

## VÆK FRA DET MENTALE SÅRPILLERI

**Psykolog Pia Callensen**  
behandler angst og  
depression med en ny metode.  
Metakognitiv terapi.  
'Vi skal lade tankerne være  
– og gruble mindre'







## #socialpædagog

**Jeg hedder Nina Rabjerg Philipsen**, jeg er pædagogstuderende – og er lige nu i praktik på Fuglsang-sø Centret i Herning, hvor beboerne bl.a. er ældre med udviklingshæmning og demens. Som centrets første pædagogstuderende arbejder jeg tæt sammen med det sundhedsfaglige personale – og det er vildt spændende at være med til at sætte vores forskellige fagligheder i spil med et fælles mål om at sikre trivsel og et værdigt liv for de ældre.

For nylig var jeg med til at sikre et godt forløb for en ældre borger, som var faldet ud af sin kørestol og skulle hjælpes op igen med lift. Hun var meget forvirret og angst, men jeg formåede med min socialpædagogiske faglighed og viden fra et Marte Meo forløb, jeg er i gang med, at få en god relation til borgeren. Jeg skabte den tryghed, der var nødvendig, for at andre kolleger kunne hjælpe hende op.

Der er jo ikke så mange socialpædagoger på ældreområdet endnu, men det giver rigtig god mening at arbejde socialpædagogisk også med ældre mennesker. X

## Kolofon

Udgives af Socialpædagogerne, Brolæggerstræde 9, 1211 København K. Tlf. 7248 6000. www.sl.dk // **Ansvarshavende** forbundsformand Benny Andersen // **Redaktion** Søren Lauridsen (chefredaktør), sln@sl.dk, Tina Løvbohm Petersen, tln@sl.dk, Malene Dreyer, mad@sl.dk, Marie Dissing Sandahl, mds@sl.dk, Jakob Ravn Fjordbo, jrf@sl.dk, Runa Adriane Riis Larsen, ral@sl.dk // **Kontakt redaktionen** på nyhedsrum@sl.dk // **Layout** René Hart // **Produktion** KLS Pureprint A/S // **Læserbreve** Socialpædagogen er forpligtet til at optage læserbreve fra medlemmer. Vi opfordrer til, at indlæg højst fylder 2.000 anslag, og redaktionen forbeholder sig ret til at forkorte. Læserbreve med injurierende indhold afvises. Indlæg sendes til nyhedsrum@sl.dk // **Annoncer** Se annonceinformation på socialpædagogen.sl.dk // **Oplag** 45.000 i perioden 01.07.17-30.06.18 // **Redaktionen** af 12/2019 er afsluttet 27.09.2019. Næste nummer udkommer i uge 46 // **Forsidefoto** Sofia Busk Hansen // 76. årgang // ISSN 0105-5399



Danske Medier  
OPLAGSKONTROL

Magasinet er 100% fri for skadelige/hormonforstyrrende kemikalier og er certificeret efter verdens strengeste miljøcertificering.

FOTO: PRIVAT

# 8

Vi var rystede efter mødet. Vi regnede med, at det ville blive en kraftig påtale, men da jeg kom ind i lokalet, kunne jeg godt mærke, at slaget var tabt på forhånd. De havde besluttet sig – jeg skulle fyres.

— Jan Asp, socialpædagog

## TEMA



FOTO: NILS LUND PEDERSEN

# 16

Mor og far er en del kerneopgaven **Vi oplever, at curlingforældre er nået vores branche også. Forældre, som er stærkt overtagende og fejrer vejen for de unge, fortæller socialpædagog Morten Lundhøj**

## PORTRÆT

# 10

Lad tankerne være » **En ny psykologisk behandlingsmetode har vendt op og ned på psykolog Pia Callesens tilgang til angstlidelser. Det handler om, at vi skal lære at gruble og bekymre os mindre**



FOTO: SOFIA BUSK HANSEN

## NY BOG

### 'mellem\_rum'

Lars kæmper med angst, ensomhed og ulykkelig kærlighed i den grafiske fortælling 'Dagbog fra Afgrunden'. Den er en del af i alt ni bøger baseret på udsatte unges ønsker til læsestof.

FOTO: TOR BIRK TRADS



# 27

» **Frivillig i ferien I Randers afvikles Ferie Camp som et årligt ferietilbud til socialt udsatte og deres børn. To socialpædagoger brugte en uge af deres sommerferie på at gøre en forskel som frivillig**

# 4

**Ledere: Fagligheden skal have et løft hos fremtidens socialpædagoger**

# 6

**Dokumentar om børn og unge på Nørrebro**

# 22

**Ny efteruddannelse**

Som leder drømte Karin Damhus om at gøre op med konflikterne mellem personale og pårørende. Resultatet blev en helt ny efteruddannelse

# 24

**Dilemma**

Er det stigmatiserende – eller det mest præcise at sige udviklingshæmmet om en person med udviklingshæmning? Mød to socialpædagoger, som ikke er helt enige

# 34



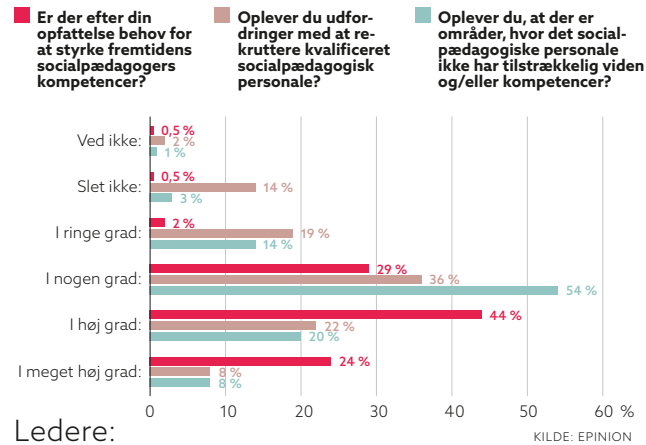
FOTO: MICHAEL DROST-HANSEN

**Karrierehop**

Efter 30 år som leder havde Helle Fønss Bach behov for forandring. Jobrotation satte gang i nye tanker – så hun smed lederkasketten og søgte et helt nyt job



## UNDERSØGELSE



## STYRK FAGLIGHEDEN

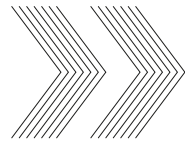
**Fagligheden skal have et løft** hos fremtidens socialpædagoger, lyder det fra 68 % af lederne i en ny undersøgelse lavet af Epinion for Socialpædagogerne. Og der er også områder, hvor de nuværende ansatte socialpædagoger ikke har tilstrækkelig viden eller kompetencer, lyder det fra 28 % af lederne. Samtidig svarer knap hver tredje leder, at de har problemer med at rekruttere kvalificeret arbejdskraft. 'Alarmerende', mener forbundsformand Benny Andersen.

– Vi skal tage det alvorligt, når lederne råber, de ikke altid kan få den kvalificerede arbejdskraft, de har brug for, når de skal støtte de mest udsatte borgere, siger han og tilføjer, at lederne også selv har et ansvar for at give efteruddannelse til deres medarbejdere.

Men det er ikke nok. – Vi skal også give socialpædagogerne en god uddannelse, der matcher den voldsomme efterspørgsel på specialiseret socialpædagogisk viden. Det er immervæk en tredjedel af alle nuværende studerende, der skal arbejde på det specialiserede område, siger Benny Andersen, som derfor mener, der er behov for en decideret socialpædagogisk uddannelse.

Herudover foreslår han, at timetallet på pædagoguddannelsen skal øges, socialpædagogikken skal integreres bedre i grunduddannelsen, der skal indføres optagelseskrav, og at koblingen mellem praksis og teori skal styrkes. X

## HØRT



Den vigtigste måde at måle mit lederskab på er jo egentlig ikke at fokusere på mig. Det handler om en opmærksomhed på, at min lederindsats skal vurderes på baggrund af, hvordan socialpædagogen Kristian møder drengen Tobias, der har det svært en tirsdag aften klokken 21.30.

— Søren Skjødt, forstander på behandlingsinstitutionen Godhavn og formand for FADD, om personligt lederskab, der var et tema på Socialpædagogernes Lederkonference i september

## HJEMLØSHED

**550 skæve boliger har 26 kommuner landet over opført til hjemløse og udsatte borgere,** der har svært ved at finde sig til rette i traditionelt udlejningsbyggeri.

Bl.a. i Slagelse, hvor socialpædagog Anne Mette Thomsen arbejder som social vicevært på Forsorgshjemmet Toften. Her er boligerne med til at give borgerne tryghed, fortæller hun til DR: – **Jeg har jo set, at de har kunnet mestre deres misbrug.** De er blomstret op og får lyst til at gøre noget mere i deres liv. X

# 350 mia. kr.

vil danske pensionskasser, heriblandt PKA, investere i **den grønne omstilling**, så regeringen kan nå sit mål om at mindske Danmarks CO<sub>2</sub>-udspil med 70 pct. inden 2030. X

## TR-KONFERENCE



FOTO: MICHAEL DROSTHANSEN

## Sammen om en fælles mission

På **Socialpædagogernes TR-konference d. 10. september** var små 500 tilidsrepræsentanter samlet for at tale synlighed, involvering og værdiskabelse for medlemmerne. En af dem, der var med for allerførste gang, var **nyvalgte Mette Møller Madsen**. Hun har en klar mission om at skabe et stærkere fagligt fællesskab på sin arbejdsplads, hvor socialpædagoger er i undertal. For hvis man som fagfæller og kolleger går sammen om at demonstrere det særegne og betydningsfulde ved sin profession, tror Mette Møller Madsen på, at man får mere rum til faglig udvikling. X

## MINISTERMØDE

### Voldsforebyggelse på socialministerens dagsorden

**Stærkere faglighed**, vidensdeling om gode erfaringer og skræddersyede tilbud til borgerne. Det var nogle af budskaberne, som Socialpædagogernes forbundsformand Benny Andersen afleverede til Social- og indenrigsminister Astrid Krag (S) til et møde den 18. september.

Ministeren havde kaldt Socialpædagogerne og andre organisationer til møde om voldsforebyggelse, efter to socialpædagoger på Fyn var blevet overfaldt af et tæskehold.

Og Benny Andersen gik tilfreds fra mødet: **'En minister, der lytter og involverer. Det lover godt for fremtiden'**, skrev han på Facebook. X

## KALENDER

### 17. oktober

**FN's internationale hjemløsedag**  
Rådhuspladsen i København fra kl. 12-16

### 4. november

**Fagligt selskab om udsatte børn og unge**  
Konference 'Tilknytning – Grundstenen i socialpædagogisk arbejde', Comwell Kolding

### 11. november

**Temadag om de nye regler om magtanvendelse**  
Socialstyrelse holder gratis temadag kl. 9.00-15.30 på Rådhuset i Esbjerg

## KOMMENTAR

## MÅ DU FRIT VÆLGE FAGFORENING?

**P**Å SPØRGSMÅLET OM, hvorvidt man frit må vælge, om man vil være medlem hos os, er JA det både hurtige og korrekte svar. Men det allerførste valg, man skal træffe, er, om man overhovedet skal være medlem af en fagforening. Og dernæst hvilken.

Socialpædagogerne har medlemsfremgang, og vi har ikke brug for alternative metoder – som de meget omtalte fra lufthavnen – for at få folk ind til os. Men jeg vil også godt slå fast, at det selvfølgelig både er lovligt og rigtigt – både moralsk og kollegialt – at man ude på arbejdspladserne tager en snak med en kollega, der ikke er medlem af fagforeningen.

Det er også både lovligt og rigtigt at sige, at I forventer, at kollegaen bliver medlem hos den fagforening, der laver aftaler og overenskomster. Altså en rigtig fagforening,

**'Socialpædagogerne har medlemsfremgang, og vi har ikke brug for alternative metoder som de meget omtalte fra lufthavnen – for at få folk ind til os.'**

hvor vi har tillids- og arbejdsmiljørepræsentanter, der hver dag løser opgaver for kollegaerne og fællesskabet. Og hvor vi har aftaler og overenskomster med arbejdsgiverne, der sikrer alle. Vi har lokale fagforeninger, der rykker ud når det er nødvendigt. Vi har et unikt fagligt fællesskab. Vi har en lønforsikring. Vi hjælper folk i job, når de bliver arbejdsløse. Vi hjælper, hvis man får en arbejds-skade, og har en kompetencefond, der kan hjælpe med efteruddannelse. Og alt det er jo kun muligt på grund af fagforeningen. X

**Benny Andersen**  
forbundsformand Socialpædagogerne



FOTO: RICKY MOLLOY



FILM



## BARNDOMMEN I BELASTET KVARTER PÅ NØRREBRO

Blågårds plads på Nørrebro i København er berygtet for bander, skyderier og brændende biler, der ofte sender lovens lange arm på overarbejde. Men hvordan ser hverdagen ud for kvarterets børn og unge? Det undersøger instruktør Olivia Chamby-Rus i dokumentaren 'Ulveland', hvor hun gennem tre år har fået unik adgang til at indfange livet set fra de unges øjne. Resultatet er med DR's ord en 'poetisk film om barndommen, overgangen til voksenlivet og om at finde sin plads i verden'.

Se den på [dr.dk](http://dr.dk)

PODCAST

### Med socialborgmesteren på rundtur i stoffernes København

I podcasten 'Borgmesterdilemmaer' besøger socialborgmester i Københavns Kommune Mia Nygaard (R) nogle af de mennesker, der har engageret sig allermost i stofmiljøet i København. Bl.a. lederen af Socialforvaltningens Sundhedsteam, Henrik Thiesen, der behandler udsatte borgere, der ikke har ressourcer til selv at opsøge en læge.

Find den på din [podcast-app](#).

BOG

### Ny bogserie skræddersyet til udsatte unge

Hvilke bøger ville udsatte unge ønske, der fandtes? Det har NGO'en 'Læs for Livet' spurgt 100 af de pågældende unge om, og det er der nu kommet ni udgivelser ud af hos Gyldendal. I serien 'mellem\_rum' har etablerede forfattere omsat de unges ønsker til bøger, der henvender sig til læsere i udkolingen. I en af bøgerne – den grafiske fortælling 'Dagbog fra Afgrunden' – formidler forfatter og tegneserieresker Lars Kramhøft om Lars, der kæmper med angst, ensomhed og ulykkelig kærlighed.

Flere titler, bl.a. *Dagbog fra Afgrunden* af Lars Kramhøft. Gyldendal, **260 kr.**

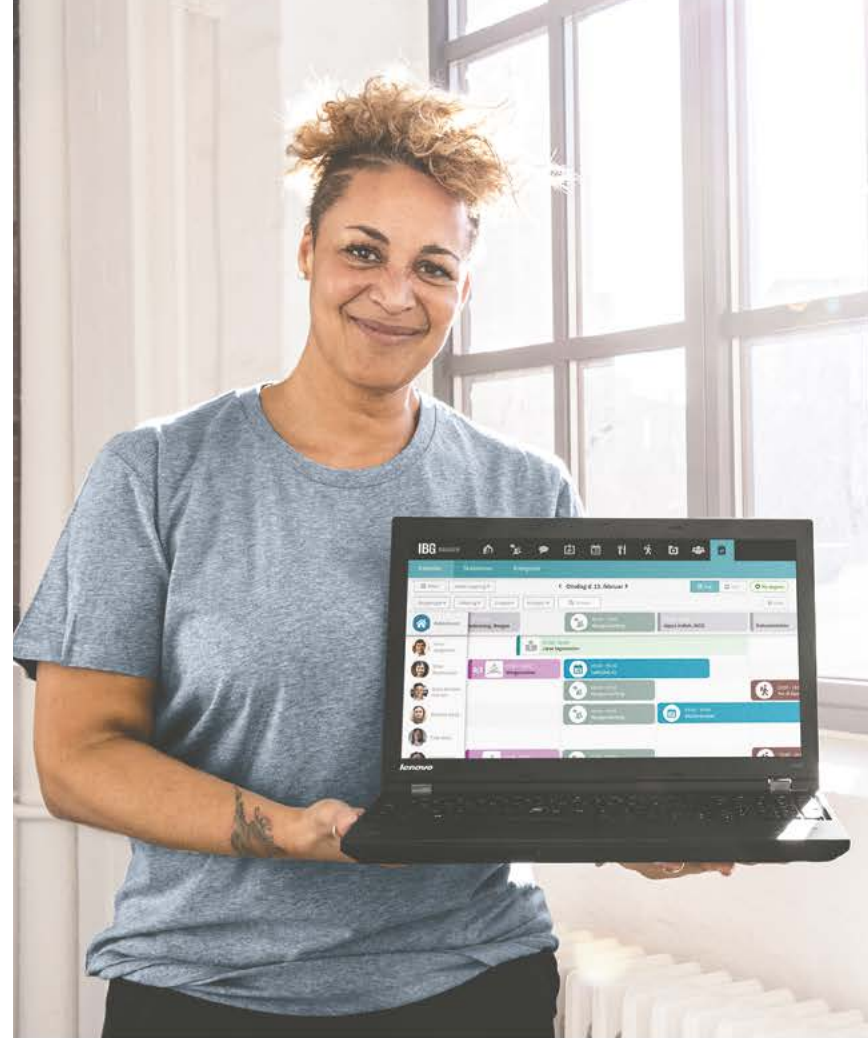


BOG

### Barn af misbrugsforældre udgiver roman

Det var Nicklas' oldemor, der lærte ham, hvad en fødselsdag var, og hvordan man triller pebernødder. For Nicklas er søn af en pillemisbrugende mor og har været i pleje hos oldeforældrene, siden han var to år. 22-årige Nicklas Buchs debutroman 'Pillerne får mors øjne til at nærme sig gulvet', der udkom i september på Gyldendal, er inspireret af forfatterens egen opvækst som plejebarn med misbrugsforældre.

*Pillerne får mors øjne til at nærme sig gulvet* af Nicklas Buch. Gyldendal, **200 kr.**



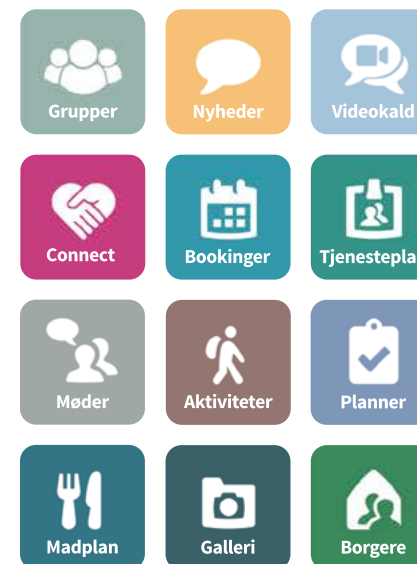
## Nogle gange er fællesskabet det bedste værktøj.

Vi tror på, at fundamentet for øget livskvalitet er muligheden for at være en del af et fællesskab. Interaktiv Borgerguide er velfærdsteknologi til borgere, personale og pårørende. Løsningen består af en række moduler, som understøtter egenmestring og selvhjulpethed, styrker social kontakt, og giver borgeren øget tryghed gennem forudsigelighed og struktur. Vores løsning kan tilgås på store touchskærme eller via apps på tablets eller telefoner.



### Vil du vide mere om IBG?

Vi tilbyder gerne en gratis demonstration hos jer. Ring på **3615 0520** eller besøg [borgerguide.dk](http://borgerguide.dk)





## Fyret efter 22 år

Da socialpædagog Jan Asp blev fyret pga. en medicin håndteringsfejl, viste det sig, at han i årevis var gået **glip af overarbejdstidsbetaling**. Jobbet fik han ikke igen. Men med hjælp fra Socialpædagogerne fik han en kompensation på mere end **300.000 kr.**

TEKST  
MALENE  
DREYER  
///  
FOTO  
MICHAEL  
DROST-  
HANSEN

**D**A SOCIALPÆDAGOG Jan Asp mødte ind på sin arbejdsplads en helt almindelig lørdag i december sidste år, havde han ingen ide om, at dagen ville blive skæbnesvanger. Men i løbet af vagten på det specialiserede botilbud Sønderparken begik Jan Asp et fejltrin, som kom til at koste ham jobbet gennem 22 år.

Det hele handler om en pille. Den dag skulle Jan Asp på tur med en beboer, og som det ofte skete, bad beboeren ham om at tage en pille med til hende – bare for en sikkerheds skyld. En tablet af præparatet Cisordinol – et antipsykotika.

– 9 ud af 10 gange får hun ikke brug for pillen. Men det giver hende en tryghed at vide, at jeg har den med til hende, hvis hun får brug for den, forklarer Jan Asp.

Men denne dag var beboerens depotpose med medicin tom, og heller ikke på medicindepotet var der Cisordinol. Derfor tog Jan Asp en anden pille med.

– Lige i nuet tager jeg i stedet for en Oxapax 15 mg (beroligende medicin, red.), der ligger i beboerens medicinkasse. Den putter jeg i en pose, som jeg skriver navn og indhold på. Jeg fortæller beboeren, at jeg ikke kunne finde Cisordinol, og at jeg i stedet for har taget en Oxapax med. Vi aftaler, at hun kun får den, hvis det er meget nødvendigt, forklarer Jan Asp.

Beboeren fik aldrig pillen. Da de kom hjem, lagde Jan Asp posen med pillen i kassen på depotet – som altid, når den kommer retur ubrugt. Det får en kollega til at opdage, at der er sket en fejl, for medicinen Oxapax er ikke ordineret til beboeren.

### Fejlen får følger

Efterfølgende skrev Jan Asp en redegørelse til ledelsen, hvor han forklarede, hvad der var sket og beklagede.

– Jeg skulle have kontaktet vagtlægen eller en anden overordnet

medicinansvarlig. Men det tænkte jeg på intet tidspunkt på, for jeg huskede det som om, beboeren også havde Oxapax i sit sortiment. Det er min fejl, at jeg ikke fik tjekket det, siger Jan Asp.

På dage senere blev Jan Asp indkaldt til en tjenstlig samtale. Han kontaktede faglig konsulent hos Socialpædagogerne Midt- og Vestjylland Anette Elkjær, som sammen med TR deltog i samtalen. Til samtalen blev Jan Asp mødt med en påtænkt afskedigelse og fritagelse fra sit job med øjeblikkelig varsel.

– Vi var rystede efter mødet. Vi regnede med, at det ville blive en kraftig påtale, men da jeg kom ind i lokalet, kunne jeg godt mærke, at slaget var tabt på forhånd. De havde besluttet sig – jeg skulle fyres.

Jan Asp modtog sin opsigelse med besked om, at ledelsen ikke længere havde tillid til ham.

### En klar overreaktion

Ifølge Anette Elkjær er afskedigelsen usaglig og helt ude af proportioner med hændelsen.

– Vi mener, at en afskedigelse er langt ud over, hvad der med rimelighed står mål med den fejl, Jan har begået. Han har begået en alvorlig fejl, ja. Men det burde have ført til en påtale eller en advarsel – ikke en opsigelse.



Hun begrundet det bl.a. med, at beboeren aldrig fik pillen, og selv hvis hun havde fået den, havde det ikke haft alvorlige konsekvenser for hendes helbred. Derudover har Jan Asp været ansat på stedet i mere end 20 år og været medicinansvarlig de sidste 10.

– Vi kigger på proportionalitetsprincippet – sanktionen skal matche forseelsen. Beboeren fik aldrig pillen, og Jan har en pletfri personalefil, siger Anette Elkjær.

En forhandling mellem Socialpædagogerne og regionen fører til en godtgørelse til Jan Asp svarende til to måneders løn udover de seks måneders opsigelse, han

har i kraft af overenskomsten. Han bliver også fuldt fritstillet i hele opsigelsesperioden.

Sagen slog benene væk under Jan Asp. Men han sætter stor pris på den hjælp, han fik fra kredsen. – Jeg har været rigtig glad for Anettes hjælp. Hun har været fantastisk gennem hele forløbet. Hun er meget vedholdende, siger Jan Asp.

### Rod i timeregnskabet

Undervejs i sagen sker der noget andet. Anette Elkjær opdager nemlig en række brud på arbejdstidsaftalen. Gennem en årrække har Jan Asp arbejdet for mange

**Vemodigt farvel**  
'Jeg er stadig meget ked af hele oplevelsen. Jeg elskede mit arbejde på Sønderparken og glædede mig altid til at komme på arbejde. Nogle beboere havde jeg kendt i 20 år. En af dem havde skrevet i sit testamente, at den dag hun skal herfra, ville hun have, at jeg skulle være hos hende, siger socialpædagog Jan Asp.'

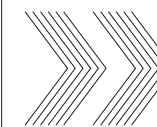
timer og fået udbetalt for lidt kompensation for overarbejde. – Der er tale om et brud på både overenskomsten og arbejdstidsloven. Desuden har Jan fået udbetalt for lidt i tillæg og overarbejdstidsbetaling.

Efter en nøje gennemgang af Jan Asp's lønudbetalinger fra 2014-2018 rejser Socialpædagogerne et krav om i alt 312.857 kr. overfor hans arbejdsgiver.

De penge har han nu fået udbetalt. Det udgør et plaster på såret, men står ikke mål med det tab, fyringen har været.

– Kunne jeg spole tiden tilbage, ville jeg langt hellere have været hele denne sag foruden og have mit gode job på Sønderparken. Skide være med pengene. Jeg er mest af alt ked af, at jeg har mistet mit job.

Også hos Socialpædagogerne er erstatningen en blandet oplevelse. For selvom målet er at sikre medlemmerne så gode erstatninger som muligt, så ville det bedst være, hvis arbejdsgiverne overholdt aftalerne.



## Jeg troede, jeg skulle pensioneres fra det sted.

— Jan Asp, socialpædagog

– Det er jo aftaler, vi har lavet sammen med arbejdsgiverne for at sikre et godt arbejdsmiljø. Så begge parter har en interesse i, at aftalerne bliver fulgt – både for medarbejdernes og for beboernes skyld, siger Anette Elkjær. ×



# KUNSTEN

# AT IGNORERE DEN



# LYSERØDE ELEFANT

Angst og depression skyldes, at vi grubler og bekymrer os for meget. Det hævder psykolog Pia Callesen. Men den gode nyhed er, at de fleste af os godt kan blive fri for lidelserne, **hvis vi lærer at lade vores tanker være.**

Metoden hedder metakognitiv terapi



# M

IT PROFESSIONELLE liv tog en drejning, da jeg stiftede bekendtskab med metakognitiv terapi'.

Ordene kommer fra psykolog, dr. ph.d. og specialist i psykoterapi Pia Callesen, som tidligere har specialiseret sig i kognitiv adfærdsterapi og behandlet mange patienter ud fra den metode.

Men da hun blev introduceret til en ny psykologisk behandlingsmetode, metakognitiv terapi, mødte hun en radikal anderledes tilgang til angstlidelser.

En tilgang, der vendte op og ned på det, hun hidtil havde troet på – og som viste fremragende resultater.

– Jeg vil i al stilfærdighed kalde metoden en revolution indenfor angstbehandling, siger Pia Callesen og uddyber:

– Metakognitiv terapi er en ny forståelse af årsagen til og løsningen på psykisk mistrivsel. Vi har længe gået og troet, at vi skulle bearbejde fortiden eller gøre vores skræmmende tanker mere realistiske. Men i metakognitiv terapi handler det om at gøre mindre med vores tanker og følelser, så de kan få fred til at regulere sig selv.

## Destruktive grublerier

Metakognitiv terapi går altså ud på at gøre det stik modsatte af at beskæftige sig med sine tanker og følelser – nemlig at lade dem være. I stedet består terapien i at lære at lade tanker og følelser komme og gå. Man skal med andre ord lære at gruble mindre.

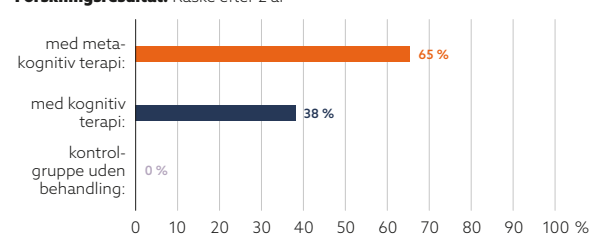


### Sorter i dine tanker

Se dine tanker som sushi på et løbende sushibånd. Du kan tage dem – eller lade dem være. Du vælger selv, om du vil gribe tankerne eller lade dem passere.

KILDE: PIA CALLESEN

### Forskningsresultat: Raske efter 2 år



KILDE: STUDIE FRA 2018 MED 81 PERSONER MED ANGST, HANS M. NORDAHL, CAMBRIDGE UNIVERSITY PRESS

Terapien bygger på et nyt tanke-sæt, som gør op med den traditionelle forestilling om, hvad der forårsager lidelser som angst og depression: At det ikke er traumatiserende oplevelser eller skræmmende/negative tanker, der i sig selv fører til angst – men derimod overdreven beskæftigelse med tankerne og følelserne

– Man bekymrer sig altså ikke, fordi man har angst. Man udvikler angst, fordi man bekymrer sig for meget og føler, at man har mistet kontrollen, siger Pia Callesen, som selv kalder det gruble-problemer. Altså det med, at man grubler og igen og igen vender tilbage til de negative tanker og følelser.

– Langt de fleste depressioner kan forklares med et gruble-problem. I få tilfælde er der tale om en biologisk-kemisk ubalance i hjernen, men resten er grublerier. Omgivelserne kan udløse det, men det er altid gruble-problemet, der gør, at man går fra livskrise til depression.

## Sindet er selvregulerende

En grundantagelse i den metakognitive teori er, at sindet som udgangspunkt er sundt og kan hele sig selv præcis som resten af vores krop, hvis bare det får lov at hele i fred.

– Det er ligesom et sår. Hvis vi lader det være, heler det af sig selv. Piller vi derimod i det, bliver det værre, Pia Callesen.

Fokus på de negative tanker og følelser er så at sige mentalt sårpilleri. Og ja – det kan lyde nærmest provokerende forenklet. Ikke mindst for de mennesker, der pines af tvangstanker og angst, som de for alt i verden ønsker at blive fri for.

Pia Callesen understreger da også, at det hverken er nemt og bestemt heller ikke den angstplagedes egen skyld.

– For en person med angst findes ordet 'bare' ikke. Man kan ikke tale om, at man 'bare skal tage sig sam-

**Tankemylder**  
Vi kan ikke slukke for vores hjerner. Men vi kan lære at lade være med at bruge kræfter på de ting, der bliver sagt, siger Pia Callesen.

## Uhensigtsmæssige metakognitive overbevisninger

**1. Jeg har ingen selvkontrol.** Jeg tror ikke, jeg kan styre mine bekymringer, bekymringerne styrer mig.

**2. Jeg frygter tanker og følelser.** Jeg tror, at mine bekymringer, mine stærke følelser og mine tanker er livsfarlige – derfor frygter jeg dem.

**3. Jeg mener, det nytter at bekymre mig, at analysere og mærke efter.** Jeg tror, det nytter og giver kontrol, når jeg mærker efter, tjekker, bekymrer mig, mærker efter, planlægger mv. – at min tankebearbejdning gør mig gavn.

men' og krænge angsten af sig. Når man er angst, overvældes man af ubehag i krop og sind og kan ikke bare indstille kampen mod tankerne, forklarer Pia Callesen.

## Tag kontrol over tankerne

Det kræver øvelse at slippe tankerne og lade dem være, fortæller Pia Callesen, som bruger den lyserøde elefant som eksempel: Forbyd folk at tænke på en lyserød elefant – og straks dukker billedet af netop

en lyserød elefant op på nethinden – og det føles helt umuligt at lade være med at tænke på det billede.

Præcis som med den lyserøde elefant kan vi heller ikke bestemme, hvilke tanker vi får. Men, lyder pointen, vi kan vælge, hvad vi gør ved tankerne. Og vi kan vælge at ignorere den lyserøde elefant.

– Det er ligesom et myggestik. Det vil stadig kunne mærkes, men man kan vælge, om man klør på myggesticket. Man kan vælge, om man gør noget ved



**Evidens**  
Behandling med metakognitiv terapi er så effektiv, at den engelske sundhedsstyrelse anbefaler metoden mod generaliseret angst.



## Pia Callesen

Uddannet psykolog, dr. ph.d. og specialist i psykoterapi.

Er klinikchef og indehaver af den metakognitive klinik CEKTOS.

Har udgivet bøgerne 'Lev mere – tænk mindre' i 2017 og 'Grib livet – Slip angsten' i 2019 på Politikens forlag.

Holder oplæg, når Socialpædagogerne faglige selskab om mennesker med sindslidelser holder konference den 21. oktober i Kolding.

**Indfør grubletid**  
Afsæt et dagligt tidsrum, hvor du kan bekymre dig og gruble løs. Det kan fx være mellem kl. 17 og 17:30. Udsæt grublerierne til dette tidsrum.

KILDE: PIA CALLESEN

tanker: Kæmper med dem, skubber dem væk eller bare lader dem eksistere, siger Pia Callesen.

### Bliv herre i eget hus

Hun tilføjer, at man gennem forskellige opmærksomheds- og bevidsthedsøvelser kan styrke troen på, at man kan gøre noget andet end det, man umiddelbart tyr til, når tankerne larmer. Tankerne forsvinder ikke – men man vinder kontrollen over, hvad man gør ved dem.



En øvelse er fx at indføre grubletid – et afmålt tidsrum på dagen på fx en halv time, hvor man må gruble og bekymre sig alt det, man vil. Til gengæld udskydes tanker og bekymringer resten af døgnet til dette tidsrum.

– Terapien er mere en omstrukturering, end det er redskaber. Man opdager skridt for skridt, at man har kontrol over sine tankeprocesser – øver sig i at mærke forskellen mellem at være aktiv og passiv i forhold til sine tanker og opdager, at man kan styre det. Ved at øve sig får man erfaringer med, at det kan man faktisk godt. Efterhånden bliver man så at sige herre i eget hus, siger Pia Callesen.

### Brugte metoden på sig selv

Pia Callesen har også personligt gjort sig erfaringer med metakognitiv terapi. Det skete efter, at hun og hendes mand fik den ulykkelige besked af lægerne, at deres spæde søn var født med en sjælden genfejl, som forårsagede epilepsianfald. Anfaldene ville skade hans hjerne, hvis man ikke fik dem under kontrol.

– Jeg var rystet, dybt ulykkelig, og tankerne kørte rundt i mit hoved: Hvad ville der ske med Louie? Hvordan skulle min mand og jeg klare fremtiden, hvis Louie blev svært hjerneskadet?, fortæller hun.

Det var i den situation, hun kunne trække på sin nye viden om metakognitiv terapi.

– Metoden hjalp mig til at begrænse mine spekulationer. Det kræver bevidsthed, tålmodighed og vilje at lære at slippe tankerne og flytte sit

fokus ud i livet, og det var slet ikke så nemt. Men jeg oplevede på egen krop, hvor kraftfuld metakognitiv terapi er. I dag tror jeg, at jeg ville kunne undgå grublerier uanset hvad, jeg bliver udsat for, fortæller Pia Callesen og tilføjer, at familien i dag er kommet godt igennem forløbet.

De seneste seks år har Pia Callesen behandlet sine klienter med metakognitiv terapi med stor effekt. De succesfulde erfaringer fra hendes egen forskning underbygges af studier, som viser, at metakognitiv terapi har markant bedre effekt end andre terapiformer.

Bla. har den britiske psykologiprofessor Adrian Wells, ophavsmanden til metakognitiv terapi, gennem en årrække forsket i, hvad der er årsagen til, at nogle mennesker udvikler angst.

– Der ligger grundforskning bag den her metode, hvor Adrian Wells er gået videnskabeligt til værks. Han startede med at undersøge årsagen til angst og depression. Derefter har han udviklet metoden. Det er den rigtige rækkefølge at gøre det i, siger Pia Callesen.

### Psykologer skal være omstillingsparate

Skiftet fra den kognitive adfærdsterapi, som hun har behandlet klienter med i årevis, til den metakognitive metode, har ikke været helt nemt for Pia Callesen. Men hun blev overbevist af de evidensbaserede resultater, som forskningen kunne fremsætte.

– Man skal omstille sig i forståelsen af problemet, og det har været en svær proces. Men vi skal give vores klienter den behandling, der er bedst. Det betyder også, at vi som psykologer må forholde os til udviklingen på området og tage metoder, der har dokumenteret effekt, til os, opfordrer Pia Callesen.

Hun mener, at også mennesker med alvorlige angstlidelser kan få gavn af metakognitiv terapi. Inklusive de tunge diagnoser som skizofreni, stemmehøring, paranoia, psykotiske overbevisninger mv.

– Vi har været ude i kommuner og lavet gruppeforløb på ikke-motiverede borgere. Her er effekten stadig højere end med traditionel terapi, siger hun.

Udover en højere effekt er fordelene ved metakognitiv terapi ifølge Pia Callesen bl.a. at det er en væsentlig mere skånsom metode for klienten, og at man kan lave gruppeterapi også på tværs af lidelser, for terapien er i bund og grund den samme uanset, om du lider af angst, PTSD, depression eller OCD. ×


## Har I målrettet jeres kompetenceudvikling?

Type2dialog kan hjælpe jer med at få større udbytte af jeres kompetencemidler ved, at arbejde systematisk med jeres læring om:

- Brug af tværfaglige møder, der styrker indsatsen for borgeren
- Forebyggelse af medicinrelaterede indlæggelser
- Borgerens trivsel og motivation, så der er overskud til at arbejde med egne mål
- Hvordan dokumentation gøres til en meningsfuld læringskilde
- Håndtering af medicin- og patientsikkerhed

Kontakt  
Nina Nørregaard,  
23 96 24 73 eller  
Marie Olund,  
23 84 69 65 for en uformel  
snak, hvis du vil høre mere  
om, hvordan vi kan  
skræddersy et målrettet kompetenceforløb.

I Type2dialog har vi stor viden og erfaring med socialfaglige indsatser. Alle forløb tager udgangspunkt i jeres kultur, og de udfordringer I står i, og gennemføres af fagprofessionelle med kendskab til jeres fagområde.

 TYPE2DIALOG

## Er dit Bosted klar til tilsyn fra Styrelsen for Patientsikkerhed!



Ønsker du hjælp til forbedring af instrukser, medicin håndtering og dokumentation på dit Bosted?

Ring for uforpligtende samtale til Sygeplejerske og specialkonsulent

Lizet Jorck

Telefon: 2685 8009

Hjemmeside: [www.lizetjorck.dk](http://www.lizetjorck.dk)

E-mail: [lizet@jorck.com](mailto:lizet@jorck.com)



# Curlingforældre er en voksende udfordring

Tårnhøje forventninger til personalet og overbeskyttende adfærd overfor de voksne børn er en stigende tendens blandt forældre til unge med særlige behov. **Det oplever socialpædagog Morten Lundhøj**

TEKST  
MALENE  
DREYER  
///  
FOTO  
NILS  
LUND  
PEDERSEN

**V**I OPLEVER, at curlingforældre er nået vores branche også. Forældre, som er stærkt overtagende og fejler vejen for de unge.

Sådan lyder det fra Morten Lundhøj, fællestillidsrepræsentant og socialpædagog på Center for Socialpsykiatri i Næstved. Han arbejder i et botilbud, hvor unge mennesker med sindslidelser bor for at lære at klare sig selv. De har brug for træning i basale ting som at købe ind, lave mad, betale regninger og gå i e-boks.

Målet er at ruste de unge til at blive selvstændige, så de kan stå på egne ben og fx tage en uddannelse eller passe et arbejde. Men den indsats bliver i nogle tilfælde



**Tidsramme**  
Hvor meget tid skal man som socialpædagog bruge på samarbejdet med pårørende? Det er vigtigt at afklare, mener Morten Lundhøj.



modarbejdet af fx mødre som overtager rengøringen af den unges lejlighed, eller mødre som lige klarer alt vasketøj.

## Forældre som privatchauffør

En del af det at gå fra ung til voksen er at opdage, at der bliver beskidt i lejligheden, når man ikke støvsuger – og selv nå dertil, hvor man tager ansvar. Men når forældrene tager over, bliver de unge fastholdt i de gamle mønstre, forklarer Morten Lundhøj.

– Vi arbejder fx med et mål for nogle af vores unge om, de skal træne at køre i bus. Men så ringer den unge til sine forældre, og som så kører vedkommende i stedet. Det kommer der ikke meget bus-træning ud af.

Også de følelsesmæssige krav vil forældrene gerne beskytte deres barn imod.

– De må ikke blive kede af det, synes forældrene. Men man lærer altså af kriser. Jeg har aldrig hørt om, at det skader nogen at støvsuge, siger Morten Lundhøj.

Han understreger, at det aldrig er af ond vilje, at forældrene blander sig. Men udfordringen er, at det modarbejder processen. Det kan fx være en ung, som har ta-

get for meget på og gerne vil tabe sig. I samarbejde med den unge har socialpædagogerne aftalt at bakke op om sunde måltider, indkøb af grøntsager osv. Aftaler, som smuldrer, hvis forældrene kommer med slik og sodavand eller usunde madvarer i weekenderne.

– Hos nogle unge ser vi en udvikling, som er startet godt, men som er gået tilbage, hvor den unge er blevet mere uselvstændig, siger Morten Lundhøj.

Han oplever, at der er sket en udvikling til det værre de seneste år, hvor forældreinvolvering er en stigende tendens. Og hvor kravene til personalet er steget.

– Det har ændret sig. Nogle forældre forventer, at vi kan løse hele verden. Hvis vi svigter en lille smule, så er de fremme i skoene.

## Tager tid fra beboerne

Jobbet som socialpædagog kræver i stigende grad, at man står model til utilfredshed fra de pårørende – anklager, overinvolvering og sarkastiske kommentarer. Den del af jobbet føler Morten Lundhøj sig dog rustet til. Samarbejdet med de pårørende er og har altid været en vigtig del af arbejdet, og det kræver tålmodighed.

– Vi skal kunne magte at lytte til det. Vi ved, at forældrene er eksperter i de unges liv – sammen med de unge selv. Så vi lytter. Og vi forklarer – også i detaljer og gennemgår mål og indsatsplan for den unge, for at give dem indsigt. Vi kommer ikke til at rykke den unge, før vi får forældrene og især mødrene til at arbejde med, siger Morten Lundhøj.

Men det tager tid. Og det er tid, der går fra beboerne, som er kerneopgaven.

– Forældrene ringer ofte om deres bekymringer. Det er meget tidskrævende. Forleden havde jeg tre mødre i røret og brugte nærmest mere tid på dem end på beboerne den dag.

Han peger på, at den nye forældrevirkelighed kræver, at man får afklaret, hvor meget tid man skal bruge på at rammesætte arbejdet med den pårørende, uden at det bliver misforstået.

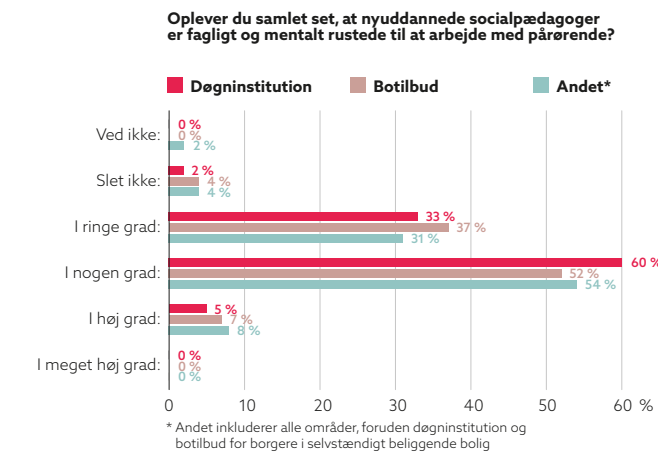
– Vi giver ikke op. De pårørende er det netværk beboerne har – en vigtig aktør i deres liv. Vi bliver ved med at forklare, hvad meningen er med det vi gør og arbejder på at få forældrene til at understøtte det, siger Morten Lundhøj. ×

Ledere:

## Nyuddannede er dårligt rustet til arbejdet med pårørende

Når nyudklækkede socialpædagoger kommer ud på arbejdsmarkedet, er de ikke klædt på til at arbejde med de pårørende. Det er opfattelsen blandt socialpædagogiske ledere. Hele 41 pct. af ledere på botilbud

oplever, at de nyuddannede slet ikke eller i ringe grad er fagligt og mentalt rustet til at arbejde med pårørende. Det viser en ny undersøgelse, som Socialpædagogerne netop har gennemført i samarbejde med Epinion.





# Konflikternes holdeplads

Mødet mellem professionelle og pårørende kan være et lidt af et minefelt. For der er både store dilemmaer og følelser på spil, **når de professionelle og de familiære cirkler kolliderer**, vurderer ekspert.

TEKST  
MALENE  
DREYER  
///  
ILLUSTRATION  
RENÉ  
HART

**H**VAD DER BURDE være et konstruktivt samarbejde om borgeren, kan meget nemt ende i et sammenstød mellem de to parter. Og det er der gode grunde til.

'Konflikternes holdeplads', kalder Ida Schwartz det. Hun er lektor, cand. psych. og ph.d. i socialpædagogik på Center for Anvendt Velfærdsforskning på UCL og peger på to ting, når hun skal forklare hvorfor: En forældet holdning til forældre, der stadig spørger på botilbuddene – og en forældre-rolle under forandring.

– Tidligere afleverede mange forældre deres børn med handicap til institutionerne og havde måske

kun lidt kontakt med deres voksne børn. I dag er pårørende anderledes dybt engagerede i deres voksne børns liv. Den udvikling har sat nogle nye præmisser for samarbejdet mellem socialpædagoger og pårørende, som forudsætter en anden forståelse af borgernes liv. De er en del af deres familierelationer, som ofte varer hele livet og er meget betydningsfulde.

## Fortidens normer hænger fast

Ida Schwartz mener, at det socialpædagogiske miljø stadig er præget af fortidens normer, hvor mange borgere i høj grad var overladt til professionelle. Det er noget relativt nyt, at der er flere mennesker der 'blander sig'.

Det kræver et nyt fagligt perspektiv at kunne yde støtte i et samarbejde med pårørende.

– Når beboeren flytter ind på et botilbud, flytter familien med. Beboeren hører til i deres familie. Den er en del af deres samlede

livssituation. Tidligere betød opvækst i centralinstitutioner ofte at personlige relationer blev klippet over. Det har vi som samfund fået gjort op med. Vi skal styrke beboernes relationer til hele deres netværk, siger hun.

Og nogle steder i det socialpædagogiske miljø har fortidens normer stadig greb i kulturen. Det afspejler sig i, at medarbejdere kan have en tendens til at opbygge negative myter om de pårørende, mener Ida Schwartz.

– Jeg oplever, at man nogle steder taler forældrene ned, taler dårligt om dem og karakteriserer dem som overbeskyttende eller krævende. Det skal vi holde op med. Det hjælper ikke den socialpædagog, som står i en konfliktfyldt situation, at gøre de pårørende til problemet. Tværtimod kan sådan en tilgang i sig selv skabe barrierer i samarbejdet.

## Pårørende har ændret sig

Hun har samtidig stor forståelse for, hvor svær en situation de professionelle til tider står i. For ligesom samfundets øvrige borgere har de pårørende også ændret sig.

– Nutidens borgere har nok et større mod til at være kritiske overfor, hvad det er for en service, vi modtager fra det offentlige. Vi står ikke længere med hatten i hånden men går gerne i dialog med offentlige instanser og stiller krav, siger Ida Schwartz.

Oveni er der den svære overgang, hvor forældre skal give slip. For forældre i almindelighed er det også en stor opgave, når vi får voksne børn og skal danne nye relationer til dem. Børn og forældres liv er flettet sammen i mange år,

og forældre bakser ofte længe med at finde ud af at være forældre på andre måder.

Den proces er sværere, når man har et barn med handicap, forklarer Ida Schwartz.

– Mange har tidligt gjort sig klart, at det er en livsopgave at være forældre til et barn med omfattende handicap. De har ofte mange negative erfaringer med systemet. De har været nødt til at være på barrikaderne, og måske har de en god grund til at være kritiske overfor den støtte, deres børn har modtaget.

## I skudlinjen

Når forældre, der har været i krig med systemet i årevis, udtrykker deres kritik og mistillid, kan socialpædagoger komme i skudlinjen.

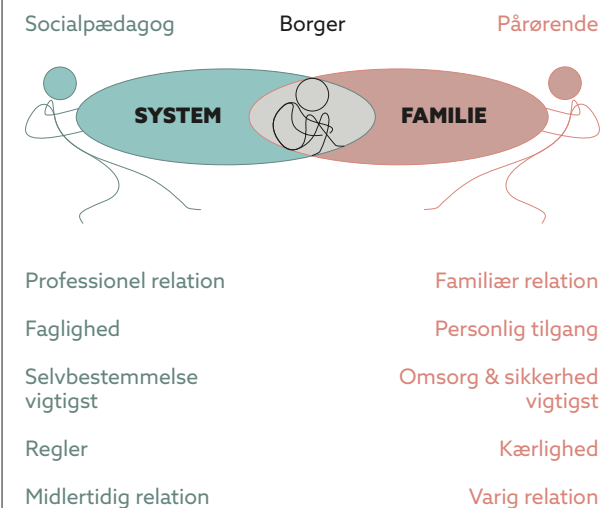
– Det er jo helt urimeligt, at man lige står og er den, der møder alle de kritiske blikke og den mistillid. Så er det vigtigt, at man forstår, at det ikke handler om at forældre vil ramme pædagoger – de vil bare det bedste for deres børn. Først når forældre er trygge ved, at professionelle kan give gode livsbetingelser for borgeren, kan de trække sig mere tilbage fra omsorgsforpligtelsen, siger Ida Schwartz.

Hun understreger, at det kræver, at man har et stærkt fagligt miljø bag sig, som hjælper en med at vende blikket: Hvordan udvikler vi en faglighed, så de pårørende oplever, at vi arbejder sammen om at skabe god livskvalitet for deres barn?

Mange konflikter opstår på i dilemmaet mellem omsorg og selvbestemmelse. De professionelle har et fagligt fokus på beboerens

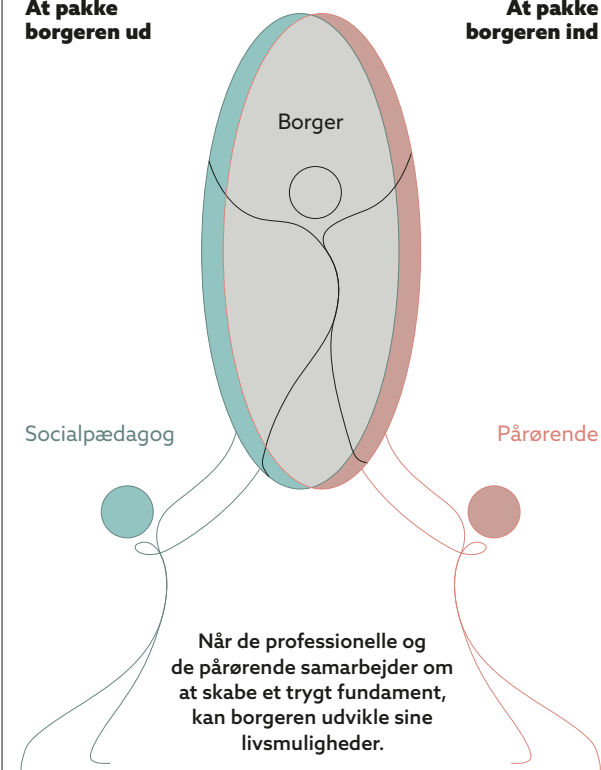
## Respekt eller rivalisering

Når de professionelle og de pårørende trækker i hver sin retning, bliver borgeren klemt i konflikten.



**MÅL:**  
At pakke borgeren ud

**MÅL:**  
At pakke borgeren ind



selvbestemmelse og udvikling. De pårørende er bekymrede for, om deres barn får den støtte og omsorg, han eller hun har brug for. Normer og værdier kommer på kollisionskurs.

– Spørgsmålet er, hvordan pædagoger og forældre undgår at komme i konflikt om, hvilke af parternes normer og værdier, der skal gælde i beboerens liv og i stedet samarbejder om at understøtte beboerens ageren i eget liv, siger Ida Schwartz.

## Fisketur eller lørdagslik?

Hun kommer med et eksempel på en situation, der kunne ende i en konflikt. Et botilbud havde arrangeret en fisketur for borgerne. En rigtig mandetur, hvor 'gutterne' skulle afsted sammen. Det satte en af beboerne, en ung mand, i et dilemma, for turen lå på en lørdag, hvor moren forventede at have sin søn hjemme til slik og lørdags-hygge. Den unge mand ville gerne begge dele.

I stedet for at se det som et valg mellem en overbeskyttende mor og et selvudviklingsprojekt opfordrer Ida Schwartz til, at man som personale anerkender, at familiehugge med mor er en vigtig del af beboerens familiære hjemlige traditioner – og forsøger at få puslespillet til at gå op, så begge dele kan lade sig gøre.

– Man skal ikke se det som en kamp om, hvem der har ret. I stedet for at rejse principielle diskussioner om, hvem der skal bestemme, så undersøg sammen, hvad der er på spil for borgeren og hvordan der kan udvikles konkrete løsninger på hverdagslivets dilemmaer og konflikter, siger hun. ×



# Mor og far er en del af kerneopgaven

Et godt samarbejde med de pårørende er en forudsætning for det pædagogiske arbejde og derfor en vigtig del af opgaven som socialpædagog.

**Det mener hjemmevejleder Christina Hansen**

TEKST  
MALENE  
DREYER  
///  
FOTO  
RICKY  
MOLLOY

**N**år en ung beboer flytter ind i Bofællesskabet Højmosen i Hørsholm er det som regel første gang, at den unge ikke længere skal bo hjemme hos mor og far. Det er altså midt i en stor livsforandring – når ungen flyver fra reden – at socialpædagog Christina Hansen møder den unge og forældrene.

– Mor og far skal give slip, og det kan være rigtig svært. Vi oplever, at forældrene i starten er meget bekymrede for, om vi nu husker alle de ting, som deres unge indtil nu har fået hjælp til, og som forældrene har sørget for. Det kan være alt fra økonomi til personlig hygiejne, fortæller hun.

Opgaven er at finde en balancegang mellem at overtage omsorgen og samtidig støtte den unge i at leve et selvstændigt liv.

Men en vigtig del af den socialpædagogiske opgave er også

at sikre, at de pårørende føler sig hørt og mødt. For tryghed er afgørende for, at indsatsen omkring den unge fungerer, mener Christina Hansen, som derfor holder rigtig mange kaffemøder med de pårørende.

– Et kaffemøde kan gøre meget. Jeg kan mærke, at de får tillid til mig. Nogle gange er der brug for, at den pårørende kan komme af med sin frustration. Så anerkender vi deres følelser og frustrationer.

## Opnå fælles fodslag

Det konstruktive pårørendesamarbejde handler meget om indstilling. Hvis man tænker om de pårørende, at de er irriterende, får man en anden modstand, end hvis man tænker, at de som forældre jo ganske enkelt vil deres børn det bedste.

Når man forstår deres perspektiv, får man et bedre udgangs-

punkt for samarbejdet, forklarer Christina Hansen. Hun har derfor bl.a. spurgt sig selv, 'hvordan ville jeg selv være som pårørende?' – og oplevet, at hun med årene har fået en mere nuanceret indstilling.

– Borgerens selvbestemmelse er det primære i uddannelsen. Det var også den indstilling, jeg havde fra start. Men det gjorde det nogle gange svært at arbejde med pårørende, hvis jeg holdt meget hårdt fast i, at beboeren er et selvstændigt menneske, mens en pårørende var meget bekymret, fortæller hun.

Det fælles fodslag kan opnås, når man opbygger tillid og gør forældrene trygge. Det baner vejen for, at man kan tale om de ting, som de har svært ved at give slip på. Og det skaber forståelse for, at deres barn er på vej til at blive voksen og skal understøttes i at leve et selvstændigt liv.

## Det er vores ansvar

Christina Hansen er blevet bevidst om, at skal hun kunne arbejde med nogle mål sammen med borgeren, så går det ikke, at de pårørende er imod det. Derfor er det en del af den socialpædagogiske opgave at sikre, at samarbejdet fungerer. For et dårligt samarbejde mellem medarbejder og pårørende rammer den unge.

– Man sætter beboeren i et dilemma ved at holde meget fast i sit synspunkt. De bliver klemt i en i en loyalitetskonflikt mellem de pårørende og os, og det er ikke fair, siger hun.

Så selvom samarbejdet til tider kan være svært, og de pårørende kan opleves som krævende, så er det personalets ansvar at sikre, at det fungerer, mener hun.



5

gode råd fra Christina Hansen

## Sådan får du pårørendesamarbejdet til at fungere:

- 1) Sørg for, at have nogle **trygge pårørende**. Lyt til dem, så de føler sig mødt – og tænk på dem som medspillere
- 2) **Anerkend**, hvor stort et skift det er for de pårørende, når deres barn flytter hjemmefra
- 3) Hold mange **kaffemøder** – så mange, der er behov for
- 4) Lav ting **sammen med** de pårørende
- 5) Hvis samarbejdet først er gået skævt, kan der være brug for **supervision**, eller at man skifter kontaktperson med en kollega

## Nuancer

Når man forstår forældrenes perspektiv, får man et bedre udgangspunkt for samarbejdet omkring borgeren, vurderer socialpædagog Christina Hansen.

– Det kan fx være en snak med forældrene om hvilken positiv forskel, det gør for deres søn eller datter at have en kæreste. At det er en anden kærlighed, som man ikke kan få af mor og far, og at man kan have andre behov. Samtidig støtter vi beboeren i, at det er ham eller hende, der bestemmer – ikke mor og far, siger Christina Hansen.

På Bofællesskabet Højmosen hersker en bevidst fælles tilgang til de pårørende, som medarbejderne hjælpes ad med at minde hinanden om.

– Vi arbejder narrativt. Derfor er vi bevidste om, hvordan vi taler om pårørende og at vi både tænker og taler om, at de vil deres barns bedste. Men selvfølgelig skal der også være plads til at sige, når man synes, det er svært. ×

– Ansvar er helt klart vores. For det er os, der er de professionelle. Det er ikke os, der har alle de følelser i klemme.

Når den unges ønsker og behov så nogle gange afviger fra forældrenes, er det medarbejdernes opgave at stikke en finger i jorden og finde frem til, hvad der reelt er beboerens eget behov.

– Beboerne kan fortælle os noget, de ikke ønsker, at mor og far skal vide. Det kan nogle gange være svært, at jeg har noget viden,

jeg ikke kan give videre. Loyaliteten ligger hos beboeren, jeg er 'advokat' for beboeren. Men det kan være svært, når de pårørende har ønsker, som ikke stemmer overens med det, jeg ved om den unge.

## En professionel tilgang

Et eksempel på uenighed kan være spørgsmålet om, hvorvidt man skal have en kæreste. Hvis det er beboerens ønske, men ikke forældrenes, er der brug for samtale, som kan skabe forståelse for situationen.



# Ny efteruddannelse skal styrke samarbejdet

Som leder havde Karin Damhus en drøm om at gøre op med konflikterne mellem personale og pårørende. Resultatet blev **en helt ny uddannelse i pårørendesamarbejde**, som du nu kan tage på diplom- eller akademniveau

TEKST  
MALENE  
DREYER

**H**un kender alt til knas i relationen mellem personale og pårørende. Som leder inden for handicapområdet har Karin Damhus set, hvordan begge parter ofte oplevede frustration i mødet med hinanden, og hvordan indbyrdes konflikter førte til mistillid og modløshed på begge sider.

– Vi havde jævnligt utilfredse pårørende, der syntes, at medarbejderne håndterede deres voksne børn dårligt. Samtidig oplevede medarbejderne, at de pårørende var vanskelige og nærmest gjorde livet surt for dem. Det skabte store frustrationer blandt personalet – nogle blev endda sygemeldt, fortæller hun.

Det handler om at få svesken på disken og få talt om: Hvor er det, vi støder sammen?

— Karin Damhus, projektleder

Når konflikterne opstod, blev de håndteret. Men det blev til meget 'brandlukning' i den enkelte situation, husker Karin Damhus, som er tidligere centerchef i Københavns kommunes borgercenter handicap.

I dag er hun projektleder på udviklingen af diplommodul 'Pårørendesamarbejde'. Et helt nyt uddannelsesforløb, som fra foråret 2020 udbydes for alle på Københavns Professionshøjskole.

## Forståelse for hinanden

Ifølge Karin Damhus er der et stort behov for at gøre noget grundlæggende ved problemet – noget, der for alvor kan ændre ved tilgangen. Det centrale ord i den ligning er forståelse.

– Når vi har holdt intro-kursus for nye medarbejdere, har vi tit haft en pårørende med til at fortælle om, hvad det vil sige at være pårørende. Og det er altid det, der har gjort mest indtryk på medarbejderne.

Det var bl.a. hendes erfaringer fra de oplæg, der blev afsættet til at lave en særlig uddannelse – ikke

## Uddannelsen 'Pårørende- og netværks-samarbejde'

- Består af 8 undervisningsdage plus et eksamensseminar på ca. 6 timer – og afsluttes med en mundtlig eksamen med et skriftligt oplæg.

- Udbydes både som diplommodul og på akademniveau.

- Udbydes også som et rekvireret skræddersyet forløb, hvis fx en kommune ønsker at opkvalificere indsatsen omkring pårørendesamarbejde.

Læs mere om uddannelsen på [kp.dk](http://kp.dk)

mindst fordi emnet ikke er en del af pædagoguddannelsen.

– Man lærer ikke at samarbejde med de pårørende på uddannelsen. Det er ikke tænkt ind. De nyuddannede er meget optaget af deres faglighed, men har ikke så meget fokus på de pårørendes perspektiv, siger Karin Damhus.

## Kommunikation er nøglen

Udviklingen af den nye uddannelse er blevet til i et tæt samarbejde mellem professionelle og pårørende. Et vigtigt mål med forløbet er, at medarbejderne for

alvor forstår den gennemgribende krise og forandrede livssituation, som det fx at have et handicappet barn indebærer.

– Som medarbejder er man ikke altid klar over, hvor indgribende det er. Vores egne børn vokser til at blive voksne, men det gør de pårørendes barn ikke. Deres største bekymring er: Hvem skal tage sig af min søn, når jeg dør? Der kommer nye kontaktpersoner, men den røde tråd i barnets liv er forældrene. Det bliver man nødt til at forstå, forklarer hun.

Omvendt forstår de pårørende heller ikke altid de professionelles tilgang. At man er uddannet til at tage vare på borgerens selvbe-

stemmelse med faglighed, som man pejler efter – mens man samtidig er underlagt en lovgivning, der sætter rammerne.

– Det er medarbejdernes – de professionelle – opgave at kommunikere det til de pårørende og forklare dilemmaerne set fra deres side, lyder det fra Karin Damhus.

Af samme grund spiller kommunikation og kommunikationsredskaber en central rolle i uddannelsen, ligesom fag som jura, etik og magt, sorg og krise, samskabelse og kulturforandring også indgår.

## Når samarbejdet driller

Oplever man udfordringer i pårørendesamarbejdet, anbefaler Karin

Damhus, at man ikke bare tager det på individuelle møder, men sætter sig sammen pårørende og personale. Man kan fx invitere til en aften med samarbejde som tema, hvor man får uenighederne frem. Der skal lægges en god ramme for mødet, hvor parterne fx arbejder sammen i grupper på tværs.

– Det handler om at få svesken på disken og få talt om: Hvor er det, vi støder sammen – og hvad skal vi hver især blive bedre til? Så man får afdækket, hvor det går galt. Man vil møde vrede og frustration – men man får til gengæld dannet en relation, som er forudsætning for, at man kan komme konstruktivt videre, siger Karin Damhus. ×

## Vil du være med til at præge fremtiden i vores forsikringsfællesskab?

Vidste du, at du som forsikringstager i **Lærerstandens Brandforsikring** er medejer af dit forsikringsselskab?

Hos os er man ikke bare en kunde, men et medlem med en demokratisk stemme.

Dit og de andre medlemmers ejerskab varetages af 45 delegerede i LB Foreningen, der er hovedaktionær i LB Forsikring, som

består af Lærerstandens Brandforsikring, Bauta Forsikring og Runa Forsikring.

Netop nu er det muligt for medlemmer i postnummer 1000-3690 at stille op som kandidat og blive en af de delegerede i LB Foreningen.

Læs mere på [www.lbforeningen.dk/valg](http://www.lbforeningen.dk/valg)



LB Foreningen



Står du i et fagligt dilemma, så skriv til: [nyhedsrum@sl.dk](mailto:nyhedsrum@sl.dk)

# ja!

TEKST  
MARIE  
DISSING  
SANDAHL  
///  
FOTO  
THOMAS  
PRISKORN

## » MÅ MAN SIGE UDVIKLINGS- HÆMMET?

Er det stigmatiserende – eller den mest mundrette og præcise betegnelse at sige udviklingshæmmet om en person med udviklingshæmning? Skaber sproget virkeligheden, så vi skal være varsomme og tage hensyn? Eller er hensynene gået for vidt, så man snart ikke må sige det, alle tænker? Socialpædagogerne **Mette Andi Lildholdt Brok** og **Gitte Kjær** er ikke enige.



**Mette Andi Lildholdt Brok**, socialpædagog på Kirketoften i Hobro, et botilbud for voksne udviklingshæmmede med betydelig nedsat funktionsevne

**De mennesker**, jeg arbejder med, har gennemgribende udviklingsforstyrrelser. De har ingen forståelse af 'udviklingshæmmet' eller 'normal'. Jeg og kollegerne er deres advokater, og vi skal italesætte deres udfordringer præcist over for fx lægen eller sagsbehandleren, så vi undgår

misforståelser, og de rigtige hensyn bliver taget. Vi skal ikke blive berøringsangste, for de er jo udviklingshæmmede – og det er der ikke noget dårligt i. Jeg har stor respekt for de mennesker, jeg arbejder med og for den opgave, det er at guide og støtte dem til at leve deres bedste liv. Og jeg ved godt,

at de er hele mennesker og meget mere end udviklingshæmmede. Det kan dog se anderledes ud, hvis man arbejder med mennesker med et højere funktionsniveau. Man bør altid tage hensyn til folks egen selvopfattelse og til tale dem, som de ønsker.

MEST PRÆCIST

- ingen berøringsangst
- undgå misforståelser

STIGMATISERENDE

- skal ikke definere identiteten
- mennesket er meget mere end diagnose

**Gitte Kjær**, har arbejdet som socialpædagog i socialpsykiatrien i 16 år, søger nu fleksjob

**Jeg mener generelt**, at det er uheldigt, at man omtaler personer ved deres diagnose. Det er min erfaring fra arbejdet med fx mennesker med spiseforstyrrelser, at diagnosen nemt bliver en del af ens identitet og dermed en begrænsning.

Det kan være mere ok at sige udviklingshæmmet, fordi det jo ikke er noget, man kureres fra. Men personligt ville jeg aldrig gøre det. Man skal ikke gøre det til en del af sin identitet – man kan jo blive bedre til at leve med de udfordringer, man har.

Omtaler en person fx sig selv som autist, er der ikke noget i vejen med at sige: 'Du er Peter, og du har en autismediagnose, men du er så meget mere end det'. Det vigtige er at få adskilt udfordringer og diagnoser fra personlighed og identitet. I arbej-

det med mennesker med spiseforstyrrelser gjorde jeg en dyd ud af at sige: 'Det er ikke din sunde fornuft, der ikke vil spise. Det er anoreksien, der lige nu fylder for meget'.

# nej!



# Enkel rådgivning lige ved hånden

Hent PKAgo og få overblik  
over din pension



## Endnu nemmere pension

Med appen PKAgo får du overblik over din pension. Her kan du let tjekke, om du sparer nok op og få enkel rådgivning – lige ved hånden. Du kan også se dine forsikringer, pensioner og indbetalinger.

Hent den nyeste version på [pka.dk/PKAgo](http://pka.dk/PKAgo)



Sammen giver  
vi mere tilbage

# Villig til at gøre en forskel

De frivillige spiller en afgørende rolle i afviklingen af Ferie Camp i Randers, som er et årligt ferie-tilbud for socialt udsatte og deres børn. Socialpædagogerne Kate Dyg Johansen og Ulla Holm Faaborg brugte en uge af deres sommerferie på at hjælpe til, fordi det for dem er en anledning til gøre en indsats, som adskiller sig fra deres lønnede arbejde



TEKST OG FOTO TOR BIRK TRADS

## Fællesskab

På Ferie Camp laver deltagerne lejre og bor sammen i store og små grupperinger. 'Jeg er helt blown-away over den energi, der er mellem mennesker her. Det er folk, der ofte er alene til hverdag og ikke har så mange succesoplevelser. De highfiver og tiljubler hinanden i et omfang, der virkelig rører mig. Det er så livsbekræftende', siger socialpædagog Ulla Holm Faaborg, som var med i en uge som frivillig.



## Indre glæde

Socialpædagog Kate Dyg Johansen tager sit frivillig-badges på og gør sig klar til sin vagt ved stige-golf-posten, en af de mange forskellige discipliner. Det er tiende gang, hun er frivillig på Ferie Camp. 'Jeg oplever en enorm taknemmelighed på pladsen. Det giver mig en glæde indeni, som jeg kan trække frem til hverdag. Jeg bliver bare vildt glad, når jeg tænker tilbage på campen i løbet af året', fortæller hun.



## Kontakt

'Til hverdag sidder jeg i en koordinerende stilling og har ikke så meget borgerkontakt. Det får jeg her, og det er super dejligt', fortæller socialpædagog Ulla Holm Faaborg, som i år er afsted for første gang på Ferie Camp. Her samler hun spørgeske-maer ind på telt-pladsen. 80 pct. af gæsterne skal udfylde spørgeske-maet, for at Ferie Camp fortsat kan finansieres med fondsmidler.



## Aktiv ferie

Sport og konkurrence er en væsentlig del af Ferie Camp. Muligheden for at dyrke sport sammen giver deltagerne mulighed for at føle sig som del af et fællesskab og udvikle nye relationer og roller.



## Eftertanke

Dennis Thomsen sidder med sin søn Emil og lytter til live-musik i fællesteltet inden sengetid. En stund, der sætter tanker i gang hos socialpædagog Ulla Holm Faaborg: 'Det er dejligt at se familier uden så meget overskud i hverdagen have tid til hinanden i trygge rammer. Det sætter tingene i perspektiv at møde så mange forskellige skæbner, og jeg bliver mindet om, at mine børn og jeg, vi har det altså godt', siger hun.



## Udvikling

Jam-teltet er proppet med stolte forældre, der ser deres børn optræde til Børne MGP. Socialpædagog Kate Dyg Johansen har været med så mange gange, at hun genkender deltagerne og kan følge folks udvikling år efter år. 'Det gør mig stolt på deres vegne, når jeg ser, hvordan de kommer igennem og videre fra svære tider', siger hun.



## Puslespil

Ved de tre gratis hovedmåltider, som er en del af ferieopholdet, spiser de ca. 1.700 gæster og 120 frivillige i det store spisetelt. Ferie Camp er et stort logistisk arbejde at gennemføre, og det kan kun lade sig gøre takket være de mange frivillige kræfter.



## Aftenkaffe

Ulla Holm Faaborg (tv) og Kate Dyg Johansen nyder aftenkaffen med socialrådgiver Katja Have Lundbøl (th). 'Det er spændende at udveksle erfaringer med andre frivillige, der også arbejder med det sociale område men med en anden faglighed, siger Kate Dyg Johansen.'

## Teltliv

Socialpædagog Ulla Holm Faaborg har sine to børn med og sover i telt ligesom de fleste andre frivillige. 'Det er en meningsfuld måde at holde ferie på, som også udvider børnenes horisont. Og der er masser af aktiviteter for ungerne at give sig til', siger hun.



## Ferie og fællesskab

**Ferie Camp i Randers er en årlig lejr for socialt udsatte og deres familier. Formålet er, at de får en god ferieoplevelse og får skabt et positivt socialt netværk. Lejren arrangeres af Landsforeningen af Væresteder.**

**Frivillige er altafgørende for, at Ferie Camp kan gennemføres. De frivillige er bl.a. med til at udlevere mad, afvikle aktiviteter og bemane samariteltet.**

**De fleste frivillige har en uddannelsesmæssig eller personlig tilknytning til det sociale område.**

# Hos Alka finder du en billigere bilforsikring



OKT. 2018



At vælge bilforsikring kan virke lige så svært som at vælge bil. Men med Alkas bilforsikring behøver du ikke kigge så langt. Her finder du nemlig en billig bilforsikring, der passer til dit behov. Samtidig er Alkas bilforsikring kåret som 'Bedst i test' af Forbrugerrådet Tænk. En billig bilforsikring er noget, der kan mærkes i budgettet.

**SE DIN PRIS MED 10% RABAT PÅ ALKA.DK/SL  
ELLER RING PÅ 70 12 14 16**

**alka**



## KONTAKT

**KREDS NORDJYLLAND**  
www.sl.dk/nordjylland  
Tlf. 7248 6100  
nordjylland@sl.dk  
Åbningstid: mandag, tirsdag og torsdag 9-15, onsdag og fredag 9-12, frokostlukket 12-12.30  
Kredsformand: Peter S. Kristensen  
Privat 9883 8700

**KREDS BORNHOLM**  
www.sl.dk/bornholm  
Tlf. 7248 6650  
bornholm@sl.dk  
Åbningstid: mandag lukket, tirsdag-fredag 9-14.  
Kredsformand: Bitten Sohn Thomsen

**KREDS ØSTJYLLAND**  
www.sl.dk/ostjylland  
Tlf. 7248 6300  
oestjylland@sl.dk  
Åbningstid: mandag-onsdag 9-14, torsdag 12-16, fredag 9-13.  
Kredsformand: Gert Landergrøn Due

**KREDS MIDT- OG VESTJYLLAND**  
www.sl.dk/midtogvestjylland  
Tlf. 7248 6200  
midtogvestjylland@sl.dk  
Åbningstid: mandag 9-15, tirsdag og onsdag 9-13 og torsdag 12-16  
Kredsformand: Peter Sandkvist  
Mobil 2045 2614

**KREDS NORDSJÆLLAND**  
www.sl.dk/nordsjaelland  
Tlf. 7248 6600  
nordsjaelland@sl.dk  
Åbningstid: mandag, onsdag og torsdag 10-14, tirsdag 10-17, fredag 10-12.  
Kredsformand: Karen Holte  
Mobil 2011 2507

**KREDS MIDTSJÆLLAND**  
www.sl.dk/midtsjaelland  
Tlf. 7248 6550  
midtsjaelland@sl.dk  
Åbningstid: Mandag til torsdag 9-15 (lukket 12-12.30), fredag 9-12  
Kredsformand: Jan Vium

**KREDS SYDJYLLAND**  
www.sl.dk/sydjylland  
Tlf. 7248 6250  
sydjylland@sl.dk  
Åbningstid: mandag-onsdag 9-14, torsdag 12-16, fredag 9-12  
Kredsformand: Finn Harald Rasmussen  
Mobil 2230 6203

**KREDS LILLEBÆLT**  
www.sl.dk/lillebaelt  
Tlf. 7248 6400  
lillebaelt@sl.dk  
Åbningstid: mandag, tirsdag og onsdag 9.30-15 (lukket 12.30-13), torsdag 13-16, fredag 9.30-13  
Kredsformand: Hanne Ellegaard  
Mobil 4086 6854

**KREDS STORKØBENHAVN**  
www.sl.dk/storkoebenhavn  
Tlf. 7248 6700  
storkoebenhavn@sl.dk  
Åbningstid: alle hverdage 9-12, samt tirsdag og torsdag 12.30-16  
Kredsformand: Lars Petersen  
Mobil 2217 9706

**KREDS STORSTRØM**  
www.sl.dk/storstrom  
Tlf. 7248 6500  
storstrom@sl.dk  
Åbningstid: mandag 12.30-15, tirsdag og onsdag 9-15 (lukket 12-12.30), torsdag 12.30-16, fredag 9-14 (lukket 12-12.30)  
Kredsformand: Lisbeth Schou

### SOCIALPÆDAGOGERNES LANDSFORBUND

www.sl.dk  
Tlf. 7248 6000 / sl@sl.dk,  
Åbningstid: mandag-onsdag 9-15, torsdag 9-17, fredag 9-13.

### Medlemsteam:

Ved spørgsmål om medlemskab, kontingent og efterlønsbidrag.  
Tlf. 7248 6030 / medlem@sl.dk

### Arbejdsskadeteam:

Er du kommet til skade på jobbet?  
www.sl.dk/arbejdsskade  
Tlf. 7248 6040 / arbejdsskade@sl.dk

### Job- og karriererådgivning

Gratis rådgivning om job og karriere for forbundets medlemmer hver mandag 14-17.  
Tlf. 7248 6060.

### SOCIALPÆDAGOGERNES A-KASSE

Tlf. 7248 6010 / dagpenge@sl.dk  
Åbningstid: mandag-onsdag 9-15, torsdag 9-17, fredag 9-13.

### Forretningsudvalget

Forbundsformand  
Benny Andersen  
Tlf. 4055 0982.

### 1. forbundsnæstformand

Marie Sonne  
Tlf. 2210 1728.

### 2. forbundsnæstformand

Verne Pedersen  
Tlf. 4064 0344

### Forbundskasserer

Michael Madsen  
Tlf. 4093 4833

### PRESSEKONTAKT:

**Presseansvarlig**  
Lise Møller Aarup  
laa@sl.dk / mobil: 2423 5150

### Enhedsleder for Kommunikation

Søren Lauridsen  
sln@sl.dk / mobil: 2290 2023

### PÆDAGOGSTUDERENDES LANDSSAMMENSLUTNING

www.p-l-s.dk  
Tlf. 3546 5880  
Åbningstid: mandag, tirsdag og torsdag 10-15.

### PENSIONS KASSEN

www.pka.dk  
Tlf. 3945 4540 / pka@pka.dk  
Åbningstid: mandag-torsdag 8.30-20, fredag 9-15.

## KALENDER

### MIDT- OG VESTJYLLAND

**Medlemsmøde: ADHD og stofmisbrug**  
**Onsdag 20. november kl. 16.30–19.00**  
**Hotel Eyde, Mindegade 1, Herning**

Mindst 25 pct. af alle borgere, som modtager stofmisbrugsbehandling, har en ADHD-diagnose eller ADHD-symptomer. Hør forsker på VIVE Nichlas Berger fortælle om ny undersøgelse. Læs mere og tilmeld dig senest 13. november på [sl.dk/midtogvestjylland](http://sl.dk/midtogvestjylland)

### MIDTSJÆLLAND

**Julefrokost for seniorer**  
**Tirsdag 3. december kl. 12.00-16.00**  
**Kredskontoret, Jættevej 50, 1., Ringsted**

Julen nærmer sig – og traditionen tro holder vi julefrokost for medlemmer af seniorsektionen i Socialpædagogerne Midtsjælland. Pris: 100 kr. alt inklusiv. Tilmelding senest 20. november på [midtsjaelland@sl.dk](mailto:midtsjaelland@sl.dk) eller tlf. 72 48 65 50.

### STORKØBENHAVN

**Arrangement for seniorer og efterlønnere – Kløvedal og livet med Nordkaperen**  
**Tirsdag 12. november kl. 10.45**

**M/S Museet for Søfart, Ny Kronborgvej 1, Helsingør**  
Kom på en guidet rundvisning og oplev Troels Kløvedals eventyrlige sejerliv. Efter rundvisningen spiser vi frokost i museets restaurant. Pris: 150 kr. Der er max. 30 pladser, så tilmelding sker efter først til mølle. Man er først tilmeldt, når man har indbetalt på konto-nr. 5332 0000244491 senest tirsdag den 22. oktober. Yderligere oplysninger på tlf.: 24 89 10 61.

### STORSTRØM

**Julefrokost i seniorsektionen**  
**Tirsdag 10. december kl. 11.30–16.00**  
**SL's lokaler Kæppgårdsvej 2A, Nr. Alslev**

Der serveres julefrokost med tilhørende 1 genstand, kaffe/the, kager og julegodter. Medbring en pakke til pakkespil. Man må gerne invitere sin ægtefælle/samlever med. Pris: 150 kr. for medlemmer, 230 kr. for ikke-medlemmer. Kontant betaling ved ankomst. Tilmelding senest 29.11 på mail: [else@netkarlsson.dk](mailto:else@netkarlsson.dk) eller sms: 21 64 95 40.

**Juletræsfest for medlemmer**  
**Fredag 6. december kl. 16.00-19.00**  
**Hollænderhaven, Fuglebakken 3, Vordingborg**

Seniorerne afholder juletræsfest. Julemanden kommer på besøg og sørger for musik, dans om juletræet – og godteposer til børnene. Der serveres kaffe og the, småkager, frugt – og pølser med brød. Pris: 50 kr. pr. deltager, som betales kontant ved ankomst. Tilmelding senest 29.11 på mail: [else@netkarlsson.dk](mailto:else@netkarlsson.dk) eller sms: 21 64 95 40.

**'Løs din kerneopgave' med Anders Seneca**

**Tirsdag 29. oktober kl. 18.30-20.30**  
**Hollænderhaven, Fuglebakken 3, Vordingborg**

Alle taler om kerneopgaven. Men der er mange, der ikke løser den. På denne temaaften for medlemmer kan du møde Anders Seneca, som bl.a. er for-

fatter til bogen 'Løs din kerneopgave'. Der er mulighed for spisning inden aftenens program. Læs mere og tilmeld dig senest 22. oktober på [sl.dk/storstrom](http://sl.dk/storstrom) under arrangementer

**Fyraftensarrangement**  
**Mandag 28. oktober kl. 16.00-19.30**  
**Kredskontoret, Kæppgårdsvej 2A, Nr. Alslev.**

Seniorsektionen afholder fyraftensarrangement for alle medlemmer i kredsen. Carsten Egø Nielsen holder foredrag om 'Pigerne på Sprogø'. SL sørger for forplejning. Tilmelding senest 21. oktober via [sl.dk/storstrom](http://sl.dk/storstrom)

### SYDJYLLAND

**Cafémøde for kredsens familieplejere**  
**Fredag 1. november kl. 10.00-13.00**  
**HK's lokale, Brunde Øst 16, Rødskro**  
Bliv klogere på kontrakter, rettigheder

///

og pligter, når faglig konsulent Torben Simonsen Lund holder oplæg. Vi afslutter mødet med en let frokost med en snert af jul. Du er velkommen til at invitere et ikke-medlem med. Tilmelding senest 28. oktober på [sydjylland@sl.dk](mailto:sydjylland@sl.dk)

### SYDJYLLAND OG LILLEBÆLT

**Netværksmøde for socialpædagoger på demensområdet i kreds Sydjylland og kreds Lillebælt**

**Mandag 28. oktober kl. 16.15-19.00**  
**UC Syd, Dyrehavevej 116, lokale 13B, Kolding**

Oplæg ved Kjeld Høgsbro Ph.d. i kultursociologi og socialpædagog Britta Seifert fra plejecentret Esehuset i Esbjerg. Læs mere på [sl.dk/sydjylland](http://sl.dk/sydjylland)

**Temadag for ledere i kreds Sydjylland og kreds Lillebælt**  
**Torsdag 7. november kl. 12.30-15.45**

### Comwell, Skovbrynet 1, Kolding

Ledersektionerne i de to kredse inviterer hermed til en lederfaglig temaeftermiddag, hvor vi gennemgår det juridiske grundlag for afskedigelser og andre tjenstlige sanktioner. Læs mere om [sl.dk/lillebaelt](http://sl.dk/lillebaelt) – og tilmeld dig senest den 21. oktober.

### ØSTJYLLAND

**Åbent bestyrelsesmøde for ledere/mellemledere**  
**Tirsdag 12. november kl. 13.00-15.30**  
**Radisson Blu, Margretheplassen 1, Aarhus C**

Dialog om vilkår og rammer for ledernes arbejdsmiljø – og om, hvordan du som leder arbejder med dit eget arbejdsmiljø. Der vil være oplæg fra din lokale ledermellemleder bestyrelse. Tilmelding senest 29. oktober på [sl.dk/ostjylland](http://sl.dk/ostjylland)

## KRAP kursus i Middelfart



Psykolog Peter Storgård afholder 8-dages KRAP kursus i Middelfart med start i december 2019. Kurset er for pædagoger og andre faggrupper, som arbejder professionelt med udsatte børn /unge eller mennesker med særlige behov.

Underviser er Peter Storgård, som er den ene af de 2 psykologer bag KRAP. Kurset er opbygget med 4 moduler á 2 dage, og prisen er 8.800 kr. + moms, incl. fuld forplejning. Max. 24 deltagere.

Hent udførligt program på min hjemmeside: [peterstorgaard.dk/2019\\_20.pdf](http://peterstorgaard.dk/2019_20.pdf) eller send mail og få det tilsendt: [peterstorgaard@gmail.com](mailto:peterstorgaard@gmail.com)

**Psykolog Peter Storgård**

PsykologKlinikken, Adelgade 44, 1., 9500 Hobro





## Skulle jeg nå at prøve noget nyt, skulle det være nu

TEKST JAKOB RAVN FJORDBO /// FOTO MICHAEL DROST-HANSEN



### Hvorfor skulle der ske noget nyt i dit arbejdsliv?

Ud af mine 37 år som socialpædagog har jeg været leder i tre årtier. Men sidste år

kunne jeg mærke et behov for forandring. Jeg var gået lidt i stå i min stilling som vicecenterleder for en stor organisation i Esbjerg Kommune. Var træt af at være tilgængelig 24/7 – træt af fusioner og nye implementeringstiltag, som oftest ikke blev fulgt til dørs. Som 59-årig tænkte jeg – skulle jeg nå at prøve noget nyt, skulle det være nu. Men det var svært at tage springet.

### Hvornår traf du så din beslutning?

I foråret '18 kom jeg i jobrotation, hvor jeg blev tilsynskonsulent i kommunen. For første gang i mange år smed jeg midlertidigt lederkasketten, og det var faktisk rart. Bagefter tog jeg en lang ferie, hvor jeg kørte Europa tyndt med min mand. Følelsen af at komme ned i gear, mærke mig selv og se min situation udefra ledte – sammen med lidt god italiensk vin – frem til erkendelsen: Jeg skulle ikke være leder lænere. Da jeg kom hjem, fik jeg en seniorfratrædelsesordning og begyndte at søge stillinger.

### Hvilke overvejelser gjorde du dig om at forlade lederrollen?

Jeg følte, at jeg havde kastet mig selv ud på dybt vand. De stillinger jeg søgte, indebar jo, at jeg skulle ledes. Kunne jeg det? Ville jeg det? Det var svært at vurdere. Men under jobsøgningen så jeg, hvor mange af mine lederkompetencer, jeg kunne trække ind i andre jobs.



### Helle Fønss Bach, 60 år

2019  
Pårørendeguide  
i Kolding Kommune

2012  
Vicecenterleder for  
Socialt Rehabiliteringscenter

2011  
Diplomuddannelse i ledelse

2001  
Forstander for to  
bofællesskaber for  
senhjerneskedede

1991  
Leder af en integreret  
institution for børn

1982  
Uddannet socialpædagog

I efteråret blev jeg så tilbudt en helt ny type stilling som pårørendeguide i Kolding Kommune, hvor jeg startede første januar.

### Hvordan var det at begynde i en stilling, som ikke er klassisk socialpædagogisk?

Udfordrende og fantastisk! I hele mit arbejdsliv har jeg beskæftiget mig med pårørende på alle niveauer, så opgaverne taler direkte til mine erfaringer. Samtidig var jeg på fremmed grund, for de fleste af mine kolleger har en sundhedsfaglig baggrund, men det er givende at blive udfordret på min faglighed samtidig med, at jeg kan udfordre deres.

### Hvad er det bedste ved dit spring?

At være med til at bygge noget nyt op fra bunden, for vi er kun ca. 20 pårørendeguidere i kommunerne. Men jeg ved, at jeg gør en forskel for en tidligere overset borgergruppe. Jeg taler bl.a. med ægtefæller til demente, forældre til børn med ADHD og familier, hvor far eller mor har fået en hjerneskode. Mennesker, der ofte er i krise, men som kan coaches til nye muligheder. Det kan være psykisk krævende, men det er meningsfuldt, og min mand siger, jeg kommer glad hjem fra arbejde hver dag.

### Hvad er dit råd til andre, der overvejer at skifte spor i karrieren?

Mærk efter, hvad der rører sig indvendigt, og brug den indsigt til at kaste dig ud i forandringen. Er du i tvivl, så brug dine nærmeste eller træk stikket og tag en tænkepause – fx gennem en ferie. For mig skabte pausen den indsigt, der gav modet til forandring. ×

Leder

Pårørendeguide

Helle Fønss Bach tog springet fra at være leder gennem 30 år til en helt ny stilling som pårørendeguide.



**Job og karriererådgivningen**  
Overvejer du at skifte spor i din karriere, kan du få råd og sparring hos Socialpædagogernes Job- og karriererådgivning, der har åben telefoni hver mandag på 7248 6060 fra kl. 14 til 17





FOTO: PRIVAT

Mike Tarp Iversen om Frank Nielsen

## Det jeg ser

**Mike Tarp Iversen og Frank Nilsen er socialpædagoger på 4'eren i Bofællesskaberne Edelsvej i Esbjerg Kommune – et botræningstilbud for unge voksne med autismespektrumforstyrrelser**

## LAKS FRA DRONNINGENS LAGER

**Frank er et godt eksempel** på, at relationsarbejdet er lige så vigtigt som forudsigelige strukturer, hvis man vil sikre tryk og udvikling for personer med autismespektrumforstyrrelser. Frank og jeg var på sheltertur med en gruppe unge voksne, som er i botræning. Turen havde fast madplan, og normalt kan ændringer i den skabe konflikter. Men da rejerne blev erstattet med laks, var der ingen, der kommenterede på det – udover at det smagte godt. For Frank gik forrest og kommenterede entusiastisk, hvor lækkert det så ud. Han kunne være kommet med sin forforståelse af borgerne og have undskyldt ændringen, fordi han ved, de normalt reagerer på det. Men han serverede laksen, som kom den fra dronningens lager. Han gik ind og tilbød andre perspektiver. En sheltertur er ikke det, man anbefaler til autister. Men hverdagens belastningsgrad var væk, og vi så dem rumme hinanden meget mere og behøvede ikke mentalsere for dem i samme grad. De tog en ferie fra deres ritualer.

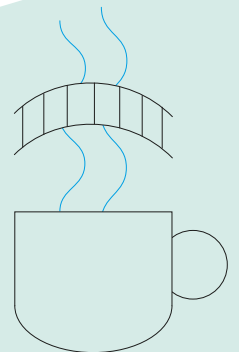
Læs hele Mike Tarp Iversens kronik om relationens betydning for autismespektrumforstyrrelser på [sl.dk/kronik](https://sl.dk/kronik)

Ser du noget særligt hos en kollega? Send en mail til: [nyhedsrum@sl.dk](mailto:nyhedsrum@sl.dk)

## Hørt!

Klaus ændrede mit liv. Han blev min kontaktperson, da jeg var flyttet fra opholdsstedet. Han lærte mig, at jeg ikke er ensom. Jeg kan være alene – men kun så længe, jeg selv vælger at være det.

— **Laika**, tidligere anbragt



## Øjeblikket



**Jeg mødte 'Palle' i vinters** i vores varmestue.

Han er 55 år, har PTSD, er misbruger – og lever i en hule ude i skoven. Jeg fik etableret en tillidsfuld relation og blev inviteret ind under presenningen i hans hule, hvor vi henover vinteren drak kaffe og snakkede om vind og vejr. I maj flyttede Palle i egen lejlighed, hvor han nu får § 85 støtte – og han er tilknyttet misbrugsrådgivning. Hermed er min opgave som brobygger fuldført – og Palle er kommet tættere på at kunne tage ansvar for sit eget liv.

— **Morten Rosenberg**, socialpædagog i gadeteamet under Center for Socialt Udsatte i Næstved