

OPPSKRIFTSHEFTET DITT FOR EIT STADIG BETRE LOKALSAMFUNN

“DEI BESTE IDEANE OG DEN STØRSTE
HANDLEKRAFTA HAR VI SJØLV”

ABCD PÅ 1-2-3



Oppskriftsheftet for eit stadig betre lokalsamfunn. ABCD på 1-2-3.

Utgitt av Høgskulen på Vestlandet 2019

ISBN: 978-82-93677-02-4 revisjon juni 2020

Oppskriftsheftet er utarbeidd ved fagseksjon for samfunnsarbeid, av leiar og førsteamanuensis Rita Agdal og høgskulelektor Inger Helen Midtgård ved Institutt for velferd og deltaking ved Høgskulen på Vestlandet, i samarbeid med Cormac Russell, direktør ved ABCD Europe, dagleg leiar ved Nurture Development og fakultetsmedlem ved ABCD Institute ved DePaul University i Chicago. Masterprogrammet i samfunnsarbeid er eit tverrfagleg studietilbod som vektlegg kollektiv handling, samproduksjon, sosial innovasjon, eigenutvikling og dialog.

Hefte blei utarbeidd med støtte frå Vestland Fylkeskommune.

Ettertrykk der det tydeleg blir vist til kjelder er velkommen.

Bileter utan vsining til kjelde er frå Pexels og Pixsels og kan brukast, delast og endrast fritt, også i kommersiell samanheng.

Brukarlisens: vis til kjelda, ikkje til kommersiell bruk, ingen innhaldsendringar.



Dette heftet inneheld tips om korleis ein kan engasjere seg i lokalmiljøet sitt, og korleis ein kan få fleire med på å få til gode liv for alle.

Velkommen!

Om du er glad i lokalmiljøet ditt men lurer på kva du kan bidra med, så er dette heftet for deg.

Er du ein erfaren samfunnsutviklar som ønsker å invitere fleire til å bidra i sine lokalsamfunn, så kan du finne ny energi her.

Denne praktiske guiden gir tips om korleis du og dine naboar kan utvikle lokalmiljøet, med utgangspunkt og fokus på kva som er styrker og ressursar, ikkje på kva som er feil og manglar.

Ideane i heftet er utprøvd av innbyggjarar i nabolag, i bygder og byar i Noreg og i verda.

Vi meiner at det fins ein overflod av ubrukne styrkar og ressursar i lokalmiljø som berre ventar på å bli oppdaga, kopla og mobilisert. Vi håper at dette heftet vil gi deg og dine naboar støtte i jakta på desse skattane.

Ha ei god skattejakt !



KVA ER ABCD ?

Ekspertar har ein tendens å fokusere på manglar, heller enn å jobbe saman med innbyggjarane for å mobilisere ressursar der dei sjølv får definere sine behov og visjonar. Til samanlikning er ABCD, Asset Based Community Development eller styrkebasert lokalsamfunnsutvikling, ein prosess der det er veldig viktig at innbyggjarar startar med å kartlegge sine eigne lokale ressursar. ABCD har tre prinsipp:

- **INNBYGGARSTYRT : INNBYGGJARAR STARTAR SJØLV MED KARTLEGGING AV EIGNE RESSURSAR OG BEHOV, OG LEIER SAMARBEIDET MED EKSTERNE PARTNARAR**

- **RELASJONSORIENTERT: SOSIALE NETTVERK BLIR STYRKA**

- **RESSURSBASERT: PROSESSEN FOKUSERER PÅ STYRKAR, RESSURSAR OG EVNER**

Du og andre avgjer kva de vil, retning på arbeidet, korleis engasjerer fleire, og korleis gjennomføre arbeidet.

A photograph of a forest floor. The ground is covered in a thick, vibrant green moss. Several large, grey, angular rocks are scattered throughout the scene, partially covered by the moss. In the background, the trunks of tall, thin trees are visible, creating a dense forest setting. The lighting is soft and natural, highlighting the texture of the moss and the rough surfaces of the rocks.

TRE MOBILISERANDE SPØRSMÅL

• KVA ER DET DU BRYR DEG SÅ MYKJE OM AT DU ER VILLIG TIL Å GJERA NOKO MED DET ?

• KVA EIGENSKAPAR, EVNER OG ENGASJEMENT HAR DU SOM DU KAN BIDRA MED ?

• KVA SKAL TIL FOR Å FÅ ANDRE TIL Å DELTA ?



OPPSKRIFT 1 :

INVITER FOLK SOM BRYR SEG TIL EI SAMLING – KALL DET GJERNE EIN IDÉFEST, EIN TANKEFEST, ELLER EI INSPIRASJONSSAMLING

SLIK GJER DU

- *Inviter personleg dei du vil ha med. Ver gjerne ein liten gjeng først, som planlegg første samling. Finn eit tema som kan engasjere andre, positivt vinkla. Til dømes:*

« Det gode nabolaget »

« Fellesskap og glede her vi bur »

« Eit godt nærmiljø »

Det kan godt vere at det bak invitasjonen skjuler seg ei bekymring for ungdomskriminalitet, hæververk, eller noko anna. Likevel: invitasjonen må ha ei positivt vinkling. « Ungdom - ein viktig ressurs i nabolaget » er eit tema som peikar på det positive, det som kan veksa og utvikla seg. « Kva gjer vi med den aukande ungdomskriminalitet » er negativt og fokuserer på manglar.

Fokusér på styrker og det positive!



- *Den vesle gruppa som tar initiativet kan igjen invitere med fem kvar. Personlege invitasjonar er det som fungerer. Det å banka på døra til ein du vil bli betre kjend med, det å snakka med folk du trur kan bidra, og det å be dei invitere fleire med.*
- *Utforsk ressursane der du bur, i organisasjonar, i burettslaget, i grendalaget, foreldrerådet eller samarbeidsutvalet på ein skule eller barnehage, i asylmottaket eller i bufellesskapet.*
- *Tenk over korleis de kan legge til rette for at barn, unge, foreldre og eldre deltar. Trengs det barnepass eller er det andre måtar å sikre at alle kan vera med ? Og husk: mat og moro mobiliserer!*
- *Tenk over korleis samlinga skal vera og fordel oppgåver på fleire.*
- *Kall inn til ein idéfest (ikkje eit møte), gjerne med litt mat og kultur. Presenter det de brenn for og spør kva andre brenn for. Ha fokus på det positive, ikkje det negative.*
- *Presenter tema for samlinga og kvifor de inviterte dei som er der. Start gjerne med eit lite kulturinnslag også. Leit etter folk der du bur, gode historieforteljarar, songarar, dansarar. Alle stader finns det talent som kan vise seg fram, men som treng at nokon spør dei for å koma fram med det dei kan.*



NESTE STEG : RESSURSKARTLEGGING

- Sei nokre ord først, slik som « Når vi skal arbeide for eit godt nærmiljø treng vi starte med kva vi som bur her har av ressursar. »

Det kvar og ein kan, er noko vi kan bruka for å få det gode nærmiljøet vi ønsker oss. Be folk om å vere ubeskjedne. For nokon sit det langt inne å kome fram med kva dei har av evner og talent. Ver tydeleg på at alle ressursar er viktige og at det finnes ikkje noko fasit. Bruk gjerne humor, om det passar sånn. For dei beskjedne kan spørsmål som « Kva ville mor di sagt om kva du kan ? » få fram både smil og talentet.

Kom på kva som kan vere ein evne som du sjølv har, til dømes gå på hendene eller plystre. Legg terskelen for kva som er rekna som ressurs så lavt som mulig.

Ressursar, talent eller gåver (på ABCD-språket) er alt frå å ha omsorg for dyr, til å vera flink til å syngje, å få folk til å kjenne seg velkommen eller føre rekneskap.

- Så startar de saman på å kartlegge dei ressursane dei frammøtte har.



KARTLEGGING PÅ LAPPAR

Ved hjelp av Post-it lappar i fleire fargar kan de saman kartlegge dei frammøtte sine ressursar og dei evner dei har :

HENDENE – GULE LAPPAR

Kartlegg evnene du har – bruk gule lappar og skriv det du er god til, slik som flink til å klippe hekken, god til å sy, reparere sykklar, bake eller male. La folk presentere for kvarandre kva dei kan, og dei finn kvarandre i form av dei som kan det same, eller treng hjelp frå andre som er gode til nettopp det dei sjølv ikkje kan.

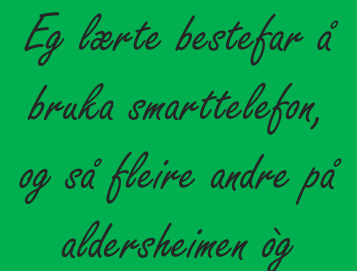


*Eg køyrer bil,
lastebil og buss!*

HOVUDET – GRØNA LAPPAR

Kartlegg evnene du har – bruk grøne lappar og skriv det du er god til, slik som å tenke rasjonelt, har struktur og orden, kunne rekne og skrive tekstar, kunne planlegge og føre rekneskap.

La igjen folk presentere kva dei kan gjere, og dei finn andre som kan det same eller noko anna som er til hjelp og nytte.



*Eg lærte bestefar å
bruka smarttelefon,
og så fleire andre på
aldersheimen òg*

HJERTE – ROSA LAPPAR

Kartlegg dei evnene du har – og bruk rosa lappar til å skrive det du er god til, slik som å bry seg om andre, ha omsorg for andre, vere oppmerksom på at alle deltar, omsorg for dei som er annleis, bry seg om dyr og miljøet.

Ein gong til : La folk presentere kva dei kan bidra med, og la dem finn ressursar som kan koplust.

*Eg kan underhalda
barn:)*

- Heng alle dei gule, grøne og rosa lappane opp på veggene og ta ei vandring i alle ressursane de har. Kjenn at de er rik på ressursar.
- De har no kartlagt ressursane. Det vil seie dei primære ressursane folk har og som de rår over sjølv.

KVA ER FOLK OPPTATT AV ?

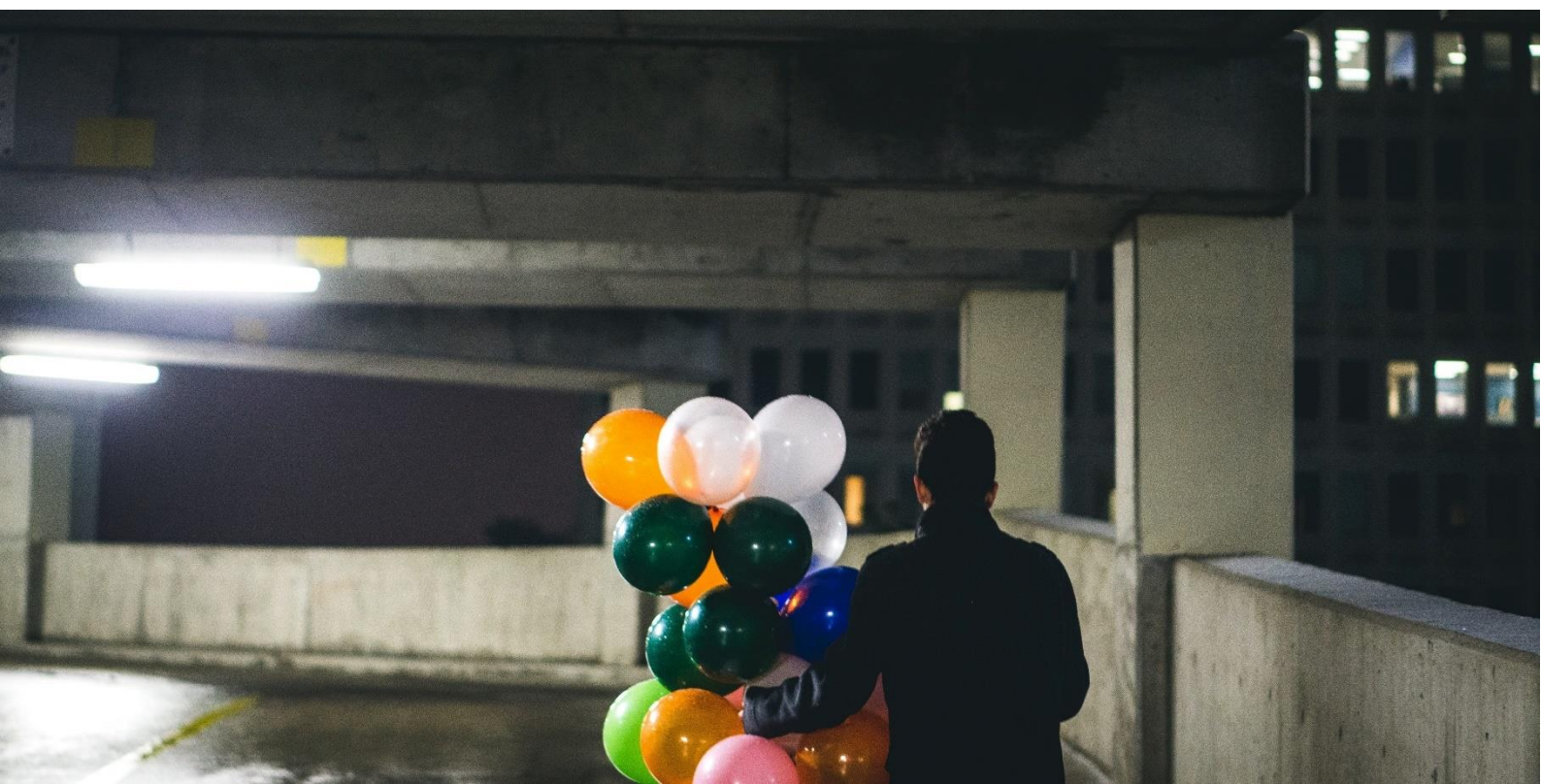
Spør deltakarane kva dei er opptatt av og vil arbeide vidare med. Folk vil flokke til saker dei brenn eller uroar seg for, og det er supert. Hjelp folk å setje ord på sine tema. Finn ut kva dei brenn for. Støtt dei i å invitere andre inn. Motivér folk til å trekke inn fleire meiningar og personar.

Leik med formuleringar til alle finn noko dei bryr seg om, og jobb så med å gi det ein positiv vri. Det kan ende med eitt enkelt utviklingsspørsmål som er positivt og samlande for alle, men mest sannsynleg vil det vere fleire spørsmål som mindre grupper samlar seg rundt.

Utviklingsspørsmåla bør engasjere og begeistre. Har de funna spørsmål som folk bryr seg nok om til å gjere ein personleg og samla innsats?

Sjekk ut:

- *Er dette eit spørsmål vi alle kan vere einige om er godt ?*
- *Er spørsmålet utviklande for oss som fellesskap ?*
- *Kan vi vere stolte av dette spørsmålet ?*
- *Kan vi få fleire med oss – når dei ser kva vi vil arbeide for ?*



- Er alle i gruppa som tar tak i eit spørsmål einige og er spørsmålet positivt ?
- Er spørsmålet noko de kan arbeide for med glød og energi ?

Her er det råd å gå fleire rundar og snakke gjennom fleire idear, slik at de endar opp med eit spørsmål som gjev retning, lyst og glød og kan fungere samlande. Skriv opp spørsmålet.

- Når spørsmålet er klart så må det feirast !

Ha kaffi, god mat, flagg og fanfare klar og bruk tid på å feire der og då! De har nådd ein viktig milestolpe og er einig om kva de skal jobbe mot. Rop tre gonger tre hurra, eller vel ein annan måte å markera dette på.

Etter feiringa følgjer neste fase.

- Døme på aktuelle spørsmål (men her er det de som har fasiten) :

« Korleis skape kortreist glede her vi bur ? »

« Korleis få til eit godt og inkluderande nabolag ? »

« Korleis gjere uteområda våre attraktive og tilgjengelege for alle ? »

« Korleis få til aktivitetar som fører barn, ungdom og eldre saman ? »



FINN EIN VEGG OG PAPIR OG TAPE

Finn fram dei ressursane som de kartla ved oppstarten. Finn så ein vegg der de heng opp lapper med alle ressursar som kan brukast til å løyse spørsmåla.

- *Ein del ressursar må koplast for å oppnå ønska resultat. Lag gjerne koplingar mellom desse (ein raud tråd som de festar med teiknestift) slik at de ser ressursane i samanheng.*
- *Finn fram blå Post-it lappar. Spør deltakarane kor skal vi finna svar på spørsmålet ?*

*Finn stader de har og rår over. Både fysiske (hus, skule, idrettsanlegg, park, offentlege bygg som kan lånast) og organisatoriske (foreining, frivillig organisasjon).
Skriv dei opp.*

- *Ta ei ny vandring for å sjå på ressursane. Kva kan vi tilføye, kva har vi ikkje inkludert til no ? Er det noko som manglar ? Er det noko de treng lokalt men som de ikkje rår over sjølv ? Skriv desse opp på lappar.*

No er det skapt eit solid grunnlag for ressursbasert utvikling.

Det er tid for handling!

*Skulekantina kan
brukast etter 5*



TID FOR HANDLING

Det er peika på ressursar, det er laga koplingar, det er peika på stader/arenaer der ressursane kan mobiliserast. No er det tid for å setja prosjektet ut i livet! Difor før de går heim:

- Planlegg vegen vidare. La dei kopla ressursane og dei som eig desse (naboane dine) organisera seg ilag, og finna ut av når dei skal møtast neste gong. Det kan vera forsamlingar på to eller tre. Det viktigaste er at dei brenn for det arbeidet dei skal gjere. Det er viktig at dei føler seg fri til å si nei eller til å berre å gjere ting dei føler sterkt for. Dei skal ikkje føle seg tvunge til å handle eller føle at det vil bli ein for stor arbeidsbyrde.
- Gjer arbeidet kjend for andre. Om kvar av dei i forsamlinga inviterer fem kvar til neste samling er de plutseleg ein større gjeng som kan arbeida ilag.
- Avtal når de skal møtast igjen. Bruk opne møteplassar der alle kan kjenna seg velkommen, og annonser møta slik at alle som vil kan delta. Husk at personlege invitasjonar er det beste.
- Planlegg gjerne mat og kulturelt innhald. Kven kan synge, spele eller fortelje ei god historie ?
- Avklar kven (minst to) som har eit hovudansvar for å organisere og planlegge neste samling.

Når de arbeider med utviklingsprosjektet lokalt, feir milepælar undervegs. Til dømes når ei gruppe fått på plass to benkar og rydda området rundt og planta blomar. Grappa er kome eit stykke på veg, mykje står att, men vi feirar det vi har gjort med snorklipp, tale, musikk, bollar og brus. La kvar milestolpe bli ein liten fest. Gjer stas på dei som har arbeidd ilag. Lysten til å fortsetta arbeidet og tilliten til folk aukar, og fleire har lyst å vera med. Om ulike arbeidsgrupper er i gang, la dei få vite om arbeidet til kvarandre.

No feirar vi at re-designgruppa har fått pengar til symaskiner og har sydd sitt første attersting.

*Ein ny milepælfest når dei har sydd sine første fem plagg.
Inviter dei andre til å sjå og feire.*

**No er kassane med gulrot, salat og kål klar til planting.
Vi feirer første spadestikk !**

*Lag ein plantefest både med gruppa som arbeider med det, og inviter andre.
Så kan det lettare rekrutterast fleire til både luking, vatning og hausting.
Og når hausting kjem: Då er det tid for haustfest!*

KVA TALENT HAR DU?



SAMTALESPØRSMÅLA TIL DET GODE LIVET :

FINN KVA SOM BIND SAMAN OG FÅ FRAM BIDRAG OG TALENT

DITT FUSKEARK FOR SAMTALER TIL DET GODE LIV

Samtaler kan utvikle seg frå å helse på nokon til å bli ein varig kontakt.

Spørsmåla på dei neste sidene kan hjelpe deg å utforske korleis folk kan bidra.

Vi kallar dei for samtale spørsmåla til det gode livet.

Dei er eit knippe forslag som du fritt kan dykke i.

Spørsmåla er ikkje meint som ei spørreundersøking, men som hjelp til samtaler.

Spørsmåla kan hjelpe å guide gjennom tre steg mot å forstå bidraga og gåvene, talenta eller styrken som ein person kan by på:

- **Oppdag** det som gjer ein person sitt liv rikt
- **Utforsk** kva for lidenskapar som kan bli utvikla til nye moglegheiter og bidrag
- **Bind** gåvene, talenta og ressursane saman

OPPDAG

UTFORSK

BIND SAMAN



Kva kan du noko om ?

(musikk, film, song, spille musikk, historie, språk, fuglar, sport, bøker, poesi m.m.)

OPPDAG ▶

Kva bryr du deg om ?

(å jobbe frivillig, å lytte, å vere med barn, å gje nokon omsorg, å bry seg om andre, m.m.)

OPPDAG ▶

Liker du å gjere noko praktisk ?

(Gjenvinning, hagearbeid, lage mat, gå tur, veve tepper, fiske, drive med kunst og handverk, køyre båt, røyrleggarbeid, leveransar, sy, hårklipp, m.m.)

OPPDAG ▶

Kva liker du å gjere som gjer at du gløymer tid og stad ?

Kva gjer deg størst glede ?

Kva er din største lidenskap ?

OPPDAG ▶

Kva er dine favorittleikar ?

Har du andre hobbyar eller spesielle interesser som vi ikkje har prata om ?

OPPDAG ▶

Kva er typisk for deg ?

Kva er din greie ?

Kva morer du deg med ?

OPPDAG ▶

Kva kan du hjelpe andre med ?

UTFORSK ▶

BIND SAMAN ▶

Kva 3 aktivitetar likar du best ?

OPPDAG ▶

Ville du vere villig til å vise ein annan korleis de gjer desse aktivitetane ?

UTFORSK ▶

BIND SAMAN ▶

Kva jobb (betalt eller ubetalt) kunne ein linka opp til din lidenskap ?

UTFORSK ►

Kva produkt eller service kunne du likt å selje ?

Om du ville starta eit firma, kva for firma ville det vore ?

UTFORSK ►

Har du nokon gang laga noko ?
Har du nokon gang fiksa noko ?

OPPDAG ►

Kan din « problematiske » eigenskap bli eit positivt bidrag ? (Er du ein pedant, kranglefant eller sta?)

UTFORSK ►

Kva er de tre ting du har mest lyst å lære ?

Kva kunne du lært bort ?

Kva ville du likt å lære bort ?

UTFORSK ►

Kva klubber og grupper er du med i ?

OPPDAG ►

Har dei noko å gjere med dine lidenskaper ?

UTFORSK ►

Kva finns i ditt lokalsamfunn ?

BIND SAMAN ►

Kor tenker du at du kan bidra ?

UTFORSK ►

BIND SAMAN ►

Kva bryr du deg nok om til at du ville gått saman med andre for å gjere det ?

OPPDAG ►

UTFORSK ►

BIND SAMAN ►

Om tre av dine naboar ville vere villig å hjelpe til, kva ville du likt å få til ?

OPPDAG ►

BIND SAMAN ►

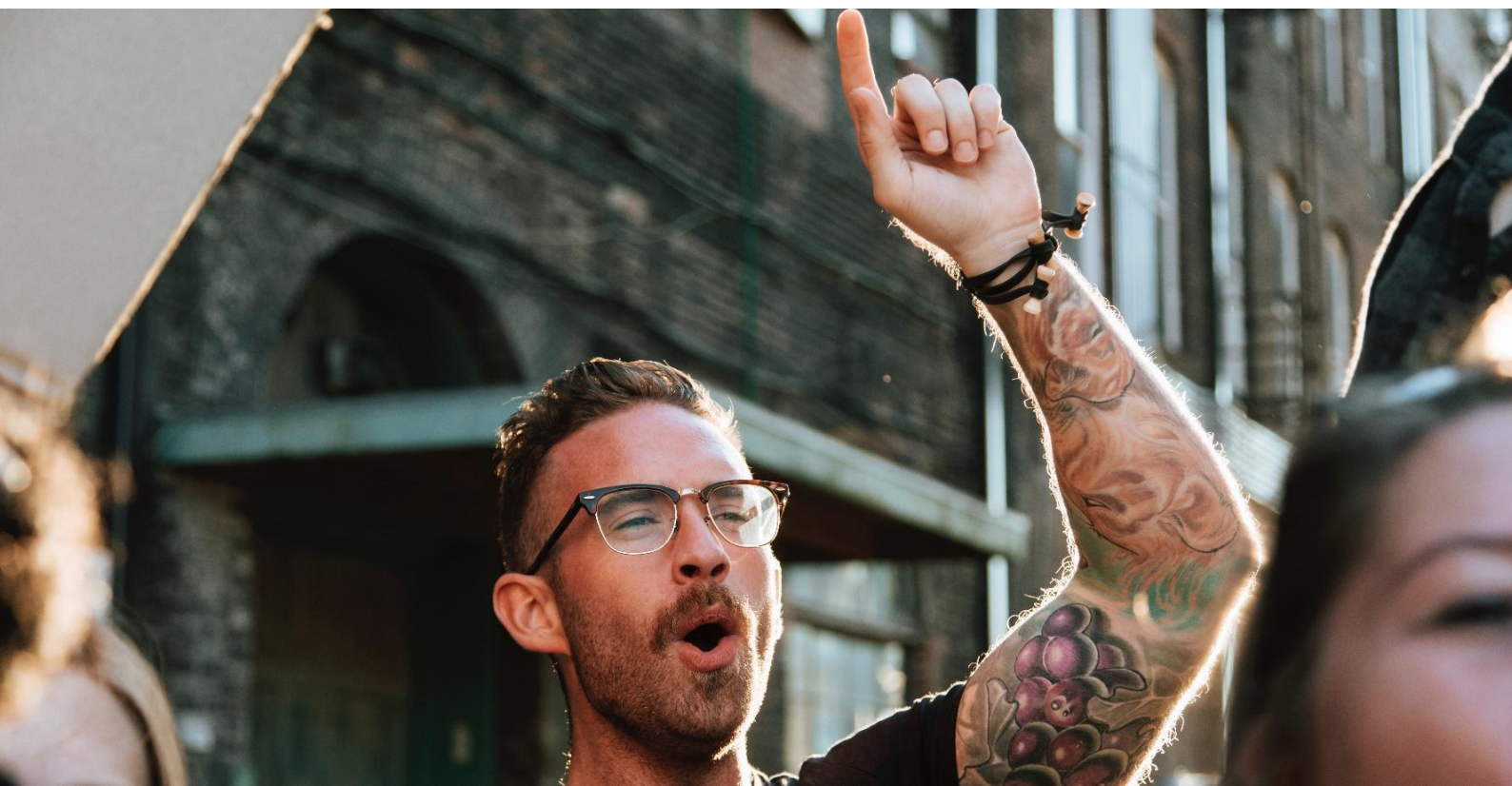


OPPSKRIFT 2 :

KVA GJER VI MED ALL INFORMASJON OM RESSURSAR ? SYSTEMATISERING OG OVERSIKT

EIT DØME FRÅ BØMLO

- På Bømlo vart det på folkemøte stilt desse spørsmåla:
« Kva er det du bryr deg om, så mykje, at du er villig til å gjera noko med det ? »
« Kva eigenskapar, evner og engasjement har du som du kan bidra med ? »
« Kva skal til for å få andre til å delta ? »
- Etter ei kort orientering frå grendelag og kommunen , arbeidde folk i grupper over ein kopp kaffi og noko å bite i. Det var grendelaga som styrte samlinga. Ein liten gjeng sette seg ned og systematiserte alle innspela slik:
« Kva kan me gjere sjølv ? »
« Kva anna kan me gjere med litt hjelp utenifra ? »
« Kva kan vere innspel til kommunen, og i så fall til kva for avdeling ? Kva må koma med i planarbeidet til kommunen, og i kva for plan ? »
« Kva er relevant for næringslivet vårt ? »



- « Kva ligg utanfor kommunens ansvar, til dømes fylkeskommunen eller statlege styresmakter ? »
- Når dette vert sett opp i ein tabell og gjort synleg for alle, då kan alle sjå kva som er på planen og kven som har ansvar. Dette forpliktar også kommunen til å ta tak i viktige saker som innbyggjarane brenn for. Synleggjering kan gjerast til dømes på nettsida til grendelag eller kommunen, i hefte eller oppslag. Dette kan få nye folk med, og halde engasjementet oppe.

Mange er blir spurt om sine synspunkt. Dei har engasjert seg og bidratt med sine meiningar men også med å bestemme seg for kva dei ønsker å ta fatt i med sine naboar. Folk sine bidrag og ressursar blei tatt på alvor, med ei forståing om at alle kan bidra. Om ein då ikkje informerer folk så skjer det tilsynelatande ikkje noko etterpå. Slike opplevingar om å ikkje bli sett og å ikkje bli verdsatt må ein ikkje utsetja folk for. Då sluttar dei å engasjere seg.

Sjå utdrag frå tabellen laga for Moster som eit døme :

Dette kan me gjera sjølv	Innspel til kommuneplanarbeidet	Innspel innan helse	Innspel innan skule	Innspel kollektiv og trafikk sikring	Forslag til næringslivet
lokalt ansvar		til leiinga helse og omsorg	til leiinga skula	kommunen / statens veivesen	
Rydde Vetahaugen Snakk med [namn]	Eldrebustader i sentrum, med sjøutsikt	Diverse innspel om servicesenteret	Mobbing	Mangel på sykkel, lys og gangeveg	Kafé
Inkluder gamle ferjekaiområde i reguleringsplanarbeidet	Område aktuelt til tursti	Fleire eldrebustader	Badebasseng	Spesifikke vegstrekke	Klatrepark
Sosiale møteplasser	Allmenn ferdselsområde tilrettelegging bading blant fleira aktivitetar	Organisering av tjenester	Redsel for miste ungdomstrinnet	Kollektivtilbodet må bli betre	
Meir bruk av servicesenteret			Nokre ønskjer å bytte skule ved ungdomstrinnet	Minibuss ruter morgon og kveld til og frå sentrum	
Ulike turstiprosjekt, også universelt utforma tursti					

NOKRE TIPS PÅ VEGEN : KVA ER GODE MØTEPLASSAR ?

TENK UTRADISJONELT

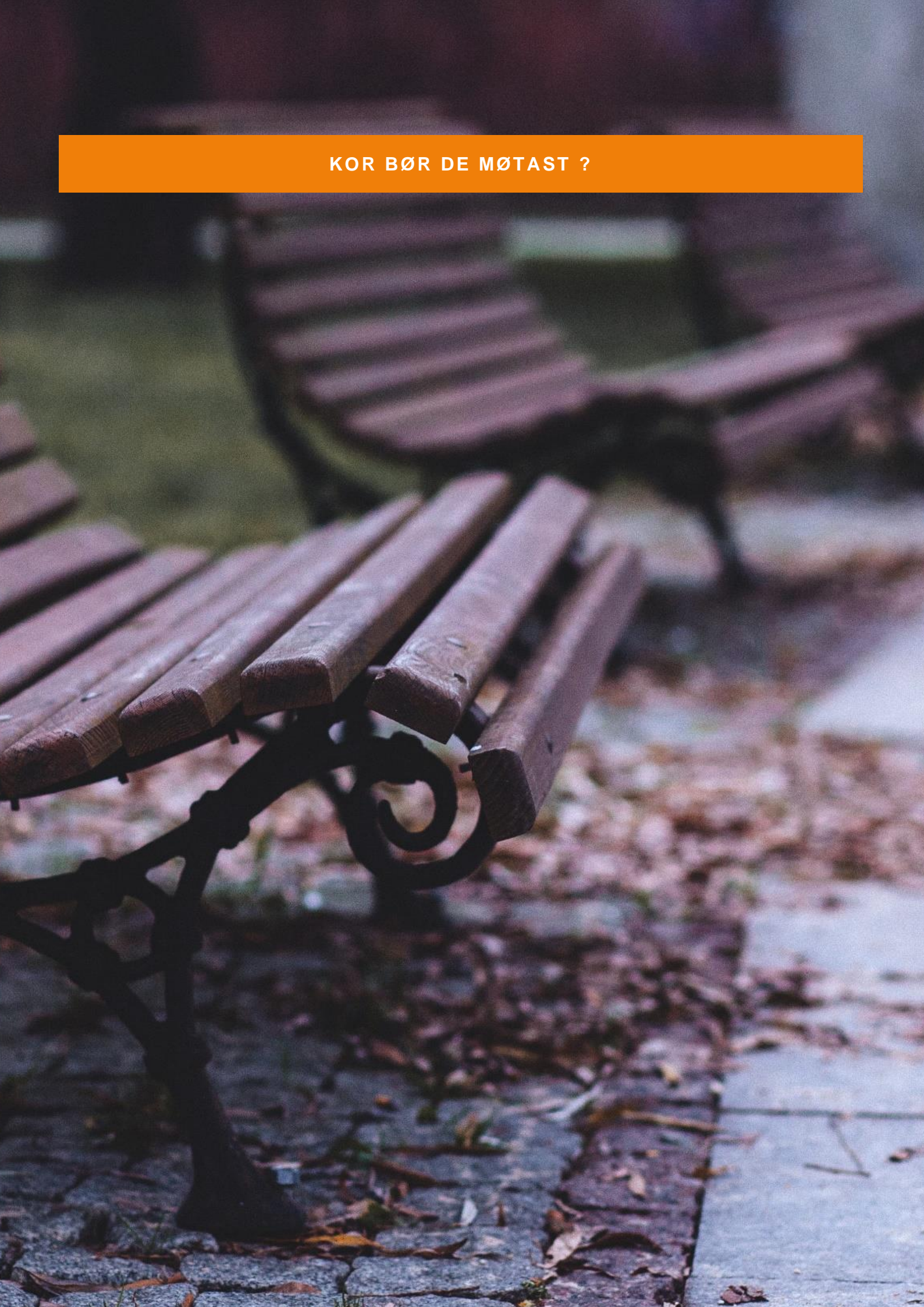
Heller enn å tenkje tradisjonelt og møtest på offentleg stad slik som gymsalen på skulen eller møterommet på rådhuset. Spør: Kor møtes folk her ? Kven vil vi ha med og kor møtes dei ?

- Vil de ha med karane som sit på butikken og drikk kaffi fredag føremiddag ? Ha ei samling der. Kjenner de nokon som kjenner dei frå før og som kan hjelpe med å knytte kontakt ?
- Vil de ha med innvandrarfamiliane som møtes på leikeplassen ? Bruk leikeplassen som møtestad.
- Er kyrkjekaffien etter gudstenesta ein plass der eldre møtest ? Så be om å få bruke denne til ei lita samling også.
- Finn ut kor ungdommane oppheld seg og gå dit snakk med dei. Å vera sosial handlar om å være interessert i andre, ikkje om å få dei til å vera interessert i deg eller ditt prosjekt. Å bygge eit fellesskap handlar om å skape nye fellesskap og kontaktar gjennom å snakke saman.

Det må ikkje vere slik at alle må på same møtet. Fleire møteplassar gjev variasjon. Etter kvart kan dei ulike gruppene møter kvarandre til inspirasjon og fest, og vise for kvarandre kva dei arbeider med. Stadar der folk kjenner seg heime er gode møteplassar og eit godt startpunkt for å få folk til å møte og engasjere seg.



KOR BØR DE MØTAST ?



OPPSKRIFT 3 :

LEIT ETTER SKJULTE SKATTAR

SKATTEJAKT 1

Ikkje alt er synleg. Vi veit berre om litt av det som rører seg i lokalmiljøet, difor er skattejakt noko ein kan arrangere for å få fram alt det vi ikkje veit. Det skjulte. Det du ikkje ser fordi du tar det for gitt, går forbi kvar dag utan å ense. Ei skattejakt kan synleggjere skjulte ressursar.

- *La folk ta bilete eller teikne lokale skattar i lokalmiljøet. Skattejakta startar med ein kort introduksjon, grupper frå ein til fire går rundt og leitar.*

Gje dei ei passeleg tid, avhengig av avstandar lokalt og i kva grad alt er i gangavstand.

Gruppene møtest på møteplassen.

- *Etter rundturen førebur gruppene presentasjonen kvar for seg og så presenterer gruppene skattane for dei andre. Oppdag kor rik plassen du bur på er !*
- *Gje ros til dei som såg plassen dei bur på og oppdaga det som auga ikkje ser til dagleg. Det er lett å bli heimeblinde.*
- *Lag gjerne ei utstilling og inviter alle.*

Lokalt initiativ: "Strikking for Groningen" for å få fokus rundt risiko ved gassutvinning



SKATTEJAKT 2

Etter denne skattejakta kan det kanskje hende at folk er klar for meir ?

Den største utfordringa er å finne dei som ikkje vil eller våger å engasjere seg, og dei som ikkje viser eller veit at dei har ressursar.

- *Be folk om å ha kamera, notatblokk eller teiknesaker klar dei neste to vekene. Oppgåva er å finne det som er vanskeleg å oppdage med første augekast.*

Kan hende oppdagar guten på 15 at far hans syng vakkert i dusjen ? Ta eit opptak av songen, presenter på samlinga, og med god overtaling og lang tids mildt press frå fleire enn sonen, kan faren vere den etterlengta tenoren som mannskoret trengte ? Kan hende du oppdagar ei svigermor som er ei oppkome av ein historiefortellar. Vil ho ikkje stå på ei scene, så kan vel folk kome heim til henne på kaffi og få ei god historie i tillegg ?

- *Etter 14 dagars skattejakt samlast gruppa og presenterer dei oppdaga skattane. Start så arbeidet for å få skattane fram i lyset. Her trengs det tid og tolmod.*

Hugs at folk treng å høyre « sidan du er så god på data, treng vi deg til å hjelpe oss med å laga ei nettside », « sidan du er så god å fortelje vitsar treng vi deg slik at møtet vårt kan få ei godt og humoristisk preg ». « Eg veit du er veldig god til å sløye fisk, og sidan desse innvandarkvinnene vil ha eit kurs i tillaging av fisk, så treng vi deg som instruktør ».

Finn de ut kva folk er god til, er sjansen større for å få dei med, enn om du ber dei om noko dei ikkje kan eller ikkje interesserer seg for.



RUSLEMAKING – Å BEVEGE SEG I, OG SANSE, NÆRMILJØET

Dei som ønske å gjera seg attraktive for alle generasjonar må involvere desse. Ruslemaking er ein metodikk som inneber å vandre i nærmiljøet og bruke sansane – lytte, sjå og lukte. Bruke kjensler og ta i bruk assosiasjonar – for å kartleggje kvalitetar på ein plass. De treng ikkje å kategorisere desse som bra eller dårleg, berre legge merke til.

Kva bør ein ta vare på ? Kva bør bli framheva ? Dette vil vi endre. Dette burde vi fjerne.

Forarbeid

- Finn ei gruppe med barn og unge, slik som elevråd, fritidsklubb eller fotballag. Ha med ein vaksen dei kjenner (kontaktlærar, trenar, elevrådslærar). Inviter gjerne med representant frå pensjonistlag, velforeining eller liknande.
- Deltakarane treng ikkje bu i nærmiljøet dei skal rusle i. Dei supplerer med å sanse ting litt « utanfrå ».
- Vel ein trasé på eit kart med tidsplan tilpassa deltakarane. 3-4 km, inntil 1 time.
- Ark til kvar av deltakarane for å notere på stopp-punkta.
- Finn 8-15 punkt i traseen kor ein stopper eit par minutt for å bruke sansane. Ein parkeringsplass, gata kring kinoen, eit ubrukt areal, skulegarden, eit grøntområde.
- Eit møtelokale med mat og drikke kor ein samlar seg til slutt.



Undervegs

- Ein gruppeleiar eller fasilitator tek ansvar for å stoppe ved dei utvalde punkta og held tidsskjema. Rollen til leiaren er å koordinere gruppa, ikkje å vera sjef.
- Når ein stopper opp må alle deltakarane merke seg kva dei lukter, ser, assosierer, hugsar. Deltakarane kan skrive, ta foto, teikne, sende snapchat eller tekstmelding.
- Få dei til å fortelje om kva forhold dei har til staden i det daglege.

Arbeidsverkstaden og samling

- Kva med å avslutte ruslemakinga på den lokale pizzaplassen?
- Leiar samlar inn deltakarane sine notat frå stopp-punkta.
- Kartutskrift (A3 eller større) av område ein har gått i. Deltakarane kan fortelje og teikne, skrive og vere kreative på kart for å få fram kva dei vil endre i nærmiljøet.
- Du som leiar kan førebu ei liste med spørsmål som « Kva om du fekk ein gjest frå utlandet, kor hen ville de dratt ? » « Kva ville du vist fram ? » De kan også supplere med andre deltakarmetodar eller designmåtar, eller vurdere å bruke legoklossar til å vise tredimensjonalt kva som var tenkt.

Etterarbeidet blir å kategorisera og analysa innspela. Her er ingen fasit, berre ver fri og kreativ. Innspela er også gjevande og underholdande å sjå på, og å forstå. De vil lære å verkeleg sjå og forstå plassen som du kallar nabolaget ditt, landsbyen din eller nærmiljøet ditt.

Ruslemaking er utvikla av Bømlo kommune saman med elevrådsrepresentantar frå tre skular. Vi takkar Alf Helge Greaker, samfunnsplanleggjar i Bømlo kommune.

Teikning: Malin frå Stord kommune



EG ØNSKE AT LEIKERPLASSEN SKAL BLI
FIKST
DA E ALTEG ØNKEMEB
OG DA Æ HEITARE MALIN
EG HAR ET GOTT LIV
HO PER OG HAR ET GOTT LIV



« EG SKULLE BERRE VEKK HERFRÅ, MEN NO
HAR VI NOKRE KULE PLANAR HER »

OPPSKRIFT 4 :

INVITER UNGDOMEN INN

UNGDOMEN ER EIN RESSURS

Det er fleire grunnar til å invitere ungdom med i innsatsen for å utvikle lokalsamfunnet:

- *Kven har meir å tene på en investering i framtida ?*
- *Dei har tid, og tid er i seg sjølv ein ressurs.*
- *Dei er kreative og har idear.*
- *Dei er knytt til plassen, og veit kva som skjer der.*
- *Dei blomstrar om dei får sjansen til å delta.*
- *Unge har ei positiv innstilling, entusiasme og energi som smitter over på andre.*
- *Dei rekrutterer foreldre og andre til også å delta.*

Finn ut korleis de lettast kan få kontakt med ungdomen i lokalmiljøet. Kor heng dei ? Oppsøk og inviter dei ved å spørje kva dei er opptatt av og finn viktig å arbeide for.

- *Avtal tid for når de kan møtast, nokre vaksne og ungdomane. Be alle ungdomane spørje to til fem kjenningar om å bli med.*
- *Inviter til idéfest, god mat på ein stad der ungdomane kjenner seg heime.*



- Presenter kort kva som har skjedd til no og fortell kor viktig ungdom er i lokalsamfunnet. Dei er framtida, bruk gjerne grunnane som er lista opp over.
- Kartlegg ressursane dei har : sjå oppskrift 1.
- Når dei unge har stått for si kartlegging og vore i ei gruppe for seg, bruk informasjonen til å skape kontakt med dei andre gruppene – inviter ungdommen inn i den store gruppa til å presentere kva dei har av ressursar og tankar om heimlassen sin.
- Spør forsamlinga kva som er felles og kva dei kan gjere ilag, og kva dei kan gjera saman på tvers av aldersgrupper. Ungdomspresentasjon bidrar til å bygge kontakt mellom folk som elles er på forskjellige arenaer. Om dei eldre har idear, er det viktig at også dei deler sine med dei unge. Då blir samarbeidet meir balansert og basert på respekt.

Ikkje overlatt ungdommen til seg sjølv. Ein vaksen med sans for ungdom heldt kontakten med ungdomane og deira arbeid. Men de skal ikkje styre eller overta arbeidet. La ungdommen både vera åleine og hjelp dei samtidig til å kople seg på andre grupper. Den vaksne si rolle er å kople saman, ikkje å leia.

Spør dei kva dei treng hjelp til. Når tida er inne, ta kontakt med rette instansar som kommunen ved arealavdelinga, idrettslaget eller aktivtøren på sjukeheimen. Ikkje gjer dette for tidleg. Prøv alltid først å lenke til lokale samfunnsressursar. Kontaktar mellom ungdommar og deira idear og produktive vaksne frå nærmiljøet, er startpunktet før ein ser etter eksterne ressursar og støtte.

Denne vaksne er her ein viktig brubyggjar og skal samtidig sikre at dei unge ikkje går lei fordi dei mister motet eller interesse.



OPPSKRIFT 5 :

VURDERING OG EVALUERING AV ARBEIDET

AVSLUTNINGSFEST ELLER BERRE EIN FEST UNDERVEGS MOT MÅLET

Å evaluere er å vurdere kva vi har oppnådd. Både prosessen og resultatet kan vera like viktige. Det avgjer dei som deltek. Spørsmål til vurdering på avslutningsfesten kan vere:

- Kva har skjedd ?
- Kvifor har det skjedd ?
- Kva har vi lært ?
- Kva effekt har det vi har fått til hatt ?
- Kva dilemma har vi møtt ?
- Kva har vi oppnådd ?
- Kven har vi inkludert ?
- Kven er ikkje her, enno ?
- Blei alle invitert ?
- Kor mange som før var isolerte er no kopla til andre ?



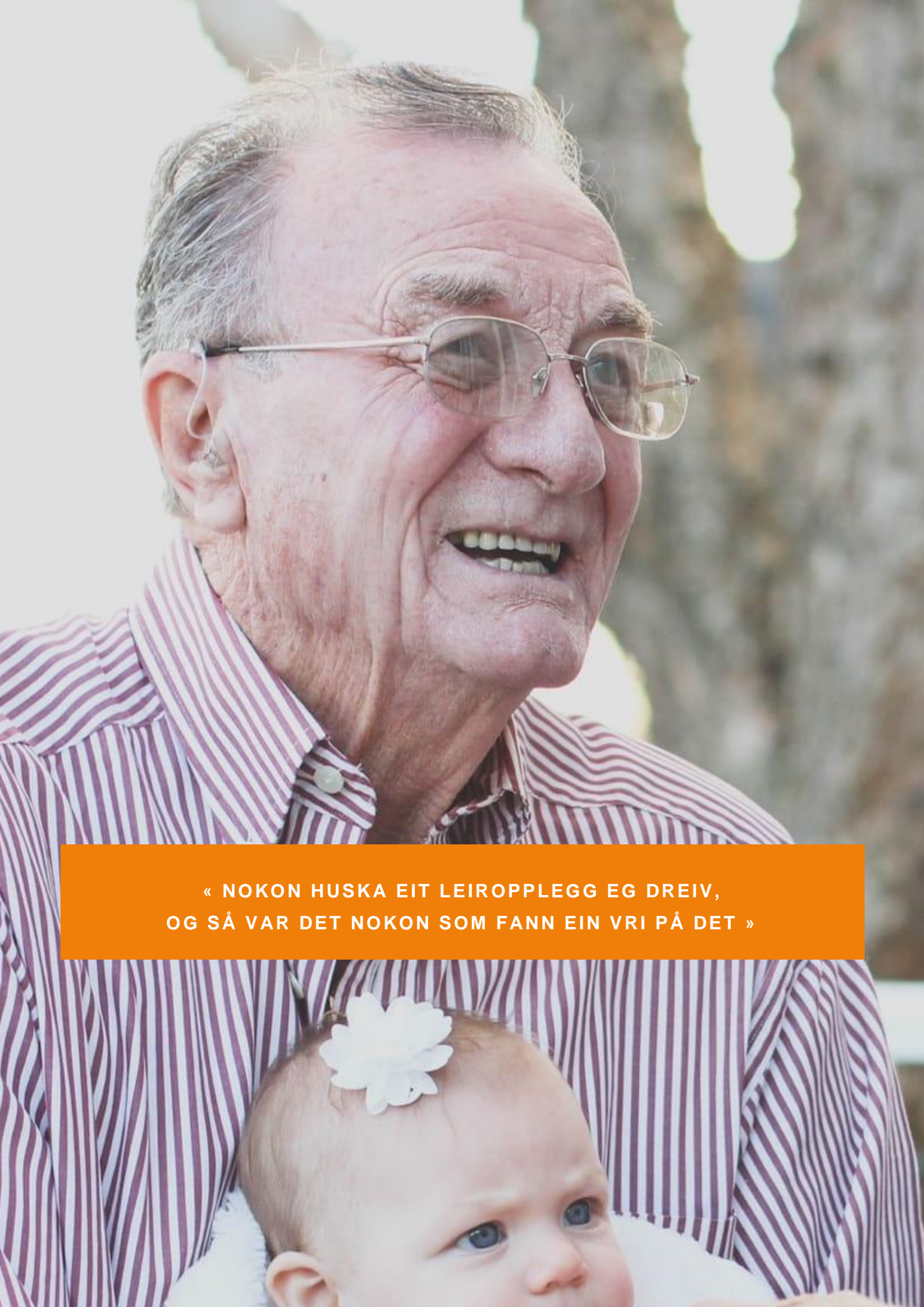
- Har ressursane vi kartla kome i bruk ?
- Kva har utveksling av ressursar ført til ?
- Har vi fått dei skjulte skattane og ressursane opp i dagen, og tatt dei i bruk ?
- Har vi styrka eksisterande møteplassar og skapt nye ?
- Har vi styrka eksisterande lag og organisasjonar og skapt nye ?
- Har offentlege organisasjonar (som skule, barnehage og sjukeheim) og næringsliv vore invitert når tida var rett for det ? Blei dei involverte og fekk dei bidra i utviklingsarbeidet på effektfulle måter ?
- Har vi frå nærmiljøet sjølv stått ved roret og fekk vi hjelp av kommunen, næringsliv og andre til å utvikla vårt lokalsamfunn i tråd med våre eigne mål ?
- Kva er vi nøgde med – kva står att å gjere ?
- Kor langt har vi kome i arbeidet med å nå måla (utviklingsspørsmålet) vi sette ?
- Har nye viktigare spørsmål dukka opp undervegs ? Kva spørsmål ?
- Kva er vegen vidare no ?
- Kven elles kan vi invitere inn ?

Mange tradisjonelle prosjekter har ein fast start- og sluttdato. Eit lokalt samfunnsutviklingsprosjekt basert på ABCD må ikkje ha det. Dei som deltar bestemmer. Samfunnsbygging er ikkje eit prosjekt, det er ein livsstil.

Nokon ting kan bli avslutta og andre kan bli starta. Ressursar som vert identifisert kan brukast i kortare eller lengre tid. Møteplassar og satsningar kan takast i bruk og dei kan vidareutviklast. Alt er ein del av det å skapa sterke og berekraftige lokale samfunn.

Det er smart å foreta evalueringar undervegs, og ikkje berre på slutten, fordi det vil gje rom for kursendring om det trengs. Ser du at nokon ikkje er engasjerte i fellesskapsutviklinga, spør kvifor. Folk kan velje å ikkje delta, men dei bør i alle fall bli spurt og gitt ein sjanse til å formidle kvifor de vil eller ikkje vil delta, og kva som må til for at dei vil delta. Om store grupper er ekskludert eller ressursar blir gløymt, då treng man ei kursendring undervegs.

Ha ein flott og velfortent avslutningsfest, men husk at det er også startlinja for neste utviklingseventyr ! Lukke til !



« NOKON HUSKA EIT LEIROPPLÉGG EG DREIV,
OG SÅ VAR DET NOKON SOM FANN EIN VRI PÅ DET »

NOKRE TIPS PÅ VEGEN : HANDLELISTE OG KJØLESKÅPET

SJEKK KVA DU HAR, FØR DU BESTEMMER KVA DU TRENG

Når du handlar til helga, kva gjer du først ? Mest sannsynleg så ser du først kva du har i kjøleskåp og ellers i kjøkkenskap og skuffer. Og så skriv du opp på handlelista det du må handla i tillegg.

I planleggingsprosessar gjort av fagfolk, gløymer dei ofte å sjå i kjøleskåpet først. Dei startar med kva som trengs, utan å sjekke kva som alt er der, eller alt som alt er tenkt eller ligg i uferdige planar.

ABCD kartlegginga, alle dei fem oppskriftene bidrar til å få opp i dagen dei ressursar som alt finst, og som utan vedtak, løyvingar eller lange prosessar kan takast i bruk. Dei fem oppskriftene gjer også eit skifte frå eit fokus på sluttleveranser til eit fokus på å oppdaga.

Det er i grunnen ganske så enkelt, og så grunnleggande, at det lett vert gløymt.

ABCD tek folk og deira ressursar på alvor. ABCD bidrar til berekraft, fellesskap og deltaking.



HANDLELISTE TIL FØRSTE SAMLING

- *Ein liten engasjert gjeng som bryr seg, som planlegg og inviterer andre personleg.*
- *Eit greitt lokale.*
- *Store kvite ark og tape.*
- *Post-it lappar i rosa, grønt, gult og blått.*
- *Feite tusjar.*
- *Kulturinnslag.*
- *Mat, flagg, kaffi og anna feiringsutstyr.*
- *Garnnøste i raudt.*
- *Teiknestiftar*



6 TING SOM VIRKAR

Her er det grunnleggjarane av ABCD hevdar fungerer når ein skal få til ei positiv utvikling :

- *Ressursane innbyggjarane har.*
- *Dei frivillige foreiningane i området.*
- *Institusjonar i området som støtter utvikling av lokalsamfunnet.*
- *Plassane de har (som parker, leikeplassar, skog, fjord, fjell, kai).*
- *Historier som formidlar kulturen og arvegodset til plassen.*
- *Utveksling og samspel mellom desse.*



LOKALVETTREGLAR I ARBEIDET

- *Gjer aldri for andre, det dei kan gjere sjølv*
- *Gje støtte ved å ta eit steg attende*
- *I utviklingsprosessar skal problem de ser, helst ignorerast. Fokuser på moglegheiter*
- *Ha det gøy, ha fest og hald uformelle samlingar, ikkje møte*
- *Start der folk er, lytt til det folk seier*
- *Kva tenkjer du på i ditt lokalsamfunn*
- *Kva er det som du ligg våken om natta for*
- *Start med det som folk bryr seg nok om til å handle*
- *Arbeid med å få resultat som gjer ein synleg forskjell*
- *Alle har gåver og ressursar. Alle kan bidra*
- *Bli kjend med folk før de presenterer kva de vil og kva agenda de har*
- *Feir resultat undervegs. Feir delmål i arbeidet*
- *Del dei gode historiene om det de gjer, om staden de bur på og skap nye gode historier i lag*
- *Fokuser på kva som er styrker og ressursar, ikkje kva som er feil og som manglar*



OPPSKRIFT 6 :

KVA NÅR FOLK ER UENIGE ?

DET ER ALDRI SLIK AT ALLE ER EINIGE OM ALT

I utviklingsarbeid kan det oppstå konflikter. Konflikt kan ha ulik styrke og alvor over seg. Konflikt kan vere ubehageleg, men kan også reinse lufta og gje ny giv etterpå. Det finst ikkje nokon grei og lett måte å ordne dei på. Oppskrifta under er eit forslag og ikkje noko fasit.

- *Finn ut kva folk er ueinige om. La dei sjølv presentere for kvarandre kva det går i. Minn folk på at det er ok å være i tvil og å sei nei til enkelte ting viss de er ueinige. Det er sunt. Det er ekte.*
- *Spør korleis dei sjølv tenkjer dette kan løysast. Nokon gang er det berre sunt med litt spenning i meiningsfeltet.*
- *Gjennomgå dei ulike forslaga til løysing, om dei finns.*
- *Vurder: Kva kan vi einast om, kva må vi vere einige om at vi er ueinige om ?*
- *Sjekk at ingen sterke stemmer overkøyrer meir forsiktige og svake stemmer.*
- *Gje dei det gjeld tips til køyrereglar for korleis leve med kvarandre trass usemje. Ver ueinig utan å vera vanskeleg.*
- *Finn dei gode fredsmeklarane i lokalsamfunnet.*

Hugs at det er råd å leve side om side. Det er eit teikn på eit sunt lokalsamfunn. I prosjekta de utviklar treng ikkje alle vere heilt einige. Dette representerer mangfaldet som nærmiljøet har. Og det er ein styrke i seg sjølv. Som ein som heter Peter Block seier: « Viss ikkje du greier å sei «nei» så blir ditt «ja» heilt meiningslaust. »

HEILT TIL SLUTT :

NOKRE VIDEOAR SOM KAN VERE TIL INSPIRASJON I ARBEIDET

**Take a street and build a community,
Shani Graham at TEDx Perth**

<https://www.youtube.com/watch?v=C1WSkXWSJac>



**Cormac Russell explains Asset Based
Community Development**

<https://www.youtube.com/watch?v=y6EkaMpAgdE>



**How to starte a movement? Leadership
lessons from Dancing Guy. Gabo Huang**

<https://www.youtube.com/watch?v=lb aemWlljeQ>



**The value of stories and how to tell them
Cormac Russell**

<https://www.youtube.com/watch?v=nk hMylanzYA>



**Kva eit samarbeid mellom kommunen
og folk som bur i Ytre Arna kan bli –
Sætreparken. Bergen kommune**

<https://www.youtube.com/watch?v=6U CjwqfZNhM>



**Sustainable community development:
from what's wrong to what's strong,
Cormac Russell**

<https://www.youtube.com/watch?v=a5 xR4QB1ADw>



**Nærmiljø Dokumentar. Bømlo
Kommune**

https://www.youtube.com/watch?v=1E zmo_wSdlU





Høgskulen
på Vestlandet



Vestland
fylkeskommune

ABCD blir brukt av lokalsamfunn verda over.

Asset Based Community Development (ABCD) er ei ressurs- og styrkebasert tilnærming til lokalsamfunnsutvikling.

Samfunnsarbeidsseksjonen ved Høgskulen på Vestlandet (HVL) forskar og underviser i ABCD, og har eit masterprogram i samfunnsarbeid. Samfunnsarbeid handlar om å støtte folk i å utvikle tiltak, lokalsamfunn og betre levekår. Fasilitering og deltakardemokratiske metodar er sentralt.

ABCD instituttet og Nurture Development er samarbeidspartnarar i mange av ABCD-prosjekta. Dei held også ABCD workshops.

Oppskriftsheftet byggjer på dei erfaringane vi har gjort oss.

Har du tips til forbetringar, eller erfaringar som du vil dele, så gje oss ein pling.



Rita Agdal

1. amanuensis
fagseksjonsleiar
Seksjon for samfunnsarbeid
Høgskulen på Vestlandet
934 15 525

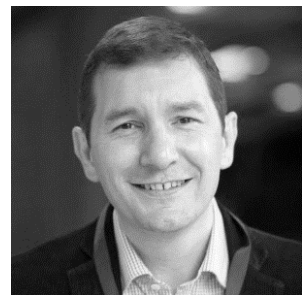
riag@hvl.no



Inger Helen Midtgård

Høgskulelektor
Seksjon for
samfunnsarbeid
Høgskulen på Vestlandet
55 58 71 48

ihmi@hvl.no



Cormac Russell

Direktør ABCD Europe
Medlem ABCD instituttet
ved DePaul University
Chicago

cormac@nurturedevelopment.org