

Program

Konferencen 'Den professionelle hjælperolle'

25. maj 2022

08:00 - 08:30 **Ankomst og morgenmad**

08:30 - 08:50 **Velkomst, program og indflyvning v. RoSa Enheden**

08:50 - 09:45 **Følelser i professionelt hjælpearbejde v. pædagog Rikke Smedegaard Hansen**

Med udgangspunkt i sin bog "Ilda er pisseprovokerende", vil Rikke Smedegaard Hansen komme med eksempler på egne møder med børn og unge, og fortælle om, hvorfor det er så vigtigt, at vi forholder os til vores følelser, i stedet for at distancere os fra dem. Det gode gamle råd om at holde den professionelle distance er nemlig problematisk på flere måder.

09:45 - 10:00 **Pause**

10:00 - 11:00 **Mellem begejstring og belastning - om strategisk forebyggelse af mental slitage ved psykisk krævende arbejde v. psykolog Rikke Høgsted**

Arbejdet med at beskytte, behandle, hjælpe og passe andre mennesker er både berigende og meningsfuldt. For at forblive både professionel og omsorgsfuld er det imidlertid vigtigt, at man har blik for den mentale påvirkning, der følger med den indbyggede traumeeksponering og de høje følelsesmæssige krav. Man skal have blik for egne reaktioner på påvirkningen, så man rettidigt kan forebygge at kravene fører til en mental slagside i form af f.eks. stress, udbrændthed, omsorgstræthed eller traumatisering.

11:00 - 11:15 **Pause**

11:15 - 12:00 **Mellem begejstring og belastning - om strategisk forebyggelse af mental slitage ved psykisk krævende arbejde v. psykolog Rikke Høgsted (fortsat)**

12:00 - 13:15 **Frokost & gåtur ved Musholm**

Tid til en god frokost sammen med kolleger og en gåtur ved Musholm

13:15 - 14:15 **Fem skridt væk fra forråelse v. psykolog Dorthe Birkmose**

Når vi bliver omsorgstrætte, afmægtige og moralsk stressede, kan forråelse dukke op som en mestringsstrategi. Forråelse handler om at prøve at tænke mindre, føle mindre og bekymre sig mindre, end man i virkeligheden gør. Forråelse er på den måde den syge variation af robusthed, hvor man prøver at holde til flere psykiske belastninger, end noget menneske kan holde til. Det skal handle om, hvordan man kan tage fem skridt væk fra forråelsen.

14:15 - 14:35 **Pause m. kaffe og kage**

14:35 - 15:25 **Fem skridt væk fra forråelse v. psykolog Dorthe Birkmose (fortsat)**

15:25 - 15:30 **Tak for i dag!**