

## TEMA 1: Hvad er diabetes?

# CASE: Hvad er diabetes?

Valgfri

### Formål

At deltagerne reflekterer over udfordringer i livet med diabetes og kommer med bud på, hvordan udfordringerne kan håndteres.

### Om øvelsen

I denne øvelse får deltagerne mulighed for at reflektere over hvad diabetes er. Idet der ikke tages udgangspunkt i den enkelte deltager, får deltagerne mulighed for at få afstand til egne problemer og i stedet være rådgivere og eksperter for andre. Mange vil bruge egne erfaringer til at komme med gode råd. Deltagerne får derved sat sig selv i spil. Deltagerne får også forståelse for, at ikke alle tackler diabetes ens.

Case-øvelsen kan bruges på tre forskellige måder:

- Parvis drøftelse
- Drøftelse i plenum
- Drøftelse i par med opfølgning i plenum.

### Forberedelse

Vælg på forhånd, hvilken case deltagerne skal arbejde med. Print casen til deltagerne.

Vælg hvilken form for case-drøftelse, der vil være mest hensigtsmæssig.

### Sådan igangsættes øvelsen

1. Underviseren introducerer formålet med øvelsen.
2. Underviseren læser casen op.
3. Med udgangspunkt i casen drøftes spørgsmålene:
  - *Hvis du skulle forklare X, hvad diabetes er, hvordan ville du så gøre det?*
  - *Hvad er det første, X skal tænke på/arbejde med?*
  - *Har du nogle gode råd til X om livet med diabetes?*
  - *Hvad er diabetes for dig? Hvordan har din hverdag ændret sig, siden du fik diagnosen?*
4. Øvelsen afsluttes med at spørge deltagerne, hvordan det har været at skulle give gode råd til case-personen, og om der er noget, de kan tage med videre.

### MATERIALER



• Case printes fra [www.levlivet.online](http://www.levlivet.online)

### TIPS TIL UNDERVISEREN

- Hvis øvelsen laves i plenum kan relevante pointer fra drøftelsen noteres på whiteboard eller flipover og fungere som opsamling på øvelsen.
- Hvis drøftelsen foregår i par med opsamling i plenum skal der afsættes lidt mere tid end 20 minutter.
- Underviseren bør være opmærksom på, at det kan være første gang deltagerne mødes, og at nogle derfor kan være lidt tilbageholdende.