

PERSPEKTIVSKIFTE SOM METODE – ET INDEFRA-PERSPEKTIV I HJÆLPEARBEJDET

RoSa-konferencen ”Hjælpekunst og motivationsarbejde”

6. december 2022

MIN BAGGRUND...

Psykolog Iben Ljungmann

Selvstændig konsulent og partner i inpraxis
www.inpraxis.dk (hvor du gratis kan finde artikler om perspektivskifte som metode)

Specialist i arbejds- og organisationspsykologi

Tidligere demenskonsulent i Københavns kommune,
souschef på Demenscentret Pilehuset, VISO-konsulent og konsulent på Sundhedsstyrelsens demensrejsehold

Tlf. 61674512

Email: il@inpraxis.dk



inpraxis

HVAD TÆNKER DU, NÅR DU HØRER UDTALELSER SOM DISSE?

- ”Borgeren er aggressiv og vil ikke samarbejde. Han er fuldstændig udenfor pædagogisk rækkevidde...”
- ”Hun er modbydelig og går bevidst efter os”
- ”Den pårørende er konfliktoptrappende og spiller os ud mod hinanden!”
- ”Mine kollegaer i aftenvagten har ikke forstået noget som helst. De gør slet ikke, hvad vi har aftalt!”
- ”Medarbejderne er forræde og arbejder slet ikke personcentreret”

Hvilke teoretiske begreber kan hjælpe os til at forstå det der sker? Og hvilke praktiske greb kan komme os til hjælp?



ET UDTRYK FOR FORRÅELSE??

Et eksempel på at gode mennesker handler ondt?

Forråelse: det at handlinger og tanker overfor dem vi er sat i verden for at hjælpe bliver mere og mere rå.

Eller et udtryk for manglende viden om demens, psykiatri eller om pædagogikker?

At der er brug for en kulturændringer?

DORTHE BIRKMOSE

**NÅR
GODE
MENNESKER
HANDLER
ONDT**

TABUET OM FORRÅELSE



DOBBELTPERSPEKTIVET

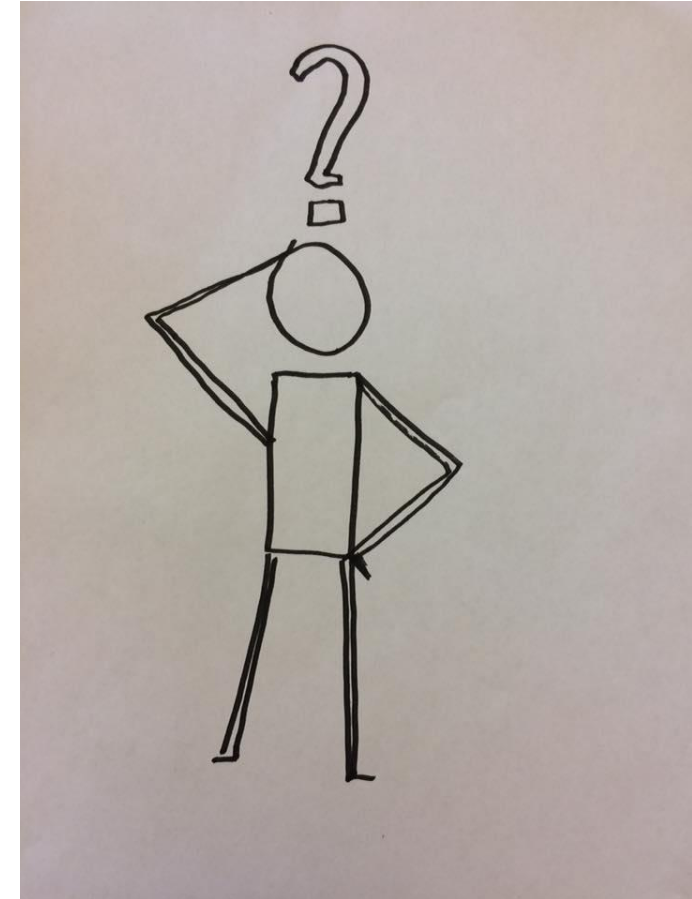
- Som konsulent, leder og medarbejder der har et medansvar for den faglige kvalitet bliver vi nødt til at have metoder som griber dobbeltperspektivet
- Som tager vare på BÅDE kollegaer/prof. hjælpere og den centrale andens perspektiv

Sigtet med metoden:

- At få borgerens stemme ind for at kvalificere arbejdet
- At bidrage til refleksion, nytænkning og nysgerrighed hos de prof. så risikoen for forråelse mindskes

DEL MED DIN SIDEMAND....

- Hvor møder du adfærd eller perspektiver hos borgerne/patienterne/beboerne som du undrer dig over?
- Hvad er det mere specifikt som undrer dig?
- Hvilke faglige spørgsmål rumsterer hos dig ift. denne borger/patient/beboer?
-



PERSPEKTIVSKIFTE SOM METODE

- NÅR VI MØDER ADFÆRD VI
IKKE FORSTÅR

Hvordan oplever borgeren mon situationen?

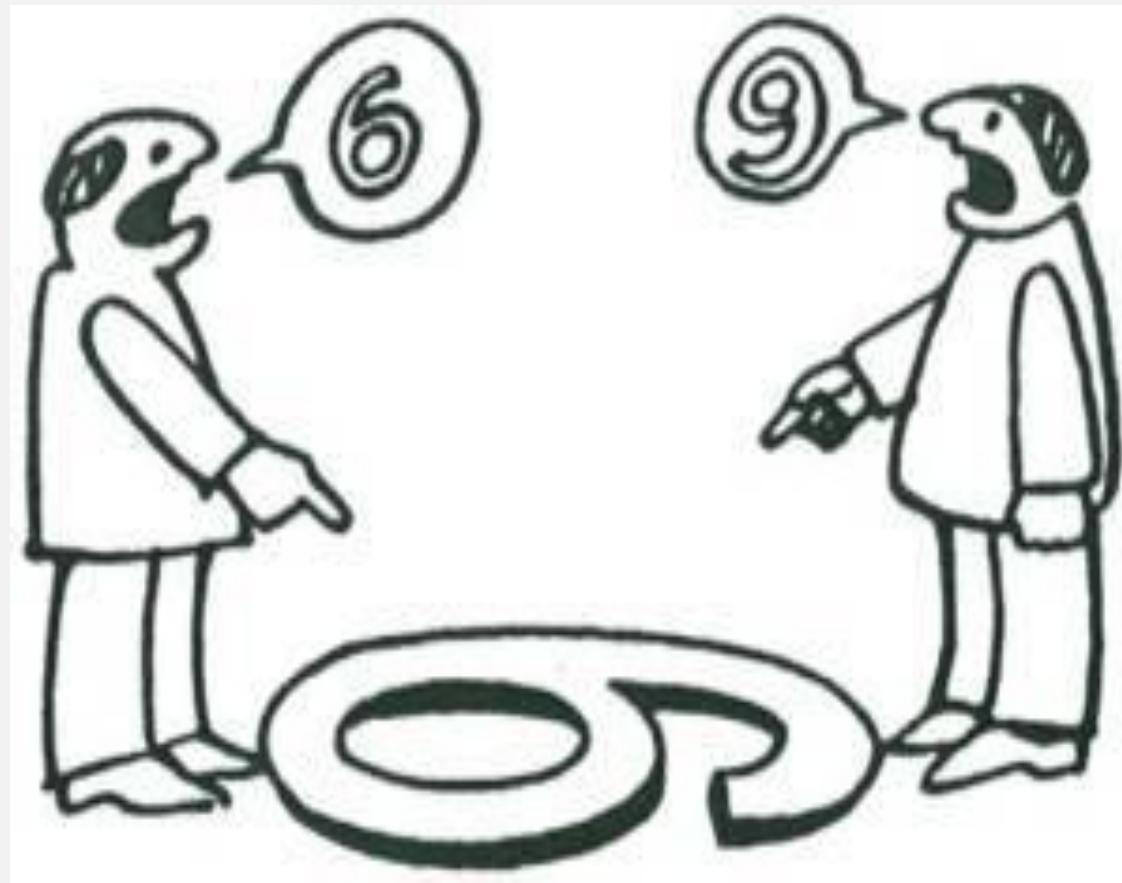
Hvad ville hun mon kalde det hun gør?

Hvad er mon vigtigt for hende, siden hun gør
som hun gør?

Hvad er hun optaget af?

Hvad kæmper hun for? På hvis vegne kæmper
hun?

Hvad vil hun gerne fortælle mig? Eller hvad vil
hun gerne fortælle andre?



TEORIEN BAG METODEN

Hvordan kan man forstå det der sker?

Bud fra en systemisk og narrativ forståelse

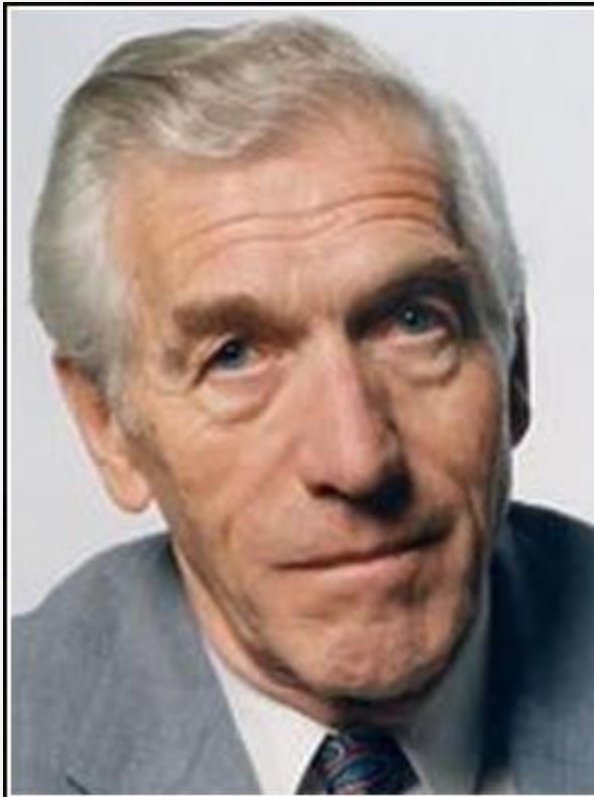
En adfærd vi ikke forstår eller som ikke passer med noget vi forventer, synes om eller kender, kan altid forklares moralsk eller diagnostisk.

En adfærd forbliver uforklarlig, så længe man ikke har en forståelsesramme, der er bred nok til at omfatte den sammenhæng adfærden optræder i.



Citat: Paul Watzlawick

VI TROR, VI SER VERDEN ENS

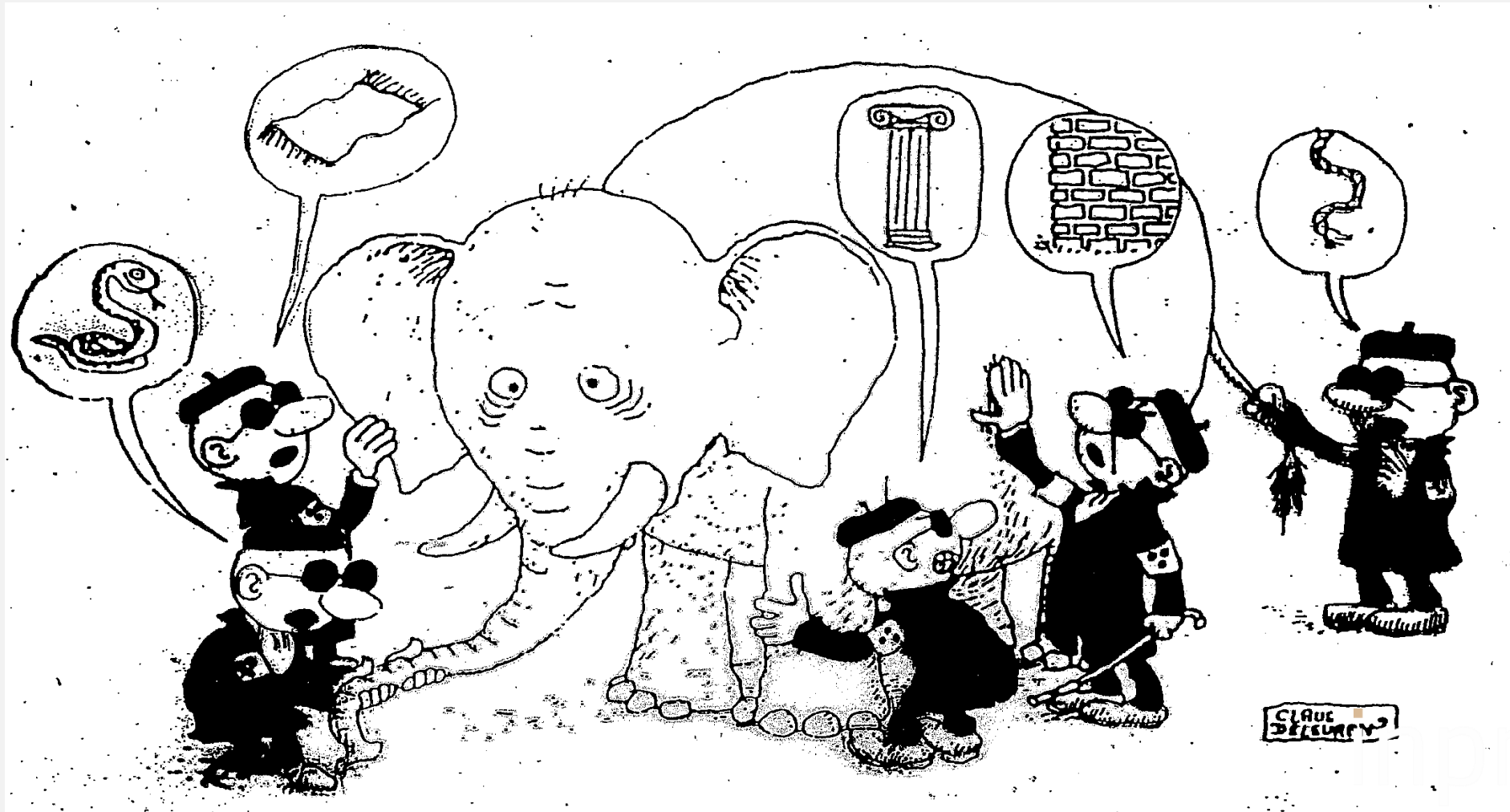


The belief that one's own view of reality is the only reality is the most dangerous of all delusions.

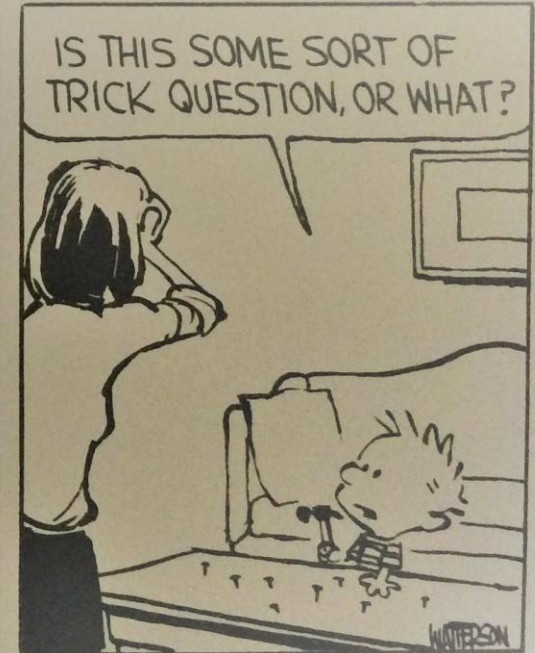
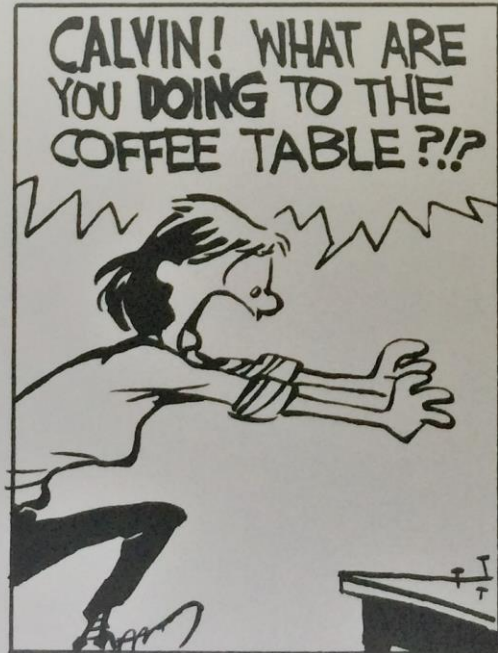
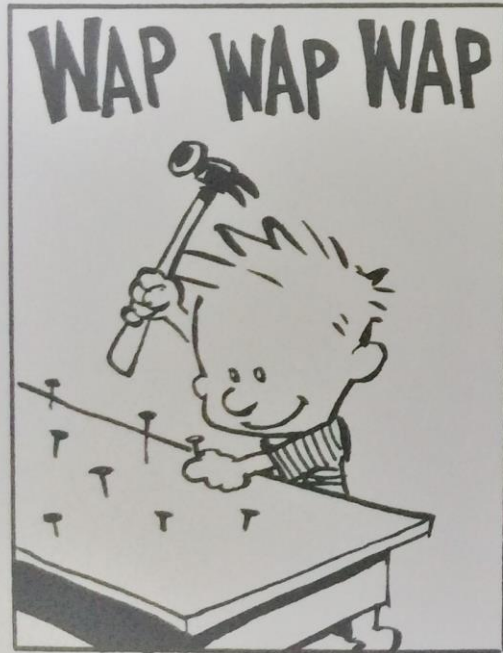
— *Paul Watzlawick* —

AZ QUOTES

ET SOCIALKONSTRUKTIONISTISK UDGANGSPUNKT



DER ER ALTID FLERE PERSPEKTIVER PÅ
SPIL...



”Vi får aldrig noget at vide om problemet – det, vi får noget at vide om, er, hvordan de involverede opfatter og taler om problemet”.

(Westmark et al, konsulent – men hvordan, s. 23)

SÅ HVAD ER VORES OPGAVE?

- Den narrative forandringslogik: **Jo flere fortællinger, jo flere handlemuligheder**
- Med vores nysgerrige spørgsmål kan vi bidrage til nuancerede fortællinger om borgerne eller om den som omtales negativt
- Ved at belyse **konteksten** og ved at bevæge os rundt i perspektiver, giver vi blik for at personen ikke er problemet og at verden kunne se anderledes ud



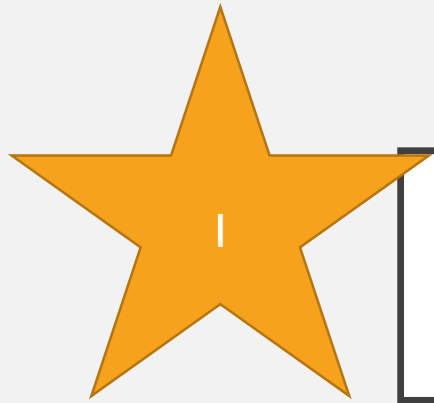
OPMÆRKSOMHEDSPUNKTER I ARBEJDET MED METODEN

Faldgruber og tips og tricks

HEMMELIGHEDEN I AL HJÆLPEKUNST...

”At man, naar det i Sandhed skal lykkes En at føre et Menneske hen til et bestemt Sted, først og fremmest maa passe paa at finde ham der, hvor han er, og begynde der”

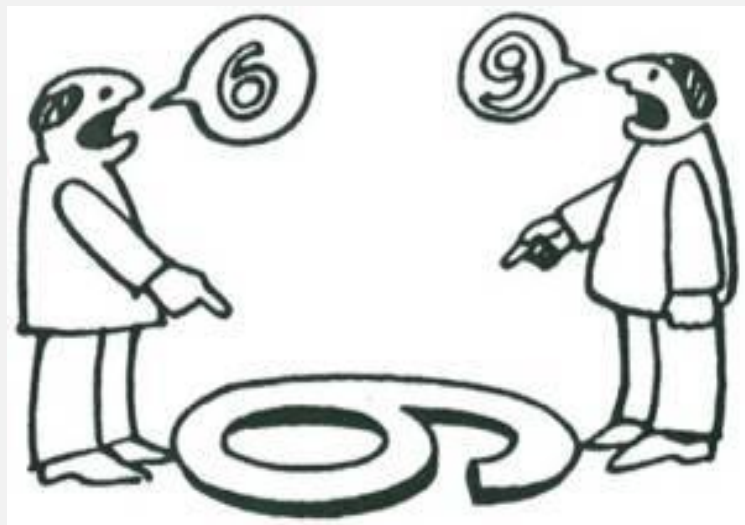
Søren Kierkegaard



AT GÅ FOR HURTIGT FREM...

- Hvis vi for hurtigt forsøger at få den anden over i borgerens perspektiv, føles det disrespektfuldt eller nærmest krænkende!
- Jo mere vi trækker i borgerens perspektiv, jo mere insisterer den anden måske på at trække den anden vej – for at blive set, hørt og forstået
- **Den systemiske læresætning: ”Først når jeg er forstået, kan jeg bevæge mig videre”**
- En tommelfingerregel: Jo større affekt og indignation, jo længere tid skal jeg undersøge og afdække den andens perspektiv inden vi sammen skifter perspektiv

PERSPEKTIVSKIFTE SOM METODE: STEP 0



- Fortæl om situationen fra dit perspektiv
- Hvad skete der?
- Hvad gjorde du? Hvad gjorde andre?
- Hvordan fortolkede du umiddelbart det, der skete? Hvad fik det dig umiddelbart, til at tænke om den anden?
- Hvad bestræbte du dig på i situationen? Hvad forsøgte du? Hvad var du optaget af?
- Hvad håbede du på ville ske? Hvad skete reelt?

TIP: ANERKENDELSE LIGGER I AT VÆRE TEKSTNÆR

Anerkendelse ligger også i at **bruge den andens ord**:

”Ok, så her fra vores perspektiv kunne det se ud som om at Olga forstyrrer i fællesrummet, tager al vores tid og brokker sig over alt....”

Og at **benævne** det medarbejderne har blik for i situationen:

”Så I har blik for, at dette er nogle svære situationer for både jer, for de andre beboere og sikkert også for Olga....det er jo en vigtig observation. Vores opgave er altså at få håndteret situationerne så vi tager vare både på jer, beboerne og på Olga. Lad os se på, hvad Olga mon oplever i situationen...”

Lad os lave et perspektivskifte...

Tip: Sig det højt!

STEP 1: FAKTUEL BESKRIVELSE



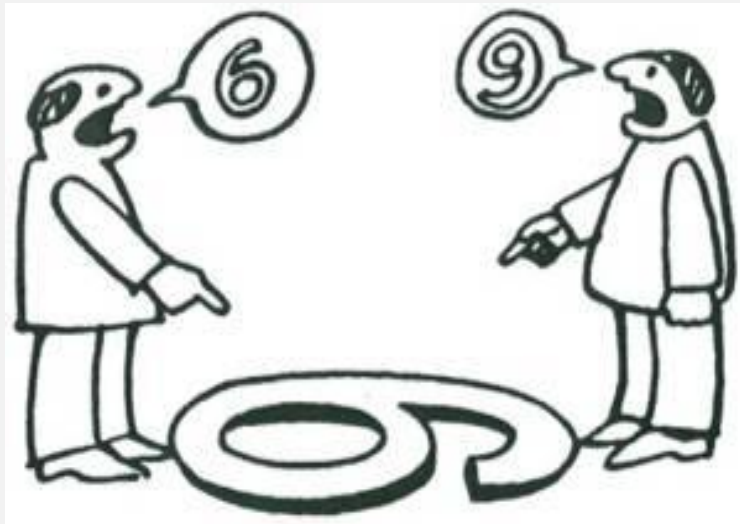
- Hvor stod du? Hvor befandt borgeren sig?
- Hvad var sket lige umiddelbart inden?
- Hvad gjorde hun?
- Hvordan var hendes arousal? Hendes humør?
- Hvad var hun tilsyneladende optaget af? Hvor kiggede hun hen?

STEP 2: BORGERENS TÆNKNING, FØLELSER OG MENINGSSKABELSE...



- Hvordan oplever hun mon situationen?
- Hvad ville hun mon kalde det hun gør?
- Hvad er mon vigtigt for hende, siden hun gør som hun gør?
- Hvad er hendes intention med at gøre det? Hvad ønsker hun at opnå?
- Når hun reagerer, hvad handler det mon så om?
- Hvad kæmper hun for?

STEP 3: BORGERENS RELATION TIL DE PROFESSIONELLE



- Hvad vil hun mon gerne fortælle os?
- Hvordan ville hun mon ønske, at vi responderede?
- Hvad er det vigtigt, vi forstår eller viser anerkendelse for?
- Hvad tænker hun mon om os, og det vi gør?

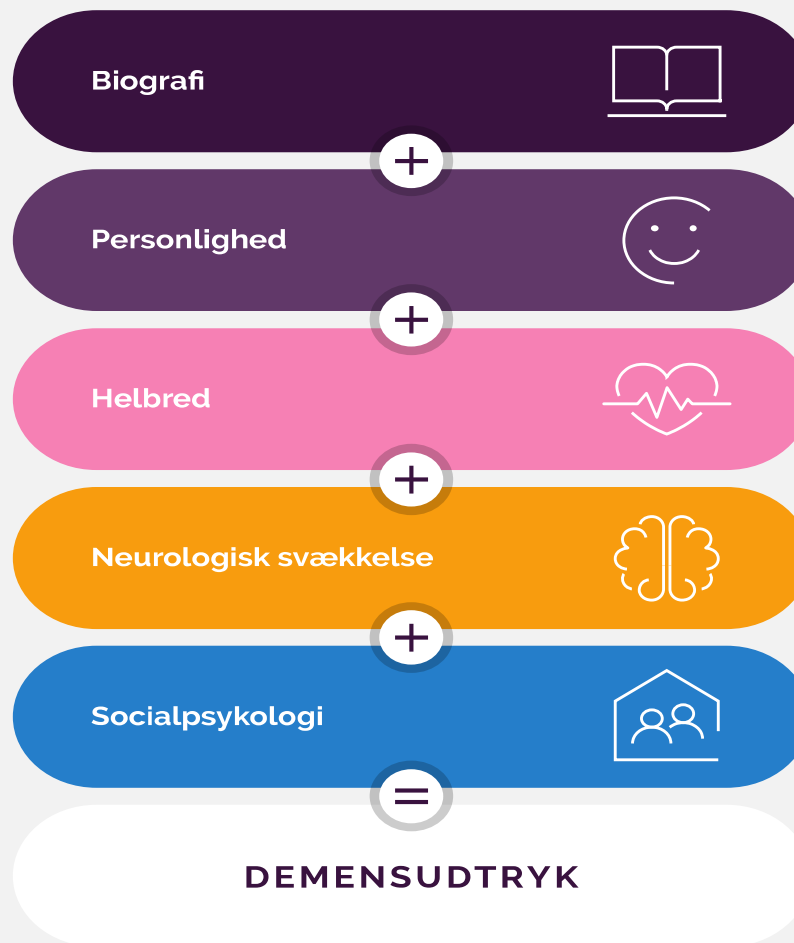
FALDGRUBE: AT KOMME TIL AT TAGE ANDRES PERSPEKTIV

- *Hvis det var mig, så.....*
- *Hvis det var min mor, så.....*

Men det er det jo netop ikke!

Hvordan tænker netop *denne* person? Hvad er hun optaget af?

Og hvordan oplever og sanser hun verden? Hvad er hendes interesser og præferencer?



GØR METODEN TIL EN DEL AF DET FAGLIGE ARBEJDE

- Metoden er særlig anvendelig når vi møder adfærd vi ikke forstår...
- Når der er fastlåste mad/bad-beskrivelser omkring borgerne og der er følelser på spil (indignation, irritation)
- **Systematisk** brug af metoden i det daglige, som en måde at centrere borgerens indefra-perspektiv. Med i mødestrukturer og i planlægning
- Jævnligt – så medarbejderne træner metoden
- Gør perspektivskiftet tydeligt....synliggør bevægelsen

“ISBJERGET”

HVAD KAN
LIGGE TIL
GRUND FOR
DEN ADFÆRD
VI SER?

BORGERENS
MÅDE AT
SANSE OG
FORSTÅ
VERDEN PÅ

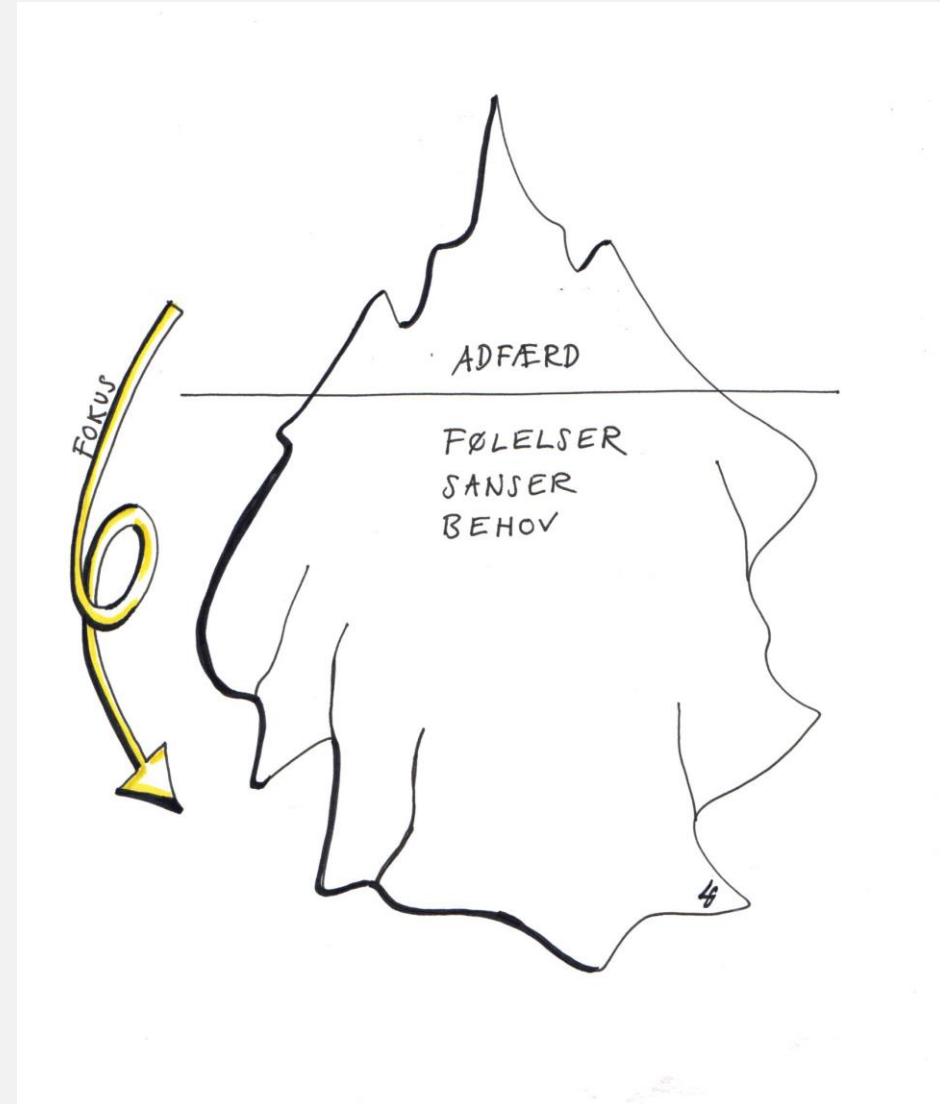


Illustration fra Sundhedsstyrelsens demensrejsehold

Hvordan gribe udsagn og snakke fagligt ud fra det?

At komme væk fra den umiddelbare respons

(det gjorde han også i går i min aftenvagte..)

(ja, det sker altid om eftermiddagen...)

(nå, det sker aldrig for mig. Jeg har ikke nogen problemer!)

Ej, hvor er det typisk, nu begynder han igen!



Nå, hvordan mon det kan være? Hvad tror du, der igangsatte det denne gang? Skete der noget lige inden? Er der mon et psykologisk behov, vi skal have dækket? Hvad mon det kan handle om?

LÆS EVT. MERE

- Om perspektivskifte som metode: Iben Ljungmann (2018): "En enkel bevægelse med stor effekt – perspektivskifte som metode. Systemisk narrativt forum, nr. 4, s. 11-23. Kan findes på www.inpraxis.dk
- Om low-arousal og tilgangen til konfliktløsning: Elvén, B. H, Agger, C og Ljungmann, I (2015). "Adfærdsproblemer i ældreplejen".
- Sundhedsstyrelsens håndbøger i personcentreret omsorg, faglig ledelse og metoder til forståelse af psykiske og adfærdsmæssige symptomer.
- Om systemiske og narrative metoder i konsulentarbejdet: Konsulent – men hvordan? Af Westmark et al.
- Om indefra-perspektivet: Mennesket ER motiveret af D. Birkmose
- E-læringsmoduler i bl.a. perspektivskifte, at lytte og spørge med den anden i centrum samt om ledelse af værdig ældrepleje: www.læringomværdighed.dk

