

## Bakgrunnsdokument: En innføring i forståelsesmodeller, funksjonshemmende barrierer og normer

Hva er driveren bak visjonen om universell utforming? Har du tenkt på hvordan både fysiske elementer og sosiale normer kan bidra til enten inkludering eller ekskludering av mennesker? I dette dokumenter forsøker vi å gi deg en rask innføring i noen kjerneelementer i funksjonshemmedes likestillingsbevegelse. Dersom du har lite kjennskap til tematikken, kan dette være et fint sted å starte.

### Hva regnes som en funksjonsnedsettelse?

***En funksjonsnedsettelse** viser til tap av, skade eller avvik i en kroppsdel, eller i en av kroppens psykologiske, fysiologiske eller biologiske funksjoner. Eksempelvis kan dette dreie seg om nedsatt bevegelses-, syns- eller hørselsfunksjon, nedsatt kognitiv funksjon eller ulike funksjonsnedsettelser på grunn av allergi, hjerte- eller lungesykdommer.*

***En funksjonshemming** oppstår når det er et gap mellom et individs forutsetninger og omgivelsenes utforming eller krav til funksjon. Funksjonshemming er ikke en individuell egenskap, men et forhold eller en situasjon som kan oppstå i individets møte med samfunnet/de fysiske omgivelsene.<sup>1</sup>*

En funksjonsnedsettelse eller kronisk diagnose kan være alt fra en alvorlig sykdom, til plager eller tilstander man kan leve gode liv med. Disse kan være synlige, usynlige, medfødte og ervervede. Hvilke utfordringer man opplever, vil variere avhengig av diagnose og tilstand, men også mellom individer.

Det er vanskelig å presentere et tall for hvor mange som lever med en funksjonsnedsettelse i Norge. Tallet varierer etter hvilken definisjon man legger til grunn. I SSBs Arbeidskraftundersøkelse, oppgir mellom 15-18 prosent av befolkningen mellom 15-66 år å ha en funksjonsnedsettelse (tallet varierer noe fra år til år). I Difis Innbyggerundersøkelse viste resultatene fra 2019 at 20 prosent av

---

<sup>1</sup> Definisjonene er hentet fra Barne-, ungdoms- og familiedirektoratet (Bufdir). Les mer om definisjonene på våre hjemmesider: <https://ungefunksjonshemmede.no/omungefunksjonshemmede/>

befolkningen over 18 har nedsatt funksjonsevne. Med andre ord kan nær én av fem i Norge oppleve å ha eller få en funksjonsnedsettelse i løpet av livet.<sup>2</sup>

I et livsperspektiv vil alle oppleve variasjoner i funksjonsevne og til sammen er det altså mange av oss som har behov for et hjelpemiddel eller en form for tilpasning av hverdagen. Behovet for tilrettelegging kan øke der miljøet ikke er universelt utformet.

## Fra en medisinsk forståelsesmodell til en sosial forståelsesmodell

Variasjoner i funksjonsevne er en del av det menneskelige mangfoldet. I dag snakker vi gjerne om at personer med funksjonsnedsettelser opplever samfunnsskapt barrierer eller kan bli funksjonshemmet i møte med omgivelsene. Funksjonshemmingen er på denne måten ikke en individuell egenskap hos den enkelte, men noe som oppstår i samspillet mellom den enkelte og samfunnet eller omgivelsene rundt. En person kan ha en funksjonsnedsettelse, men er ikke nødvendigvis «hemmet». Denne forståelsen har nå offisiell forankring i Norge. Dette har imidlertid ikke alltid vært tilfellet, og fortsatt kan man møte på «gamle» forståelser av «funksjonshemming». Vi gir dere her et historisk tilbakeblikk.

Frem til 1970-tallet var en **medisinsk forståelse** av funksjonshemming i stor grad rådende i den politiske terminologien i Norge. Den medisinske modellen fokuserer på individet og ser på funksjonshemming som et individuelt problem forårsaket av sykdom eller skade. Tanken var at dette måtte kureres, eller den enkelte skulle gjøre egne tilpasninger for å bedre sin situasjon, slik som å foreta endringer i livsstil. Etter den medisinske modellen har tiltak som bistand og medisinsk omsorg vært overbærende.

Den medisinske modellen ble tidsnok kritisert for sitt *for* ensidige fokus på individualitet og sykdom, og mange mente at de ufortjent fikk et «avviksstempel» med en funksjonsnedsettelse. I stedet ønsket funksjonshemmedes organisasjoner en større aksept for mangfold og «forskjellighet». Det ble også i økende grad erkjent at utestengelse har like mye årsak i holdninger og fysiske barrierer i miljøet vi beveger oss i, som i egenskaper hos den enkelte.

**Den sosiale modellen** vokste frem som en reaksjon på den medisinske forståelsen av funksjonshemming. Denne modellen har bidratt med økt forståelse for hvordan politikk og måten vi har utformet omgivelsene på, enten kan inkludere eller ekskludere mennesker. Grensen mellom det som oppfattes som et avvik og det som oppfattes som «normalt», er et produkt av kulturelt skapte standarder, og ikke gitte forhold.

---

<sup>2</sup> Les mer om de ulike tallene på Bufdirs nettsider under denne siden:  
[https://bufdir.no/Statistikk\\_og\\_analyse/Nedsatt\\_funksjonsevne/Antall/](https://bufdir.no/Statistikk_og_analyse/Nedsatt_funksjonsevne/Antall/)

I den sosial forståelsen legges det vekt på at funksjonshemminger skapes av manglende tilrettelegging, heller enn mangler ved individet. For eksempel er det først når en person i rullestol møter på en bratt trapp som eneste kommunikasjonsvei, at hen blir funksjonshemmet. Bygges inngangen trinnfri, vil denne personen kunne ferdes som andre. Funksjonshemming er på denne måten et uttrykk for en systematisk diskriminering. Løsningen bør være at samfunnet tilpasser seg individene, heller enn at individet må tilpasse seg samfunnets rigide og ikke nødvendigvis naturlige utforming.

Mange har hevdet at den sosiale modellen etablerer et altfor sterkt skille mellom det kroppslige fokuset og fokuset på omgivelsene. I Norge har derfor en mellomposisjon til de to modellene fått forrang i det offentlige. Denne modellen kalles **den relasjonelle modellen**. I den relasjonelle modellen er det samspillet mellom individet og samfunnet, eller omgivelsene, som er det vesentlige. Det er også i dette samspillet at en eventuell funksjonshemming oppstår. Naturlig nok, er det også da *samspillet* man ønsker å bedre. I praksis kan dette bety at en person med sterkt nedsatt syn blir utstyrt med hjelpemidler, samtidig som samfunnet legges bedre til rette for bruken av disse. Slik vil den enkelte få bedre forutsetninger for å ferdes og delta i det offentlige rom. Den relasjonelle forståelsen omtales ofte som «Gap-modellen», fordi funksjonshemmingen oppstår når det er et misforhold, eller et gap, mellom individets forutsetninger og omgivelsenes krav til funksjon. Dersom det stilles krav til at en eksamen for eksempel gjennomføres for hånd, kan dette hindre elever med dysleksi fra å ta i bruk sine hjelpemidler. Hvis eksamen på den andre siden utformes slik at elever kan bruke kompenserende hjelpemidler, oppstår ikke lenger noen «funksjonshemming» eller noe stort «gap».

Vi har altså beveget oss fra en forståelse av at det er individets iboende egenskaper som legger begrensninger på deltakelse og evner til å mestre, til å anerkjenne at det like mye er utformingen av våre omgivelser som avgjør hvorvidt man kan delta på likestilt grunnlag.



*Figur 1 En forvirret person i rullestol står overfor en lang trapp opp til en dør som sier "velkommen!"  
Illustrasjon av Thomas Sørliie Hansen.*

## Tilgjengelighet og tilrettelegging i et likestillingsperspektiv

Diskrimineringen og segregeringen som mange med funksjonsnedsettelse opplever, vil oppleve eller har opplevd på et tidspunkt, er ikke unikt i et historisk perspektiv. I samfunnet har vi fra gammelt av utformet bygg, institusjoner og omgivelser for at noen skal bruke dem, og andre ikke. Én av årsakene kan være at gruppene som har ledet disse prosessene ikke har vært særlig mangfoldige. Etter hvert som samfunnet har utviklet seg og vi har modernisert vårt syn på likestilling, har vi derfor måtte gjøre endringer i offentlig rom, slik at flere grupper har fått mulighet til å delta på like vilkår. Et eksempel er kvinners deltakelse. Etter at kvinner fikk tilgang til utdanning og arbeidsliv, som menn, ble det nødvendig å bygge institusjoner som kunne ivareta ansvar som kvinner tradisjonelt har hatt, som omsorgsoppgaver og barnepass (Lid, 2020). I tillegg måtte det bygges toaletter for kvinner og legges til rette for permisjon i forbindelse med fødsel. Det er med andre ord ikke noe nytt at institusjoner og de fysiske rommene i samfunnet påvirkes av politiske og sosiale endringer.

Som Inger Marie Lid forklarer i sin bok om universell utforming (2020)<sup>3</sup>, ble bygg, institusjoner og fellesarenaer i Norge bygget i en tid da personer med funksjonsnedsettelse ble vist til spesialskoler og de færreste fikk tilgang til høyere utdanning og lønnet arbeid. På den tid tok man ikke i betraktning at menneskene som skulle bruke de offentlige rommene og tjenestene, innebar personer som

<sup>3</sup> Lid, I.M. (2020). Universell utforming og samfunnsdeltakelse. Oslo: Cappelen Damm

brukte hjelpemidler. I utviklingen av samfunnet ble altså enkelte grupper neglisjert. Konsekvensen er i dag, selv etter at vi har kommet mye lengre i likestilling og rettighetsoppfyllelse, at personer med hjelpemidler møter betydelige barrierer for deltakelse. Fysiske barrierer gjør det vanskelig å ta seg frem på egenhånd, samt å etablere eller opprettholde et selvstendig liv og sosial deltakelse.

## **Universell utforming som et grep for likestilling**

Alle mennesker har en funksjonsevne, og blant oss kan den variere betydelig. Dette skal imidlertid ikke være faktor som avgjør om vi kan delta i offentlige rom, på skole, i arbeid og videre utdanning, eller ikke. Likestilling, like rettigheter og like muligheter til å delta, er en grunnleggende betingelse for den demokratiske strukturen vår. Menneskelig variasjon bør derfor tas hensyn til i utviklingen av samfunnet og vi bør jobbe for å bryte ned fysiske barrierer som finnes i dag.

**Universell utforming** har vokst frem som en visjon for å legge til rette for menneskelig variasjon. Omgivelsene skal være universelt inkluderende for alle, og invitere til bruk og ferdsel, uavhengig av funksjonsnivå og tilstand.

*Med **universell utforming** menes utforming av produkter, omgivelser, programmer og tjenester på en slik måte at de kan brukes av alle mennesker, i så stor utstrekning som mulig, uten behov for tilpassing og en spesiell utforming (FN-konvensjonen om rettighetene til personer med nedsatt funksjonsevne, Artikkel 2)*

Universell utforming ønsker å bidra til en målsetning om likestilling, deltakelse, brukskvalitet for alle, sosial integrasjon og mangfold i samfunnet, og er regnet for å være samfunnsøkonomisk nyttig. Tilgjengelighet og universell utforming er eksempel på helt sentrale virkemidler for å bygge ned funksjonshemmende barrierer som personer møter. Universell utforming handler om å finne hovedløsninger som alle kan benytte seg av, og slik sikre en mer likestilt samfunnsdeltakelse. Når alle kan bruke de samme løsningene og delta på samme plattform, bidrar dette til en inkludering som samfunnet er tjent med.

Mange kan mene at tiltak for bedre tilgjengelighet er fordyrende og unødvendige, eller ikke er relevant for deres virksomhet. Dette gjenspeiler ofte negative holdninger og lave forventninger til personer med funksjonsnedsettelse. Argumentet tar heller ikke i betraktning at universell utforming er en samfunnsgevinst som mange ulike mennesker vil komme til å dra nytte av i ulike

situasjoner og stadier i livet.

## **Hvordan påvirker samfunnsskapte barrierer oss gjennom ulike stadier av livet?**

Mange med funksjonsnedsettelse og kroniske sykdommer kan oppleve utfordringer med å få sentrale oppfylte rettigheter som andre tar for gitt. Barrierer for deltakelse bidrar til økt utenforskap. La oss se på hvordan barrierer som manglende tilgjengelighet og tilrettelegging kan utspille seg.

### **Utdanning**

Mange elever og studenter med funksjonsnedsettelse må jobbe mye hardere enn sine jevnaldrende for å komme seg gjennom utdanning, fordi det mangler forståelse for og prioritering av tilgjengelighet og tilrettelegging.<sup>4</sup>

Standardiserte løsninger, tjenester, materialer og vurderingsformer kan gjøre det vanskelig for enkelte å få utbytte av skole og utdanning, og stå i løpet. For noen er ikke tilgjengelig pensum klart ved skolestart, noen får fritak fra timer i stedet for tilpasning og for andre lar ikke rigide timeplaner seg kombinere med en varierende form, sykehusbesøk eller behovet for å energiøkonomisere. Utdanningssystemet er ikke like godt tilpasset for unge som i større grad enn andre må følge opp egen helse. Flere opplever også at læresteder har fysiske barrierer som gjør det vanskelig å delta, både faglig og sosialt. Noen føler på fordommer og at de blir stilt lavere forventninger til, fordi de har en kropp som fungerer litt annerledes enn majoritetens.

Det har samtidig vist seg at høyere utdanning er svært viktig for personer med funksjonsnedsettelse, faktisk dobbelt så viktig som for resten av befolkningen, for å komme i arbeid. Likevel er andelen med funksjonsnedsettelse som tar høyere utdanning betraktelig lavere enn blant befolkningen ellers. Hele 44 prosent av personer over 20 år, med en funksjonsnedsettelse, har ikke utdanning utover grunnskolen. Tallet for befolkningen generelt er 27 prosent.<sup>5</sup>

### **Arbeidsliv**

Mangel på høyere utdanning gjør det i seg selv vanskeligere å komme seg inn i arbeidslivet. Også barrierer som manglende tilgjengelighet og tilrettelegging spiller inn på mulighetene til å gå og få seg jobb. I tillegg opplever mange diskriminering på bakgrunn av stereotypiske forestillinger om personer med funksjonsnedsettelse,

---

<sup>4</sup> Les mer i [rapporten \*Barrierer i høyere utdanning for personer med nedsatt funksjonsevne\*](#), utgitt av PROBA Samfunnsanalyse i 2018.

<sup>5</sup> Les mer [om statistikken på Bufdirs nettsider](#).

og står derfor ufrivillig utenfor arbeidslivet. En fersk studie viser at rullestolbrukere kalles inn til intervju bare halvparten så ofte som andre.<sup>6</sup>

### **Overganger**

Unge med funksjonsnedsettelse og kroniske sykdommer kan møte på krevende overganger på ulike stadier i livet. Alle kan føle seg sårbare i overgangsfaser, men for unge som bryter med normer om kropp og funksjon, kan usikkerhetene bli større. Ofte kan koordineringen mellom offentlige instanser svikte og en ny skole, kommune, universitet eller et hjelpeapparat kan stille krav om gjentatte dokumentasjoner og papirarbeid. Mange må skaffe seg ekspertise på egen tilstand og må ofte ta et større ansvar for egen helse og behandling enn det andre ungdommer må. Derfor kan det tidlig stilles store krav til selvstendighet.

Mange unge ønsker at overganger skal gå problemfritt og mer av seg selv. Det bør ikke være store forskjeller mellom dem og andre i overganger fra skoler, til utdanning og arbeidsliv. Likevel fører byråkratiske prosesser og behovet for spesielløsninger til at en del blir gjort mer «annerledes» enn de trenger å være. Utfordringer med å passe inn i systemers innretning, gjør at man skiller seg ut. Hva sier dette noe om våre systemer og institusjoner?

Det er viktig å huske på at utdanning og arbeid ikke bare er avgjørende for å øke den enkeltes valgmuligheter og evne til å forsørge seg selv. På disse arenaene etablerer vi nettverk, venner og finner kanskje kjæreste. Man får også mulighet til å forfølge faglige interesser og drømmer. Slike aspekter er viktige for vår livskvalitet.

### **Spørsmål til ettertanke:**

- Hvordan kan samfunnet bli mer tilgjengelig for alle?
- Hva betyr begrepet «funksjonshemmende barrierer»?
- Hva har universell utforming med likestilling og likeverd å gjøre?
- Se for deg ulike situasjoner der personer med funksjonsnedsettelse ikke får delta på lik linje med andre (på arenaer som utdanning, arbeid og fritid). Hva ville reaksjonene vært dersom det var andre grupper som ble utestengt, eksempelvis kvinner eller personer med etnisk minoritetsbakgrunn?
- Skiller funksjonshemmedes likestillingsbevegelse seg fra andre bevegelser for likestilling? Hvis ja, hvordan?
- Hvilke endringer måtte til i utformingen av samfunnet da kvinner gradvis ble mer likestilte med menn?

---

<sup>6</sup> Les om [studiens resultater i Handikapnytt](#).

## Normer og holdninger

Mange med funksjonsnedsettelse kan oppleve å få et «annerledesstempel». Dette kommer av at normer har fått forankring i samfunnet. Normer legger føringer for hvordan vi betrakter verden, og gjør at vi tar enkelte ting for gitt. Normer bestemmer rett og slett hva som anses som «normalt». Samtidig skapes det en motsats der noe oppfattes som mindre normalt, eller «unormalt».

*Det finnes mange normer, og vi møter de hver eneste dag på ulike steder og i forskjellige situasjoner. En norm kan ses på som en regel for hvordan vi skal oppføre oss, og påvirker hvilke valg vi tar.*

*Normer sier også noe om hvilke forventninger samfunnet og andre har til oss, og bidrar til en ryddig organisering av samfunnet. Andre normer kan gi de som bryter dem en opplevelse av å stå utenfor og bli ekskludert.*

Normer blir ofte veldig synlige når de brytes. I dag er det mange som bryter med normen for kropp og funksjon blant personer med funksjonsnedsettelse og kroniske diagnoser. *Funksjonsnormen* handler om en antakelse om at kroppen må fungere på en gitt måte for at man skal kunne delta i samfunnet og leve gode liv. Det legges til grunn at det finnes en standard for hvordan kroppen skal se ut og fungere, som er «normalt» og som man tenker at alle ønsker seg. Enkelte tar det videre for gitt at de av oss med en funksjonsnedsettelse eller kronisk diagnose har store utfordringer i hverdagen og ikke har mulighet eller evne til å leve like gode liv som andre. Dette er en generaliserende antakelse som gjerne ikke stemmer. Dersom samfunnet ikke legges opp etter en forventning om at alle mennesker kan gå i trapper, høre informasjon over høyttaler, lese plakater og ferdes uten hjelpemidler, vil flere kunne få tilgang til fellesskapet og leve selvstendige liv. Det finnes ikke bare én måte å konstruere bygg, gi informasjon, underholde og undervise på.

På grunn av snevre oppfatninger om hva som er «normalt», kan altså funksjonsnedsettelse i seg selv føre til at man blir sett på som «annerledes». Dette bidrar til at mange blir møtt med negative sanksjoner, som utestenging, mobbing, diskriminering og/eller hatprat.

Når man ikke passer inn i funksjonsnormen, kan man også oppleve diskriminering i utdanning og i arbeidsliv. Det kan rett og slett oppstå grunnløse forventninger til



hva du vil få til og ikke. Institusjoner som har fysiske barrierer eller ikke kan tilby informasjon og tjenester i tilgjengelige formater, bidrar også til utestengelse og opprettholder *funksjonsnormen*.

### **Hva kan vi gjøre med dette?**

En teknikk for å endre og bevisstgjøres holdninger vi ikke er tjent med, er å bruke normkritikk. Ved å *dekonstruere* normer kan det bli tydelig at det man tar for gitt om en person, ikke alltid stemmer. De aller fleste mennesker bryter normer og skiller seg ut på minst ett område, men likeså har vi alle noen styrker og privilegier.

Normkritikk handler om å bli bevisste på hvordan vi blir stilt ovenfor, og stiller andre ovenfor, forventninger i hverdagen. Det handler om å identifisere hva vi ser på som «normalt», eller gitt, og hvordan disse oppfatningene kan skape barrierer for dem som faller utenfor ideen om det «normale». Gjennom å bli normkritiske kan vi bidra til å normalisere mangfold. Det er for eksempel mange måter å uttrykke kjønn, kjærlighet og identitet på. Det kan også finnes flere måter å leve på som ungdom eller å organisere en familie. Personer som bryter normer og forventninger kan lære oss hvordan vi kan flytte grenser og bidra til å normalisere mangfold.

### **Språkbruk**

Holdninger og identitet kommer blant annet til uttrykk gjennom språk. Språket vårt er ikke nøytralt, men videreformidler både følelser, ideer og verdier. Det er mektig, og gir oss muligheter til både å inkludere og ekskludere. Samtidig vet vi at det kan oppstå misforståelser. Kanskje finnes det en god hensikt bak det du skal si, men du opplever at du mangler gode begreper eller du er usikker hvilken definisjon som er «rett». Personer kan ha ulike preferanser for hvordan de selv, eller deres situasjon, skal omtales. Spør gjerne den enkelte hva hen foretrekker, eller ta utgangspunkt i de samme definisjonene som hen bruker selv.

Husk også at menneskers identitet kan bestå av mange ulike elementer. For de fleste vil deres funksjonsevne være sekundær, eller bare en liten del av deres identitet. Først og fremst kan man oppleve seg som norsk, same, engelsk, kvinne, trans, mann, ung, panfil, homofil, bifil, troende eller noe helt annet. Vær oppmerksom på at ikke alle vil passe inn i samfunnets forventninger eller «bokser» for å plassere mennesker. Ikke anta for mye på forhånd, og la heller den enkelte få definere seg selv.

I dag finnes det lister for ikke-diskriminerende språkbruk rundt funksjonsevne, som diagnose- og interesseorganisasjoner har vært med på å utvikle. Språket vil alltid være i forandring, men slike lister kan være nyttig å ta

utgangspunkt i, hvis du ikke kjenner til hva den enkelte foretrekker. Listene er lenket til under «videre lesning».

### **Spørsmål til ettertanke:**

- Normer tegner opp grenser der noen individer faller «innenfor», og andre har en identitet som faller «utenfor». Hvilke normer kan bidra til ulike former for utestengelse?
- Hvordan kommer «funksjonsnormen» til uttrykk i utformingen av samfunnet?
- Hvem føler seg «hjemme» på din skole, i din organisasjon, forening eller bedrift? Hvem «ser seg selv» i undervisningsmaterialet, aktiviteter og markedsføringsinnhold? Er det noen som kan føle seg «fremmed» i disse uttrykkene?
- Noen «normbrytere» søker fellesskap med andre normbrytere. Utelukker dette at normbrytere kan være en del av majoritetens fellesskap?

### **Videre lesning om normer, normkritikk og språk:**

- Les mer om normer og kritisk tenkning i Unge funksjonshemmedes verktøy «kronisk inkludering»:  
<https://ungefunksjonshemmede.no/ressurser/kurs/kronisk-inkludering/inkluderende-skolemiljo/2-hvordan-handtere-normer-og-holdninger-for-personer-med-funksjonsnedsettelse/>
- Hvordan kan man håndtere normer for kjønn, seksualitet og funksjonsevne? Sjekk ut Unge funksjonshemmedes e-læringskurs:  
<https://ungefunksjonshemmede.no/ressurser/kurs/seksomfunger/e-laeringskurs-kapittel-1-11/3-hvordan-handtere-normer-for-kjonn-seksualitet-og-funksjonsevne/>
- Balansekunst skriver her om normkritiske perspektiver:  
<https://balansekunstprosjektet.no/nyheter/2020/6/24/hva-er-normkritiske-perspektiver>
- Les en oppsummering over hva som anses som « greit » å si når det refereres til funksjonsnedsettelse eller kronisk sykdom. Listen er gjengitt på Balansekunst sine nettsider: <https://balansekunstprosjektet.no/sprakbruk>
- Balansekunst har samlet flere lister over ikke-diskriminerende ordbruk, som tar for seg ulike elementer av identitet. Listene finner du her:

<https://balansekunstprosjektet.no/nyheter/2019/7/25/ikke-diskriminerende-sprkbruk>

- Interessert i hvorfor normkritikk er viktig i skolen? Les Åse Røthings fagartikkel om normkritiske perspektiver og mangfoldskompetanse i Utdanningsforskning: <https://utdanningsforskning.no/artikler/normkritiske-perspektiver-og-mangfoldskompetanse/>
- Skeiv Ungdoms har utviklet et ressurshefte om identitet, kjønn og seksualitet, rettet mot deg som jobber med barn og ungdom: [https://drive.google.com/file/d/OBzN6lng\\_Kg0dc3ZNeHVzZmVuY3c/view](https://drive.google.com/file/d/OBzN6lng_Kg0dc3ZNeHVzZmVuY3c/view)