant på om någon inte kommer,
- att ha lite koll på deltagandet i gruppen, tar någon alldeles för stor plats eller är någon deltagare helt tyst?

Välj en samtalsledare som håller i samtalsstrukturen och tiden och ser till att alla får utrymme och att allas erfarenheter tas tillvara. Med fördel ansvarar olika personer för olika tillfällen, men det kan också vara en och samma samtalsledare, cirkelledaren.

Inledande runda

Börja samlingen med en runda där var och en får möjlighet att berätta vad som rör sig i tanke eller känsla just nu. Det är alltid ok att passa, att låta ordet gå vidare, om man inte vill säga något.

På första samlingen kan den inledande rundan vara mer personlig. Man kan till exempel berätta något från sitt eget liv, vilka förväntningar man har på gruppen och varför man valt att delta i studiecirkeln.

I rundan får var och en berätta utan att bli avbruten. Syftet är att sätta ord på och prova våra tankar, utan att behöva förklara och försvara. Samtidigt tränar vi oss i att lyssna och ta in olika perspektiv.

Det förs inget samtal efter den inledande rundan om inte personen själv för in det i det efterföljande gemensamma samtalet. Däremot kan man ställa klargörande frågor.

Gemensamt samtal

När rundan är klar fortsätter ett respektfullt och personligt samtal utifrån samtalsfrågorna. Övningen som föreslås kan göras i början av samtalet eller mitt i.

Avslutande runda

Var och en får möjlighet att säga något kort, ett ord, en mening, om det som berört, det man bär med sig från samtalet.

Gruppen

För att få en bra process i gruppen är det bra att redan från början komma överens om några saker. Här följer några förslag:

- Vilka förväntningar har vi på varandra?
- Under hur lång tid ska gruppen träffas?
- Hur lång tid ska vi ses?
- Hur lämnar vi gruppen om vi behöver?
- När och hur utvärderar och avslutar vi gruppen?

Några enkla förhållningsregler kan vara att:

- Vi pratar i jagform.
- Vi avbryter inte varandra.
- Vi ger inte råd om inte någon ber om det.
- Vi diskuterar inte, vi samtalar.
- Allt som sägs stannar i gruppen.

Beskrivning av några övningar

Runda

Låt en i taget berätta något utifrån en speciell fråga eller en tanke, en känsla som väckts kring det aktuella ämnet. Övriga lyssnar. Ingen kommenterar eller avbryter den som har ordet. Därefter går ordet till nästa. Den som vill har möjlighet att passa, dvs. att avstå från att säga något.

Presentationsrunda

Ett par förslag på presentationsrundor:

- Dela ut vita ark. Låt var och en skriva sitt namn och rita en enkel symbol som säger något om mig själv t.ex. en blomma, ett djur, havet, skogen...
- Prata två och två och berätta kort för varandra vad ni heter och vad ni har för intressen. Samlas därefter i hela gruppen och presentera den personen som du har lyssnat på.

Svartvita kort

Svartvita kort finns i Bildas ledarlåda. Alternativt kan man köpa eller samla ihop ett antal svartvita kort som är associationsrika. Bilderna kan vara en hjälp för att sätta ord på tankarna och kanske ge nya tankar och idéer.

Gör så här: Lägg ut bilderna på ett bord eller sprid ut dem på golvet. Alla som vill väljer en bild eller två men låter dem ligga kvar så att andra kan välja samma bild. När alla valt sina bilder låter man var och en, med hjälp av bilden/bilderna, säga några ord utifrån frågeställningen. Komihåga att man måste få passa (vara tyst). En del kanske bara vill visa sin bild utan att säga något.

Fyra hörn

Ställ en fråga. Låt varje ”hörn” i rummet motsvara ett påstående utifrån frågan. Ha alltid ett öppet ”hörn”.

Låt sedan deltagarna ställa sig i det hörn där de tycker att påståendet stämmer bäst överens med vad de tycker, just nu. Ge sedan en liten stund till ett spontant samtal i hörnen. Låt sedan alla lyssna till varje ”hörn” varför de står där de står. Nedan finns ett enkelt exempel för att illustrera övningen.

Vad gör du helst när du ska koppla av?

1. Läser
2. Idrottar/motionerar
3. Är ute i naturen
4. Öppet hörn (motsvarar något annat)

Första samlingen

Första gången man träffas är det viktigt att vara tydlig med ramar och vad som gäller. Ta tid till att presentera varandra, upplägget, hur många gånger ni ska träffas mm.

Inled med en *presentationsrunda*.

Frågor att samtala om

- Detta är RPG:s första policyprogram. Bläddra i programmet för att få en helhetsbild.
- Samtala om syftet med ett policyprogram. Anser du att policyprogrammet kan stärka RPG och i så fall hur?
- I programmet står det att RPG bygger på kristna värderingar och en kristen värdegrund. Vad tänker du att det innebär? På vilket sätt skiljer det RPG från andra pensionärsförbund/föreningar?
- Hur ser du på att äldre behövs längre i arbetslivet? (sid 5)
- *RPG anser* att åldersdiskriminering alltid ska förhindras. Känner du någon som blivit åldersdiskriminerad eller har du själv upplevt detta? Berätta!
- Främlingsrädslan har ökat i Sverige vilket har skapat en grogrund för rasism. På vilket sätt anser du att RPG kan arbeta för att främja ett mångkulturellt samhälle?
- RPG vill arbeta för ett tillgängligt samhälle (sid 6). Hur har samhället förändrats sedan du var ung när det gäller tillgänglighetsfrågor? Upplever du att det har blivit bättre/sämre?

Avslutande runda

Några tankar som jag tar med mig.

Andra samlingen

Inledande runda

Här är jag nu! Berätta något om det som ligger överst i tanken.

Gemensamt samtal

Starta det gemensamma samtalet med en 4-hörnsövning.

RPG anser är en återkommande ruta i policyprogrammet. Vad av dessa områden tycker du är mest akut för RPG att arbeta med? Ställ dig i det hörn som passar för din åsikt.

RPG anser att:

1. Den orättvisa skatten för pensionärer ska avskaffas
2. Det nuvarande pensionssystemet behöver reformeras
3. Det är nödvändigt att förenkla ansökningen om bostadstillägg för pensionärer
4. Något annat.

Frågor att samtala om

- Äldre fattigdomen ökar i EU och även i Sverige och framförallt för kvinnor. Samtala om vad *RPG anser* om pensionssystemet. (sid 7).
- Enligt Riksrevisionen går ca 140.000 pensionärer miste om BTP (Bostadstillägg). Samtala om RPG:s ställningstagande om detta. (sid 7)
- Kontanthantering och ny teknik är en högaktuell fråga. Många vill idag se ett kontantlöst samhälle. Vad anser du att det får för konsekvenser?
- I policyn står det att det övergripande ansvaret för äldreomsorgen ska ligga hos kommunerna och erbjudas lika över hela landet. Hur ser det ut idag? Vilka förändringar behöver sker för att det ska förverkligas?
- ”Äldreomsorgens värdegrund i dess olika delar måste ständigt aktualiseras” (sid 7)? (Värdegrunden för äldre finns formulerad i Socialtjänstlagen. Kommuner har sedan kompletterat detta med egna formuleringar.) Samtala om vad äldreomsorgens värdegrund innebär.

Avslutande runda

Några tankar som jag tar med mig.

Tredje samlingen

Inledande runda

Här är jag nu! Berätta något om det som ligger överst i tanken.

Gemensamt samtal

Starta det gemensamma samtalet med en 4-hörnsövning:

Vad tycker du är svårast med att bli gammal?

1. Ensamhet
2. Kroppens begränsningar
3. Bristen på pengar
4. Annat

Frågor att samtala om

- Vård på lika villkor
På sid 11 står det om bristen på tillgänglighet för äldre. Samtala om innehållet

och RPG:s ställningstaganden. Vad anser du om detta? Hur tänker du?

- Psykisk ohälsa
Många äldre drar sig för att söka hjälp för psykisk ohälsa. I policydokumentet nämns bl.a. behovet av en fast läkarkontakt för att uppmärksamma äldres psykiska ohälsa. Håller du med? Ser du andra viktiga saker som står i dokumentet eller som du själv har funderat på?

- På sid 8–9 står det om vad RPG anser om:
 - äldre med demens
 - äldre och läkemedel
 - äldres munhälsa

Samtala om vad du/ni skulle vilja prioritera av detta. Vilka möjligheter finns för att kunna genomföra positiva förändringar?

- De äldres boende är en viktig del (sid 9–10) Vad anser du vara viktigast när det gäller boendefrågan? Om du fritt får välja hur vill du uppleva ditt framtida boende?
- Ensamhet är många gånger ett svårt problem bland äldre. Samtala om de förslag som RPG har för att lindra ensamhet. (sid 11)

Avslutande runda

Några tankar som jag tar med mig.

Fjärde samlingen

Inledande runda

Här är jag nu! Berätta något om det som ligger överst i tanken.

Gemensamt samtal

Inled det gemensamma samtalet med svartvita kort. Lägg ut svartvita kort.
Ställ frågan: Vad värderar du högt eller högst i ditt eget åldrande?

Låt deltagarna välja ett eller två kort som säger något om detta. (Låt alla kort ligga kvar). Gör en runda då var och en får visa och berätta något utifrån de kort som de valt.

Frågor att samtala om

- På sid 11 står det om anhöriga och anhörigvårdarna. Vilket stöd anser du att de anhöriga behöver?
- Maten och måltiden är en viktig del för äldre. Samtala om bra eller dåliga erfarenheter av hur det fungerar i relation till egna anhöriga eller vänner.
- Forskning har visat att det finns ett viktigt samband mellan kultur och hälsa. Hur fungerar det idag? Vilka förändringar tycker du ska till för att det ska bli bättre?

- RPG menar att det finns oacceptabla kvalitetsskillnader i den palliativa vården. På sid 12 finns förslag på att utarbeta en gemensam modell för detta. Vad tänker du om det?
- För många äldre är tron och de existentiella frågorna viktiga. Samtala om vad som kan göras för att på ett bättre sätt tillfredsställa de behoven.
- Samtala om hur RPG:s policyprogram kan förverkligas.

Avslutande runda

Var och en delar några tankar om hur det har varit att vara med i studiecirkeln.

Uppföljning

I policyprogrammet och gruppen kan det finnas viktiga frågor eller områden som bör föras vidare, exempelvis till beslutsfattare och tjänstemän, kyrkor och församlingar.

Utse någon som får i uppgift att ta nödvändiga kontakter.

I de flesta kommuner landsting/regioner finns pensionärsråd (KPR eller LPR/RPR). Hur ser det ut där du bor? Vilka kontakter har du med dessa samrådsorgan? Vilken roll och uppgift har RPG?

