

» Jeg-støttende samtaler « og problemska

Af Per Lærkegaard

Erfaringerne fra et udbytterigt samarbejde mellem Landsbyen Sølund og Vidensteamet peger på, at metoden Jeg-støttende samtaler kan lægge en dæmper på problemskabende adfærd. Metoden kan nemlig give lindring, når det gør ondt indeni.

Indledning

Evnen til følelsesmæssig selvregulering øges i takt med dels menneskets generelle kognitive og sproglig udvikling, og dels erfaringer med at indgå i sociale relationer med andre mennesker. For mennesker med udviklingshæmning vil denne udviklingsproces være præget af kognitive hæmninger og dermed forsinket udvikling. Dette medfører ofte en forsinket følelsesmæssig og social modning eller emotionelle forstyrrelser.

Kombineret med et miljømæssigt pres og manglende forståelse fra det pædagogiske miljøes side, kan det medføre, at den pågældende sender uforløste emotionelle spændinger ud i miljøet. Der er dermed en nærliggende risiko for, at personen udvikler en problemskaben-

de og udadreagerende adfærd, hvor trusler og vold bliver anvendt som udtryksform over for andre beboere og medarbejdere.

Samtidig øges risikoen for, at der kan opstå misforståelser i kommunikationen mellem den pågældende og støttepersonalet. Derfor har mennesker med udviklingshæmning behov for en særlig indsats eller støtte til at udtrykke deres oplevelser, følelser og tanker.

Hvad er jeg-støttende samtaler?

Denne særlige kommunikative jeg-støtte kan bestå i, at det pædagogiske støttemiljø tilbyder mennesker med udviklingshæmning jeg-støttende samtaler, hvis primære formål er at skabe lindring, når det gør ondt indeni. Den grundlæggende ide er at understøtte den enkelte i at sætte ord, kropssprog og stemninger på følelser. Jeg-støttende samtaler giver mulighed for, at den enkelte person oplever sig selv som betydningsfuld og værdsat. At det er muligt at få en erkendelse af sig selv som et aktivt handlende menneske med ønsker, drømme og visioner for tilværelsen.

Metoden i den jeg-støttende samtale tager udgangspunkt i den jeg-støttende psykoterapi, som primært har fokus på udviklingen af den enkeltes jeg-ressourcer og ikke på bearbejdelsen af ubevidste konflikter. Metoden

er kendetegnet ved at understøtte den enkelte i at finde sine egne ressourcer og få en oplevelse af, at grundlæggende følelser som det at udvise vrede, glæde eller sorg overfor et andet menneske ikke nødvendigvis skal opleves som en trussel over for én selv. At udtrykke følelser og stemninger i fortrolighed med en anden betydningsfuld person kan have samme virkning som at tænde lyset i børneværelset, når det spoger.

Samtalepartnerens jeg-støtte består bl.a. i at rumme de følelser, som den pågældende person oplever som angstfyldte og truende. Mange har ikke lært, at udtrykke det rigtige ord for en følelse og tror måske heller ikke, at andre kan forstå, hvad man føler. En person kan fx have oplevet at blive overladt til den tidligere særforsorg som mindreårig og anbragt på en stor centralinstitution og have en fornemmelse af, at »det er min skyld, fordi jeg er anderledes end de andre i familien«. Den oplevelse kan fremkalde en eksistentiel følelse af tab og svigt, der sætter sig til en indre smerte.

Hvis denne følelsesmæssige smerte ikke bliver forstået og rummet i det pædagogiske miljø, skabes der grobund for en forsat negativ selvudvikling, hvorved risikoen for problemskabende adfærd øges.

De fire aspekter

1. Den trygge ramme

Et første aspekt i en jeg-støttende samtale er at skabe en tryghedsgivende ramme, hvor samtalen mellem den udviklingshæmmede person og samtalepartneren (pædagogen) kan udspille sig. Erfaringerne fra Landsbyen Sølund peger på, at det er vigtigt at planlægge og systematisere et samtaleforløb. Samtalerne skal planlægges over en længere periode, herunder også tidspunkt for start og afslutning, og så skal de foregå i et velegnet lokale, hvor man undgår forstyrrelser. Derudover er det vigtigt, at den udviklingshæmmede føler sig velkommen til samtalen, der skal bære præg af en vis rytme. Én af pædagogerne på Sølund indleder eksempelvis altid sine møder med et kram, og »jeg er glad for at du kommer i dag«. Derefter bruges ca. 15 til 20 minutter på småsnak og hygge over en kop kaffe, inden samtalen for alvor går i gang. Når personen oplever, at han/hun anerkendes, får vedkommende mod til at gå videre. Manglende anerkendelse skaber sårbarhed.

2. Samtalepartnerens rolle

Et andet aspekt er, at samtalepartneren (pædagogen) via sin faglige viden, empati og betydningsfulde relation til den udviklingshæmmede, giver vedkommende sin fulde opmærksomhed og mulighed for at blive set,



bende adfærd

hørt og forstået i forhold til sine egne følelser, tanker og handlinger. Samtalepartneres anerkendelse og forståelse skaber grundlag for, at ikke accepterede følelser og bagvedliggende angstproblematikker bliver mindre truende i forhold til den udviklingshæmmedes egen oplevelse af sig selv. Samtalepartneren skal personligt og fagligt tåle at være tæt sammen med et andet menneske og acceptere den udviklingshæmmedes »uaccepterede følelser og tanker«. Denne miljøterapeutiske proces er indirekte med til at skabe lindring i forhold til det, der gør ondt indeni.

3. Accept og realitetskorrigering

Et tredje aspekt er realitetstilpassede interventioner og opøvelse i at acceptere sig selv som en person med et grundlæggende handicap. Det kan fx dreje sig om en ung udviklingshæmmed mand, der har et ønske om at være »normal«, blive gift og få børn eller gerne vil have et kørekort. I samtalen er det vigtigt, at samtalepartneren (pædagogen) ikke tager drømmene og håbet fra vedkommende, men derimod nænsomt og varsomt sammen med personen realitetskorrigerer vedkommendes virkelighedsopfattelse.

Fordele og ulemper drages frem i samtalen, og personen ser måske, at selvom noget mistes, kan noget andet vindes.

Måske er der ikke basis for at erhverve sig et bilkørekort, men derimod et kørekort til en knallert eller noget helt andet, der giver mening i tilværelsen.

4. Formidling til kolleger

Et fjerde aspekt er, at samtalepartnerens nye forståelse og fornemmelse for den udviklingshæmmedes emotionelle dilemmaer og bagvedliggende angstproblematikker bliver videreføret til de øvrige kollegaer i en form, der tager hensyn til den tavshedspligt, som samtalepartneren er underlagt. Derved åbnes der op for, at den øvrige personalegruppe tilegner sig en ny forståelse for de handlemuligheder, der kan kvalificere støttemiljøet i at rumme og bearbejde den udviklingshæmmedes til tider usædvanlige og anderledes adfærdsmønstre. Rummeligheden betyder i denne sammenhæng, at personalegruppen har en særlig bevågenhed over for samspillet og relationerne mellem personalet og beboerne. Især er det vigtigt, at personalet er opmærksomt på deres egen adfærd i samspillet. Dette er ikke mindst vigtigt, når beboerne udviser en problemskabende adfærd, der ofte fremkalder frustration og irritation i personalegruppen. En øget magtesløshed i det

faglige støttemiljø påvirker ofte den enkelte medarbejders evne til at bevare det faglige overblik.

Afslutning

Sammenfattende peger erfaringerne på, at hvis personalet ikke opfanger og forstår den angst og frustration, der gemmer sig bag mange udviklingshæmmedes livsproblematikker, risikerer de, at det får en stærkt negativ indvirkning på samspillet mellem bruger og pædagog. Det indebærer en stor risiko for misforståelser i kommunikationen, trusler og vold, som igen kan medføre samarbejdsproblemer, øget sygdomsfrekvens i personalegruppen og vanskeligheder med at tiltrække kvalificerede medarbejdere.

Jeg-støttende samtaler kan som en konkret metode i det pædagogiske miljø medføre en større forståelse for den udviklingshæmmedes usædvanlige adfærd. En forståelse der er medvirkende til at kvalificere støttemiljøets indsats og derigennem reducere problemskabende adfærd.

Er du interesseret i at vide mere omkring jeg-støttende samtaler, er du velkommen til at kontakte Vidensteamets sekretariat i Skanderborg. Du kan også læse mere på vores hjemmeside www.vidensteam.dk.



»Lille sommerfugl«, Steen Henning Christensen, Sølund