

TEMA 1: Det brede og positive sundhedsbegreb

CASE: Kronisk sygdom

Valgfri

Formål

At deltagerne reflekterer over udfordringer i hverdagen med en eller flere kroniske sygdomme og kommer med bud på, hvordan udfordringerne kan håndteres.

Om øvelsen

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 hverdagen med kronisk sygdom 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 eller åbn case-filmen med link med QR-kode.

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

Sådan igangsættes øvelsen

1. Underviseren introducerer formålet med øvelsen.
2. Underviseren læser casen op eller afspiller filmen. Vis evt. filmen flere gange, da deltagerne vil opdage nye ting ved gensyn.
3. Med udgangspunkt i casen drøftes spørgsmålene:
 - Hvad betyder det for X, at vedkommende har fået en kronisk sygdom?
 - Har I nogle gode råd til X i forhold til at tackle livet med en kronisk sygdom?
 - Hvilke overvejelser har I selv gjort jer i forhold til at leve med en kronisk sygdom?
 - Har jeres liv ændret sig efter, at I fik jeres diagnose?
 - Hvordan oplevede I at få en kronisk sygdom?
 - Hvordan var forløbet i den første tid?

MATERIALER



- Case printes fra **www.levlivet.online**. Case-film åbnes med link eller QR-kode fra **www.levlivet.online**.

TIPS TIL UNDERVISEREN

- Hvis øvelsen laves i plenum kan relevante pointer fra drøftelsen noteres på tavle eller papir 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 formentlig er første gang deltagerne mødes, og nogle derfor kan være lidt tilbageholdende.