

# Förebildsledare

Uppdraget som förebildsledare på RG:s kurser och läger innebär att du tillsammans med övriga ledare jobbar nära deltagarna i syfte att de ska bli så självständiga som möjligt. Det innebär att du hjälper till i den mån du kan med deras personliga hjälpbehov, ger tips på lösningar och aktivt förmedlar dina erfarenheter. Vi försöker lägga mycket tid på ADL-träning (aktiviteter i dagliga livet). Därför ägnas morgnarna till större del åt detta. Där har du som förebildsledare en viktig roll för att kunna ge handfasta tips vid påklädning, förflyttningar med mera.

Som ledare i RG:s verksamhet får du räkna med tidiga morgnar och sena kvällar. Det är långa arbetsamma dagar men du har samtidigt väldigt roligt. Känns något svårt kommuniceras det med övriga ledare så att ni på bästa sätt kan hjälpas åt. Tillsammans skapar ni ett team som ser lösningar.

I uppdraget som förebildsledare behöver du vara bekväm i din egen situation och kunna dela med dig av dina erfarenheter. Det kan handla om hur du löst olika praktiska delar men också vad som varit utmanande mentalt och hur du lärt dig hantera det. Det är viktigt att du lyssnar in och kan möta deltagaren där personen är i sin process just nu. Kom ihåg att varje individs upplevelse av sitt trauma är unik.



Som förebildsledare fyller du en stor funktion under hela dagen – under träningspassen, föreläsningarna och de gemensamma aktiviteterna. Det som är unikt med RG:s verksamhet är att deltagarna får möjlighet att träffa dig, som har en liknande erfarenhet och kan sätta dig in i deltagarnas situation. Det är viktigt att du kan motivera och peppa för att de ska våga utmana sig själva men glöm inte bort vikten av att de känner sig trygga för att våga testa.

Vid uppstart kommer du att få information om de olika skador/sjukdomar som deltagarna har och ett mer detaljerat schema.