

# Informasjon om International Caregiver Development Programme ICDP



**Som omsorgsgivere har vi mange gleder og utfordringer. I en travel hverdag blir det ikke alltid tid til å tenke over hvordan vi er som omsorgsgivere og over hvor viktige vi er for de menneskene vi har omsorg for. I ICDP legges det til rette for å møte andre omsorgsgivere, dele erfaringer, bli bevisstgjort og drøfte muligheter, gleder og utfordringer i kommunikasjon og samspill med eldre mennesker.**



**ICDP søker å støtte og utvikle din**

- **Nysgjerrighet på hvordan du kan få et enda bedre forhold til det enkelte eldre mennesket**
- **Interesse for hvordan du kan støtte og hjelpe eldre mennesker til en bedre trivsel og livskvalitet**

• **Kunnskap om hvordan andre omsorgsgivere løser vanlige utfordringer**



**ICDP er en arena for å dele erfaringer, tanker og ideene med andre omsorgsgivere for bevisstgjøring av omsorgsgiveres viktige betydning i kommunikasjon og samspill med eldre mennesker.**

- **Hva slags omsorgsgivere ønsker vi å være? • Når får vi til det gode samspillet? • Hvordan kan vi gjøre mer av det som fungerer?**

**Målsettingen er å finne tryggheten og bekreftelsen på at vi er gode omsorgsgivere ved at vi blir mer bevisste på hva vi gjør som er bra for de menneskene vi har omsorg for. Hensikten er at du skal få hjelp til å finne egne løsninger som er tilpasset de du har omsorg for – gjennom samtaler og øvelser i gruppen og ideer eller oppgaver du prøver ut i kommunikasjon og samspill med eldre mennesker**

**Praktisk gjennomføring av ICDP gruppe:**

- 8 gruppemøter på arbeidsplassen
- Møter ukentlig eller hver 14. dag
- Møtene varer cirka 2 timer
- 6 – 9 deltakere i gruppen
- Ledes av 2 sertifiserte ICDP-gruppeledere med som har erfaring med omsorg for eldre mennesker
- Alle deltakerne får et bevis på at de har deltatt i ICDP gruppe med beskrivelser av hvilken type kompetanse det legges vekt på å utvikle.



- ❖ **ICDP er et helsefremmende og forebyggende opplæringsprogram som bygger på humanistiske verdier og søker å støtte opp om verdier i personsentrert omsorg.**
- ❖ **Tilbudet er rettet mot ansatte, frivillige eller pårørende i ulike tjenester i eldreomsorg.**
- ❖ **Programmet tar sikte på å styrke eldre menneskers livsvilkår og livskvalitet gjennom opplæring og bevisstgjøring av omsorgspersoner i eldreomsorg.**
- ❖ **Omsorgspersoner møter hverandre i grupper for systematisk refleksjon, utveksling av erfaringer, samt bevisstgjøring av kunnskap man vanligvis ikke setter ord på. Hensikten er å støtte og utvikle omsorgsgiveres sensitivitet og empati i kommunikasjon og samspill med eldre mennesker.**
- ❖ **Gruppene tar utgangspunkt i ulike aktiviteter for læring, der deltakernes samtaler og refleksjoner om erfaringer fra kommunikasjon og samspill i hverdagen er det sentrale.**
- ❖ **Tema for gruppene er: «8 tema for godt samspill», «synet på den andre som person», «synet på helse», «synet på alderdom», «etiske dilemmaer i eldreomsorg» og «det som ikke snakkes om».**
- ❖ **Et av målene med ICDP er å gi omsorgsgivere hjelp og inspirasjon til å finne løsninger i kommunikasjon og samspill med eldre mennesker. Fokuset er på mestring og ivaretagelse av både omsorgsmottakers og omsorgsgivers ressurser.**



- ❖ Et annet mål med ICDP, er at den enkelte omsorgsgiver skal bli trygg, føle mestring og bli bevisst på sin egen betydning som omsorgsgiver



- ❖ ICDP står opprinnelig for "International Child Development Programme" ([www.icdp.no](http://www.icdp.no)) og er justert til eldreomsorg under benevnelsen: «International Caregiver Development Programme».
- ❖ Barneversjonen av ICDP tilbys i en rekke tjenester i Norge og i over 40 andre land.
- ❖ Justeringen av programmet til omsorgsgivere til eldre startet opp i Norge i 2015 og tilbys også i Sverige, Danmark, Colombia og Tyskland.



Ønsker du å vite mer?

Ta kontakt med:

Line Constance Holmen [line.holmsen@vid.no](mailto:line.holmsen@vid.no) Tlf. 91197030 eller

Eli Østberg Baardseth [eliostberg.baardseth@hel.oslo.kommune.no](mailto:eliostberg.baardseth@hel.oslo.kommune.no)