

”Jeg-støttende samtaler” og problemskabende adfærd

Erfaringerne fra et 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.

Af Per Lærkegaard

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 til 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.

En forsinket følelsesmæssige og social modning, kombineret med et miljømæssigt pres, samt manglende forståelse fra det pædagogiske miljøes side kan medføre, at den pågældende reagerer uforløste emotionelle spændinger ud i miljøet. Risikoen for at personen udvikler en problemskabende og udadreagerende adfærd, hvor trusler og vold bliver anvendt som udtryksform over for andre beboere og medarbejdere, er nærliggende.

Samtidig øges risikoen for, at der kan opstå misforståelser i kommunikationen mellem den pågældende og støtte-personalet. 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, kropsprog og stemninger på følelser. Jeg støttende samtaler giver mulighed for, at den enkelte person oplever sig som betydningsfuld, at han/hun er noget værd. At det er muligt at erkende sig selv som et aktivt handlende menneske med ønsker, drømme og visioner for tilværelsen.

Metoden i den ”Jeg støttende samtale” er kendetegnet ved at understøtte den enkelte i at finde sine egne ressourcer: Dvs. at få personen til at mærke sig selv, erkende sig selv 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 værende truende 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 spøger.

Samtalepartnerens ”jeg støtte” består bl.a. i rumme de følelser,

som den pågældende person oplever som angstfyldte og truende i forhold til sig selv. 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 oplevelse 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 øges for problemskabende eller udadreagerende adfærd.

De fire aspekter

1. Den trygge ramme

Et første aspekt i en jeg støttende samtale er, at skabe en trykghedsgivende 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 og at den er præget af en vis rytme. En 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 anden, giver den udviklingshæmmede sin fulde opmærksomhed og mulighed for at blive set, hørt og forstået i forhold til sine egne følelser, tanker og handlinger. Samtalepartnerens 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 udviklingshæmmede mand, der har et ønske om at være "normal", blive gift og få børn eller har et ønske om at få 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 almindeligt kørekort, men derimod et kørekort til en knallert eller noget helt andet, der giver en ny mening i tilværelsen.

4. Formidling til kolleger

Et fjerde aspekt er, at samtalepartnerens (pædagogens) nye forståelse og fornemmelse for den udviklingshæmmedes emotionelle dilemmaer og bagvedliggende angstproblematikker bliver videreformidlet 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, skæve 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 opmærksom på deres egen adfærd i samspillet. Dette er ikke mindst vigtigt, når beboerne udviser en problemskabende adfærd, der fremkalder frustration og irritation ved den enkelte medarbejder eller

den samlede personalegruppe. 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 vanskelighed ved at tiltrække kvalificerede og uddannede medarbejdere.

En implementering af jeg støttende samtaler som en konkret og anvendelig metode i det pædagogiske miljø, kan medføre en større forståelse og anerkendelse af den udviklingshæmmede usædvanlige adfærd. En forståelse der er medvirkende til at kvalificere støttemiljøet samlede handlingskompetencer og derigennem reducere udadreagerende og problemskabende adfærd.

Er du interesseret i at vide mere omkring "jeg støttende samtaler", er du velkommen til at kontakte [Vidensteamets sekretariat](#).

