

ROSA PODCASTS: KONFLIKTER OG AFMAGT

I denne podcast-serie har vi samlet hovedpointer fra psykologerne Bo Hejlskov Elvén og Dorthe Birkmoses oplæg på projekt RoSa's temadag om vold, trusler og afmagt.

De fem podcasts kan f.eks. bruges som dialog-startere på team- og personalemøder. De to podcasts med Bo Hejlskov Elvén indeholder klip fra hans oplæg 'Konflikt uden konfrontation', mens de tre podcasts med Dorthe Birkmose dels bygger på interview-optagelser, dels på klip fra hendes oplæg. Varigheden af afsnittene er ca. 10 minutter, og serien indeholder følgende episoder:

Konflikter og den gode cirkel (9.58 min.)

Ifølge Bo Hejlskov Elvén er professionelles syn på mennesker afgørende for, hvordan tilgangen bliver, og om det vil lykkes at hjælpe dem. Møder vi mennesket med undersøgende nysgerrighed og empati, eller har vi travlt med at placere ansvar og moralisere? Som flokdyr vil vi i udgangspunktet gerne opføre os ordentligt og samarbejde, men forventninger kan være svære at leve op til. Her bliver den professionelle opgave at gå nysgerrigt til værks: Hvad har personen svært ved, og hvordan finder vi ind i den gode cirkel?

Håndtering af konflikter (11.04 min.)

Med udgangspunkt i afstemt pædagogik/low arousal kommer Bo Hejlskov Elvén ind på metoder, der er virksomme, når vi skal håndtere svære situationer, der risikerer at eskalere. Et eksempel er affektsmitte. Affekt smitter, og det kan gå begge veje. For professionelle handler det om at undgå selv at blive smittet af affekt og i stedet smitte den anden med ro. Hvis den opgave skal lykkes, kræver det indlevelse i den andens følelser og opmærksomhed på de signaler, verbale såvel som nonverbale, som man selv sender.

Afmagt og forråelse: Sammenhæng og faresignaler (10.22 min.)

Dorthe Birkmose forklarer, hvad forråelse er, og hvad sammenhængen er mellem afmagtsfølelser og forråelse. Når gode mennesker handler ondt – som er titlen på den bog, Dorthe Birkmose har skrevet om emnet – er der først og fremmest tale om et selvforsvar hos fagpersoner, og det er et udtryk for overbelastning og moralsk slitage. Men forråelsen er en ikke-faglig måde at tage magt over afmagtsfølelser. Der er således faresignaler, vi kan være opmærksomme på, i forhold til at opdage forråelse.

Afmagt og forråelse: Udredning på arbejdspladsen (9.00 min.)

Når vi opdager, at forråelsen har sneget sig ind i en personalegruppe, handler det ifølge Dorthe Birkmose om at forstå, hvad der ligger bag afmagtsfølelsen og forråelsen. Hvad er det, der har fået os til at glemme vores faglighed, og hvordan vi bør behandle andre mennesker? Hvad presser os i vores arbejde? Det kan være de svære patient- eller borgerforløb, men det kan også være helt andre forhold. Og før vi kender årsagen til forråelsen, kan vi ikke finde løsninger. Det er vigtigt med et grundigt udredningsarbejde.

Den faglige tilgang til en forrået personalegruppe (9.29 min.)

Hvad kan der gøres, hvis en personalegruppe i en kortere eller længere periode har været forrået? Ifølge Dorthe Birkmose hænger forråelse i en personalegruppe nøje sammen med kollektiv tankeløshed, og derfor skal vi igen gøres bevidste om virkningen af vores handlinger. Vejen tilbage til den faglige bevidsthed og tilgang går via kritiske spørgsmål, timing og en god portion tålmodighed.