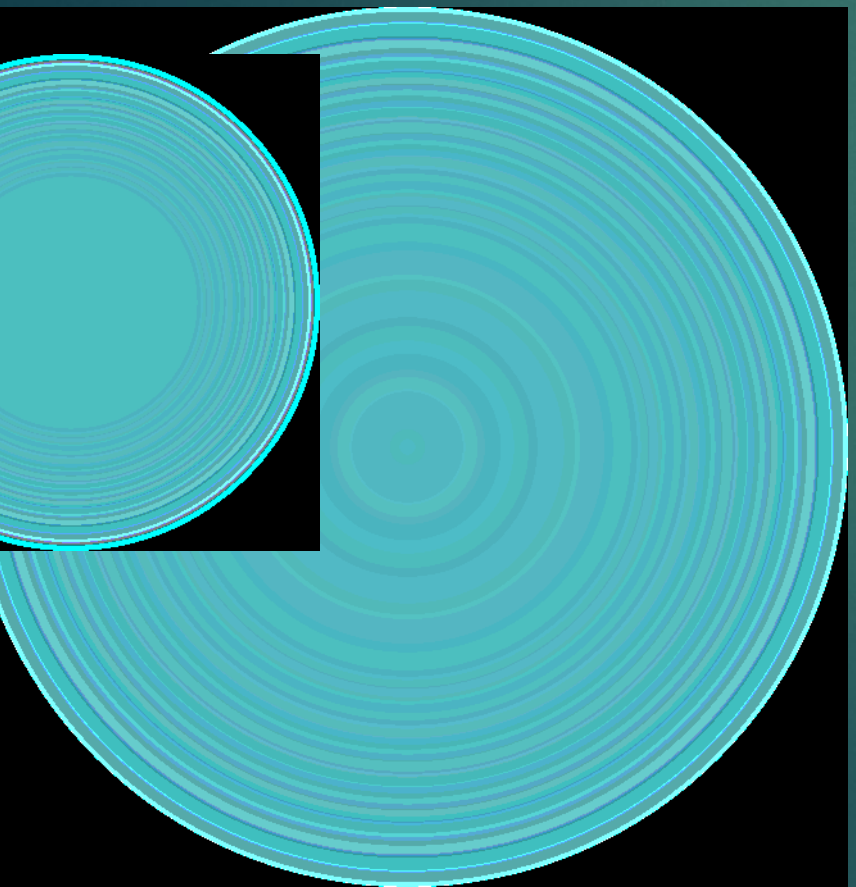
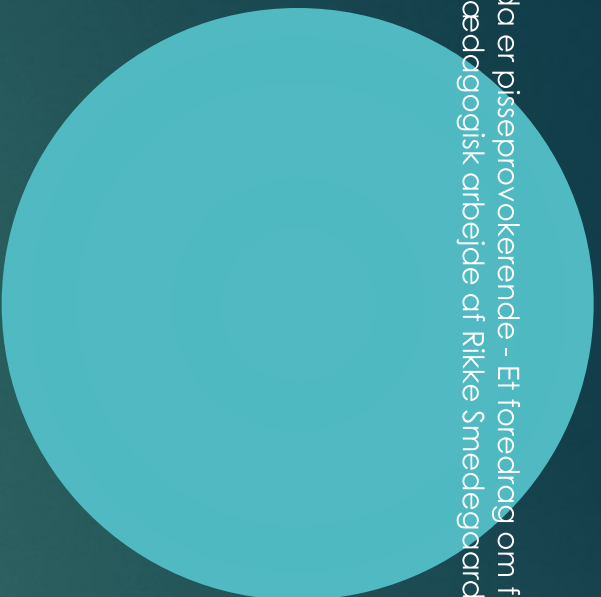
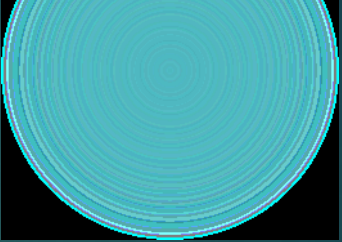


Ida er pisseprovokerende - Et foredrag om følelser i pædagogisk arbejde af Rikke Smedegaard Hansen



Ligheder i vores professionelle relationsarbejde

- ▶ Vi møder mennesker i krise.
- ▶ Og mennesker med traumer.
- ▶ Vi skal hjælpe mennesker, som ikke nødvendigvis ønsker vores hjælp – og mennesker, som vi ikke nødvendigvis bryder os om.
- ▶ Vi skal kunne holde vores følelser i ro – for at få andre til at falde til ro.
- ▶ Forandring hos andre – starter med forandring i vores måde at møde dem på.
- ▶ Vi skal holde ud – og holde ved.
- ▶ Vi kommer til at holde af. Og vi kommer til at skulle sige farvel.
- ▶ Vi har vores faglighed som ballast, men vi går på arbejde med os selv som redskab.

...Og så er der fordomme om vores fag

Politiken 19.10.2022:

... Fordommene om mit fag hænger som dåser efter en bryllupsbil. De rasler og larmer og stjæler opmærksomheden. De rumsterer også i mig selv, når jeg præsenterer mig for fremmede. Jeg prøver at klippe snorene og sparke dem væk."

/Mette Klint, social- og sundhedsassistent og forfatter.

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

Er du virkelig kun pædagog?



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

Hverdagen i professionelt
relationsarbejde er kompleks!

Vi har forskellig faglighed
Men kompleksiteten har vi til fælles

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

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



De mennesker vi møder,
de vækker følelser i os.

På godt og ondt.



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

"Husk nu lige den professionelle distance."

Relationer uden følelser?

Autencitet på distancen?



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

Tom Kitwood, Blomsten:

5 grundlæggende psykologiske behov:

*Tilknytning, trøst, identitet, beskæftigelse og inklusion
– som mødes i et centralt behov for kærlighed .*



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

/Perry & Szalavitz 2011: 257

Mit møde med Karla – og frygten for at være uprofessionel

Når jeg formår at skabe nære,
tillidsfulde relationer, kan jeg hjælpe
andre med trives og udvikle sig
personligt og socialt.

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

”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)

”VI FØDT TIL AT TAGE DEL I HINANDENS NERVESYSTEM” (STERN).

"Den professionelle distance" er problematisk

- ▶ Det kan føre til skam, tabuisering og øge risikoen for forråelse.
- ▶ At vi ikke tør tilbyde mennesker den omsorg og nærhed, som de har brug for, fordi vi er bange for at involvere os følelsesmæssigt.
- ▶ At vi trækker os fra mennesker, 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?

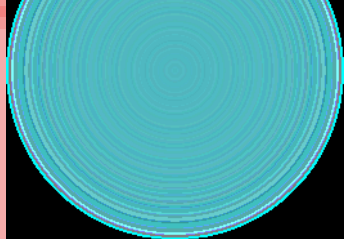
Under overfladen

Et traume kan være en af årsagerne til en adfærd, som vi ikke umiddelbart forstår eller kan se meningen med.

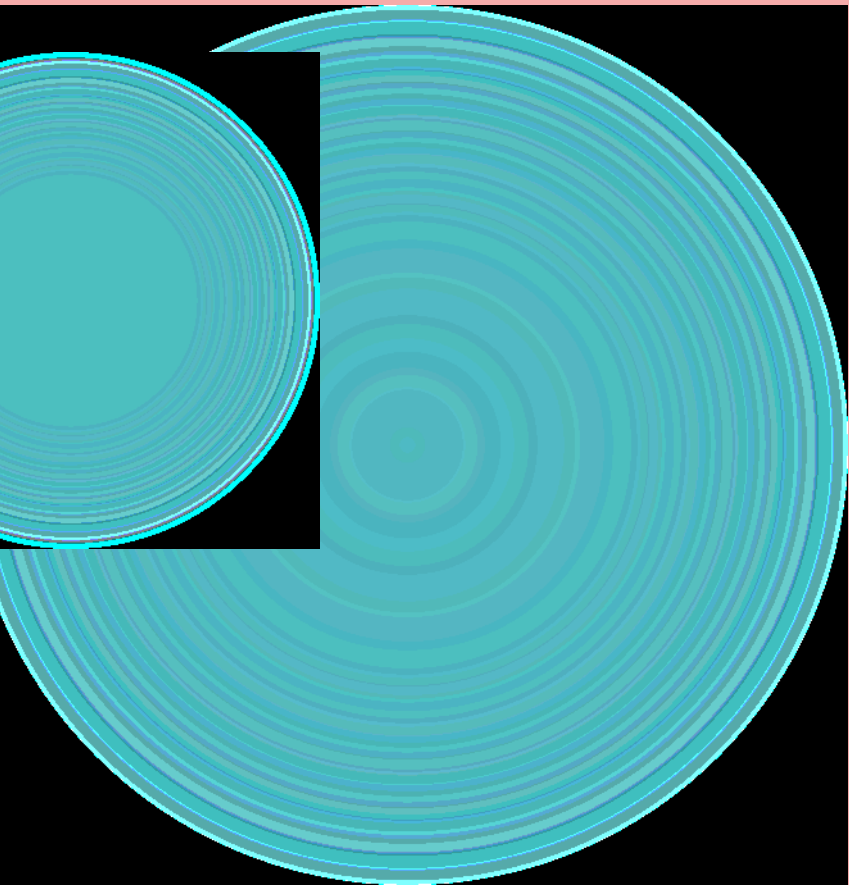
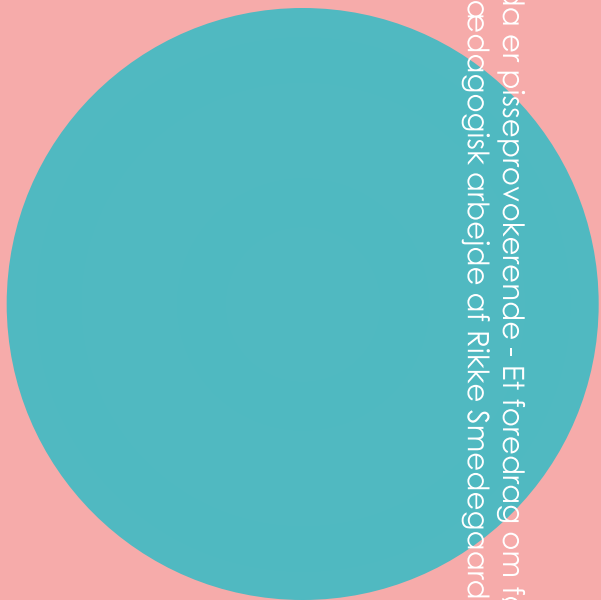
De kan have fortrængt det, så de ikke kan huske det eller levet med en hemmelighed

Det kan komme til udtryk i deres adfærd.

Thor, tvivlen og tilliden



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



Kærlige relationer sætter spor

- ▶ Mennesker med psykiske problemer føler smerte – og smerte gør mennesker irritable, angstede og aggressive. Det, der hjælper, er at møde dem med konsekvent, gentagen og kærlig omsorg.
- ▶ Spejlsystemet i vores hjerne indebærer, at adfærd smitter: Hvert eneste øjeblik rummer muligheden for at forstærke positive eller negative mønstre.

(Perry & Szalavitz 2011: 270)

Vi vil gøre en forskel for andre

Vejen til at styrke andre, personligt og socialt, går først og fremmest igennem nære, tillidsfulde relationer.

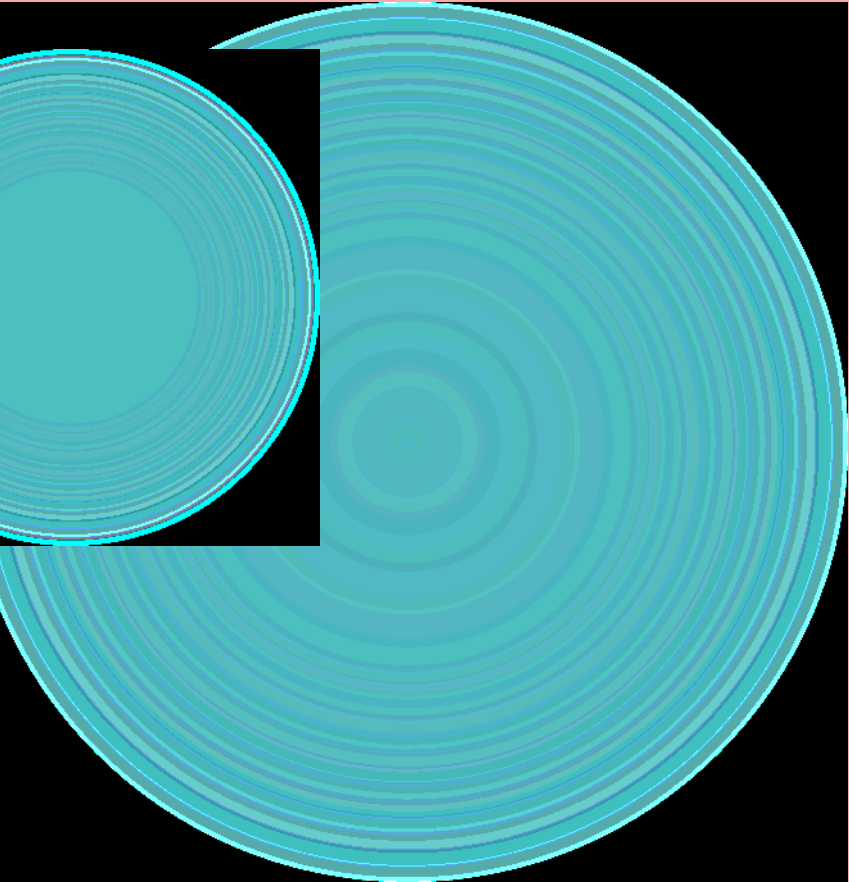
Når vi indgår i relationer involverer vi os følelsesmæssigt

Sommetider kan føle vi os meget betydningsfulde.

Andre gange meget betydningsløse.

Thomas, den usynlige dreng

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



Følelsesmæssige kraftfelter

Via spejlsystemet i vores hjerne kopierer vi andres tilstande i os selv og vores egen krop.

”At skulle forholde sig roligt udadtil, når ens følelser er i oprør indeni – eller at skulle agere med overskud, når man mærker modløshed – kræver, at man tager sig sammen. Det sker ved hjælp af både krop og vilje.”

(Isdal 2018: 109).

Der er en pris, når man arbejder professionelt med relationer

Prisen har to sider.

1. Den, vi får, når vi lykkes med vores arbejde.
2. Den, vi betaler.

Isdal opfordrer os til jævnligt at spørge os selv:

Hvad gør mit arbejde ved mig?

Ingen skal stå alene


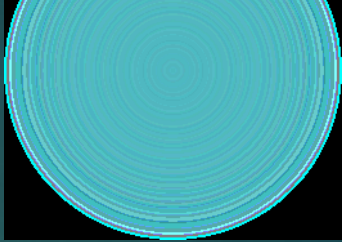
- ▶ Adgang til **supervision**.
- ▶ Det er et **fælles** ansvar
- ▶ At vi står **sammen** om opgaven.



”Forebyggelse er en holdsport!”

/Rikke Høgsted

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



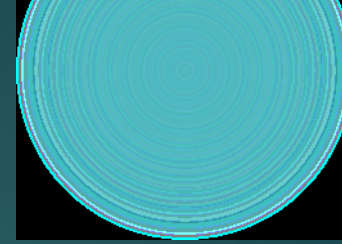
Det kræver meget af os som professionelle,
når vi skal hjælpe andre mennesker.

Blandt andet gode resonansevner, mentalt
overskud og en god mentaliseringsevne.

Det kræver, at vi kan slippe vores
egne meget perspektiv
og skifte til den andens indefra-perspektiv.

(Birkmose 2022)

"Så få dig dog et andet job!"



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

"Pas nu godt på dig selv..."

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

"Husk nu lige den professionelle distance!"



Du må lære at sige "PYT"



Verdens dårligste råd!

Følelser går ikke væk

Man føler sig endnu mere forkert
og alene

Tvivl og sårbarhed må ikke
forveksles med mangel på
professionalisme



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



Den refleksion jeg vil efterlade jer med

Hvordan forbliver I professionelle, når arbejdet udfordrer jer følelsesmæssigt?

Hvordan hjælpes I ad, med at passe godt på hinanden, når I passer godt på andre?



**I løfter en kæmpe opgave
– med jeres faglighed som ballast
og jer selv som redskab.**

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