

1. 'Det viktigste er å bli frisk'

Om dette er første refleksjon anbefaler vi at dere bruker litt tid på å avklare formen på refleksjonen. (se "oppskrift").

Påstanden leses høyt, og deltakerne kan komme med sine tanker. Gi rom for at folk kan tenke seg om. Om ingen tar ordet kan du spørre om det er noen som har noen tanker rundt denne påstanden. Forhåpentligvis er dere nå i gang!

Et godt tips er å spørre utdypende om tema som kommer opp som kan være aktuell eller interessant for de som er med. Om dette er utfordrende kan de undernevnte støttespørsmålene være til hjelp.

Spørsmål/tema:	Oppfølgingsspørsmål:
<input type="checkbox"/> Er å være frisk det samme som å ha et godt liv?	<input type="checkbox"/> Hva er et godt liv? <input type="checkbox"/> Kan man leve et godt liv med symptomer?
<input type="checkbox"/> Hva vil det si å bli/å være frisk?	<input type="checkbox"/> Må alle være friske? <input type="checkbox"/> Kan det - for en person som har vært syk "hele livet" - oppleves som skummelt å bli frisk. <input type="checkbox"/> Kan livet være rikere med symptomer enn uten?
<input type="checkbox"/> Hvem avgjør hva det vil si å være frisk?	<input type="checkbox"/> Dersom en person ser på seg selv som frisk, men fagfolk ser på personen som syk, hva kan det føre til?
<input type="checkbox"/> Kan helsepersonell ignorere diagnoser?	<input type="checkbox"/> Kan man gi forsvarlig helsehjelp uten å ta hensyn til diagnoser? <input type="checkbox"/> Hvor mye fokus bør man ha på diagnoser og symptomer?
<input type="checkbox"/> Hvor mye fokus skal helsepersonell ha på at noen skal bli frisk?	<input type="checkbox"/> Finnes det andre fokus vi kan ha i møte med brukere? <input type="checkbox"/> Hva skiller disse fokusene? (bli frisk vs andre fokus?) <input type="checkbox"/> Er det alltid slik at bruker/pasient har ønske om å bli frisk? Eller er motivert for det?
<input type="checkbox"/> Hva tror du bruker/pasient ville ha svart om vi hadde stilt dette spørsmålet?	<input type="checkbox"/> Kjenner vi noen som har blitt frisk?