

Hverdagen i professionelt relationsarbejde er kompleks!

Som pædagoger, lærere og terapeuter kan vi varetage forskellige arbejdsområder, og de kræver forskellige kvalifikationer.

Men en ting har alle områderne til fælles:

Kompleksiteten!

Teori og dilemmaer fletter sig sammen med vores eget og andres følelsesliv.

De mennesker vi møder, vækker følelser i os. På godt og ondt.

Lad mig give jer et par eksempler på det ...

Jeg har adskillige gange, i mit arbejdsliv, haft til opgave, at skulle drage omsorg for mennesker, som jeg havde svært ved at få kontakt til, og som jeg blev afvist af - og alligevel skulle møde op og være åben, nysgerrig, imødekommende og anerkendende overfor.

Jeg har også oplevet det modsatte.

"Husk nu lige den professionelle distance."

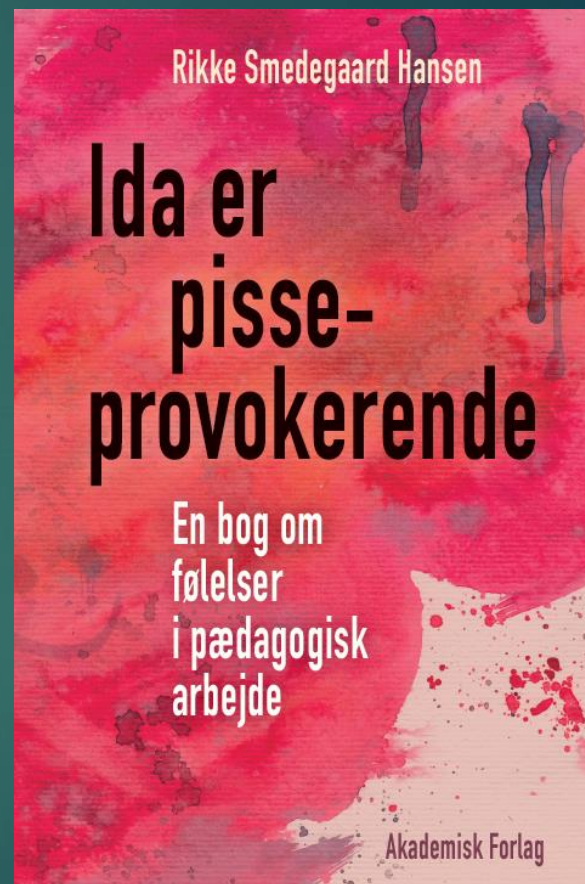
... Men hvordan skulle jeg, som menneske, kunne undgå at blive følelsesmæssigt berørt, når hele grundlaget for mit arbejde består i at have nære relationer til andre mennesker?

Og kan man overhovedet være autentisk og arbejde professionelt med relationer, hvis man distancerer sig fra sine følelser?

... Det emne optog mig i årevis. Til sidst skrev jeg en bog om det: I bogen kommer jeg med eksempler på nogle af de oplevelser jeg selv har haft, som har berørt mig mest følelsesmæssigt – og dem kobler jeg til teori og forskning.

Vi skal væk fra begrebet den professionelle distance!

Vi skal gøre op, med ideen om, at man ikke er professionel, hvis man er følelsesmæssigt involveret i sit arbejde. For når man har med mennesker og menneskers udvikling at gøre, er følelsesmæssig involvering, nærhed og professionalisme ikke hinandens modsætninger. De er hinandens forudsætninger.



Ida er pisseprovokerende - Et foredrag om følelser i pædagogisk arbejde af Rikke Smedegaard Hansen

Historien om Karla og min integritet

”Jo flere velfungerende relationer et barn har, jo bedre chancer har han for at komme sig efter et traume og komme til at trives.

Relationer er forandringsagenter, og den mest effektive terapi er kærlighed mellem mennesker.”

/Perry & Szalavitz 2011: 257

**”MEN ... det er jo heller ingen hemmelighed,
at det har været svært for dig
at holde den professionelle distance...”**

Jeg ville skrive kompleksiteten i det pædagogiske arbejde frem

– og gøre det tydeligt, hvor vigtigt det er, at vi tør tale om vores følelser, når vi går på arbejde med os selv som redskab.

Når vi står sammen, og kan tale om det, som er svært, kan vi meget bedre løse de komplekse pædagogiske opgaver. Og vi kan også meget bedre holde til arbejdet.

"MENNESKET ER I BESIDDELSE AF ET AVANCERET SYSTEM TIL AT FORHOLDE SIG TIL ANDRE MENNESKER OG ABSORBERE DERES FØLELSER I LANGT HØJERE GRAD, END DET OPFATTER MED SIN BEVIDSTHED. HJERNEN ER Udstyret med 300 millioner nerveceller af den slags, der kaldes for spejlneuroner. Ved hjælp af disse spejlneuroner kan man reagere på andre mennesker og kopiere deres tilstande i sig selv og sin egen krop. Netværket af spejlneuroner er et gennem evolutionen udviklet supersystem, der sikrer menneskets læring, sociale bånd og overlevelse."

(ISDAL 2018: 163)

VORES NEUROBIOLOGISKE GRUNDLAG BETYDER ALTSÅ, AT VI FØDT TIL AT TAGE DEL I HINANDENS NERVESYSTEM (STERN).

Vi skal ikke distancere os – vi skal forholde os!

Hvis vi tier, ignorerer og skammer os over vores følelser, så kan vi ikke handle professionelt på dem.

Og vi risikerer at svigte både os selv og dem, som vi har ansvar for.

Sådan, som jeg svigtede Karla.

"Rikke, hvordan kunne du få dig selv det?"

- ▶ Frygt for at være uprofessionel.
- ▶ Bange for at stå udenfor gruppen.
- ▶ Af(misforstået) loyalitet overfor det system, jeg var en del af.

Jeg valgte den løsning som havde konsekvenser for relationen: Jeg gav køb på min integritet.

Og fortrød.

Hvad jeg siden har lært:

Hvis jeg skal være både fagligt og
personligt stærk,
så skal jeg navigere i forhold til
såvel mine følelser og mine værdier,
som min faglige viden,
så jeg opnår sammenhæng –
både som fagperson og menneske.

Begrebet "Den professionelle distance" problematisk på flere måder:

- ▶ Det kan føre til skam, tabuisering og øge risikoen for forråelse.
- ▶ At vi ikke tør tilbyde børn den omsorg og nærhed, som de har brug for, fordi vi er bange for at involvere os følelsesmæssigt.
- ▶ At vi trækker os fra børn, som får os til at føle os utilstrækkelige. Vi efterlader dem alene. Så vi slipper for at forholde os til det ubehag, de vækker i os.

Følelsernes kompas, Mia Skytte O'Toole

- ▶ Følelser inviterer til handling – men vi behøver ikke tage imod invitationen.
- ▶ Vores værdier og mål, kan gøre os bedre i stand til, at vælge vores handlinger.
- ▶ Når vi vælger vores handlinger, må vi spørge os selv: Bringer mine handlinger mig tættere på – eller længere væk – fra mine værdier og mål?
- ▶ Hvis vi er bevidste om vores værdier og mål, kan det altså blive lettere for os at forholde os professionelt, når vi udfordres følelsesmæssigt.

... Men det er (for) svært, hvis vi står alene eller stressede...

Et af mine bedste eksempler på godt teamsamarbejde:

- ▶ Adgang til **supervision**.
- ▶ **Vi lagde en plan.**
- ▶ Det var et **fælles** ansvar
- ▶ Vi var **sammen** om det.
- ▶ Resultatet?

Som pædagoger, lærere og terapeuter vælger vi vores uddannelse..

... Fordi vi ønsker at være en del af menneskers udvikling og hjælpe dem, når udviklingen er gået skævt. Vejen til at styrke andre personligt og socialt går først og fremmest igennem nære, tillidsfulde relationer.

Når vi indgår i relationer, involverer vi os følelsesmæssigt.

Den professionelle dømmekraft

Det er i kombinationen af vores indstilling til de mennesker vi møder, vores personlighed, vores evne til selvrefleksion og vores faglighed, at vi bliver i stand til at være dygtige og professionelle.

*

Tvivlen er et grundvilkår, for der er ikke noget facit i pædagogik - der er konstant refleksioner, erfaringer, tilvalg, fravalg – nye erfaringer og nye refleksioner.

"Den professionelles evne til at være personligt til stede afstemt efter situationen, opgaven og den andens behov og signaler er helt afgørende for kvaliteten af samspillet.

Alligevel associeres professionalismisme oftest umiddelbart til fænomener som viden, neutralitet, overblik og distance og sjældnere til medmenneskelighed, anerkendelse, indlevelse, nærhed og følsomhed. [...]

Imidlertid er det personlige nærvær og den personlige involvering og vurdering det grundstof, menneskelige relationer er gjort af, og på den måde afgørende også i de professionelle relationer."

/Lis Møller, Professionelle relationer, 2014: 14

Men det koster...

... At have et følelsesmæssigt krævende arbejde.

- ▶ Det har en pris. Og prisen har, som Per Isdal påpeger, ligesom en medalje to sider: Den ene er den man får, når man lykkes med sit arbejde. Den anden er den, man betaler.
- ▶ Vi løber en risiko for at komme til at lide af stress, omsorgstræthed og udbændthed.
- ▶ Det er ikke en gratis omgang, at gå på arbejde med sig selv som redskab. Men det bliver ikke mindre belastende, hvis vi forsøger at ignorere vores følelser. For vores følelser fortæller os, om vi er på rette kurs i forhold til vores værdier.

Moralske dilemmaer og uløste etiske spørgsmål

... kan lede til moralsk stress. Den stress, som udløses af at vide, at man svigter nogen, som man er ansat til at passe på.

Vi kan opleve moralsk stress:

- Når vi handler imod vores værdier.
 - Når vi tvinges til at gøre noget, som vi ikke selv tror på.
 - Og når betingelserne vi er underlagt, forhindrer os i at gøre det rigtige.
-
- ▶ Vi mærker ofte de første tegn helt fysisk, som kropslige fornemmelser.
 - ▶ Det skal vi tage det alvorligt – fordi vores arbejde kan forandre os.



Så få dig dog et andet job!

Du må erkende, at du ikke kan redde hele verden.

Pas nu på dig selv...

Tror du ikke problemet er, at du er lidt for engageret?

Husk nu lige den professionelle distance!

Ida er pisseprovokerende - Et foredrag om følelser i pædagogisk arbejde af Rikke Smedegaard Hansen

Følelser er en del af vores arbejde.
Vi skal ikke distancere os fra dem – vi
skal forholde os til dem.

Tag jeres følelser alvorligt.

For når vi ignorerer vores følelser og vores
værdier, mister vi sammenhæng og kraft.

Det går ikke kun ud over os selv, det går
også ud over de mennesker, som vi skal
passe på.