



## ET FRIRUM TIL ALLE SANSER

| **Snoezelhuset** får mennesker  
med sanseforstyrrelser en  
pause fra hverdagen.



FOTO: PRIVAT

## #socialpædagog

Jeg hedder **Susanne Lund Mikkelsen**, og jeg er afdelingsleder på Botilbuddet Aage Holms Vej i Hjørring Kommune, hvor borgerne har mange komplekse handicaps.

Som leder ser jeg mig selv som en dirigent, der skal få alle 130 ansatte til at spille samme melodi. Det er en vigtig opgave, da personalet både tæller social- og sundhedsassistenter, sygeplejersker og socialpædagoger med neuropædagogisk overbygning. Jeg kan se, at de gør hinanden dygtigere gennem deres forskellige fagligheder. Det er jeg stolt af at være en del af.

Jeg har ingen borgerkontakt. Min kerneopgave er at sikre arbejdspladsens rammer og vilkår, så personalet kan fokusere på at gøre en skøn indsats for borgerne. I stedet bruger jeg tid på økonomi, om-sætning af politik og lovgivning, så det giver mening – og er loyal mod de politiske beslutninger. Samtidig vil jeg gerne være en leder, man kan reflektere med, brokke sig til, få psykisk ilt fra og stolt dele sine sejre med. Derfor står min kontordør altid åben. 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 injurerende 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 13/2019 er afsluttet 25.10.2019. Næste nummer udkommer i uge 50. // **Forsidefoto** Sofia Busk Hansen // 76. årgang // ISSN 0105-5399



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

Vi tager ansvar for indholdet og er tilmeldt PRESSE NÆVNET

Danske Medier OPLAGSKONTROL

# 20

Dokumentationen skal være klar, tydelig og enkel, og det er først og fremmest beboerne, som skal være enige i det, der står.

— Ingeborg S. Olsen, forstander Roskildehjemmet, hvor de inddrager beboerne i dokumentationsarbejdet.

## TEMA



ILLUSTRATION: SOLVEIG AGERBAK

# 16

Medejerskab giver meningsfuld dokumentation **Forskningsprojekt anviser fire konkrete metoder, der kvalificerer det socialpædagogiske arbejde**

## PORTRÆT



FOTO: KASPER LØFTGAARD

# 8

Vi er stadig elendige til at forebygge **Effektiv stressbehandling får stressramte på benene – men vi burde jo kunne redde dem før, de bliver syge, siger stress-ekspert Thomas Milsted**

## Podcast SOCIALPÆDAGIK I HØREBØFFERNE

Nu kan du hente to podcast produceret af Socialpædagogerne. **'Melanie og angsten'** – og **'Er evidens altid det bedste?'**.

# 26

En stund i sansernes vold **I Snoezelhuset i Gentofte får mennesker med sanseforstyrrelser en pause fra hverdagens rutiner**



FOTO: SOFIA BUSK HANSEN

# 4

**Ny medlemsportal på vej**

# 6

**Social støtte afgørende for unge hjemløse**

# 14

**En særlig relation**

Katrine holder foredrag om sit liv med autisme – med Hans på sidelinjen.

# 22

**Sov dig frisk**

Få 9 gode råd til en bedre nattesøvn.

# 24

**Dilemma**

Er døgnvagter en uskik – eller en fordel for borgere og medarbejdere?

# 34



FOTO: TOR BIRK TRADS

**Karrierehop**

Else Madsen gik på pension – men savnede at bruge sin faglighed. I dag arbejder hun med at støtte samvær mellem forældre og anbragte børn.





ILLUSTRATION: COLOURBOX

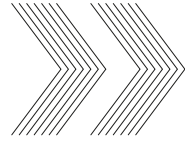
## NY MEDLEMS-PORTAL PÅ VEJ

**Når du skal kommunikere digitalt** med Socialpædagogerne eller a-kassen, sker det fremover via Socialpædagogerne Medlemsportal. Den samler al individuel kommunikation mellem forbund, a-kasse og medlem ét sted. Det bliver især en fordel for de ledige medlemmer, som får et lettere system, når de skal udfylde dagpengekort mv. Også de medlemmer, som har faglige sager med forbundet, får et godt overblik over deres forløb og dialogen med Socialpædagogerne i Medlemsportalen.

Medlemsportalen går i luften den 21. november og erstatter både e-Boks og Netkassen, ligesom den også erstatter individuel mailkorrespondance mellem dig og forbund/a-kasse. Så når du skal skrive til os, foregår det fremover via Medlemsportalen og ikke via mail. På den måde kan vi sikre, at der er den nødvendige datasikkerhed omkring dine personlige oplysninger.

Du får altid en mail, når der er ny post til dig i Medlemsportalen. Alle ledige og efterlønnere vil blive kontaktede af a-kassen, da Netkassen lukker i nogle dage op til overgangen til det nye system, som åbner den 21. november.

Du finder Medlemsportalen på [sl.dk/medlemsportal](http://sl.dk/medlemsportal) fra og med den 21. november – og du logger ind med NemID. Der vil være hjælp at hente til Medlemsportalen på tlf. 7248 6010. I dagene omkring skiftet til Medlemsportalen har vi udvidet åbningstiden. Læs mere på [sl.dk](http://sl.dk)



De har i årevis bevidst modarbejdet klimavenlig lovgivning og benægtet betydningen af global opvarmning. Nu trækker PKA en streg i sandet. Sådan en pensionskasse gør mig både glad og stolt.

— Forbundsformand Benny Andersens kommentar til, at Socialpædagogerne pensionskasse PKA har trukket sig som medejer af ExxonMobil.

## Formandskifte og nyvalg på årets generalforsamlinger

Se, hvem der er valgt i din kreds på [sl.dk/GF19](http://sl.dk/GF19)



### Bestil en tid hos Job- og karrierådgivningen

Socialpædagogerne job- og karrierådgivning udvides, så du nu har **mulighed for at ringe og bestille tid til en samtale**. Hidtil har servicen været åben mandage fra 14-17, og det er den fortsat. Men fremover kan du også få en aftale på et tidspunkt, der passer dig. X

Du bestiller tid ved at ringe til receptionen på tlf. 7248 6000.

# 25.000 kr.

Så meget fik socialpædagog Klaus Høgh ud af sit løntjek. Du kan selv tjekke din lønseddel – følg guiden på: [ok-maerket.dk](http://ok-maerket.dk)

## Socialpædagogerne vinder sag i Højesteret

Det var ikke i orden at modregne i en sygemeldt socialpædagogs løn. Det har Højesteret nu slået fast efter en årelang sag, Socialpædagogerne har ført for et medlem. Sagen opstod, da medlemmet **ikke fik udfyldt et oplysningsskema fra kommunen rettidigt og derfor mistede retten til sygedagpenge**. Hendes arbejdsgiver, Vordingborg Kommune, fik dermed ikke refusion – og den manglende refusion modregnede kommunen i medlemmets løn. Men den praksis går ikke, så længe den ansatte ikke bevist forsøger at påføre arbejdsgiver et tab, fastslår Højesteret. Medlemmet har fået den manglende lønudbetaling tilbage. X

### 18. november

Socialpædagogerne holder webinar om de nye magt-anvendelsesregler kl. 17.

Se mere på [sl.dk/arrangementer](http://sl.dk/arrangementer)

### 26. november

Socialstyrelsens temamøde om de nationale retningslinjer for forebyggelse af voldsomme episoder på botilbud samt boformer for hjemløse.

Syddansk Universitet, Odense

### 5. december

Temadag om tabuer, Branche Fællesskab Arbejdsmiljø.

Hindsgavl Slot, Middelfart



FOTO: PRIVAT

## 87 gode idéer fra medlemmerne

Med Socialpædagogerne initiativpulje er der ikke langt fra idé til handling. I alt har 87 medlemmer fået tilsagn om støtte fra puljen til et fagligt eller socialt initiativ. **På Bornholm fik socialpædagog Jesper Klindt fx støtte til et eftermiddagsarrangement om socialpsykiatri** – et initiativ der samlede omkring 75 mennesker i Domen i Allinge, hvor de bl.a. blev inspireret af scenepoeten Sara Hauge. Blandt de 87 initiativer er også dialogmøder med politikere, personaleture, teambuildingdage og efteruddannelse. Initiativpuljen er en del af kongresprojektet 'Vi er Socialpædagogerne'. X

# OPSPECIALISERING – IKKE AFSPECIALISERING

JEG VILLE ØNSKE, at jeg kunne tage æren for udtrykket 'opspecialisering' – og at udtrykket handlede om udsatte børn. Det er nemlig supergodt. Men det kan jeg desværre ikke. For det er fhv. socialminister Mai Mercado – og hun sagde det, da hun meldte ud, at regeringen tog handicapområdet ud af forhandlingerne af sundhedsreformen. Hun sagde, at der skulle grundigere undersøgelser til, før det blev afgjort, hvad der præcist skulle ske med højtspecialiserede regionale tilbud, som regeringens reform ellers ville sende til kommunerne.

Og gid samme tilgang blev ført ud i livet på børne- og ungeområdet. Gid man opspecialiserede og ikke afspecialiserede. For desværre ser jeg, at man overalt i landet lukker gode, fagligt solide og specialiserede tilbud til børn og unge. Udsatte børn og unge flyttes fra deres hjem og

'Desværre ser jeg, at man overalt i landet lukker gode, fagligt solide og specialiserede tilbud til børn og unge.'

deres base – fra de faglige tilbud, som skal sikre dem livsvigtig hjælp og en bedre start eller genstart på livet.

Og er det så fordi, at kommunerne har et bedre tilbud til de børn, der hives hjem? Nej, må jeg bare desværre svare. Nogle kommuner tager børnene hjem til egen kommune, hvor de så har et lokalt tilbud med brede målgrupper, som er et pænere ord for, at man udvander og udhuler den specialiserede hjælp, som hvert enkelt barn har brug for.

Det er simpelthen ikke godt nok. Derfor skal vi sikre, at der også til børnene kommer opspecialisering og ikke afspecialisering. Den bevægelse starter vi gerne. X

**Verne Pedersen**  
forbunds næstformand



FOTO: RICKY MOLLOY

DOKUMENTAR



FOTO: DR

## FRI MIG FOR MIN FAR

**Unge Ida kæmper en konstant kamp** for at få sit liv på ret køl. Hun har haft en opvækst med massivt omsorgssvigt hos en voldelig far – og mistet sin elskede bonusmor. Ida bruger derfor hash og alkohol til at holde tan-

kemylderet på afstand. Følg Idas personlige kamp for at få styr på sit misbrug og bryde det mønster, der er alt for nemt af falde tilbage i. Historien fortælles i 4 afsnit på DR3. X

Se den på [dr.dk](http://dr.dk)

KORTLÆGNING



### Hvordan håndterer man bedst borgere, der både har psykiske vanskeligheder og et problemskabende misbrug?

I en ny kortlægning kommer Socialstyrelsen med tre konkrete bud på indsatser, der betegnes som lovende: 'Tværgående samarbejdsindsats', 'Helhedsorienteret indsats med afsæt i Housing First og harm reduction' – og 'Dobbeltdiagnose-team og motiverende samtale'.

Fælles for de tre metoder er bl.a., at der arbejdes recovery-orienteret – og at borgerne bliver set og hørt som mennesker, som man kan indgå i konstruktive relationer med på trods af misbruget. X

Hent 'Indsatser til mennesker med psykiske vanskeligheder og misbrug' på [socialstyrelsen.dk](http://socialstyrelsen.dk)

UNDERSØGELSE

### Social støtte afgørende for unge hjemløse

**Tag over hovedet** gør det ikke alene. En ny undersøgelse fra VIVE viser, at det er afgørende, at den sociale støtte følger med, når en ung hjemløs bliver tilbudt en bolig. Det kan fx være en støtte medarbejder, som hjælper med den unges psykiske udfordringer, får hverdagen sat i system og er til stede, hvis der opstår problemer.

**I rapporten 'Boliger til unge i hjemløshed – muligheder og barrierer'** bestilt af Realdania har VIVE undersøgt tre kommuners arbejde med at få hjemløse unge i egen bolig. Ifølge seniorforsker i VIVE Lars Benjaminsen bør kommunerne både have systematiske procedurer for at skaffe boliger til unge i udsatte situationer – og tilbyde de unge en individuel social støtteindsats. X



Læs rapporten på [vive.dk](http://vive.dk)

PODCAST

### Kan man tilgive en psykopat?

I en podcast på fem afsnit fortæller den danske komiker **Christian Geo Heltboe March** den dramatiske historie om sin far, der chikanerede og truede familien i en grad, der betød, at **Geo følte lettelse, da faderen døde.** X

Lyt med på [podimo.com](http://podimo.com)



FOTO: PODIMO.COM

### Socialpædagogerne i hørebofferne

Du kan nu hente to podcast produceret af Socialpædagogerne. **'Melanie og angsten'** fortæller historien om, hvordan man hjælper unge med angst og andre psykiske/sociale problemer – og i **'Er evidens altid det bedste?'** diskuteres metoder, evidens og lovende praksis. X

Søg på Socialpædagogerne i din foretrukne **podcastapp.**



DOKUMENTAR



FOTO: DR

## CHEFEN FRA HELVEDE

**Dårligt psykisk arbejdsmiljø** påvirker mange, og nogle gange er det chefen, som er problemet. I en serie dokumentarprogrammer på DR genskabes situationer fra den virkelige verden, hvor chefen er gået for langt. Forsøgspersoner

gennemlever med hjælp fra en skuespiller situationer, hvor de bl.a. **udsættes for mobning, sexchikane og ydmygelse.** X

Se udsendelserne på [dr.dk](http://dr.dk)

BOG

### Et anker af flamingo

**En personlig beretning** om, hvordan verden pludselig kan vælte. Pernille, som selv har arbejdet inden for det socialpædagogiske felt, **blev førtidspensionist i 2012 pga. en senhjerneskade.** I bogen fortæller hun åbent om en barndom med overgreb, en ungdom med viljestyrke og et voksenliv med nære venskaber og stærk kærlighed. Og om at leve med en hjerne, man ikke længere kan stole på. X

Et anker af flamingo af Pernille Frandsen, **Forlaget Mellemgård, 199,95 kr.**



BOG

### DELT – en bog til unge om digitale sexkrænkelser

**'Det er vildt ubehageligt at vide,** at alle kan se med, og at det er fuldstændig uden for din kontrol, hvem der ser dig nøgen. Jeg har skammet mig helt vildt'. **Sådan fortæller Simone, der som 17-årig blev delt nøgen på sociale medier af en jaloux eks-kæreste.** Hun og fem andre unge fortæller, hvordan det kan ødelægge et helt ungdomsliv at blive krænket digitalt. X

DELT – en bog til unge om digitale sexkrænkelser, af Milla Mølgaard, **Straarup & Co., 229 kr.**



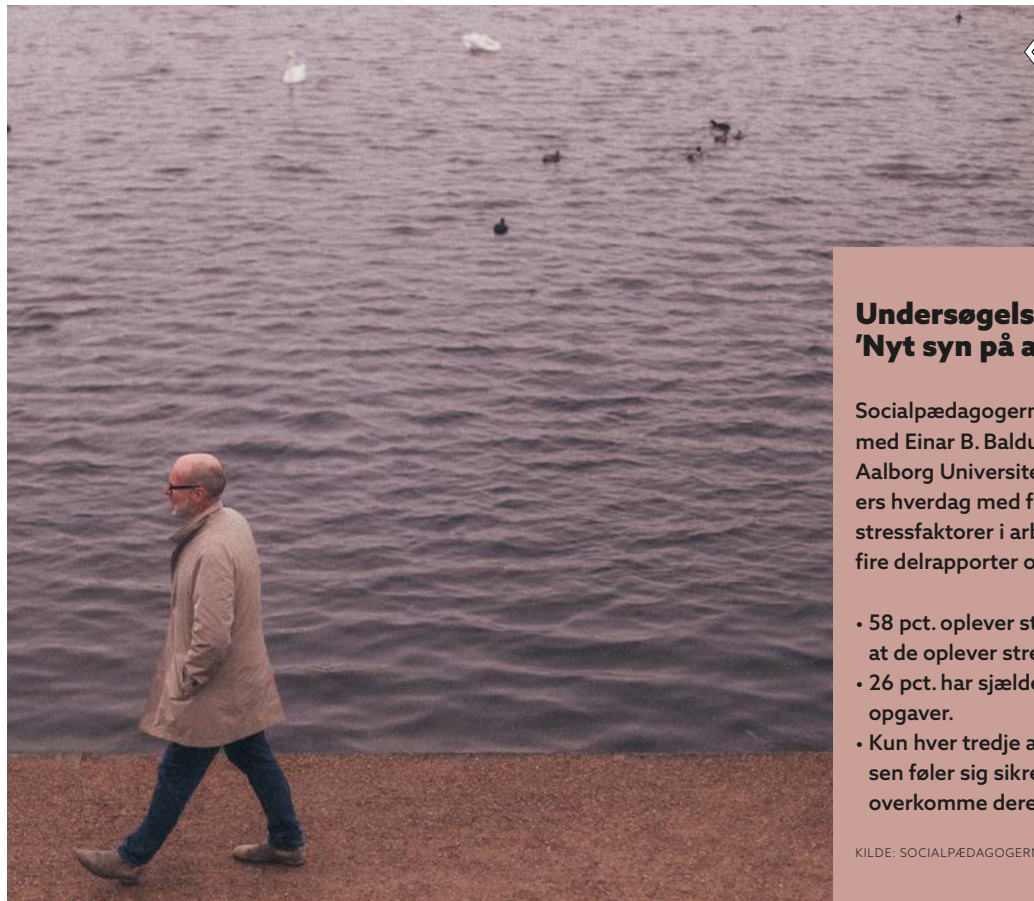


TEKST  
JAKOB  
RAVN  
FJORDBO  
///  
FOTO  
KASPER  
LØFTGAARD

# TRIVSELER LANGT MERE END FRAVÆR AF STRESS

Vi har lært at behandle stress. Men vi er stadig dårlige til at forebygge, mener stress-ekspert **Thomas Milsted**. Hans opskrift er mindre fokus på 'hvad-kan-du-selv-gøre' – og mere fokus på at skabe et arbejdsmiljø, der giver plads til trivsel. Og her kan vi passende lære lidt af folk, der passer fisk ...





«  
**Gåture**  
Thomas Milsted går hver morgen gennem København til fods – gåture, der virker afstressende, fordi han her kun har øje for én ting: Gangen.

## Undersøgelsen 'Nyt syn på arbejdsmiljø'

Socialpædagogerne Storkøbenhavn har i samarbejde med Einar B. Baldurson, lektor i arbejdspsykologi ved Aalborg Universitet, undersøgt 1.000 socialpædagogers hverdag med fokus på travlhed, arbejdsbyrde og stressfaktorer i arbejdet. Undersøgelsen er udgivet i fire delrapporter og viser bl.a., at:

- 58 pct. oplever stress i arbejdet, hvor 31 pct. angiver, at de oplever stress på grund af deres arbejdsbyrde.
- 26 pct. har sjældent tid til at nå alle deres arbejdsopgaver.
- Kun hver tredje af socialpædagogerne i undersøgelsen føler sig sikre på, at de også vil være i stand til at overkomme deres nuværende arbejde om fem år.

KILDE: SOCIALPÆDAGOGERNE STORKØBENHAVN

Thomas Milsted cykler sjældent, og han går nødigt. Han trasker.

For på cykel og hastige gåture får han ubevidst så travlt med at nå fra punkt A til B, at han glemmer selve aktiviteten. Men i det iøjefaldende langsomme tempo derimod har han kun øje for én ting. Gangen.

Den gentager han hver morgen gennem Københavns kvarterer – også denne mandag i oktober, hvor Socialpædagogen er med på dagens travetur langs Sortedamssøen på kanten af hovedstadens indre.

Her fortæller Thomas Milsted bl.a. om, hvad han og vi danskere har lært om de sidste årtiers fokus på et emne, der er blevet mødt med alt fra politisk nedsatte ekspertpaneler, utallige forskningsartikler og lejlighedsvis spot og latterliggørelse: Stress i arbejdslivet.

Som forfatter og foredragsholder har Thomas Milsted beskæftiget sig med emnet så længe, at han havde det nærmest for sig selv, da han startede for over 20 år siden. Og ifølge ham er diagnosen egentlig ret klar:

– Vi har lært at behandle stress ret effektivt. Men vi har ikke formået at forebygge det. For selvom behandlingssystemet de sidste årtier er blevet stadig dygtigere til at få stressramte medarbejdere på benene igen, er det ikke rigtig lykkedes os at redde dem før, de kommer derhen, hvor de bliver syge.

### Behandlingstanken har vundet

Nyere tal på området vidner om en lignende tendens. I den seneste udgave af Den Nationale Sundhedsprofil fra Sundhedsstyrelsen fremgår det, at andelen af danskere med et højt stressniveau er steget fra 20,8 pct. i 2010 til 25,1 pct. i 2017.

Og zoomer man ind på et statistisk øjebliksbillede blandt nutidens socialpædagoger, viser en ny undersøgelse blandt 1.000 af medlemmerne i Socialpædagogerne Storkøbenhavn, at 58 pct. oplever stress i deres arbejde.

Og det er et nederlag, der er til at tage at føle på, mener Thomas Milsted:

– Samfundet forsøgte at gå til stress som et problem, man kunne forebygge. I stedet accelererede det. Se bare på hvor mange kolleger i form af behandlere, jeg har fået indenfor det her felt gennem årene. Så på mange måder er det behandlingstanken, der har vundet over forebyggelsestanken.

### Diskret ansvarsfralæggelse

Men som medarbejder – hvad gør man så for at undgå at havne der, hvor arbejdet fører til svimmelhed, søvnproblemer, hjertebanken og andre symptomer på den velkendte belastningsreaktion, som Verdenssundhedsorganisationen WHO forudser, vil blive en af de største sygdomsfaktorer i år 2020?

Det spørgsmål er Thomas Milsted efterhånden så træt af, at han vender øjnene mod himmelhvelvingen, når han får det stillet.

Ikke fordi det i sig selv er et dumt spørgsmål – han har selv holdt adskillige foredrag om individuel stresshåndtering. Men fordi det er udtryk for en kritisk tendens med et for ensidigt fokus på 'hvad-kan-du-selv-

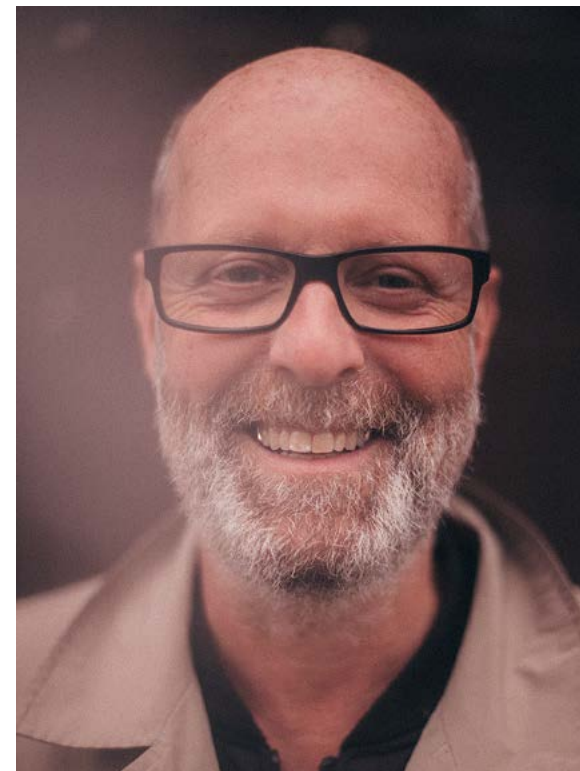
## Thomas Milsted

Forfatter, rådgiver og foredragsholder.

Tidligere leder af virksomheden **Center for Stress og Trivsel** og generalsekretær i **Stress-tænk tanken**.

Har gennem **20 år** holdt foredrag om stress, trivsel og arbejdsglæde og står bag flere bøger om samme emner.

Skriver jævnligt artikler og indlæg om stress og bæredygtigt arbejdsliv for netmedierne **A4 og POV**.



gøre-logikken'. Og det er ifølge Milsted måske nok det største problem med vor tids håndtering af stress:

– En af årsagerne til, at vi kan blive ved med at hive den ene nedslående stress-statistik frem efter den anden, er, at arbejdsgiverne har haft skræmmende meget held med at indpode medarbejderne opfattelsen af, at stress er et individuelt anliggende. For det er uden tvivl nemmest for dem at lede os til at tro, at det er vores egen skyld, hvis vi bliver ramt af stress. Så peger pilen meget belejligt væk fra dem selv og det arbejdsmiljø, de er ansvarlige for at forbedre.

### Se på fiskenes miljø

Ikke at han på nogen måde vil misforstås som ham, der fornægter individets ansvar og udelukkende peger bebrejdende på arbejdsgiveren eller lederen. For den enkelte har også selv et stort ansvar for at vurdere, hvad man kan holde til, og hvornår man skal passe på sig selv, lyder det fra stressseksperter.

Men det kræver, at man som medarbejder har nogen rammer, der muliggør, at man kan sige fra – og nogle arbejdsvilkår, der baserer sig på at ville medarbejderne det bedste. Det er bare alt for sjældent tilfældet, mener han.

– Lederne kunne derfor meget passende lære lidt af akvariepassere. En akvariepasser vil aldrig stille krav til sine fisk om, at de skal trives. Han ville stille krav til miljøet omkring dem, der skal sikre fiskenes trivsel. Og i det ideelle, sunde arbejdsmiljø har hvert individ ansvaret for sin egen trivsel.

For at nå dertil, er det dog ikke kun arbejdsgiverne, der må kigge indad. Ganske vist har de et ansvar for, at stressdebatten blev afsporet. Men medarbejderne er også ansvarlige for, at de hoppede på den.

– I kollegiale relationer i dag har vi givet los for, at stressramte kolleger sejler deres egen sø. Vi roser vores kollega for at være stærk og dygtig, når han eller hun rejser sig igen og kommer tilbage på jobbet. Men alt for sjældent stiller vi os selv og hinanden spørgsmålet om, hvorfor de bukkede under, og hvad arbejdspladsen kan gøre for at undgå, at det sker igen.

### Drop symptombehandlingen

For at nå 'fra stress til trivsel', som et af Thomas Milsteds foredrag hedder, kræver det altså, at den enkelte arbejdsplads, ledere såvel som medarbejdere, zoomer ud fra de enkeltstående problematikker og betragter dem i sammenhæng med de vilkår, medarbejderne arbejder under. »»





### Spørg dig selv

'Ser jeg for det meste frem til en god dag, når jeg går på arbejde?'. Ved at stille det spørgsmål til dig selv, kan du tage temperaturen på din egen trivsel, lyder det fra Thomas Milsted

Med andre ord skal man væk fra symptombehandlingen og huske sig selv på, at trivsel på jobbet i høj grad er forbundet med de rammer, der er på arbejdspladsen, mener Thomas Milsted. Og trivsel handler om langt mere end fraværet af stress.

– Jeg forstår trivsel som det at have et miljø, der kan favne dit nervesystem. Ens nervesystem har forskellige beskaffenheder, hvor vi kan være sårbare på nogle områder og robuste på andre. Så meget enkelt sagt: Hvis du fungerer og leverer bedst ved at arbejde i et langsomt tempo, så skal du gives et vilkår, der gør det arbejdstempo muligt. Og tilsvarende hvis du arbejder hurtigt, siger han.

Den enkelte kan passende tage temperaturen på sin egen trivsel ved at stille sig selv det simple spørgsmål:

'Ser jeg for det meste frem til en god dag, når jeg går på arbejde?'

– For trivslen er netop til stede, når du befinder dig i et miljø, hvor du kan svare ja til det spørgsmål, supplerer Thomas Milsted.

### Lyt til medarbejderne

Oversat til det omsorgs- og relationsarbejde, socialpædagoger udfører, er trivsel i høj grad betinget af følelsen af, at man udøver sin faglighed. Her handler det ifølge Thomas Milsted om, at den faglighed, der er til stede på en arbejdsplads, har rammer, der gør det muligt at udtrykke den i konkrete handlinger.

– Jo større viden og jo større indsigt, du har i dit fag, jo større krav stiller du til kvaliteten af det arbejde, du udøver overfor borgeren. Det har man som fx socialpædagog typisk et ideal om, at man vil efterleve. For trivslen opstår jo typisk, når du tager afsæt i det, du ved, der er rigtigst at gøre.

Men den udfordring, Thomas Milsted ofte møder, når han taler med velfærdsprofessionelle som fx socialpædagoger, er, at alt for mange oplever, at de må gå på kompromis med fagligheden for at få arbejdsdagen til at hænge sammen.

Derfor har han en klar appel til offentlige ledere og arbejdsgivere, der vil deres medarbejders trivsel:

– I stedet for at bruge penge på flere lederkonsulenter og såkaldte eksperter, så tag fat i den største og mest kompetente ekspertgruppe, I har lige ved hånden: Medarbejderne selv. Spørg medarbejderne, om de har albuenum nok til at udøve den faglighed, de ønsker – og hvad der ellers skal til for, at de hver især ser frem til at gå på arbejde hver dag. ×

– Lad os sige, at vi har en arbejdsplads, hvor folk sover dårligt. Så hyrer ledelsen en søvneksperter, som coacher medarbejderne i god søvn – og så er problemet løst ... Men nej, ikke rigtig, vel? Der ville det give bedre mening at spørge de ansatte: 'Hvorfor sover I dårligt? Har det noget med jeres dagligdag her på stedet at gøre?'

### Test jer selv:

#### HAR I EN HJÆLPSSOM ARBEJDSKULTUR?

Arbejdslivsforskning peger på, at relationer har stor indflydelse på trivsel og stressforebyggelse. Relationer handler her om, hvorvidt I som kolleger er i stand til at opretholde en hjælpsom arbejdskultur ved at give hinanden den følelsesmæssige, professionelle og feedback-orienterede støtte, I hver især forventer at få. **Brug Thomas Milsteds ti spørgsmål til at diskutere, om I har en hjælpsom arbejdskultur.**

#### Følelsesmæssig støtte:

1. Er I åbne overfor hinanden?
2. Kan I rumme hinanden følelser?
3. Kan I snakke om det, som er svært?
4. Hvad kunne I godt tænke jer mere af?

#### Professionel støtte:

5. Får I den hjælp, I har brug for?
6. Er det nemt og ok at spørge jeres kolleger, også de nye, om hjælp?
7. Hvem omkring dig, synes du er fagligt bedre end dig selv?

#### Feedback støtte:

8. Er det trygt at lade sig vurdere af sine kolleger?
9. Er det OK at få feedback, når man ikke har bedt om det?
10. Inviterer jeg selv til nok faglig eller social feedback?

KILDE: THOMAS MILSTED

## Vi udvikler professionelt og menneskeligt overskud i pædagogisk arbejde



Supervisionshuset har samlet en gruppe erfarne og højt specialiserede supervisorere i København og Fredericia. De er klar til at hjælpe dig, dine kollegaer og din organisation med at skabe kvalitet og trivsel i dit arbejde med menneskelig udvikling og velfærd.

Vi superviserer enkeltpersoner og i grupper - både indenfor og på tværs af fag, og vores supervisorere møder dig med professionel indsigt og et godt overblik.

Ring til Jakob Hassing på **88 93 00 01** eller læs mere på **supervisionshuset.dk**

PROFESSIONELT  
OG MENNESKELIGT  
OVERSKUD

SUPER  
VISIONS  
HUSET



**Hans Lildholdt**, 57 år, socialpædagog og mestringsvejleder i Specialindsats voksne med autisme, Randers Kommune og projektmedarbejder i 'Mit Liv – Min Plan' – et projekt, der tager udgangspunkt i den enkelte borgers ønsker og drømme.

**Katrine Smed Nielsen**, 25 år, har en autismespektrumforstyrrelse og er uddannet borgerguide i Randers Kommune. Præsenterer foredraget 'Livet med autisme' for bl.a. forældre og fagfolk, der har med autisme at gøre.

## Katrine har skærpet min evne til at være konkret

» Hans:

For bare få år siden ville du ikke have været i stand til at holde de foredrag, du gør i dag. Hvor du fortæller om dit liv før og efter den autismediagnose, du først fik som 21-årig.

» Katrine:

Jo, jeg tror godt, jeg kunne have holdt foredrag. Men ikke om mig selv. For dengang vidste jeg jo ikke noget som helst om mig selv.

» Hans:

Da du blev uddannet borgerguide, gav du hurtigt udtryk for, at du gerne ville ud og fortælle andre om livet med autisme. I form af dit eget foredrag.

» Katrine:

Og så mødtes vi mange gange hjemme hos mig. Det var mest mig, der sad og fortalte min historie – og dig, der sagde 'det der er godt, det skal du have med'.

» Hans:

Jeg har fungeret som en igangsætter. Jeg har lyttet, når du har fortalt om de udfordringer, du havde, før du fik diagnosen og om din fornemmelse af ikke rigtigt at passe ind. For det er jo de oplevelser, andre kan have glæde af.

» Hans:

Og jeg lærer altså også rigtig meget af at snakke med dig, selvom jeg har snart 20 års erfaring som socialpædagog inden for autismespektret. For hver gang, jeg falder i den der fælde med at kommunikere for løst og ukonkret, så er det kontant afregning fra din side.

## Hans er god til at forstå mit autistiske sprog

» Hans:

Jeg ser mig selv som en oversætter mellem de to verdener. Og jeg synes, det er fantastisk, hvad du har opnået, og hvordan du i dag er i stand til at identificere og mærke følelser på en helt anden måde, end du kunne for bare få år siden.

» Katrine:

Men du kan godt lære det. Du forstår det autistiske sprog.

» Hans:

Det er jo det, der er med en autist som dig, Katrine. Man skal være super konkret. Vi taler om to verdener: den autistiske og den neurotypiske (uden diagnoser, red.). Og i den sidste bruger vi ofte en masse ord, som du med din autistiske hjerne tænker, er helt unødvendige.

» Katrine:

Jeg ved godt, at jeg kan virke lidt skrap og utålmodig. Det sker, når jeg ikke forstår, hvad du siger til mig. Når jeg oplever, at du bare bruger en hel masse fyldord og småsnakker i stedet for bare at sige, hvad du mener.

Har du en særlig relation til en borger, kollega, din leder eller en anden i dit arbejdsliv, som du gerne vil fortælle om, så skriv til: [nyhedsrum@sl.dk](mailto:nyhedsrum@sl.dk)



# Medejerskab og involvering giver meningsfuld og præcis dokumentation

Sociale tilbud oplever i overraskende grad de samme problemer med dokumentation, viser et forsknings- og udviklingsprojekt. Fire konkrete koncepter kan være med til at sikre, at dokumentationsarbejdet opleves som meningsfuldt

TEKST  
MARIE  
DISSING  
SANDAHL  
///  
ILLUSTRATION  
SOLVEIG  
AGERBAK

**D**okumentation af den socialpædagogiske praksis er kommet for at blive. Det er ikke et udefrakommende problem eller en forstyrrelse af relationsarbejdet, men en iboende del af den socialpædagogiske praksis. Og evnen til at skrive meningsfuld dokumentation er derfor en vigtig kompetence hos en socialpædagog. Sådan lyder det fra forskningsleder Michael Christensen fra Center for Socialt Arbejde på Professionshøjskolen Absalon, hvor han forsker i bl.a. dokumentations betydning for socialt arbejde.

– Dokumentation bliver først vedkommende for en selv og arbejdet, hvis man tager det til sig som en naturlig del af ens arbejde.

Dokumentation er vigtigt, og det er én blandt mange arbejdsopgaver som socialpædagog. Men vil man noget med det, så skal ledelsen og medarbejderne lægge energi i det, siger han.

Michael Christensen har sammen med en række samarbejdspartnere undersøgt og udviklet dokumentationsarbejdet på en række specialiserede sociale tilbud under Region Sjælland ud fra tesen, at meningsfuld dokumentation kræver medarbejderinvolvering.

Undersøgelsen viste, at medarbejderne oplevede de samme problemer med dokumentation – uanset det sociale tilbuds størrelse, målgruppe eller specialiseringsgrad.

– Det var overraskende tydeligt, forklarer forskningslederen.

## Skriver hvad til hvem

Når socialpædagoger skriver dokumentation, er der mange læsere. Rigtig mange potentielle læsere. Borgerne skal gerne kunne genkende sig selv, men også pårørende, ledelse, fagfæller og kommunen skal kunne forstå det, forklarer Michael Christensen. Og det kan være svært at stille alle de målgrupper tilfredse i én tekst.

Et andet gennemgående problem er, at forskellige faglige tilgange og fagligheder afspejler sig i forskellige fokusområder i dokumentationen, som dermed bliver svært at anvende. Og så har Michael Christensen en kæphest og en bøn

## Dokumentation i praksis:



### Fra Til

'I dag var jeg sammen med borger X nede og spise is. Det virkede til, at borger X havde det godt, og turen gik fint.'

'På baggrund af handleplansmål nr. 3, som handler om, at borgeren skal interagere i sociale kontekster, så gik vi ned og købte is. Borger X talte selv med ekspedienten og betalte selv isen, og det lykkedes pga. følgende socialpædagogiske observationer ...'

til ledere og politikere, når de indkøber nye it-systemer:

– Man skal fra politisk perspektiv lade være med at se it-systemer som neutrale, vidensopsamlende systemer, for det er de ikke. Dokumentationssystemer skaber også behov og kan være med til at præge den form, som dokumentationen kan tage. Det gør noget ved den måde, man skriver og navigerer i systemet, for slet ikke at >>>

Ledere:

## Det halter med dokumentationen

To ud af tre ledere på socialpædagogiske arbejdspladser mener, at socialpædagoger har behov for at styrke viden om og kompetencerne til dokumentation

TEKST MARIE DISSING SANDAHL

**D**et er især dokumentation og skriftlighed, som det socialpædagogiske personale mangler kompetencer indenfor. Sådan svarer 64 pct. af de adspurgte ledere i en undersøgelse foretaget af Epinion for Socialpædagogerne.

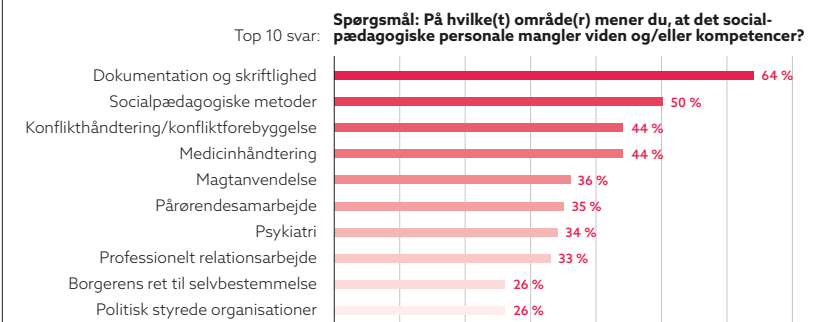
Deres svar er et udtryk for, at socialpædagogik er et vidensbaseret fag – men at dokumentation fylder alt for lidt på uddannelsen, mener forbundsformand Benny Andersen.

– Det her er primært en kritik af, at dokumentation og skriftlighed ikke fylder nok på uddannelsen og ikke en kritik af den almindelige menige socialpædagog. For socialpædagoger skal holde fast i, at vi har høj faglighed og insistere på, at dokumentation ikke skal være et kontrolregime, men skal understøtte læring gennem faglig refleksion, siger han.

Det er ledelsens ansvar at sikre, at både tiden og de rette kompetencer er på plads, understreger Benny Andersen. For god dokumentation kommer ikke af sig selv.

– Men arbejdsgiverne skal også slippe tøjlerne og tro på, at den fagligt funderede dokumentation kan bruges til at vise, at man når de mål, som politikerne sætter. Og med ordentlig tid til at lave den rigtige og gode dokumentation, så bliver medarbejderne dygtigere til arbejdet og opnår viden om, hvad der virker og ikke virker, siger han. ×

## Sådan svarer lederne:



KILDE: UNDERSØGELSEN ER LAVET AF EPINION FOR SOCIALPÆDAGOGERNE OG BASERER SIG PÅ EN WEBBASERET SPØRGESKEMAUNDERSØGELSE BLANDT 2.300 LEDERMEDLEMMER HOS SOCIALPÆDAGOGERNE, SOCIALT LEDERFORUM, LANDSFØRENINGEN AF OPHOLDSTEDER (LOS) ELLER FORENINGEN AF DØGN- OG DAGTILBUD FOR UDSATTE BØRN OG UNGE (FADD) I PERIODEN 12. AUGUST 2019 TIL 2. SEPTEMBER 2019. I ALT 432 LEDERE HAR BESVARET UNDERSØGELSEN.



## De fire dokumentationskoncepter

Som resultat af forsknings- og udviklingsprojektet 'Dokumentation af socialpædagogisk praksis' er der udviklet fire koncepter for dokumentation, der skal være med til at kvalificere det socialpædagogiske arbejde – til gavn for borgeren:



### 1 Den røde tråd

Et visuelt overblik over den kronologiske rækkefølge i en arbejdsgang eller en procedure. Understøtter fælles mening, fælles sprog og fælles handling og vidensgrundlag, så indsatsen bliver ensrettet og koordineret. Alle får et fælles sprog og fælles handlinger, og medarbejderne – også på tværs af faggrupper – ved, hvad de gør, og hvorfor de gør det.

### Søkortet

Visualisering af borgerens ressourcer og udfordringer, ét udvalgt mål og flere delmål for indsatsen og aktiviteter for at nå målet. Søkortet er en overskuelig illustration af ofte komplekse forhold, som kan bruges til at understøtte kommunikationen med borgeren og samtidig fokusere dokumentationen, fordi mål og delmål er tydelige.



### 3 Fokuseret dokumentation

Medarbejderne diskuterer i fællesskab dokumentationens hvad, hvor, hvorfor og hvordan ved at bruge skemaer med hjælpespørgsmål og guides. Udover at skabe læring og refleksion over den faglige indsats ensretter og kvalificerer metoden medarbejdernes dokumentationsform. Metoden giver overblik og gør det nemmere at gøre status over indsats og mål.

### Dokumentationstræet

Visuelt overblik over modtagere af de forskellige informationer i et dokumentationssystem, som skærper medarbejdernes opmærksomhed om, hvem de skriver til, hvad teksten skal bruges til, og hvad det betyder for, hvordan dokumentationen skal laves. Metoden bidrager til at skabe mening i dokumentationsopgaven og gøre den mere systematisk og reflekteret og dermed øge kvaliteten.



Koncepterne er udviklet i samarbejde med fire specialiserede botilbud i Region Sjælland: Marjatta, Platangården, Synscenter Refsnæs og Kofoedsminde. Derefter er koncepterne justeret og implementeret på yderligere syv specialiserede botilbud.

Læs mere om forsknings- og udviklingsprojektet på [phabsalon.dk](http://phabsalon.dk) – søg på 'Dokumentation af socialpædagogisk praksis'.

tale om tilfælde af dobbeltdokumentation på grund af it-systemer.

### Meningsfuldhed

Fordi problemerne med dokumentationen viste sig at være fælles for både botilbud og aktivitets- og beskæftigelsestilbud, har de fire dokumentationskoncepter (se boks), som blev udviklet, afprøvet og justeret i løbet

af projektet, også potentiale til at forbedre dokumentationen på andre socialpædagogiske arbejdspladser. At forbedre dokumentationen betyder først og fremmest at gøre dokumentationen meningsfuld, forklarer Michael Christensen – og man skal stille spørgsmålet: hvem skal den være meningsfuld for?

– God dokumentation afhænger af konteksten. Og god dokumentation kommer først, når man har erkendt, at dokumentation opleves forskelligt alt afhængigt af ens perspektiv. Derfor skal man have en åben dialog på arbejdspladsen om, at hvis vi skriver på denne måde, så tilgodeser vi én målgruppe og ikke en anden – og diskutere hvilke problemer, det giver, siger han og fortsætter:

– Man er nødt til at lægge sig fast på, hvad man vil med dokumentationen og hvilke former for dokumentation, man ønsker. Og vil man noget med det, så må man erkende, at det tager tid, for den meningsfulde dokumentation kommer ikke bare af sig selv.

### Det kræver mod

Derfor vil Michael Christensen også helst tale om forudsætninger for god dokumentation. Og de er, at medarbejderen har den nødvendige tid, og at det er klart, hvad dokumentationen skal bruges til, og hvem der skal se den.

– Og så skal ledelsen bakke op. De skal være engagerede og fastholde fokus på, at dokumentation er vigtig. Samtidig er det vigtigt at skabe en kultur, hvor det er ok at

## Fire problemer med dokumentation

Gennem bl.a. medarbejderinvolverende workshops blev fire generelle problemer med dokumentation på specialiserede sociale tilbud i Region Sjælland identificeret:

### Manglende faglig mening

Medarbejdere og ledelse oplever ofte, at det daglige dokumentationsarbejde er præget af manglende sammenhæng mellem dokumentation og faglig mening.

### Uklar målgruppe

Medarbejderne oplever, at der i praksis er mange forskellige aktører, som både skal bidrage til dokumentation, og som er modtagere af dokumentationen.

### Modsatrettede krav

Medarbejderne oplever i forlængelse af ovenstående en grundlæggende oplevelse af modsatrettede krav til dokumentationsarbejdet.

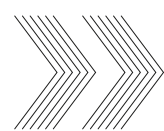
### Narrativ tradition

Socialpædagogisk praksis kan være svær at dokumentere, da ikke al viden om praksis er eksplisit, men er fremkommet gennem erfaring. I tillæg har flere ansatte udfordringer med at formulere sig skriftligt.

lave sproglige fejl, når man ekspliciterer ens faglighed. For det siger ikke noget om ens faglige professionalisme, siger han.

God og meningsfuld dokumentation kræver nemlig mod. Man sætter sin faglighed til skue for andre, og det gør dokumentationsarbejdet sårbart. For man forklarer og forsvare sin faglighed – og dermed skal man sætte sine faglige argumenter på spil, lyder det.

– Men det er også at tage fagligheden alvorligt, for det er på den måde, at fagligheden kommer i centrum. Dokumentation er jo også socialpædagogisk refleksion. I starten kan nogle måske slå sig lidt, men man bliver hurtigt mere selvsikker, og så fylder dokumentation mindre i hverdagen, siger Michael Christensen. ×



Man sætter sin faglighed til skue for andre, og det gør dokumentationsarbejdet sårbart.

— Michael Christensen, forskningsleder  
Professionshøjskolen Absalon



## Se din sag på storskærmen



Det vigtigste i dokumentationen på Roskildehjemmet er, at beboerne kan genkende sig selv

TEKST  
MARIE  
DISSING  
SANDAHL  
///  
ILLUSTRATION  
SOLVEIG  
AGERBAK

**P**å Roskildehjemmet har de inviteret beboerne helt ind i dokumentationen – bogstaveligt talt. Beboerne – der er socialt udsatte hjemløse ofte med psykiske vanskeligheder og misbrug – ser på en stor skærm, hvad socialpædagogen skriver i deres sag.

Og der bliver ikke skrevet noget, som de ikke kan genkende.

– Vi øver os på at invitere borgeren ind i sin egen handlingsplan. Helt teknisk har vi investeret i projektorer, så borgeren kan sidde sammen med kontaktpersonen og se, hvad der står i handlingsplanen, og hvad kommunen får at vide, siger forstander på Roskildehjemmet Ingeborg S. Olsen.

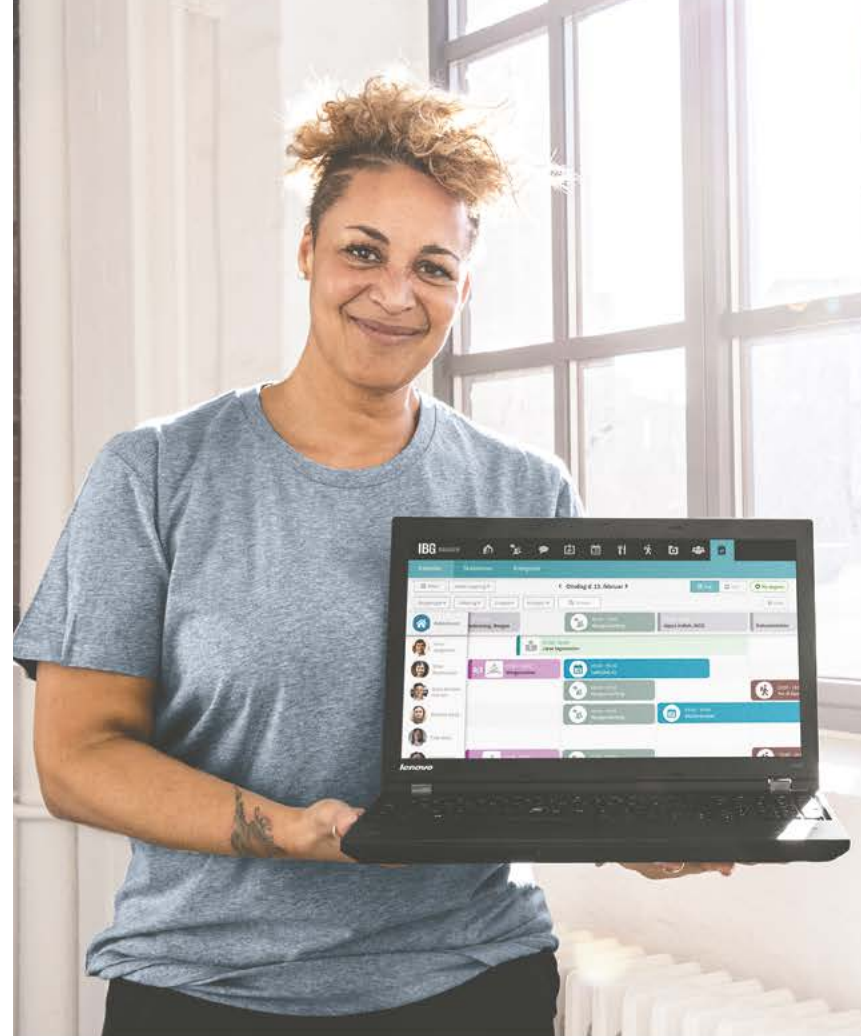
Roskildehjemmet, som er et selvejende forsorgshjem med driftsoverenskomst med Region Sjælland, har været del af udviklings- og forskningsprojektet 'Dokumentation med mening i socialpædagogisk arbejde' og har efterfølgende arbejdet meget med at italesætte, hvad der skal dokumenteres, og især hvem målgruppen er.

Det fokus har gjort medarbejderne skarpere på, hvad borgeren giver udtryk for – og mere opmærksomme på at deklare, hvem der er afsender på hvilke informationer.

– Dokumentation skal være klar, tydelig og enkel, og det er først og fremmest beboerne, som skal være enige i det, der står. Det socialfaglige personale plejer at lave 'du-testen': Ville du sige det sådan til den beboer, det handler om? forklarer Ingeborg S. Olsen.

Tankegangen er også, at den inddragende dokumentationsform kan være med til at styrke beboerens ansvarsfølelse. Samtidig kan det styrke relationen, at man sammen finder ud af, om dokumentationen er dækkende. Altså en måde at styrke det socialpædagogiske fokus på beboerens eget perspektiv, forklarer forstanderen.

– Men dokumentationen skal give mening. Man skal ikke som beboer føle, at alt bliver registreret. Dokumentation skal tage udgangspunkt i nogle fokusområder og individuelle problematikker. Tanken er, at dokumentationen skal understøtte den sociale indsats, som der er lagt en plan for – og det skærper samtidig, hvad er relevant at dokumentere, siger hun. ×



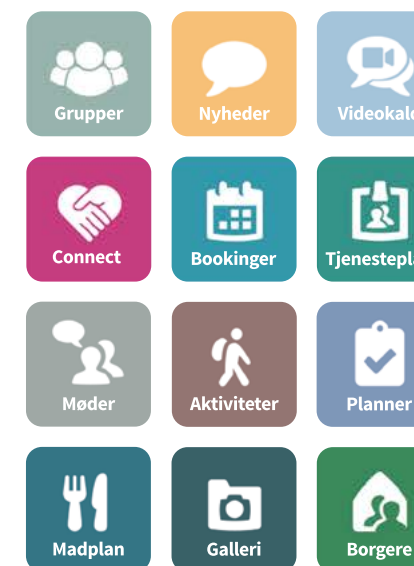
## Nogle gange er fællesskabet det bedste værktøj.

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)





# SOV DIG FRISK

## 9 råd til en bedre nattesøvn

Har du også svært ved at få en ordentlig nattesøvn? Så er du langt fra alene. Mere end hver syvende dansker har kvaler med at sove om natten. Men søvn er vigtig, fordi hjernen bruger søvnen til at reparere sig selv og genoplade batterierne. **Vi har samlet ni gode råd til en god nattesøvn:**

TEKST KIM SELSØ

# 1

### Skab en behagelig ramme

Luft ud i soveværelset og skru ned for varmen, så temperaturen er kølig og behagelig, når du skal sove. Sørg for, at der ikke slipper lys ind udefra. Lys forstyrrer nemlig produktionen af hormonet melatonin, som får os til at falde i søvn. Det er også derfor, at elektronik i sengen er en rigtig dårlig idé. **Så væk med iPad, mobiltelefon og fjernsyn i soveværelset.**

# 2

### Undgå stimulanser før sengetid

Her tænkes ikke kun på elektronik men også stimulanser som kaffe, cola eller stærk alkohol. **Koffeinholdige drikke sætter fut i stress-systemet, hjertet pumper hurtigere, og du skærper sanserne.** Mad sætter til gengæld gang i ro/hvile-systemet. Du har sikkert selv prøvet at være træt efter en god frokost. Men spis ikke for sent.

# 3

### Dyrk motion

Motion er en af de bedste måder at opbygge en naturlig træthed i kroppen på og samtidig få hjernen til at slappe af. **I tilgift er der en masse sundhedsgavnlige effekter oveni.** Det behøver ikke at være løb eller hård fitnessstræning. En gåtur med hunden kan også gøre det.

# 4

### Anskaf ørepropper

Et par gode ørepropper går man sjældent fejl af, især hvis du bor et sted med meget støj og pludselige lyde. **Vælg ørepropper, der er bløde,** da de ellers kan trykke ubehageligt i øregangen.

# 5

### Skriv en to do liste

En måde at skabe ro på, inden du skal sove, er at sætte dig og skrive en to do liste med alle de ting, du skal have styr på. Tøm hovedet – og når du er færdig, kan du gå videre til punkt 6.

# 6

### Sig godnat til din krop

Spol dagen igennem inde i dit hoved fra du stod op, til du gik i seng – **som en indre stumfilm** uden kommentarer eller analyser. Sig derefter godnat til din krop del for del. Begynd med højre fod. Mærk højre fod. Sig inde i dig selv: Du har tilladelse til at koble af og gå til ro. Godnat og sov godt. Fortsæt til højre underben osv. Inden du er nået igennem det hele, er der en god chance for, at du sover.

# 7

### Brug afspænding

Afspænding er en effektiv måde at få kroppen ned i gear, hvis det har været en hektisk dag. **Ved afspænding flytter du opmærksomheden fra tankerne ned i kroppen, og det skaber ro i hovedet.** Gå igennem kroppen som ovenfor. Mærk højre fod, derefter højre underben, højre lår, hele højre ben. Mærk tyngden af højre ben og fornemmelsen af underlaget. Giv efter over for tyngden. Fortsæt igennem hele kroppen.

# 8

### Gab med vilje

Vi gaber, når vi er søvnige. Men vidste du, at du kan gabe med vilje og udløse antistresshormonet Oxytocin, som hjælper os til at falde til ro? **Så prøv at gabe, så kæberne er ved at gå af led.** De første par gab kan være svære, men så kommer de af sig selv. Fortsæt 8-10 gange og mærk søvnigheden komme snigende.

# 9

### Accepter situationen

Tvang fører kun til stress og dårlig samvittighed, og så falder du slet ikke i søvn. At falde i søvn er en proces, der sker naturligt af sig selv, når kroppen er klar. **Kan du ikke falde i søvn, så lig og slap af med god samvittighed.** Før du ved af det, sover du.



### Kim Selsø

- er uddannet journalist og fysioterapeut.
- arbejder som fysioterapeut i Quick Care
- Rådgiver om motion, stress og mental sundhed på hjemmesiden Stressfar.dk

KØBENHAVNS UNIVERSITET  
INSTITUT FOR GEOVIDENSKAB  
OG NATURFORVALTNING



### Kursus: Etablering af terapihaver og sundhedsfremmende naturprojekter

I foråret 2020 kan du lære, hvordan du planlægger et sundhedsfremmende naturprojekt eller en terapihave. På kurset får du redskaber og sparring i processen, hvor du kan arbejde med dit eget projekt.

Kurset er en del af Master i Landskab og Planlægning. Læs mere på [landmaster.dk](http://landmaster.dk) eller kontakt Dorthe Varning Poulsen på [dvp@ign.ku.dk](mailto:dvp@ign.ku.dk)

## ER DU UTRYG PÅ DIT ARBEJDE?

- VI ER SPECIALISTER I UDADRETTET ADFÆRD  
OG VI KAN SKABE TRYGHED HER OG NU!

Supervision, kurser og tryghedsskabende vikarer

S · Y · O · P  
SIKKERHED · TRYGHED · OMSORG · PÆDAGOGIK

[www.s-t-o-p.nu](http://www.s-t-o-p.nu)

Tlf. 7199 3775 • [post@s-t-o-p.nu](mailto:post@s-t-o-p.nu)



For AKUT assistance

Tlf. 7060 5929

- hele døgnet, hele ugen



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

# ja!

TEKST  
MALENE  
DREYER  
///  
FOTO  
THOMAS  
PRISKORN

## »» DUR DET MED DØGN- VAGTER?

Døgnvagter deler vandene. Nogle socialpædagoger sværger til de lange vagter og ser fordele for både borgere og medarbejdere. Andre mener, at de lange vagter er en uskik og går ud over helbredet og kvaliteten af arbejdet. **Palle Dittmer** og **Merete Weindel Jakobsen** har hvert sit synspunkt.



**Palle Dittmer**, socialpædagog på Bo- og arbejdsfællesskabet Hvilstedhus i Solbjerg

**Døgnvagterne er en fordel** for borgerne, fordi det skaber kontinuitet. Den samme medarbejder, som har været der hele dagen, er også den, der siger godnat om aftenen og godmorgen næste dag. Jeg arbejder fra kl. 8.00 til 8.15 næste dag. Det giver

mig som oftest mulighed for at følge problemerne til dørs, hvis der er opstået en konflikt med en borger. Vi kan sove på det – og det er stadig mig, der er der om morgenen. Når jeg møder kl. 8, får vi desuden en ensartet døgnrytme – et fælles flow, og

jeg kan lettere planlægge længerevarende aktiviteter med borgerne uden at spekulere på vagtskifte midt på dagen. Endelig giver sammenhængende fridage fantastiske muligheder. I et arbejdsliv, hvor aften og weekendarbejde er et vilkår og slider på

ens sociale liv, har de sammenhængende fridage en kæmpe værdi for privatlivet. Fridagene betyder også, at man kan restituere fra arbejdet og komme tilbage med overskud.

### EN FORDEL

- Kontinuitet for borgeren
- Fridøgn til at restituere

### EN USKIK

- Dårligt for helbredet
- Går ud over den faglige kvalitet

**Merete Weindel Jakobsen**, socialpædagog på Sølund Boenhed i Skanderborg

**Døgnvagter er en uskik.** Arbejdstider, hvor man involverer aften og nat, er simpelthen så dårligt for krop og helbred. Skæve arbejdstider og natarbejde øger risikoen for brystkræft. Man kan blive syg af det. Jeg ved godt, at nogle trives med det.

Men historien viser os, at det er usundt. Det er også derfor, at fagbevægelsen gennem mange år har kæmpet for ordentlige arbejdstidsregler, fx hviletidsreglen, så man kan få sig en ordentlig hvileperiode efter en dags arbejde. Jeg har altid selv undgået

det, og jeg vil nødig have indført døgnvagter på min arbejdsplads, for det kommer til at presse resten af kollegerne. Der opstår en forventning om, at man gør det. I forhold til borgerne er det heller ikke godt. Man har ikke det samme overskud, når

man har været på arbejde i over 20 timer. Som socialpædagog bør man være den bedste udgave af sig selv. Det er man ikke, når man er træt.



# nej!





# En stund i sansernes vold

I et bassin fuld af lysende kugler mærker Linda sin krop. Kørestolen er parkeret, og i et øjeblik er hun frit flydende i kuglebadet. Vi har besøgt **Snoezelhuset** i Gentofte. Et sanseoplevelseshus, hvor mennesker med sanseforstyrrelser kan få stimuleret kroppens sanser gennem lys, lyd og føleindtryk – og for en stund opleve følelsen af at være i balance.

TEKST  
MALENE DREYER  
///  
FOTO  
SOFIA BUSK HANSEN



## Nærvær

Socialpædagog Maria Buie sidder ansigt til ansigt med Linda i kuglebadet. De har øjenkontakt og holder hinandens hænder. I den time besøget varer, er de to alene sammen. 'Relationsarbejdet styrkes, når man er her. Man er meget tæt sammen én til én – det skaber et fælles tredje', siger Maria Buie.







### Pause

Besøget i Snoezelhuset er en pause fra hverdagens rutiner, struktur og krav. Her er intet ur, intet dagslys – og ingen andre. Brugeren er i centrum og bestemmer farten og aktiviteterne. Nogle går på opdagelse, andre søger fordybelse.

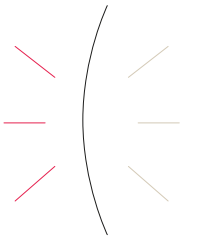
### Forandring

Linda har fysiske og psykiske funktionsnedsættelser og er kørestolsbruger. I Snoezelhuset får hun mulighed for at komme ud af stolen og opleve sin krop i et andet miljø. Fx i den bløde, varme vandseng, som bølger med hendes bevægelser. I dag falder hun i søvn, andre gange ligger de to helt tæt.



### Stemmingskifte

Når Linda er urolig, reagerer hun bl.a. med høje og hyppige lyde, rokker med kroppen og bider sig i hånden. Men i både vandsengen og i kuglebadet ændres hendes kropssprog markant. Kroppen afspændes, hun kommer kun med få og ganske stille lyde, og hun formår at holde øjenkontakt med socialpædagog Maria Buie.



### Velvære

– Linda har været meget urolig her til formiddag, men jeg kan høre på hendes lyde og se på hendes ansigt, at hun har det rigtig godt lige nu, siger socialpædagog Maria Buie. Hun kender Linda godt og aflæser løbende, hvordan hun har det. Også for det utrænede øje er forskellen er mærkbar. I det øjeblik, Linda tager Snoezelhusets rum i brug, bliver hun rolig og afspændt.





### Opmærksomhed

– Brugerne bliver ofte mere bevidste, opmærksomme og nærværende, når de bliver sansepåvirket i et tilpasset og fortroligt miljø som i Snoezel-huset. De får en bedre mulighed for at kontrollere tanker og følelser. De bliver mindre selvskadende og udadreagerende – og flere oplever, at de sover bedre om natten, forklarer ergoterapeut Mika Schleien.



### Sanseprofil

Ergoterapeut Mika Schleien giver alle husets brugere og ledsagere et introduktionskursus i sansesystemet, hvorefter de selv har mulighed for at benytte huset. Hun tilbyder også at lave sanseprofiler på brugerne, som beskriver, hvordan deres sansesystem er.



### Rum til alle sanser

Med flere forskellige sanserum åbner Snoezelhuset i Gentofte dørene for både børn med særlige behov, voksne med fysiske og/eller psykiske funktionsnedsættelser, demens eller psykiatriske lidelser. Besøget tilpasses efter den enkelte brugers sansesystem.

Ordet snoezel stammer fra de to hollandske ord 'snuffelen' og 'doezelen', der betyder hhv. 'snuse' og 'døse'. Snoezel er ikke decideret behandling, men det hjælper borgere med sanseforstyrrelser til bl.a. at få bedre kontakt til kroppen, mærke sig selv, opleve velvære, ro eller få øget eller sænket arousal-niveauet. Hvert rum i huset har et særligt multisensorisk miljø, hvor lys, lyde, farver, genstande og den fysiske indretning stimulerer brugerens sanser.

Når hjælperen/omsorgspersonen går ind i sanseoplevelsen sammen med brugeren, bliver handlingen, udover selve sanseoplevelsen, også en rolig opbygning af sociale relationer mellem de to parter og åbner op for følelsen af samhørighed.

# PlusRabat.

## PlusElektronik.

Spar penge på din næste iPhone, iPad, Mac eller en af de andre lækre produkter i alle 21 butikker og online.

3-10 %

humac 

## PlusBil.

Kør vinteren sikkert i møde. QuickPot løser alle former for mekanisk arbejde til konkurrencedygtige priser.

10 %

QuickPot  
Det skal fand'ne være i orden!

## PlusHotel.

Nyd en overnatning inkl. morgenbuffet på et af Comwells 14 hoteller i weekender og udvalgte ferieperioder.

20 %

Comwell  
HOTELS

## PlusFoto.

Lav flotte fotobøger, fotokalendere, vægdekorationer og meget mere til familien i julegave.

10 %

cewe

## PlusSyn.

Bestil tid til en Certificeret Synsprøve hos Synoptik, og gå vinteren i møde med et skarpt syn.

10%

Synoptik 

## PlusBillån.

Få 2.500 kr. i rabat på dit billån. Er du samtidig kunde i Arbejdernes Landsbank, får du en samlet rabat på 5.000 kr.

2.500 kr.

 Arbejdernes Landsbank

LO  
PLUS

LO Plus er blevet til PlusKort.

Nyt navn – samme gode fordele og rabatter. Besøg pluskort.dk

PlusKort.

Der tages forbehold for trykfejl og ændrede rabatafaler. Læs vilkår og betingelser for rabatafalerne på pluskort.dk



## 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: Lene Ek Christensen

**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: Lene Kümpel

**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 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 STORSTRØM**  
www.sl.dk/storstrom  
Tlf. 7248 6500  
storstroem@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

### LILLEBÆLT

**Juletræsfest Brejning**  
**Lørdag 30. november kl. 14.00-16.30**  
**Brejning forsamlingshus, J.L. Varmings Vej 1, Børkop**

Tilmelding til lillebaelt@sl.dk eller på tlf. 72 48 64 00 senest 20. november. Husk at oplyse fødselsdato samt hvor mange børn og voksne, I deltager.

**Juletræsfest Odense**  
**Søndag 1. december kl. 14.00-16.30**  
**HK Midt, Lumbyvej 17, Odense C**

Tilmelding til lillebaelt@sl.dk eller på telefon 72 48 64 00, senest 20. november. Husk at oplyse fødselsdato samt hvor mange børn og voksne, I deltager.

**Familiepleje Cafe,**  
**Tirsdag 19. november kl. 9.30-12.00**  
**Danmarksgade 16, Odense C.**

Tilmelding senest 15. november på lillebaelt@sl.dk. Dagsorden fremsendes pr. mail. Læs mere om arrangementet på sl.dk/lillebaelt

### MIDT- OG VESTJYLLAND

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

Forsker hos VIVE Nichlas Berger fortæller om forskningsprojektet 'Effektive metoder til misbrugsbehandling af borgere med ADHD'. Læs mere og tilmeld dig senest 13. november på 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 eller tlf. 72 48 65 50.

### NORDJYLLAND

**Hvem sagde, barndommen er sorgløs?**  
**Torsdag 21. november kl. 19.00-21.00**  
**Kredskontoret, Skansevej 90B, Nørresundby**

Oplev Jes Dige fortælle om arbejdet med børn i sorg. Det er fx børn, som har mistet forældre eller søskende, har oplevet vold i hjemmet eller måske lever med psykisk sygdom i familien. Tilmelding senest 19. november på sl.dk/nordjylland

**Juletur til Aalborg Zoo**  
**Søndag 8. december kl. 11.00-14.00**  
**Aalborg Zoo, Mølleparkvej 63, Aalborg**

Forældre/bedsteforældre med børn/ børnebørn inviteres på juletur til Aalborg Zoo. Find nissehuerne frem – og lad os hjælpe hinanden med at finde julemanden, grille og få juleposer.

Tilmelding senest 27. november på nordjylland@sl.dk med oplysning af navn, fødselsdato, antal samt oplysning om evt. årskort.

### STORKØBENHAVN

**Julefrokost for Seniorerne**  
**Torsdag 12. december kl. 12.00**  
**Lindevænget 19, st. 2750 Ballerup**

Pris: 75 kr. for julebuffet med mulighed for at købe sodavand, øl og vin. Tilmelding og betaling senest 28. november på konto 5332 0000 244491. Husk at skrive navn og telefonnummer.

### STORSTRØM

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

Der serveres julefrokost 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: else@netkarlsson.dk eller 21 64 95 40.

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

Seniorerne afholder juletræsfest med julemand, dans og godteposer. Der serveres kaffe og the, småkager, frugt og pølser med brød. Pris: 50 kr. pr. deltager – betales kontant ved ankomst. Tilmelding senest 29.11 på: else@netkarlsson.dk eller 21 64 95 40.

### SYDJYLLAND

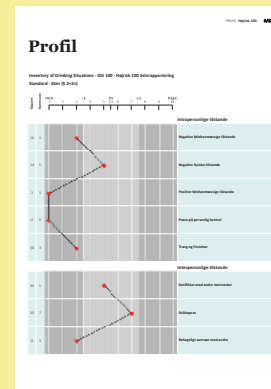
**Julearrangement for familieplejere**  
**Onsdag 27. november kl. 10.00-13.00**  
**3F, Galgebjergvej 3, Kolding**

Vi skal snakke om den aktuelle situation på familieplejeområdet – og høre faglig konsulent Torben S. Lunds oplæg omkring kontraktgennemgang. Vi afslutter med fælles julefrokost. Tilmelding senest 18. november på sydjylland@sl.dk

**Juletur for seniorer**  
**Onsdag 4. december kl. 12.30-18.00**  
**Gartneriet, Pile Alle 2, Ribe**

Først får vi en rundvisning på gartneriet, så besøger vi Jacob Riis museet – og afslutter med en let julefrokost på Weis stue. Læs mere og få prisen på denne dag på sl.dk/sydjylland. Tilmelding senest 18. november

# Afdæk risikosituationer for alkoholmisbrug



*Højrisk 100* er en test til afdækning af, hvilke situationer der for alkoholmisbrugere i behandling kan være forbundet med en særlig høj risiko for tilbagefald. Hensigten med testen er på forhånd at kunne udpege netop disse situationer og forberede alkoholmisbrugeren i behandling bedst muligt på dem. Derudover kan testen bruges ved planlægning af behandlingsforløbet samt som et pædagogisk-terapeutisk redskab i de individuelle samtaler på behandlingsstedet.

Selve testmaterialet består af et spørgeskema, hvor testpersonen præsenteres for 100 forskellige situationer fra det virkelige liv. For hver situation skal vedkommende så angive risikoen for, at han/hun kunne forfalde til at begynde at drikke igen i forbindelse med pågældende situation. Spørgeskemaet er nemt og hurtigt at udfylde og kan scores både på papir og digitalt. Læs mere på Hogrefe.dk.

*Højrisk 100* bygger på det relapse-prevention-program, der igennem de sidste 25 år er blevet udviklet især af Marlatt og Gordon. Den danske udgave af testen er afprøvet og tilpasset danske forhold igennem en forsøgsperiode fra 1992 til 1995 på behandlingshjemmet Ringgården.

Hogrefe Psykologisk Forlag A/S  
Kongevejen 155  
2830 Virum  
Tlf. +45 35 38 16 55  
info@hogrefe.dk





## Jeg gik på pension som 65-årig. Men jeg savnede at bruge hjernen

TEKST MARIE DISSING SANDAHL /// FOTO TOR BIRK TRADS



### Hvordan startede dit arbejdsliv?

Som 13-årig flyttede jeg hjemmefra og fik arbejde på LEGO. Jeg havde haft en hård opvækst og en dårlig skolegang. Først som 32-årig fandt jeg ud af, at jeg var ordblind. Efter LEGO arbejdede jeg på en systue, indtil jeg gik i murerlære. Jeg tog den tekniske forberedelseksamen først for at vise verden og mig selv, at jeg ikke var dum, som lærerne havde kaldt mig. Jeg arbejdede som selvstændig murer sammen med min daværende mand. Samtidig underviste jeg på murerfagskolen. Da jeg manglede nye udfordringer, tog jeg kloakmestereksamen.

### Hvordan fandt du ud af, du ville tage pædagoguddannelsen?

Jeg blev skilt og flyttede til Kolding. Hvad gør jeg nu, tænkte jeg, for jeg kan ikke holde til at være murer resten af mit liv. Jeg snakkede med en sagsbehandler på kommunen, og to dage senere startede jeg på pædagoguddannelsen. Jeg har altid brændt for børn og gamle mennesker. Jeg har arbejdet som pædagog og dagplejer på dagtilbudsområdet og været leder og souschef i en årrække. I mellemtiden uddannede jeg mig også til bl.a. psykoterapeut og familierapeut. Men jeg blev prikket som 64-årig på grund af nedskæringer.

### Hvordan var det at være ledig?

Jeg sendte 152 ansøgninger og hørte fra tre af dem. Jeg søgte alt fra gulvskrubber til handi-caphjælper. Jeg ved bare, det havde noget med



### Else Madsen, 67 år

1976-1983

Kontordame og murer  
i eget firma

1987

Uddannet pædagog

1988-2001

Souschef og leder  
i to børnehaver

2002-2014

Dagplejer og  
dagplejekonsulent

2015-2016

Socialpædagog på en  
døgninstitution

2018

Konsulent ved CESA – Center  
for Socialt arbejde, der bl.a.  
tilbyder støttet og overvåget  
samvær samt § 11.3.

min alder at gøre. Men der var pludselig en ledig stilling på min mands arbejde – et tilbud for børn og unge med psykiske lidelser. Efter halvandet år skulle jeg have nyt knæ, og jeg følte ikke, jeg havde de rette kompetencer til at arbejde med børn med autismspektrumforstyrrelser. Så jeg gik på efterløn i januar 17 og siden på pension, da jeg blev 65.

### Hvordan var pensionistlivet?

Jeg savnede at bruge hjernen. Jeg trængte til at dele mine tanker og reflektere sammen med andre. Så nu arbejder jeg næsten hver weekend med at støtte samvær mellem forældre og anbragte børn. Jeg må årligt tjene op til 100.000 kr. ved siden af pensionen.

### Hvordan bruger du din faglighed?

Jeg er altid anerkendende og taler med forældrene om, hvordan de kan gøre noget anderledes. Der er også konflikter. Nogle vil ikke engang give hånd og kun snakke gennem advokater. Til dem siger jeg: 'Det respekterer jeg. Jeg er her for dit barn.' Jeg forstår at løfte, når det ikke er nemt, og jeg kan sætte mig ind i, hvor ondt de har. Og jeg ved, jeg er god til det. Nogle børn ringer stadig, og jeg får de mest fantastiske breve indimellem.

### Hvad er dit næste spring?

Jeg er ikke født med en blyklods i røven, kan man vist godt sige. Så hvis der byder sig nye muligheder, siger jeg ja tak. Men jeg opsøger dem ikke selv. Jeg har fået så meget, og jeg elsker mit liv, som det er. Men spørger min mand, om jeg vil rejse jorden rundt, så siger jeg ja. ×

Pensionist

Konsulent

Else Madsen gik på pension – men bruger stadig sin faglighed til at støtte samvær mellem forældre og anbragte børn



Job og  
karriererådgivningen  
tilbyder gode råd og  
sparring til dig, der overvejer  
at skifte spor.  
Ring mandag kl. 14 til 17 på  
7248 6060  
eller bestil tid til  
en samtale på  
7248 6000





FOTO: PRIVAT

Sisse Lundgaard om Susan Hansen

## Det jeg ser

**Socialpædagogerne Sisse Lundgaard og Susan Hansen er kollegaer på botilbuddet Farupvej 8E i Ribe**

# SUSAN ER MIT FAGLIGE FORBILLEDE

**Jeg mødte Susan** tilbage i 2015. Dengang var hun min praktikvejleder, og jeg blev hurtigt meget betaget af hendes måde at indgå i relationer med borgerne på. Hun har klart været med til at forme mig som socialpædagog. Særligt har hun fået mig til at stole på min mavefornemmelse og givet mig modet til at prøve nye ting af. 'Det har jeg ikke prøvet før, så det er jeg helt sikkert god til', som Pippi Langstrømpe ville sige. På den måde har hun vist mig vejen i forhold til, hvordan jeg gerne vil være i mødet med borgerne.

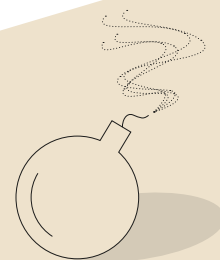
Som kollega er man ikke i tvivl om, at hun har ens ryg. Man kan altid stole på hende, og hun kommer altid med konstruktive løsninger. Uanset om der er modgang i arbejdsmiljøet, eller vi står i en svær periode med en borger, er Susan optaget af at få det bedste ud af situationen: 'Det er de vilkår, vi har, og hvordan får vi så det bedste ud af det?' Hun er aldrig bange for at tænke helt ud af boksen. Det beundrer jeg hende for.

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

## Hørt!

De borgere, jeg arbejder med, bekræfter mig gang på gang i, at det er de små ting her i livet, som kan vække glæde og skabe eufori. Jeg elsker, når de små ting, som vi andre tager for givet eller slet ikke bemærker, udløser store glædesudbrud, sitren i kroppen og glædesråb hos dem. Det viser, at livet ikke drejer sig om materielle ting, men små oplevelser i hverdagen. Jeg elsker mit fag.

— **Lene Christiansen** – på Facebooksiden  
'Socialpædagog til socialpædagog'



## Øjeblikket



**Peter er domsanbragt** og er lige kommet til et nyt opholdssted. Han er frustreret, og han og jeg går ind på hans nye værelse. Han smækker døren bag mig, så jeg er helt alene med ham. 'Fuck det her sted', siger han og smider sig på sengen. 'Du skal slappe af', siger jeg og kan med det samme se, at han reagerer meget voldsomt på ordene 'slap af'. Han begynder at råbe og kaste med ting. Jeg sætter mig bare på en stol og bliver siddende. Efter lidt tid slår han ud efter mine ben. 'Gør det ikke ondt?', spørger han, da jeg ikke reagerer. 'Jo', svarer jeg, 'men du ser ud til, at du har brug for, at det gør ondt på mig'. Jeg taler roligt til ham uden at hæve stemmen. 'Der er aldrig nogen, der krammer mig', siger han og lægger sig på gulvet, mens han falder mere og mere til ro. Jeg lægger mig ned ved siden af ham og holder om ham. Der går ca. en halv time, og så siger jeg 'Kom lad os gå ud og spise sammen med de andre'.

— **Stina Bargmann Toft**, socialpædagog