



SUNDHEDSSTYRELSEN

Følelsesmæssig påvirkning i relationsarbejdet



24. november 2023

Anneke Dapper-Skaaning

Program for dagen

Hvad er opgaven i omsorgsarbejdet?

Hvad er relationsarbejdet?

Hvordan kan man blive følelsesmæssig påvirket?

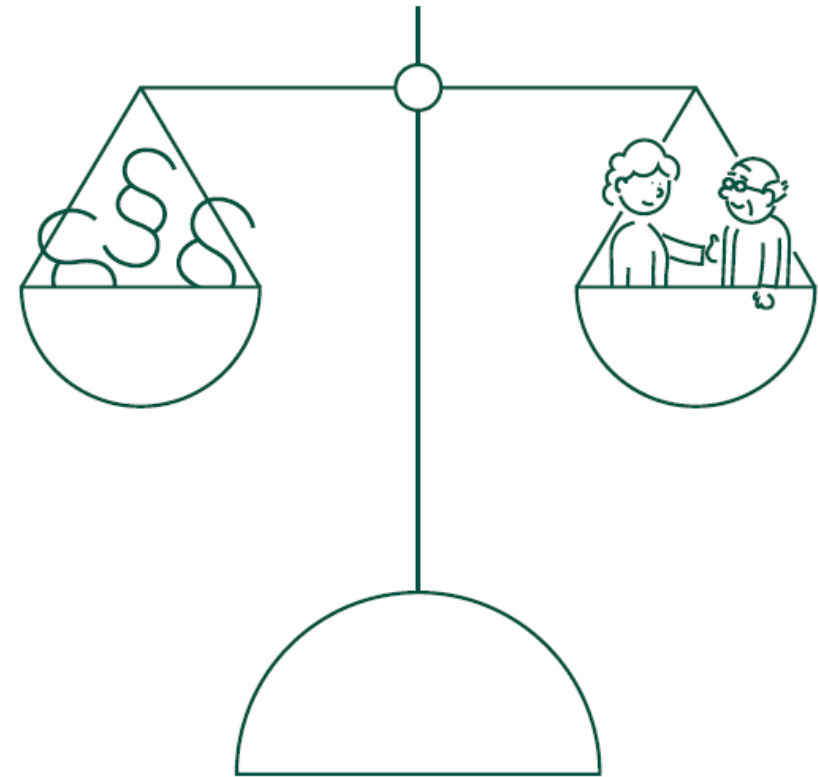
Hvordan kan jeg forstå og håndtere påvirkningerne?

Hvordan kan jeg arbejde med det her på min arbejdsplads?

Opsamling, hvad får jeg med fra i dag

At skabe mest mulig trivsel

...for det enkelte menneske



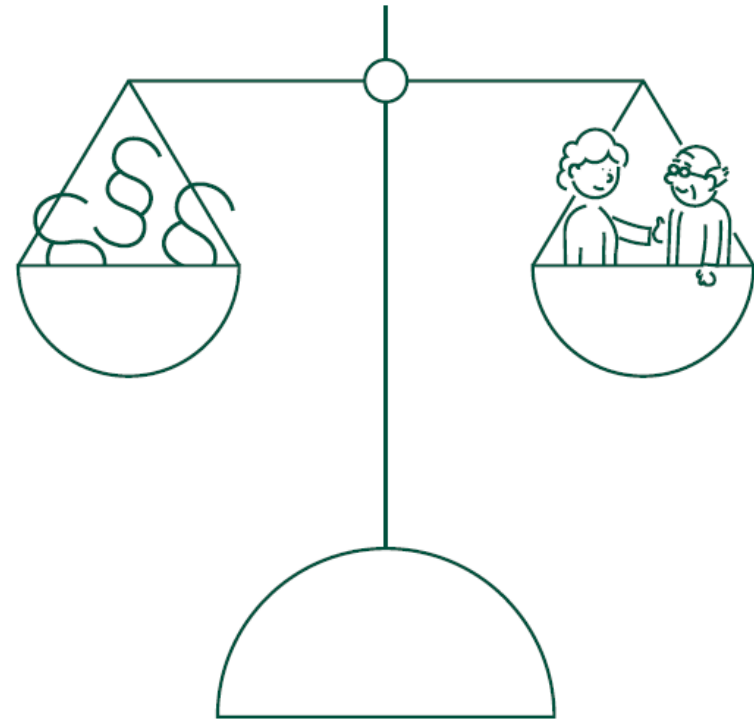
Faglighed eller varme hænder og store hjerter?



Obs! Faldgrubbe

-Når vi ikke kender til en faglig måde at arbejde med og tale om relationer, kommer vi til at falde tilbage til det vi kender, dvs. relationer i vores privatliv.

At gøre sig
fortjent til at
få lov til

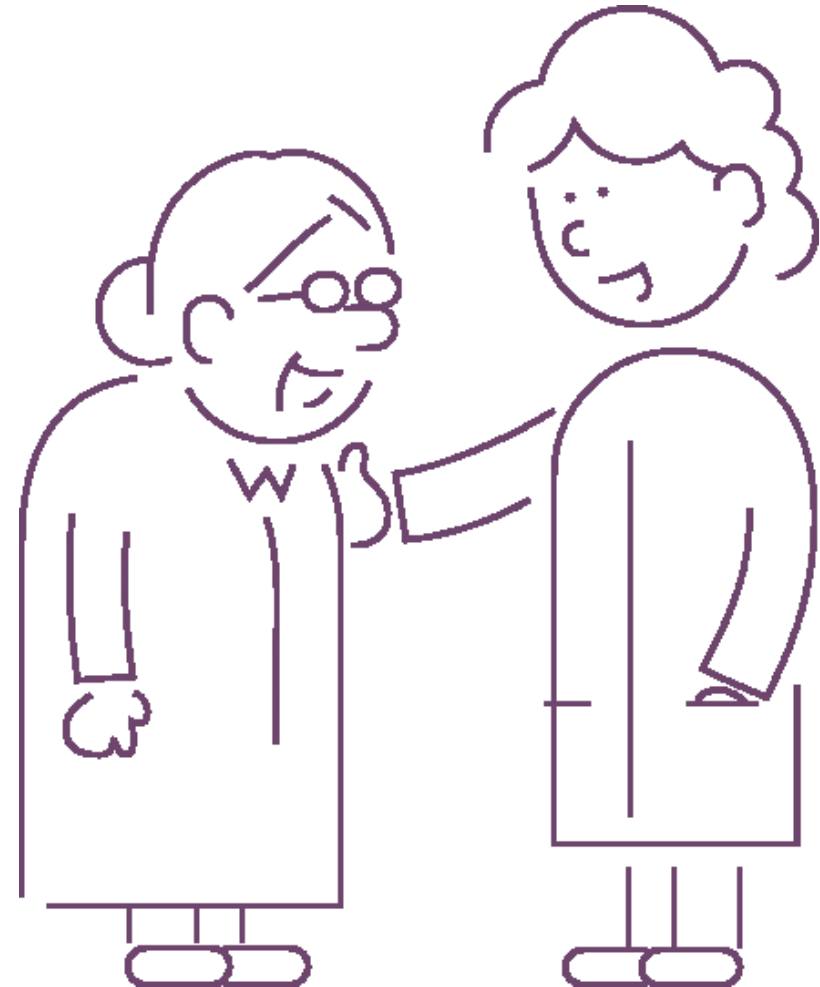


Tal med personen ved siden af:

- Hvad består dit arbejde mest af, hvilke opgaver fylder i din dagligdag?
- Hvilke af de opgaver bliver du mest følelsesmæssig påvirket af?

Relationsarbejde som fundament

- Faglig forpligtigelse
- At arbejde med mennesket og menneskets ressourcer
- Finde balance mellem praktiske og relationelle opgaver
- Den professionelle omsorg og relation
- At yde omsorg fremfor at give omsorg



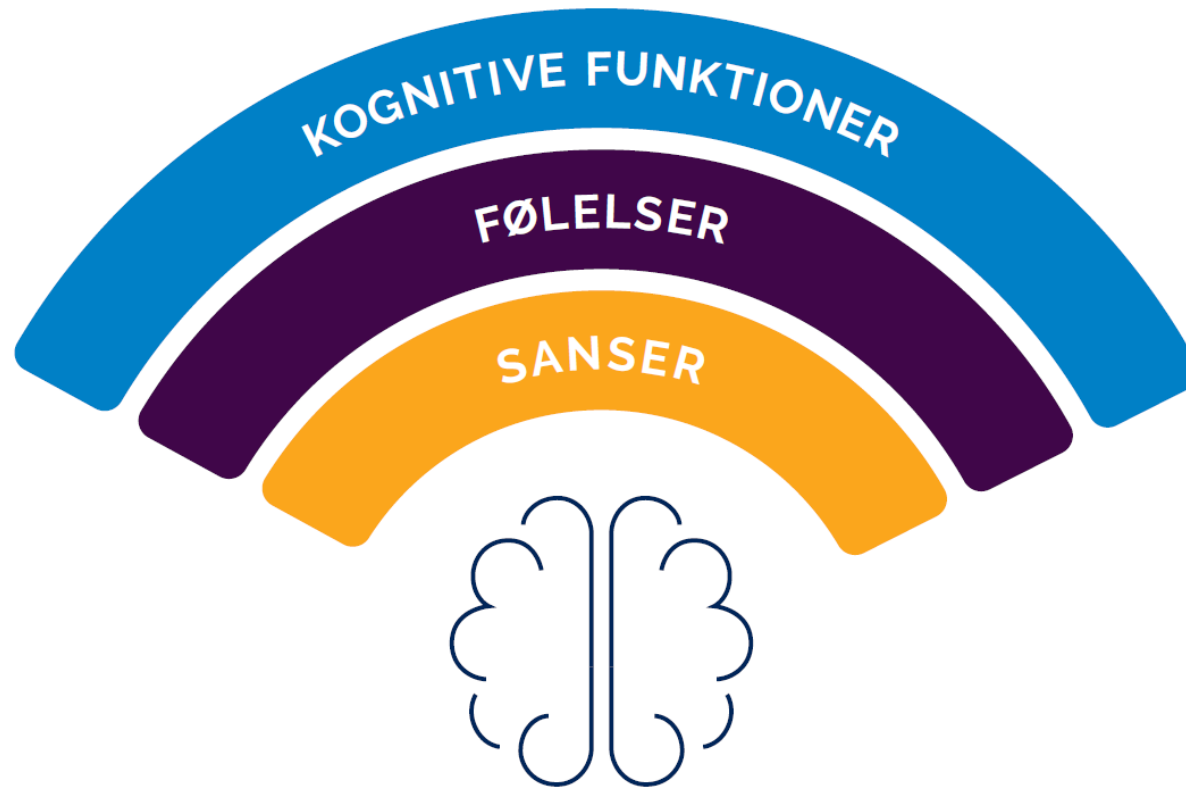
Hvad siger andre: VIVE's analyse om relationsarbejdet

- En grundlæggende del af relationsarbejde omhandler **menneskesyn**, at borgere bliver anset og behandlet som ligeværdige og unikke mennesker.
- Medarbejderen **tilpasser** sig den enkelte borger og den enkelte situation alt efter, hvad borgeren foretrækker og har brug for.
- **Verbal kommunikation** tilpasses til, hvor meget den enkelte kan rumme. Man kan spørge ind, være nysgerrig, anerkende borgeren, lytte aktivt og fortælle, hvad man gør undervejs i plejeopgaverne.
- **Kropslig kommunikation** kan bidrage til at vise interesse for borgeren og til at understøtte de ting, man fortæller.
- Opmærksomhed på borgerens **selvbestemmelse** medvirker til, at plejen tilpasses den enkelte borgers behov og præferencer.
- **Borgerens behov** aflæses gennem medarbejderens observationer. **Observationer** er særligt vigtige i mødet med en ny borger, men sker også løbende i det daglige arbejde.
- **Refleksioner og analyser** baseret på observationer er væsentlige for, hvordan medarbejderen agerer og for muligheden for en løbende tilpasning og justering i forhold til den konkrete situation.
- Arbejde med **følelsen af hjem og fællesskab** udvider relationsarbejdet til at inkludere borgerens sociale omgivelser

'Forskellige' faglige tilgange

- Personcentreret omsorg
 - Marte Meo
 - Eden Alternative
 - Klientcentring
- Fundamentals of care

Relationer dannes i følelseslaget



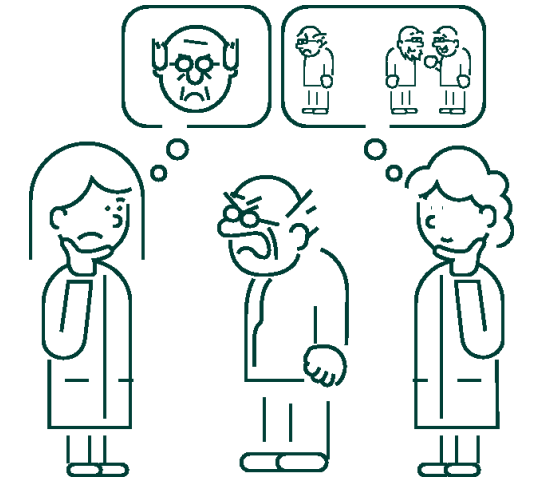
Dobbeltperspektiv som udgangspunkt i relationsarbejdet



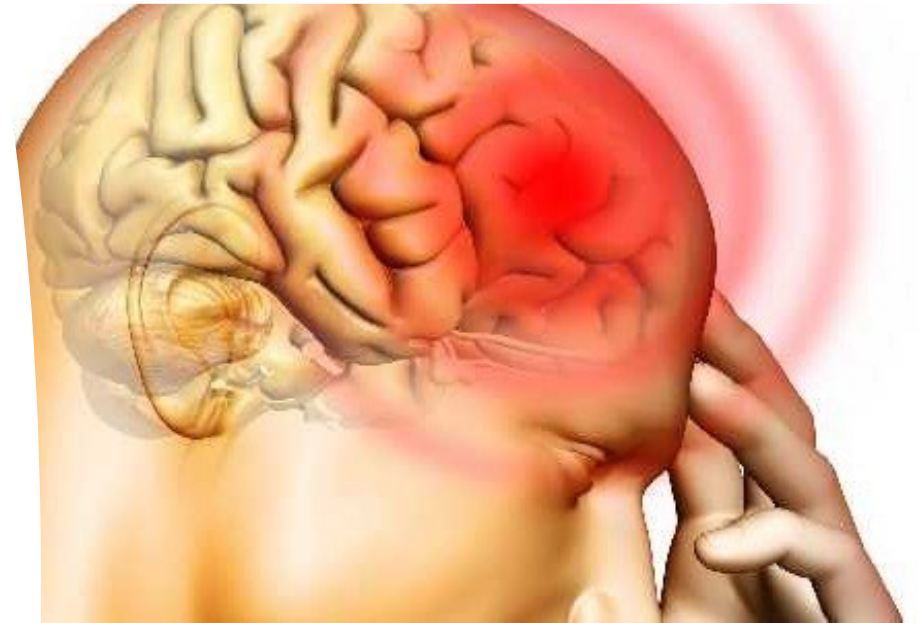
- Først når jeg føler mig forstået kan jeg flytte mig!

Hvordan arbejder I bevidst med dobbeltperspektivet?

- Snak sammen to og to opsamling i plenum



At passe på redskabet



Men hvad er professionalisme egentlig?

- Jeg kan genkende at jeg bliver påvirket og gør noget ved det
- Jeg laver relationer med dem jeg normalt ikke vil lave relationer med
- Jeg bruger det personlige professionelt
- Mere end bare at rumme



Hvordan opstår afmagt?



*"Ingen mennesker kan holde til hvad som helst. Alle har et "breaking point"
– et punkt, hvor man ikke kan holde til mere" (Rikke Høgsted)*

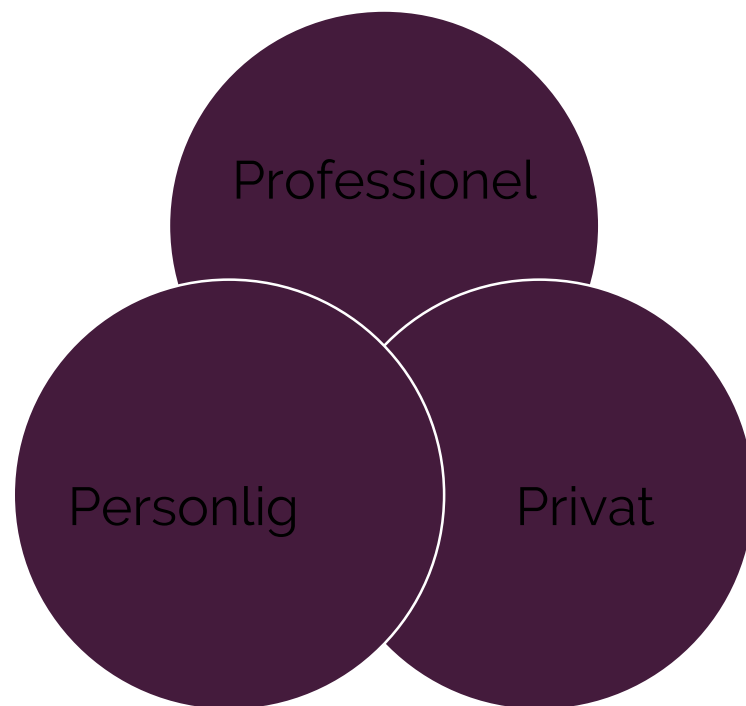
Forråelse er et tegn på, at der er noget der svært og der er brug for hjælp

Vores egen kognitive reduktion

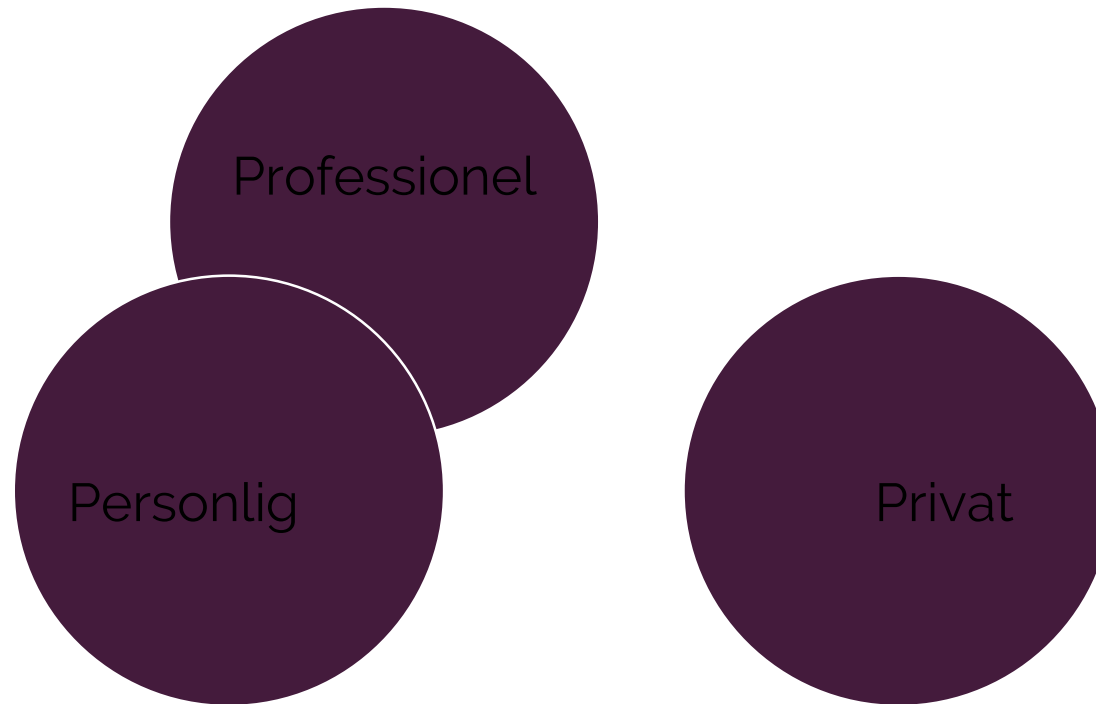
- Knaphedens psykologi
- Hvordan vi som professionelle kan blive påvirket af ikke at trives i vores arbejde



Hvor 'er' man når man er på arbejde?



Medmenneskelighed eller faglighed?



Refleksion, hvordan bruger du de 3 p'er

- Tal med en som du ikke har talt med i dag og reflekter sammen over, hvordan de 3 p'er kommer til udtryk i jeres daglige arbejde

Hvad skal vi også være opmærksomme på?

- Den enkelte medarbejders baggrund og personlige bagage kan påvirke arbejdet
- Sarah Daniel, egen tilknytning betyder meget for hvordan tilknytning og relationelle dynamikker kommer på spil i dit arbejde
- Ingen hindring, men en opmærksomhed/bevidsthed

Reaktioner på psykologisk ubalance

Når kravene overstiger ressourcerne

Rikke Høgsted

At være tykhudet, eller
underinvolveret

At være tyndhudet,
eller overinvolveret

At være afstemt, her er
der balance

Eksempler på over- og underinvolvering

– Overinvolvering: – Underinvolvering

- Familiær
 - Utryghed
 - Tyndhudet
 - Vred
 - Frustreret
 - Sorg
 - Offer
 - Omklamrer
 - Håbløshed
- Forråelse
 - Benægtelse
 - Numbing
 - Tykhudet
 - Autoritet
 - Ligegyldighed
 - Følelseskold
 - Bagatelliserer
 - Ignorerer

- Håb
- Sympati
- Rolig
- Engagerer
- Nysgerrig
- Undersøgende
- Hypoteser
- Faglighed
- Medfølelse

– Rikke Høgsted

Følelser i omsorgsarbejdet

Negative forbudte følelser

- Afmagt, Vrede, Frustration, Afsky

Positive forbudte følelser

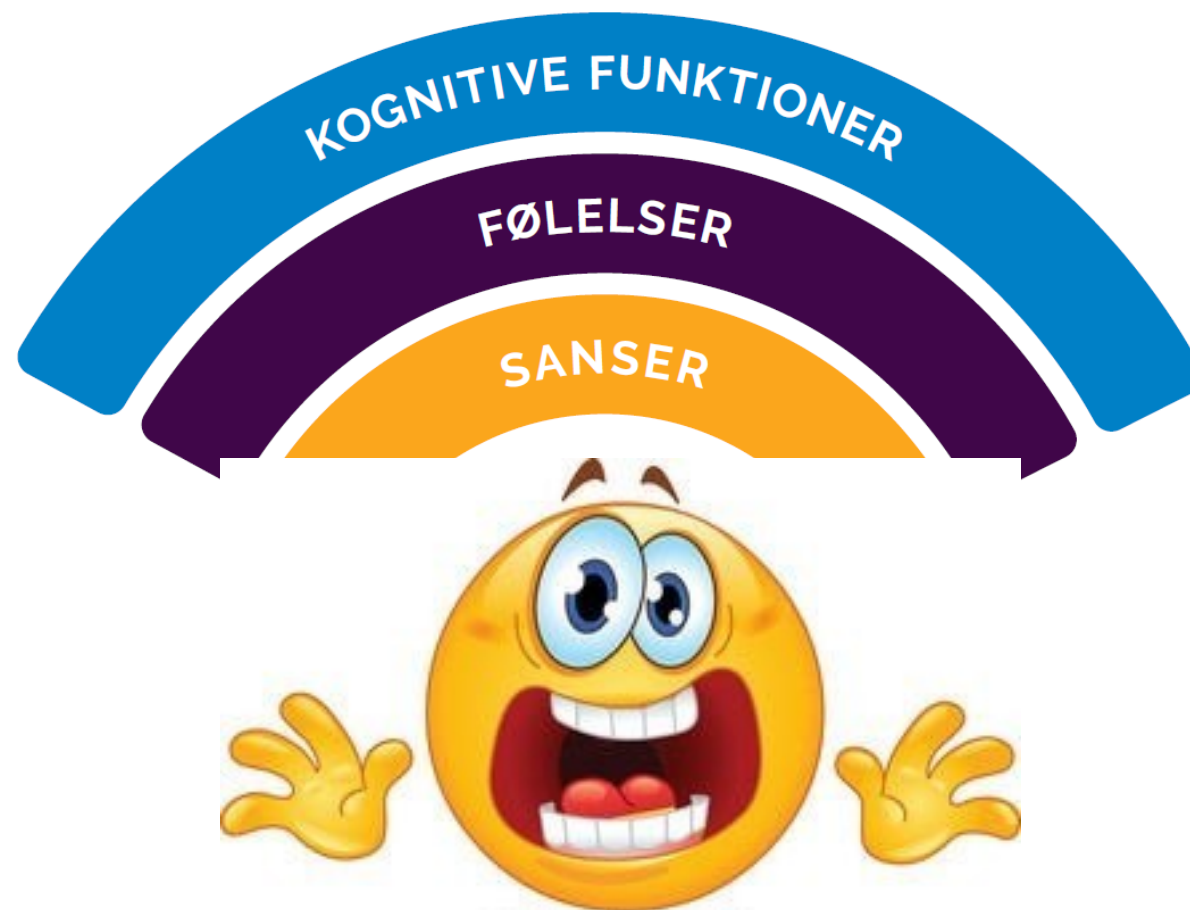
- Kærlighed, Mine Borgere,

Følelser mod den anden

Følelser mod mig selv

Følelser smitter, sekundair følelsemæssig påvirkning

Ansvar og Alarmberedskab



Din arbejdsplads

- Hvordan taler I om din arbejdsplads om følelsesmæssige påvirkninger eller det der er svært som påvirker?
- Hvad har I fået af ideer i dag, som I kunne bruge i på jeres arbejdsplads

Vil du vide/læse mere

- Belastningspsykologi af Rikke Høgsted
 - Ida er pisseprovokerende af Rikke Smedegaard Hansen
 - Mennesket er motiveret af Dorthe Birkmose
 - Når gode mennesker handler ondt af Dorthe Birkmose
 - Tilknytning og omsorgsarbejdet, Sarah Daniel
-
- ["Uden relationer kommer vi ingen vegne" VIVE analyse for Videnscenter for værdig ældrepleje \(sst.dk\)](#)

Håndbøger:

<https://www.sst.dk/da/viden/demens/anbefalinger-og-haandboeger/haandboeger>

Tak for i dag - og følg os gerne!



sst.dk/da/vaerdighed



facebook.com/vaerdighed/



linkedin.com/company/vaerdighed/

Husk vores GRATIS:

- E-læring (laeringomvaerdighed.dk)
- Webinarer
- Fra praksis til praksis (film og cases)
- Analyser
- mv.



