

## SUPERVISION SOM FAGLIG LØFTESTANG

Det løfter vores  
arbejdsmiljø, gør os  
fagligt skarpe – og skaber  
et bedre liv for borgerne,  
siger socialpædagog  
**Sila Henvig** om den  
regelmæssige gruppe-  
supervision, de har på  
hendes arbejdsplads





FOTO: PRIVAT

#socialpædagog

Jeg hedder Zenna Signe Rosenkilde, er 37 år – og socialpædagog på et skærmet afsnit under Autisme-center Storstrøm. Her har jeg været i godt fire år som en af meget få kvinder, for det har traditionelt været store stærke mænd, der tog jobbet her, hvor beboerne kan være meget voldsomme og eksplosivt udadreagerende. Men jeg elsker at være her og føler mig aldrig alene. Og i dag har borgerne fået så mange værktøjer gennem vores pædagogiske virke, at vi forebygger rigtig mange konflikter. Vi bruger fx KAT-kassen (Kognitiv Affektiv Træning) til at afdække, hvad der gør den enkelte borger glad. Så hvis der er tegn på udadreagerende adfærd, ved vi fx, at én borger får det bedre af at komme ud i haven lidt, mens en anden skal et smut ind under kugledynen – eller måske er det en pause i hængekøjen, der lige gør forskellen, når vi hjælper og guider vores borgere. Men selvfølgelig skal man være robust for at arbejde i et skærmet afsnit, og ens fysiske fremtoning betyder noget – jeg kan fx ikke være hos alle beboere med min størrelse. X

Kolofon

Udgives af Socialpædagogerne, Brolæggerstræde 9, 1211 København K. Tlf. 7248 6000. sl.dk /// **Ansvarshavende** Forbundsformand Benny Andersen /// **Redaktion** Søren Lauridsen (chefredaktør), sln@sl.dk, Tina Løvbom Petersen, tln@sl.dk, Malene Dreyer, mad@sl.dk, Jakob Ravn Brinck, jaf@sl.dk, Lea Holtze, hol@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 7/2021 er afsluttet 02.07.2021. Næste nummer udkommer i uge 36, 2021 /// **Forsidefoto** Sofia Busk /// 78. 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



Danske Medier OPLAGSKONTROL

FOTO: TOR BIRK TRADS



PORTRÆT

8

Forebyg omsorgstræthed  
**Det koster at skulle leve sig ind i udsattes og traumatiseredes liv på daglig basis. Alligevel kan de færreste nok forestille sig et arbejde som socialpædagog uden empati og omsorg. Men 'compassion' og egenomsorg kan gøre det nemmere at være i det svære, siger cand. pæd. og forfatter Anne-Mette Sohn Jensen**

24

Det er vigtigt, at vi får rusket lidt op i rammer og vaner. Når man gør noget nyt, tænker man også noget nyt. Og når man helt fysisk bytter plads, gør man sig også mere parat til at låne den andens perspektiv – og se verden på den andens måde.

— Unnur Vestergaard, psykolog og supervisor

18

Supervision som faglig løftestang  
**Den gode supervision kan være med til at styrke både faglighed og trivsel, det kan forebygge forråelse og magtesløshed – og bidrage til at give borgerne et bedre liv. Læs bl.a. om supervision under åben himmel, gruppesamtaler – og om, hvordan det føles at sætte sig i den varme stol**

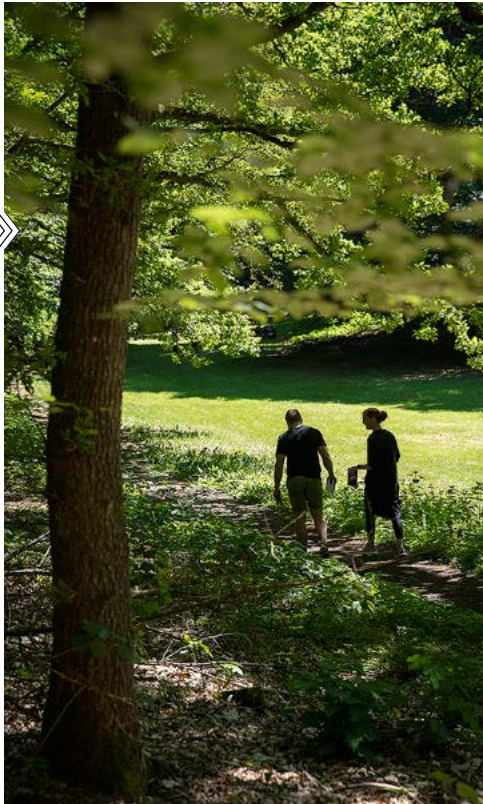


FOTO: SØREN KJELDGAARD

LÆS DIT FAGBLAD ONLINE

Fik du ikke lige læst dit fysiske eksemplar af det seneste fagblad? Så husk, at du altid kan finde Socialpædagogen online.

Klik ind på [socialpædagogen.sl.dk/fagblad](https://socialpædagogen.sl.dk/fagblad)  
Her finder du både det aktuelle – og tidligere udgaver af dit fagblad

REPORTAGE

30

Teamwork får teltet op  
**I Tønder kan man leje et telt hos Vidå Værkstedet. Så rykker en socialpædagog og en værkstedsassistent ud sammen med en flok af værkstedets ansatte borgere og sætter det op – i højt humør uanset vejret**



FOTO: SIMON JEPPESEN



4

Styrk fagligheden med rabat

Efter flere aflyste arrangementer pga. corona tilbyder Socialpædagogerne nu rabat på deltagerprisen til alle forbundets arrangementer

6

Forebyg magtanvendelser

I et nyt projekt sætter Socialstyrelsen fokus på, hvordan man forebygger magtanvendelser på anbringelsessteder

14

Guide

Fire vigtige pointer fra Socialpædagogernes to nye podcast om forråelse

16

Sofa

Marit og Rikke samarbejder om at overføre teori fra neuropædagogik og Marte Meo til udvikling af borgerne i praksis

28

Dilemma

Bør der indføres navneforbud for at beskytte offentligt ansatte mod trusler og chikane? Det er to socialpædagoger ikke helt enige om

38

Springet

Oprindeligt er hun uddannet landmand. Men som nyuddannet socialpædagog er Tanja Port klar til at skifte kalve ud med mennesker



FOTO: ISAAC PRODUCTION

## FAGLIGHED PÅ FILM

Mere end 50.000 har nu hørt Birgitte Haslund fortælle, hvordan socialpædagoger gjorde en afgørende forskel for hendes datter Katrine, der har autisme og epilepsi. Filmen er en del af Socialpædagogernes kampagne 'Vores faglighed forandrer liv', der gennem film og artikler sætter fokus på vigtigheden af socialpædagogisk faglighed i sociale indsatser. Kampagnens elementer er i alt blevet vist 400.000 gange. X

Se filmen, og læs en masse andre historier om det særlige ved dit fag på [sl.dk/faglighed-forandrer-liv](https://sl.dk/faglighed-forandrer-liv)

### Få et billigt mobilabonnement

Som medlem af Socialpædagogerne kan du få Alka Mobil med fri tale og syv GB data for kun **59 kr. om måneden.**

Se mere på [alkamobil.dk](https://alkamobil.dk)

Det er en kæmpe skuffelse. Jeg hører hver dag fra socialpædagoger, at mennesker med handicap og socialt udsatte ikke får de muligheder i livet, vi kunne have givet dem, hvis vi havde lidt flere ressourcer.

— **Forbundsformand Benny Andersen** til TV 2 News oven på økonomiaftalen mellem KL og regeringen, som ikke løftede socialområdet

## Styrk din faglighed med god rabat

Socialpædagogerne har som alle andre aflyst en række arrangementer under corona, men de sparede penge kommer nu medlemmerne til gode. Socialpædagogerne har nemlig besluttet at give halv pris på arrangementer med deltagerbetaling. Rabatten løber, til alle midler er brugt – formentlig til slutningen af 2022. Rabatten gælder dog ikke prisen på overnatning. X

Tilmeld dig fx de faglige selskabers store fælleskonference 'Motivation og kommunikation som værktøjer til at skabe forandring' i oktober til 267,50 kr. plus overnatning.



FOTO: RASMUS BÅNØR

### 27. august

Hvordan sikrer vi mere kvalitet på det specialiserede socialområde? Det drøfter Socialpædagogerne med politikerne på **Socialpolitisk topmøde 2021.**

### 23.-24. september

**Socialpædagogernes landsdækkende lederkonference** finder sted på Hotel Nyborg Strand.

### 4. oktober

**Landskonferencen for Familieplejere 2021** sætter fokus på traumer hos børn, forældresamarbejde og udviklende øjeblikke.

### 27. oktober

De faglige selskabers fælleskonference **'Motivation og kommunikation som værktøjer til at skabe forandring'** byder på oplæg og workshops til socialpædagoger på tværs af fagområder.

## Top 5: Mest populære podcasts



Hold dig fagligt up to date hen over sommeren med Socialpædagogernes podcasts, der netop er blevet nomineret til en mediepris. Find podcastene i din **podcast-app** eller på **Fagligt Fokus**. Her finder du også en top 5 over de mest populære podcasts.

### SPONSORAFTALE



FOTO: TAO LYTZEN

## Socialpædagoger fortsætter som sponsor for Lykkeliga

**Forbundet har indgået** en ny treårig sponsoraftale med Lykkeliga for fortsat at bidrage til, at håndboldfællesskabet også fremover kan skabe sportsoplevelser for børn med udviklingshandicap. X

Se eller gense de stemningsfulde billeder fra forrige års Lykkecup, som du finder i den elektroniske udgave af Socialpædagogen nr. 9 2019 på [socialpaedagogen.sl.dk/fagblad](https://socialpaedagogen.sl.dk/fagblad)

5.644

ansøgere søgte om optagelse på landets pædagoguddannelser i juli.

## VI HAR BRUG FOR SOCIALPÆDAGOGERS KOMPETENCER

**N**U HVOR SOMMEREN GÅR PÅ HÆLD, er mange af de nyuddannede socialpædagoger allerede i gang med det første job i deres socialpædagogiske arbejdsliv. Faktisk har op mod halvdelen af dimittenderne allerede jobbet i hus inden sidste eksamen.

Og det er godt, at deres kompetencer kommer i spil med det samme. Der er brug for dem! For nye tal viser, at kun halvdelen af de medarbejdere, som arbejder inden for faget, har en socialpædagogisk uddannelse. Lederne siger samtidig, at de gerne vil ansætte flere socialpædagoger – men at de ikke kan finde dem. Det er rart for den, der mangler et job eller ønsker et nyt, at der er stillinger at søge. Men det er ikke godt for den socialpædagogiske faglighed og de udsatte borgere, når stillinger må besættes med medarbejdere uden de rette kompetencer.

'Nye tal viser, at kun halvdelen af de medarbejdere, som arbejder inden for faget, har en socialpædagogisk uddannelse.'

Desværre ser det kun ud til at blive værre i de kommende år, og Socialpædagogerne arbejder derfor på løsninger. Et af vores centrale ønsker er et uddannelseskrav, som kan sikre en større andel af uddannet personale på de socialpædagogiske arbejdspladser – fx ved at afsætte midler til at uddanne nuværende, ufaglærte medarbejdere og ved at sikre flere pladser på den specialiserede linje af pædagoguddannelsen. På den korte bane arbejder vi med at formidle ledige stillinger til ledige medlemmer med de rette kompetencer. Det kræver dialog med arbejdspladserne om deres konkrete behov og sparring med ledige medlemmer om deres ønsker og muligheder. Heldigvis lykkes vi ofte med at etablere et godt match. X

**Michael Madsen**  
forbundskasserer



FOTO: ROBERT WENGLER

VIDENSCENTER



FOTO: COLOURBOX

# NYT CENTER SKAL STYRKE UDSATTE BØRNS STEMME

**Børn og unge** skal opleve at blive lyttet til og taget alvorligt, når de er i kontakt med kommunen eller andre aktører på socialområdet. Det er baggrunden for et nyt center, der slog dørene op midt i juni – Videnscenter om Børneinddragelse og Udsatte Børns Liv, der skal styrke inddragelsen af udsatte børn i deres egne sager. Det skal ske ved at indsamle viden om anbringelser og arbejde for, at udsatte børn i højere grad inddrages i egne sager. Videnscenteret er et samarbejde mellem VIVE, Socialstyrelsen og Børns Vilkår og udspringer af den aftale om Børnene Først, som et bredt flertal i Folketinget indgik i starten af maj. Aftalen indeholder bl.a. Barnets Lov, som giver udsatte børn større indflydelse på egne sager. X

FOTO: COLOURBOX



## Forebyg magtanvendelser på anbringelsessteder

**Magtanvendelser** over anbragte børn og unge finder ofte sted for at hindre, at barnet eller den unge skader sig selv eller andre. Men hvordan håndterer man i praksis de tilspidsede konflikter, der ofte går forud for en magtanvendelse? Og hvad kan man gøre for at fore-

bygge, at de tilspidsede situationer opstår? Det er fokus for et nyt projekt, som Socialstyrelsen sætter i værk i samarbejde med aktører på anbringelsesområdet. Syv til ti åbne døgninstitutioner og opholdssteder inviteres til at deltage i projektet, der vil have form af et

partnerskab. Hvis det er relevant for din arbejdsplads, så lyt med på et virtuelt informationsmøde den 18. august og bliv klogere på, hvad projektet og partnerskabet handler om. X

Læs mere på [socialstyrelsen.dk](http://socialstyrelsen.dk)

INSPIRATIONSHÆFTE

### Deltagelse som vejen til forandring

**‘Det er så besværligt** at inkludere socialt udsatte borgere. De kommer ikke, når vi inviterer dem til møderne, og når de kommer, kan deres input alligevel ikke bruges.’ De synspunkter støder Rådet for Socialt Udsatte ofte på i kommuner og organisationer, der arbejder med mennesker i socialt udsatte positioner. Som inspiration til, hvordan man lykkes med at inddrage socialt udsatte borgere, udgiver rådet nu en samling af 12 gode eksempler, der viser, at det er muligt at engagere mennesker i socialt udsatte positioner i beslutningsprocesser, og at beslutningerne bliver bedre af det. X



Hent ‘Deltagelse som vejen til forandring. 12 eksempler til inspiration’ på [udsatte.dk/publikationer](http://udsatte.dk/publikationer)

BOG

### Jeg er Nanna

**Mange vil** genkende hende som storesøsteren fra tv-dokumentaren ‘Anbragt i helvede’. Nanna Hansen, der som barn blev anbragt



i en plejefamilie, hvor hun blev udsat for mishandling og seksuelt misbrug. I bogen ‘Jeg er Nanna’ hører vi om opvæksten som nomade i et institutionssystem, om svigt fra både institutioner og kommunen – og om en sårbar teenager, som kun få troede på. Det er en barsk fortælling om Nanna, som har følt sig gemt væk og svigtet af det danske system. X

‘Jeg er Nanna’ af Nanna Nielsen og Birgitte Vestermark, **People’s Press, 199 kr.**

PROJEKT

EVALUERING



## Baba-indsats styrker fædres kompetencer

**Fædre med indvandrerbaggrund** kan have vanskeligt ved at finde ud af, hvilke forventninger det danske samfund har til dem. Derfor blev indsatsen ‘Baba – fordi far er vigtig’ etableret i 2014 af Fonden for Socialt Ansvar. Indsatsen skal styrke primært indvandrerfædre, som er usikre på, hvordan de engagerer sig i deres børns hverdag og liv, og som gerne vil styrke deres rolle som far. I dag er Baba bredt ud til hele landet, og de fædre, der har været med, er blevet stærkere i deres forældrerolle. Det viser en evaluering af Baba, som VIVE har foretaget. Baba er forankret i Fonden for Socialt Ansvar og har fået støtte fra TrykFonden og VELUX FONDEN. X

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

BOG

### Der er et håb

**‘Selvom jeg selv** havde det tungt og svært, så gav det mig nyt mod at opleve, at de andre kom videre.’ Sådan fortæller Malte, en af de fem mænd, der i denne bog deler deres erfaringer med at gå i gruppeterapi i Kvisten – en organisation, der laver frivilligt socialt arbejde for personer, der har været udsat for seksuelle overgreb. I alt har 152 mænd fra 49 forskellige kommuner fra 2017 til 2020 fået hjælp i Kvisten til at bearbejde traumatiske oplevelser med seksuelle overgreb i deres barndom og ungdom. X



‘Der er et håb – fortællinger om en særlig indsats for mænd med senfølger efter seksuelle overgreb’ af Inge Ramsing, **Forlaget Villadsen, 175 kr.**

En kæmpe lettelse  
for dem der styrer  
vagtplanen



Vagtplan



Timebank



Ferieregnskab



Tildel vagt

### Enkel og overskuelig vagtplan

- Brugervenligt system
- Indbygget ferieregnskab
- Styr på overarbejdstimerne
- Hurtig fordeling af ledige vagter
- Indbygget kommunikation & Udtræk til løn

### Årligt abonnement

**kr. 2.088,-**

Prisen dækker 40 medarb. pr. år  
( =kr. 53,- pr. medarb. pr. år! )



Bestil gratis og uforpligtende prøveperiode  
[www.deltaplan.dk](http://www.deltaplan.dk) - Tlf: 46 93 39 04



Det koster at skulle leve sig ind i udsatte og traumatiseredes liv på daglig basis. Alligevel kan de færreste nok forestille sig et arbejde som socialpædagog uden empati og omsorg. Men 'compassion' og egenomsorg kan gøre det nemmere at være i det svære, lyder budskabet fra pædagog, forfatter og cand. pæd. **Anne-Mette Sohn Jensen**

DEN BEDSTE  
MODGIFT  
MOD OMSORGS TRÆTHED ER  
OMSORG

TEKST  
LEA  
HOLTZE  
///  
FOTO  
TOR  
BIRK  
TRADS

SOCIALPÆDAGOGEN 'Karen' er træt og har svært ved at rumme 'Lottes' stærke følelser. Samtidig skammer hun sig over, at hun har lyst til at skælde Lotte ud, true med konsekvenser og nærmest råbe til hende, at hun skal slappe af. Lotte kalder fra sit værelse på døgninstitutionen med vred stemme. Men Karen beder hende vente, og til sin kollega ruller hun med øjnene. Da Karen kom-

mer hjem, er hun helt udmattet – orker hverken familien eller veninderne og overvejer at melde sig syg.

Lyder eksemplet som noget, du genkender?

Karen findes ikke i virkeligheden. Hun er opdigtet af pædagog, forfatter og cand.pæd. Anne-Mette Sohn Jensen ud fra hendes mange møder med socialpædagoger på kurser som underviser og praktikvejleder.

Karen optræder i Anne-Mette Sohn Jensens bog 'Arousal & Compassion – når der er brug for en specialpædagogisk indsats', der udkommer til efteråret. En bog, der ud over low arousal-tilgangen og compassion som pædagogisk redskab også handler om omsorgstræthed og egenomsorg.

Karens historie er ikke unik. Hun er – som det sker for mange andre socialpædagoger, psykologer og andre velfærdsarbejdere – ramt af omsorgstræthed.

– Når man arbejder som socialpædagog, putter man omsorg i alt. Vi vil de her mennesker det bedste og har et stort håb om, at de flytter sig derhen, hvor vi og de ønsker det. Men vi har ikke uendelige mængder af omsorg og empati. Derfor er det helt afgørende at være bevidst om, at vi skal fyldes op for at have noget give af, siger hun.

### Hvordan passer jeg på mig?

Anne-Mette Sohn Jensen har kredset om emnet omsorgstræthed og egenomsorg, siden hun blev uddannet pædagog i 2013 og efterfølgende læste en kandidat i pædagogisk psykologi.

– Allerede under mine egne praktikker kunne jeg mærke, hvor følelsesmæssigt involveret jeg blev af arbejdet. Samtidig var der ret mange udfordringer med min yngste dreng, der har autisme, som belastede



Vi skal acceptere det vilkår, at vi er uperfekte. Og se på os selv med milde øjne. Vi gør det så godt, vi kan.

— Anne-Mette Sohn Jensen, forfatter og cand.pæd.



**Ramt**  
Anne-Mette Sohn har selv oplevet omsorgstræthed på egen krop – både under sit studie i praktikken, men også som mor til en dreng med autisme.

mig. Gennem min uddannelse fik jeg en masse redskaber og faglig viden, men kunne se, at jeg var nødt til at finde ud af, hvordan jeg passede på mig selv for ikke at blive ramt af omsorgstræthed, siger hun.

Siden har Anne-Mette Sohn Jensen undervist og holdt foredrag for hundredvis af familieplejere og socialpædagoger om emnet.

– Det er jo ikke noget, man lærer på pædagoguddannelsen. Det burde man. Lære, at det ikke er gratis at bruge sig selv så meget som menneske i sit arbejde – og lære at håndtere det, siger hun.

### Når medfølelsen er nedbrudt

Omsorgstræthed eller 'compassion fatigue' blev første gang beskrevet af den amerikanske professor i psykologi Charles Figley tilbage i midten af 1990'erne. Han oplevede det på egen krop efter at have arbejdet med krigsveteraner og beskrev det som en nedbrydning af medfølelsen og evnen til at tolerere andres følelser og svære historier.

– Omsorgstræthed kan komme til udtryk på mange måder – fx ved at man trækker sig fra opgaver, ikke kan overskue at skulle på arbejde, at man distancerer sig fra visse børn eller borgere eller taler forrået til og om dem, fortæller Anne-Mette Sohn Jensen.

Er løsningen så, at socialpædagoger sletter empati og omsorg fra jobbeskrivelsen?

Naturligvis ikke, forsikrer hun. En del af løsningen mener hun i stedet ligger i begrebet compassion – der kan oversættes som aktiv omsorg – og self-compassion, som betyder egenomsorg. Ingen af delene får det svære til at forsvinde, men gør det nemmere at være i det svære, forklarer Anne-Mette Sohn Jensen.

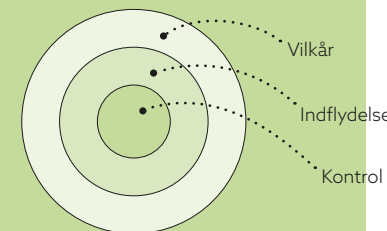
### Forskellen på dit og mit

Forestil dig fx en socialpædagog, der sidder med et barn, der er ulykkelig, fordi mor endnu en gang ikke dukkede op til samvær – eller en borger, der har mistet håbet efter et tilbagefald til stofferne.

Her er det helt centralt, at socialpædagogen bruger sin empati til at identificere det svære, og at socialpædagogen har et ønske om at ville lindre smerten og har mu-

### Brug din energi rigtigt

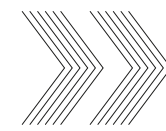
Når Anne-Mette Sohn Jensen holder foredrag for fx socialpædagoger, indleder hun ofte med VIK-modellen, der er inspireret af forfatter Stephen Covey.



Pointen med modellen er, at man ofte bruger alt for meget energi på at forsøge at ændre det, der ikke umiddelbart står til at ændre – fx lovgivning, socialpolitik, borgernes vilkår. Det er omstændigheder, som man i realiteten kun enten kan flytte sig fra eller acceptere.

I stedet bør man bruge energi på det, man har indflydelse på – fx tilrettelæggelsen og organiseringen af arbejdet – og ikke mindst på det, man har kontrol over – fx måden, man møder ind på arbejde og møder borgerne.

KILDE: WWW.ANNEMETTESOHN.DK



Vi har ikke uendelige mængder af omsorg og empati. Derfor er det helt afgørende at være bevidst om, at vi skal fyldes op for at have noget give af.

— Anne-Mette Sohn Jensen, forfatter og cand.pæd.

lighed for at gøre noget – fx at smitte med ro, forsøge at finde nye løsninger, lytte og være til stede eller aflede og hjælpe videre.

Hele den proces kalder Anne-Mette Sohn Jensen for compassion.

– Det centrale ved compassion er, at man føler *med* vedkommende frem for at føle *som* vedkommende – altså at man ikke overtager følelserne, som om de var ens egne, men holder dem ovre hos borgeren, da det er borgerens smerte, man som socialpædagog skal hjælpe med at se udefra og håndtere. Det er ikke det samme som at være ligeglad. Man kan sagtens have masser af sympati, siger hun og fortsætter:

– Men det anbragte barns historie er ikke din historie, barnets opvækstvilkår er ikke dine vilkår. Din opgave er at støtte og lindre barnets smerte, og dermed er compassion for mig at se et af de vigtigste redskaber for dig som socialpædagog. Samtidig sker der det, når du handler, og det bliver lidt nemmere for barnet, at det også bliver lidt nemmere for dig. Dermed bliver compassion midlet mod omsorgstræthed.

Balancen ligger dermed i, at man ikke bliver så følelsesmæssigt involveret, at man bliver smittet af barnets følelse af hjælpeløshed, frustration eller





Det centrale ved compassion er, at man føler *med* vedkommende frem for at føle *som* vedkommende – altså at man ikke overtager følelserne, som om de var ens egne, men holder dem øvre hos borgeren, da det er borgerens smerte, man som socialpædagog skal hjælpe med at se udefra og håndtere.

— Anne-Mette Sohn Jensen, forfatter og cand.pæd.



vrede, eller tager det som et personligt nederlag, når det ikke lykkes at flytte en borger fra A til B og forsøger at hælde mere og mere omsorg på – mere end man måske har.

– Det er nemlig dét, der gør os omsorgstrætte. I stedet kan man fx sige til sig selv, at 'det her har ikke noget med mig at gøre, men jeg hjælper ved at lytte og

måske komme med nye forståelser og handlemuligheder ud fra mit faglige perspektiv.' I den bevægelse hjælper man også sig selv, siger hun.

#### Pas på hinanden

Anne-Mette Sohn Jensen tror ikke på, at det er muligt at undgå omsorgstræthed for tid og evighed.



**Vilkår**  
Ifølge Anne-Mette Sohn Jensen er det vigtigt at huske på, at det ofte er vilkår, man ikke har fuld kontrol over, der gør, at man løber tør for omsorg.

Men hun tror på redskaberne til at forebygge en del af det – og ikke mindst til at få fyldt omsorgsdepoterne op igen.

For det første er det helt afgørende, at ledelsen har blik for, hvis en medarbejder eller hele medarbejdergruppen er ved at blive ramt af omsorgstræthed. Signalerne kan være, at opgaver bliver glemt, tonen er hård, eller sygdommeldingerne hober sig op.

– Lederen har ansvar for se folk i øjnene og spørge, hvordan de egentlig har det, og at skabe rammerne for, at der er tid og ressourcer nok til den omsorg, opgaven kræver, siger hun.

#### Når skuffen er tom

For det andet har man som kollegagruppe et ansvar for at drage omsorg for hinanden for dermed at modvirke omsorgstrætheden. Det gør man bl.a. ved at skabe en kultur, hvor man tør sige højt, når man er ved at nå grænsen, mener Anne-Mette Sohn Jensen.

For det kræver støtte og forståelse for en socialpædagog – for hvem empati og omsorg ligger øverst i redskabsskuffen – at sige højt, at skuffen er ved at være tom. Uden at føle sig som en fiasko.

– Det skal være legitimt at sige, at i dag er jeg fx kun på 70 pct. Derudover er supervision rigtig godt som ventil, men vi skal også som kolleger opleve, at vi ikke er alene i verden med vores følelser, siger hun og foreslår en øvelse i stil med den, krisepsykolog Rikke Høgsted har kaldt 'Fiskerbænken'.

– Man kan fx sidde ved siden af en kollega, som spørger: 'Hvad fylder hos dig lige nu?' Og så fortæller man om alt, hvad der fylder, så man får det ud af systemet. Kollegaens opgave er at lytte, ikke vurdere eller fikse. Og når man har talt færdig, siger kollegaen: 'Tak, fordi du fortæller det.'

#### Du er din egen bedste ven

Og endelig for det tredje opfordrer Anne-Mette Sohn Jensen til, at man tænker over at vise mere omsorg for sig selv.

– Vi skal være over for os selv, som vi er over for vores bedste ven. Det vil sige mere venligt stemt og uden at dømme os selv så hårdt, for det kan vi faktisk ikke være bekendt – og det præsterer vi bestemt ikke bedre af. Vi skal acceptere det vilkår, at vi er uperfekte. Og se på os selv med milde øjne. Vi gør det så godt, vi kan, siger hun.

Desuden kan egenomsorg være at lave en liste over det, der genoplader en – og følge den.



## Tre veje til egenomsorg

Anne-Mette Sohn Jensen har bl.a. hentet inspiration og viden om egenomsorg fra den amerikanske forsker Kristin Neff. Ifølge Neff kan egenomsorg brydes ned til tre ting:

### 1 Venlighed over for dig selv frem for fordømmelse

– Øv dig i at møde dig selv på samme måde, som du møder alle andre, der har det svært. Dvs. med venlighed, varme og omsorg, som compassion indeholder.

### 2 Del menneskelighed frem for isolation

– Skam tåler ikke at blive sagt højt, så den mest omsorgsfulde handling, du kan gøre over for dig selv, når du har handlet forkert, er at sige det højt og dele det med andre.

### 3 Mindfulness

– Vær, hvor du er, og hav det, som du har det, uden at forsøge at ændre eller fikse noget.

KILDE: ANNE-METTE SOHN JENSEN

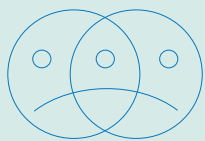
– Så tænker man, 'jeg går til yoga og sidder med mit strikkesøj'. Men vi skal også have lommer i løbet af vores arbejdsdag, hvor vi bliver fyldt op med omsorg. Det kan være kollegial hyggesnak. Det kan også være sammen med borgerne, hvor vi lytter til lidt musik og har en stund, hvor vi ikke skal præstere, siger hun og slutter:

– Men er det nemt? Nej, der ikke noget af det her, der er nemt. Og det er vigtigt at huske på, at det ofte er vilkår, man ikke har fuld kontrol over, der er med til, at man løber tør for omsorg: fx fordelingen af arbejdet, samarbejdet med kollegerne eller belastninger på hjemmefronten. Egenomsorg er det, man selv kan og bør gøre – for sig selv. ×

# FIRE PONTER OM FORRÅELSE

‘Problemet med forråelse er, at det virker.’

Sådan siger **psykolog Dorthe Birkmose** i en ny podcast på to afsnit fra Socialpædagogerne, hvor vi stiller skarpt på, hvad forråelse er – og hvordan man kan arbejde med at forebygge forråelse. Her får du fire vigtige pointer fra de to podcast



## FORRÅELSENS TO ANSIGTER

Ifølge psykolog Dorthe Birkmose kan forråelse have forskellige udtryksformer.

Den udadvendte forråelse er der, hvor andre udefra tydeligt kan se, at her er ræd, her er frustration og irritation. Det er her, hvor der bliver skældt ud og talt hårdt. Hvor der er en nedgørende humor, og hvor der er ulovlige magtanvendelser.

En anden del af forråelsen er mere stilfærdig og viser sig i form af en kynisme, en ligegyldighed og en resignation, hvor man forsøger at mærke mindre, tænke mindre og føle mindre. Hvor man distancerer sig mere, end der egentlig ligger i den professionelle rolle.

TEKST  
TINA  
LØVBOM  
PETERSEN

## FORRÅELSENS TRE TRIN:

**Forråelse** kan ifølge Dorthe Birkmose inddeles i tre trin:

### Trin 1: Irritationen og distancen

Man tænker tanker, man ikke er helt stolt af. Det bliver lidt råt, kynisk og køligt. Man projicerer sin egen afmagtsfølelse over på andre og gør det til deres skyld. Det er dem, der er problemskabende og opmærksomhedskrævende. Det er de første snigende tegn på forråelse.

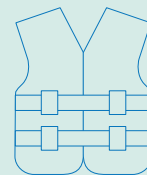
### Trin 2: De negative fortællinger og den hårde tone bliver en fælles sandhed

Man bliver bekræftet i, at de er også irriterende, opmærksomhedskrævende og beregnende, og flere bliver enige om, at man godt må tale nedsættende om andre mennesker. Og så bliver det mere farligt. For det kan udarte sig til, at man efterhånden bliver sikker på, at andre mennesker har de her negative personlighedstræk, som man tillægger dem – og man glemmer, at det egentlig er ens egne afmagtsfølelser, man forsøger at give udtryk for. Det er alvor, når man når et stadie, hvor det desværre bliver logisk at krænke, ydmyge, afvise og ignorere andre mennesker.

### Trin 3: Legitimering

Man kommer til at retfærdiggøre, at man har krænket andre mennesker, og bliver i en personalegruppe enige om, at sådan her må vi godt tale og reagere, når det er lige præcis ham eller hende – eller i lige præcis den her situation. Det betyder, at krænkelser pludselig kan blive vendt til noget positivt. Det farlige her er, at nu ved man ikke længere som fagperson, hvad der er rigtigt og forkert. Og så vil der opstå systematiske gentagne krænkelser fra professionelle, som ikke engang er klar over, at det er forkert, det, de gør.

## PSYKOLOGISK TRYGHED FOREBYGGER FORRÅELSE



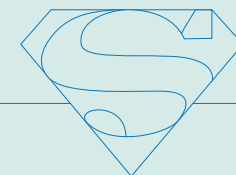
Hvis man skal skabe et arbejdsmiljø, hvor medarbejdere og ledere tør tale om de ting, der er svære, skal man ifølge Dorthe Birkmose se på begrebet psykologisk tryghed. Det defineres ved, at når man taler om fejl og mangler, så bliver man ikke skældt ud eller afvist. Når man taler om problemer, bliver man ikke gjort til problemet. Og når man har kritik af sine arbejdsbetingelser, er der nogen, som tør høre på det. Jo mere tryk, man bliver, jo mere vil man også turde blotte sig – og fortælle om fejl og mangler, problemer og om, hvordan man i virkeligheden går og har det. Så får man de nuancerede fortællinger frem. Men det er helt afgørende, at der ikke kun bliver lyttet, men også handlet.

## VÆR MODIG – OG SIG DET HØJT

**Giv plads til snak om forråelse i hverdagen.** Det gør de fx på Botilbuddet Midgården på deres teammøder, fortæller socialpædagog Charlie Jensen: – På et teammøde kan man fx bruge sig selv som eksempel ved åbent at indrømme, når man oplever at stå i afmagt. Jeg tør godt bruge mig selv som eksempel, for det handler jo ikke om mig som person – og det skal være okay at tale højt om de situationer, hvor man faktisk ikke ved, hvad man skal gøre.

Socialpædagog Diana Diemer Rasmussen er også stor fortalende for, at man skal turde kigge på sig selv og sige det højt, hvis noget føles forkert: – Man skal turde at se indad, og man skal have modet til åbent at stå frem i fx personalegruppen, hvis man har gjort nogle ting, som man ikke er stolt af. Det er det, der skal til, hvis man vil forebygge, at det sker en anden gang.

I de to podcast om forråelse fortæller både Charlie Jensen og Diana Diemer Rasmussen om, hvordan de har mødt forråelse i deres arbejdsliv – og hvad de har gjort for at håndtere det.



Find podcasten ved at søge på 'Socialpædagogerne' i din **podcast-app**

## Sanddynen



### En terapeutisk og stimulerende dyne.

Til børn med søvnproblemer eller særlige behov anbefaler vi sanddynen, som giver barnet en naturlig tryghed. Det jævnt fordelte og tætte tryk af sanddynen giver en komfortabel ro og mere stabil søvn. Våret er Oeko-Tex® Standard 100 godkendt.

**tønnesen**

Tønnesen A/S - Frydensbergvej 13 - DK-3660 Stenløse  
Telefon: 4712 5454 - post@b-toennesen.dk - www.b-toennesen.dk

## INDKALDELSE AF ANSØGNINGER TIL NANNY JACOBSENS FOND

Fondens formål er at yde støtte til psykisk udviklingshæmmede.

Støtte kan gives til såvel udviklingshæmmede enkeltpersoner som til projekter, herunder flerårige projekter, hvis formål er at hjælpe grupper af psykisk udviklingshæmmede.

Desuden kan fonden give støtte til uddannelse og videnskabelige projekter, herunder også flerårige projekter.

Fonden yder støtte til personer og projekter, der ikke kan opnå offentlig støtte og prioriterer at støtte de psykisk udviklingshæmmede, der økonomisk er dårligst stillede.

Fonden uddeler støtte en gang om året og ansøgningsfrist for året 2021 er den 1. oktober 2021.

Ansøgningsblanket kan udskrives på [www.ret-raad.dk/odense-nannyjacobsensfond](http://www.ret-raad.dk/odense-nannyjacobsensfond)

Ansøgningsblanket kan ligeledes mod fremsendelse af frankeret svarkuvert og med angivelse af, om der søges til enkeltpersoner eller projekter, rekvireres hos

Advokat Jess Lykke Gregersen  
Albanigade 30  
5000 Odense C  
Tlf. 7010 1199  
E-mail: [ibl@ret-raad.dk](mailto:ibl@ret-raad.dk)

**Marit Drewsen**, 49 år, er socialpædagog på Lindegårdens dag- og aktivitetsscenter Linden og viste i forsommeren tusindvis af mennesker på Facebook, hvordan hun med sin socialpædagogiske faglighed forandrer liv for borgerne.

**Rikke Schou Stibolt**, 46 år, har arbejdet på Linden i 19 år – de sidste seks år sammen med Marit, hvor de har et tæt samarbejde om at overføre teori fra neuropædagogik og Marte Meo til udvikling af borgerne i praksis.

»»» **Uden faglig sparring ville jeg gå i stå**

»» **Marit**  
Jeg blev med det samme fanget, da jeg første gang så, hvordan Rikke arbejdede med neuropædagogikken og Marte Meo i sit møde med borgerne. Og vi fandt med det samme et fælles ståsted. Jeg ved, at jeg altid kan gå til Rikke med spørgsmål. Det er ikke sikkert, hun har et svar, men hun har altid en guidning.

»» **Rikke**  
På et tidspunkt ville vi gerne arbejde med en borger, der hele tiden skreg. Nogle ville måske gøre noget vanvittigt som at kommandere hende til at stoppe eller ignorere hende, når hun skreg – for så kan hun lære at lade være. Men min faglige viden fortæller mig, at det kan hun ikke, og at hun skriger, fordi hun er stresset. Derfor måtte vi hjælpe hende til ro.

»» **Marit**  
Vores udgangspunktet var: Hvad giver mening for borgeren? Og hvad ved vi om sanserne og hjernen? I det konkrete tilfælde gav det mening, at hun fik en gulerod at tygge på. Ikke som en belønning for at skrike, men som stimuli. Det gav ro.

»» **Rikke**  
Det tog to år at nå dertil. Men vi arbejdede vedholdende i de to år, fordi vi registrerede små virkninger undervejs.

»»» **Det er livsforandrende at blive forstået**

»» **Marit**  
Andre kan synes, det ser ud af ingenting. Men i vores verden betyder det jo alt. Vi når ind til et menneske, som har minimale muligheder for selv aktivt at udvikle sine muligheder. Det forandrer hendes liv og betyder jo, at vi er lykkedes – med vores faglighed.

»» **Rikke**  
Og så er det en stor glæde, når det, vi har debatteret os frem til, virker. Fx da en borger rykkede sig fysisk fra ikke at kunne smile til at kunne smile, og fra ikke at kunne holde sig selv i balance til at kunne.

»» **Marit**  
Det kan vi på grund af vores fælles faglige ståsted – frem for personlige følelser og synsninger. Det er også nemmere at arbejde ud fra, for så handler det ikke om mig og mine følelser, hvis vi er uenige, men om borgernes behov.

»» **Rikke**  
Vi behøver dårligt sige noget. Vi lapper bare ind over hinanden. Du ser, at der er brug for en hånd, et høreværn eller en gulerod. Vi har et øre her, et øje der og en fornemmelse heromme, for ellers er der pludselig en, der har ædt sit tøj eller taget bukserne ned ude ved hoveddøren.

»» **Marit**  
Samtidig har borgerne ofte et nervesystem, som gør deres krop 'kampklar', og de kan ikke regulere sig selv. Derfor skal vi give ud af vores parasympatiske nervesystem: Vi skal udvise ro, overskud og glæde hele tiden. Ændrer vores humør sig, smitter det af på borgerne med det samme.

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)

GRUPPESUPERVISION

# En investering i faglighed og arbejdsmiljø

For **Sila Henvig** er supervision helt afgørende. Hun arbejder som socialpædagog i socialpsykiatrien i Roskilde – og oplever, at regelmæssig gruppesupervision både er med til at modvirke forråelse og magtesløshed – og skabe et bedre liv for borgerne

## Den professionelle samtale

Begrebet supervision betyder, at en person (supervisor) hjælper en anden (supervisand) til at kunne løse sine arbejdsopgaver med større tilfredsstillelse.

For socialpædagoger kan den gode supervision være med til at styrke både faglighed og trivsel, det kan forebygge forråelse og magtesløshed – og bidrage til at give borgerne et bedre liv.

I temaet her dykker vi ned i forskellige former for supervision – og sætter fokus på, hvordan den professionelle samtale kan fungere som en faglig løfte-stang.

TEKST  
MARIA  
RØRBÆK  
///  
FOTO  
SOFIA  
BUSK

**'D**A JEG MØDTE DIG, virkede du som en psykopatisk møgkælling.' Sådan sagde Ole, en af brugerne på bostedet Hyrdehøj, for nylig til socialpædagog Sila Henvig. Umid-delbart var det ikke noget, hun tog sig særligt af, for hun har ople-vet langt værre tilråb som fx: 'Jeg fucking smadrer dig!' Men alligevel.

– Hvem har lyst til at blive op-fattet som en psykopatisk møg-kælling? Det var ikke, fordi det som sådan var en slem episode, og jeg har stået i tilsvarende situa-tioner mange gange før. Men det betød meget for mig, at jeg efter-følgende kunne fortælle om det til en supervision. Her blev min ople-velse sammen med nogle af de andres observationer brugt som af-

sæt for en fælles, faglig refleksion over, hvordan vi bedst kan hjælpe Ole, når han meget hurtigt dømm-mer andre mennesker, fortæller Sila Henvig.

### Udgangspunkt i borgerne

Bostedet Hyrdehøj er et midlerti-digt botilbud for ti yngre voksne med psykisk sårbarhed i kom-bination med et misbrugspro-blem. En gang om måneden er der tre timers supervision for alle 17 ansatte, hvoraf de syv er socialpæ-dagoger. Supervisionen ledes af en ekstern psykolog, som ved hjælp af mange forskellige metoder hjæl-per personalet med at reflektere over deres praksis og finde nye handlemåder.

– Supervisionen tager altid ud-gangspunkt i borgerne, og målet er at give dem et bedre liv. Det er ikke sådan, at vi fx taler om, hvor-dan vi har det med hinanden i per-sonalegruppen. Alligevel er super-visionen med til at skabe et bedre arbejdsmiljø. Det giver samhørig-hed, fordi vi alle sammen sidder i et trygt rum og arbejder med det, der er svært – og det, vi kan gøre, siger Sila Henvig.

### Nye handlemåder

I Oles tilfælde var han selv nået frem til, at han havde været for hurtig til at dømme Sila Henvig. – Han sagde til mig, at jeg havde virket så glad og energisk, at han tænkte, at jeg var et psykopatisk overmenneske – men så havde han fundet ud af, at jeg ikke var det al-ligevel. Men inden da havde han trukket sig fra mig uden nogen forklaring, forklarer hun.

Supervisionen skærpede perso-nalegruppens opmærksomhed på, at Ole faktisk evner at reflektere, og at han er rimelig stærk verbalt.

Så måske giver det mening at italesætte det, når Ole optræder modvilligt over for personalet ved fx at sige: 'Det virker, som om du bliver irriteret på mig nu. Hvordan kan det være?'

– Det er jo ikke sikkert, at det er en god strategi. Det er noget, vi kan afprøve – og så vil superviso-ren typisk hjælpe os ved at følge op næste gang og høre, hvordan det er gået, siger Sila Henvig.

### Gruppen sætter dagsordenen

Det er personalegruppen, der sætter dagsordenen for supervi-sionen, der blandt meget andet fx kan handle om bestemte



## Hvem har lyst til at blive opfattet som en psykopatisk møgkælling?

— **Sila Henvig**, socialpædagog

udfordringer med en borger, et mere generelt blik på en borger, der lige er flyttet ind – eller en gennemgang af en konkret episode som fx en magtanvendelse.

– Vi har som oftest kun én sag på dagsordenen i løbet af de tre timer – nogle gange to. Og så er supervisoryn ved til at dele det op

i mindre bidder. Hvis det handler om en ny borger, kan underem-nerne lyde: Hvilken positiv udvik-ling har vi observeret i de sidste tre uger? Hvad har været svært? Og hvilke handlemuligheder kan vi afprøve? Jeg lærer næsten altid noget nyt. Eller også kommer jeg i tanke om noget, jeg havde glemt, siger Sila Henvig.

### Dumt sted at spare

Sila Henvig har også mulig-hed for individuel supervision, men hun ser mange fordele ved gruppesupervisionen.

– Vi ved alle, at forråelse kan opstå i mødet med borgeren, men det kan også opstå i personale-grupper, så man ikke får taget or-dentlig vare på hinanden og måske begynder at demonisere hinan-den. Og her er supervisionen med til at gøre en forskel. Vi står ikke alene med ubehagelige oplevelser. De bliver noget, vi er sammen om på en faglig måde. Vi værner os til at tale højt om det, der er svært. Og vi kommer til at forstå hinan-den bedre, fordi vi i supervisio-nen tit spørger: Hvorfor gjorde du, som du gjorde?

På en tidligere arbejdsplads op-levede Sila Henvig, at der skulle spares – og så blev supervisionen skåret ned.

– Men det var næsten det dum-meste sted at spare. Supervision er en investering i faglighed og arbejdsmiljø – og et bedre liv for borgeren. ×

*Alle oplysninger om borgerne er anonymiserede.*



**Fællesskab**  
Socialpædagog Sila Henvig me-ner, at supervi-sion fremmer et bedre arbejds-miljø. – Det giver samhørig-hed, fordi vi alle sammen sidder i et trygt rum og arbejder med det, der er svært – og det, vi kan gøre, siger hun.

# En faglig løftestang

Pointen med supervision er at fremme refleksionen over den faglige praksis – og det kan alle sociale tilbud have gavn af, siger tilsynschef **Kristina Vang Jensen**. Derfor indgår brugen af supervision som et fast element, når Socialtilsynet kvalitetsvurderer et tilbud

TEKST  
MARIA  
RØRBÆK  
///  
FOTO  
SØREN  
KJELDGAARD

**J**EG KUNNE HELLER IKKE få Benny i bad i dag. Jeg giver snart op!’

Sådan lyder eksemplet på et dagbogsnotat, der kan få en lille alarmklokke til at ringe hos Socialtilsynet. Især hvis det er fulgt af flere lignende dagbogsnotater.

– Jeg har været på tilsynsbesøg på et botilbud, hvor medarbejderne måske 20 eller 30 gange skrev noget i retning af, at nu ville borgeren igen ikke i bad. Uden at stoppe op og reflektere: Hvorfor vil han ikke i bad? Hvad kan vi gøre anderledes? Er der nogen, der kan få ham i bad? Og hvad gør de, som kollegerne kan lære af? siger konstitueret tilsynschef i Region Hovedstaden Kristina Vang Jensen og fortsætter:

– I sådan en situation kan vi som Socialtilsyn gå ind og påpege, at fagligheden ikke er høj nok. Og så kan

supervision være et af flere redskaber til at hæve det faglige niveau.

## En af mange indikatorer

Når socialtilsynene skal vurdere kvaliteten af et socialt tilbud, kigger de på i omegnen af 35 til 40 forskellige indikatorer afhængigt af typen af tilbud. Én af disse indikatorer handler om, hvorvidt tilbuddet benytter sig af ekstern faglig supervision eller anden form for sparring for ledelse og medarbejdere.

For hver indikator giver Socialtilsynet en score mellem 1 og 5, og når det gælder supervision, bliver der typisk givet 5, når der er tale om løbende og målrettet ekstern supervision, der styrker medarbejdernes kompetencer og skaber faglig udvikling.

Det trækker derimod ned, hvis supervisionen er intern i stedet

for ekstern – eller hvis man har brugt den samme supervisor i mere end tre år.

## Et blik udefra

– Intern supervision kan være rigtig fint, men ekstern supervision har den fordel, at man får et blik udefra. Det er fx vigtigt, hvis der er ved at opstå en forråelse, så personalet begynder at tale nedværdigende om borgerne, for det kan være svært at opdage, hvis man selv er en del af kulturen, siger Kristina Vang Jensen.

Hun understreger, at intern supervision – eller for den sags skyld helt manglende supervision – ikke behøver at være et problem i sig selv.

– Det er kun et problem, hvis den faglige kvalitet er lav, så borgerne ikke får den støtte, de har behov for. Eller hvis der fx er for

**Fleksibilitet**  
Hvem siger, at supervision nødvendigvis skal foregå på arbejdspladsen? En planlagt walk-and-talk kan også fungere som supervision – læs mere om, hvordan psykolog Unnur Vestergaard bruger naturen i sin supervision, på side 26.

mange magtanvendelser, siger hun.

Hvis Socialtilsynet vurderer, at det faglige niveau er for lavt, kan de fx give påbud om, at tilbuddet skal udarbejde en strategi for at hæve det faglige niveau.

– Og så kan supervision blive en del af strategien. Men det er ikke sådan, at vi giver påbud om, at der skal være supervision, siger Kristina Vang Jensen.

Hun understreger også, at supervision aldrig kan stå alene. Det allervigtigste er, at der også i dagligdagen er mulighed for faglig støtte og sparring.

## Særlig risiko ved alene-arbejde

Kristina Vang Jensen mener, at alle sociale tilbud kan have gavn af supervision, for også dygtige medarbejdere kan blive dygtigere og lære af hinanden. Men Socialtilsynet

sætter især fokus på supervision, hvis der generelt er en lav faglighed med et stort behov for kompetenceudvikling. Eller hvis der er meget alene-arbejde, så medarbejderne ikke får den daglige sparring med hinanden.

– Hele pointen med supervision er jo at fremme refleksionen over den faglige praksis. Hvis det, man går og gør, ikke virker, må man gøre noget andet. I stedet for fx at give borgerne ’skylden’. Det er helt naturligt, at man som medarbejder kan føle frustration, hvis det fx ikke lykkes at få en borger

i bad. Men der skal være et rum, hvor man kan komme af med frustrationen, så det ikke går ud over borgeren – og hvor man kan reflektere over, hvad man kan gøre anderledes næste gang. ×

## Er din supervision i orden?

I 2020 udgav Socialstyrelsen en vejledning, som Socialtilsynet kan bruge til at vurdere, om den eksterne supervision på et socialpædagogisk tilbud er god, mindre god eller mangelfuld. Vejledningen slår fast, at:

- Ekstern faglig supervision indebærer, at supervisionen ledes af en ekstern supervisor, **der ikke er ansat på den arbejdsplads, hvor supervisionen udføres.**
- **Supervisoren bør have en relevant uddannelse og kvalifikationer** til at lede supervisionen og en relevant uddannelse og kvalifikationer på områder, som er centrale for det pågældende sociale tilbud. Det kan fx være i forhold til tilbuddets målgruppe eller anvendte metoder og tilgange.
- God, ekstern faglig supervision er, når supervisor **skaber rammer for læring, udvikling, selverkendelse og nye perspektiver på den socialpædagogiske praksis.** Det er afgørende, at supervisor har en udforskende, nysgerrig og ikke-værdiladet holdning til tilbuddets praksis og udfordringer.
- **Supervisionen bør være aftalebestemt**, så der er klare rammer for formål, form, aflysninger, deltagerkreds, samarbejdsperiode og evaluering.

Læs mere i ’Faglig vejledning til socialtilsynet: Ekstern supervision og faglig sparring’, som du finder på [socialstyrelsen.dk](https://socialstyrelsen.dk/udgivelser) under ’udgivelser’.



«  
**Tillid**  
 Socialpædagog Camilla Lauritzen fra behandlingsinstitutionen Hald Ege har aldrig følt sig udleveret, når hun har haft en intens psykologsamtale, mens kollegerne lyttede med.

## SAMTALE

# Det kræver tillid at sætte sig i den varme stol

Har du lyst til at tale en belastende arbejdssituation igennem med en psykolog, mens alle dine kolleger lytter på? Det tilbud tager socialpædagog **Camilla Lauritzen** imod med åbne arme, for hun mener, det skaber faglig udvikling

TEKST  
MARIA  
RØRBÆK  
///  
FOTO  
SØREN  
KJELDGAARD

— **J**EG TROR IKKE, der er nogen, der bare sådan lige sætter sig i den varme stol. De fleste skal se andre gøre det, før de selv kaster sig ud i det. Men hvis man har modet, kan man få virkelig meget ud af det. Sådan lyder det fra socialpædagog Camilla Lauritzen fra be-

handlingsinstitutionen Hald Ege uden for Viborg. Her er der gruppesupervision fire gange om året, hvor man som medarbejder kan få en intens psykologsamtale, mens alle kollegerne hører på.  
 – Det kan godt blive meget personligt, for tit hænger den måde,

du reagerer på arbejdsmæssigt, sammen med noget, der er sket tidligere i dit liv, siger Camilla Lauritzen.  
 Hun understreger, at alle har tavshedspligt om det, der sker i supervisionen, og at det er 100 pct. frivilligt at sætte sig i den varme stol.

– Nogle gange er der ingen, der har lyst til det, og så laver vi i stedet en mere traditionel sagsgenemgang.

### Bevar roen

Selv har Camilla Lauritzen bl.a. sat sig i den varme stol efter en konflikt med et barn.

– Jeg blev hjulpet til at se, at jeg ikke selv havde været så rolig, som jeg gerne skulle være – og til at se, hvad det er, der trækker mig. Jeg kommer nemt op i arousal, når jeg oplever, at barnet kommanderer rundt med mig og fx siger: 'Du skal hente min mad!' Derfor skal jeg i de situationer være særlig opmærksom på at bevare en

lav arousal ved fx at have fokus på min vejtrækning og stemmeføring.

Camilla Lauritzen har aldrig oplevet, at hverken hun selv eller kolleger følte sig udleveret.

– Men det er også, fordi psykologen er klædt fagligt på, så hun kan bruge de rette spørgeteknik-

ker og følge op på en god måde. Den varme stol kræver stor tillid – også i personalegruppen. Til gengæld kan det være et rigtig godt redskab, så vi både kan passe på os selv og hinanden. Og det har man brug for, når man passer et arbejde med høje følelsesmæssige krav. ×



Jeg blev hjulpet til at se, at jeg ikke selv havde været så rolig, som jeg gerne skulle være – og til at se, hvad det er, der trækker mig.

— **Camilla Lauritzen**, socialpædagog Hald Ege

## Er I klar til tilsyn?



*E-læring målrettet enten voksenområdet eller området for anbragte børn og unge*

**Fagkonsulent**  
Henriette Daabeck  
51 75 54 87

Modulet tager udgangspunkt i Socialstyrelsens retningslinjer, og kombineres med praksisnære cases fra hverdagen.

**Guide2know** e-learning  
En del af Gyldendal-gruppen

# I skal låne hinandens perspektiv

Når psykolog **Unnur Vestergaard** laver supervision med socialpædagoger, bruger hun lige så lang tid på samarbejdsrelationerne som på borgerens sag. Det er vigtigt for hende at ruske op i faste rammer og vaner – det åbner op for, at man ser verden på en anden måde

TEKST  
MARIA  
RØRBÆK  
///  
FOTO  
SØREN  
KJELDGAARD

**V**IL I GERNE forandre noget her på stedet? Sådan lyder det spørgsmål, som psykolog Unnur Vestergaard stort set altid indleder en supervision med. Og hun bliver næsten altid mødt med stor åbenhed fra supervisanderne.

– Men når jeg så bagefter siger: 'Godt! Så lad os lige starte med, at I bytter plads,' lukker mange af. Nej, det har de i hvert fald ikke lyst til. De sidder så godt, hvor de plejer at sidde. Men det er vigtigt, at vi får rusket lidt op i rammer og vaner. Når man gør noget nyt, tænker man også noget nyt. Og

når man helt fysisk bytter plads, gør man sig også mere parat til at låne den andens perspektiv – og se verden på den andens måde, siger Unnur Vestergaard.

I mere end 20 år har hun haft supervision som sin hovedbeskæftigelse, og hun anslår, at hun har haft flere tusinde supervisioner på forskellige arbejdspladser – herunder rigtig mange socialpædagogiske.

## Respektér forskellighed

Selvom målet typisk er at finde socialpædagogiske strategier til at hjælpe en bestemt borger, bruger Unnur Vestergaard lige så lang tid på samarbejdsrelationerne mellem kollegerne som på selve sagen.

– Kollegerne er hinandens forudsætninger i det socialpædagogiske arbejde. Man er nødt til at

løfte i flok. Men det betyder ikke, at man skal være ens. Da jeg begyndte at give supervision for 20 år siden, talte man om at finde fælles fodslag – men det er ikke længere det, vi skal. Vi skal respektere forskellighed og bruge forskelligheden konstruktivt. Og så skal personalegruppen være enige om målet: Hvad er det, vi skal? siger hun.

Derfor bruger Unnur Vestergaard altid meget tid på at få kollegerne til at lytte – virkelig lytte – til hinanden.

Det kan fx være med små øvelser, hvor den ene fortæller, og den anden genfortæller.

– Netop fordi vi er forskellige, vil vi også opleve borgeren forskelligt. Og vi kan kun få et helhedsblik på borgeren, hvis vi inddrager alles perspektiv. ✕

**Rammer**  
Psykolog Unnur Vestergaard har i mere end 20 år haft supervision som sin hovedbeskæftigelse – og hun kan godt lide at ruske godt og grundigt op i vanetænkning og faste rammer.



Planner4You

• Socialpædagogisk fagsystem med mødeplan, journal, medicinhandling mm • Pris fra kun 505 kr/md (ex moms)  
• Mere end 380 institutioner og 10.000 brugere • GDPR Compliant • Tlf: +45 88 13 81 20



Så du kan koncentrere dig om det der er  
**VIGTIGST**

**Ungepanelet**

**Digitale fællesskaber**  
... fælles om den gode tone

Find **kampagnefilm** og **undervisningsmateriale** på  
**medieraadet.dk/unge-faellesskaber**

**MEDIERÅDET  
FOR BØRN & UNGE**



**Red Barnet**



Medfinansieret af Den Europæiske Unions Connecting Europe-facilitet

# Fælles læring under åben himmel

## Ekstern supervision øger fagligheden

I Socialpædagogernes arbejdsmiljøundersøgelse fra 2020 vurderer **43 pct.** af de socialpædagoger, som ugentligt får ekstern supervision, at de i meget høj grad er fagligt rustet til det daglige arbejde.

For dem, der månedligt får ekstern supervision, vurderer **27 pct.**, at de i meget høj grad er fagligt rustet til arbejdet, mens det gør sig gældende for **23 pct.** af dem, som sjældnere får ekstern supervision – og **19 pct.** af dem, som aldrig får ekstern supervision.

**Tjek-in**  
Det er vigtigt, at supervisanderne tager et medansvar for supervisionen. Derfor starter Unnur Vestergaard altid med at bede dem hver især overveje, hvad de vil have ud af supervisorsrummet – og hvad de selv kan gøre for, at det bliver en god supervision.



«  
**Bevægelse**  
Unnur Vestergaard lægger vægt på at få supervisanderne op ad stolene. 'I mit supervisorsrum arbejder vi både med kroppen og toppen – altså hovedet. For når kroppen er lidt mere fleksibel og åben, begynder hjernen også at være mere fleksibel,' siger hun.



Når man vil tænke nyt, er det også godt at gøre noget nyt. Derfor er psykolog Unnur Vestergaard mere og mere begejstret for udenørs supervision. Her er **kolleger fra bo- og aktivitetstilbuddet Sødisebakke i Mariager** rykket udenfor for at få supervision i det fri



«  
**Taknemmelighed**  
I små hold gør deltagerne sig klar til tjek-ud. Hvad tager de med sig hjem? Hvad har de været glade for? 'Nogle gange skal man have hjælp til at huske det gode,' siger Unnur Vestergaard, der også opfordrer deltagerne til at fokusere på taknemmeligheden i hverdagen.



«  
**Pause**  
Hvis man skal være god til omsorg, skal man også være god til egenomsorg – og omsorg for hinanden i kollegagruppen.

**Perspektivskifte**  
Under en supervision kan Unnur Vestergaard godt finde på at spørge: Hvad tror I, borgeren ville sige, hvis det var hende, der skulle have supervision, så hun bedre kunne samarbejde med jer som personale? Når man på den måde sætter sig i borgerens sted, kan der komme nye idéer som fx: Hun ville nok bede om hjælp til at få os til at tale langsomt og tydeligt. Med ord, hun forstår.



## HAPS-metoden

Unnur Vestergaard fra konsulentvirksomheden SagaBro har selv udviklet HAPS-metoden, der bruges til at gennemgå en sag i supervisorsrummet.

### Hvem?

Hvad ved vi om den borger, det handler om? Hvilke forudsætninger og hvilken historie har personen? Baggrunden for punktet 'hvem' er, at Unnur Vestergaard oplever, at man i hverdagen ofte skrider direkte til et forsøg på adfærdsregulering – og **glemmer først at forstå, hvem personen er.**

### Adfærd

Hvad er det for en adfærd vi oplever – og **måske gerne vil have ændret?**

### Pædagogisk strategi

Unnur Vestergaard har erfaret, at det ofte er nemt at forholde sig til, hvad man skal gøre, når man først har været i dybden med personen og adfærden. Det kan fx være, at man opdager, at en person bliver udadreagerende, når han keder sig – eller omvendt, når han får for mange stimuli. **Og den pædagogiske strategi kan derfor enten handle om at skærme personen eller tilbyde flere stimuli.**

### Samarbejdsaftale

Tidligere oplevede Unnur Vestergaard ofte, at der blev talt og reflekteret under supervisionen, **men at det ikke altid førte til konkret handling.** Derfor har hun indføjet dette sidste punkt, der handler om: Hvem gør nu hvad?

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

ja!

TEKST  
MALENE DREYER

///  
FOTO  
RICKY JOHN MOLLOY,  
ANDREAS BANK KIRKEGAARD

# » GIVER NAVNE- BESKYTTELSE TRYGHED?

For at beskytte offentligt ansatte mod trusler og chikane skal dit fulde navn fremover erstattes af et tjenestenummer i journalerne. Det er essensen i et borgerforslag, som vil skabe tryghed for offentligt ansatte, både når de er på arbejde, og når de har fri. Men opvejer fordelene ulemperne? Socialpædagogerne **Claes Reinhardt** og **Ole Bramsen** har hver sit synspunkt



**Claes Reinhardt**, socialpædagog,  
Socialpsykiatrien Hovedstaden

**Desværre bliver vi** nogle gange mødt med trusler i arbejdet med borgere – trusler, som kan række langt ind i privatsfæren via sociale medier og lignende. Når jeg træder ind på mit arbejde, er jeg i en setting, hvor jeg er rustet til at håndtere et udfordrende miljø. Men når jeg kører hjem, er jeg privatperson og ikke

længere omfattet af de trygge rammer, som er på arbejdet. Hvis jeg i journaliseringssystemet fremgår med fornavn og tjenestenummer i stedet for mit fulde navn, vil jeg være bedre beskyttet imod, at en borger lynhurtigt kan slå mine private oplysninger op med henblik på chikane, stalking eller anden uønsket opmærksomhed

imod mig og min familie. Jeg mener ikke, at et tjenestenummer giver grønt lys til magtmisbrug, da ledelsen stadig ved, hvem der har dokumenteret i journalen. Faglige vurderinger og beslutninger skal vi altid kunne stå på mål for, men med et tjenestenummer undgår man, at borgeren i vrede eller affekt kaster sin frustrati-

on på medarbejderen – men derimod følger den korrekte klagegang, hvis det ønskes. I mit daglige arbejde vil jeg jo stadig være Claes og møde borgerne ansigt til ansigt, det ændrer et tjenestenummer ikke på, da det kun går på dokumentationen.

BEDRE  
BESKYTTELSE

• Skaber tryghed for medarbejderne  
• Ingen taber på forslaget

DET ER SYMPTOM-  
BEHANDLING

• En falsk tryghed  
• Skaber distance til borgerne

**Ole Bramsen**, socialpædagog i  
børne- og ungdomspsykiatrien

**Det er at skyde** gråspurve med kanoner. Jeg oplever også borgere blive vrede indimellem, men dem, der truer i situationen, gør sjældent alvor af det. Frustrationen er ikke rettet mod mig som person, men som repræsentant for systemet. Med navnebeskyttelse fjerner

vi os fra dem, vi har med at gøre. Det underminerer den ligeværdighed i relationen, vi prøver at opbygge. De vil stå med oplevelsen af, at vi kan skjule os bag en anonymitet. Der er jo en grund til, at de bliver utilfredse – det er det, vi skal fokusere på. Det andet er symptombehand-

ling. Når jeg står med mit fulde navn i journalen, sikrer det også, at jeg skriver mine faglige vurderinger så professionelt og velunderbygget som muligt og forklarer mig ordentligt. Desuden er navnebeskyttelse en falsk tryghed. Dem, der for alvor gerne vil have fat i mig, de skal nok

finde mig alligevel. På den måde løser det ikke problemet. Vi må anerkende, at når man er på et skærmet psykiatrisk sengeafsnit, så er der en risiko. Det er en del af verden, og det skal vi ikke bilde nogen ind, at det ikke er.



nej!

## Identitet

Når borgerne tilknyttet Vidå Værkstedet sætter telte op til forskellige festligheder i Tønder, er det med til at højne deres selvtillid og give dem en arbejdsidentitet, vurderer socialpædagog Margit Olsen.



# Teamwork og selvtillid får teltet op

Hvis man bor i Tønder og vil leje et telt, kan man gøre det hos **Vidå Værkstedet**. Så kommer der en socialpædagog og en værkstedsassistent sammen med en flok af værkstedets ansatte borgere og sætter det op – i højt humør uanset vejret

TEKST OG FOTO SIMON JEPPESEN

**I flok**

Når teltet skal op og ned, er der en lang række store og små opgaver, som alle i teamet kender. Alle har faste opgaver – og en del kan kun løses, når der arbejdes i flok. I dag står opgaven på først at tage et telt ned fra Emils studenterfest – for derefter at sætte teltet op igen til Leas studenterfest.

**Sådan**

– Må jeg ikke lige vise dig ... Det siger Kenny Born ofte, når teltet skal op. Han var smed, før han blev socialpædagog – og som værkstedsassistent på Vidå Værkstedet er det typisk ham, der skaber kontakten til de virksomheder, der giver arbejde til værkstedet: – Når vi er ude, er vi et team, der løfter sammen, hvor alle kender deres plads, og vi ved, hvor vi har hinanden, fortæller Kenny Born.



**Inkludering**

Margit Olsen har været socialpædagog på Vidå Værkstedet i 27 år. Det er oftest hende, der giver ordrer – og med sit eget eksempel sætter tempoet på opsætningen. – Vi er ude med teltet til byfester, studenterfester og familiefester – og på den måde er borgerne en del af de festlige lejligheder i Tønder. Og medarbejderne får ros, ros og atter ros for deres arbejde. Vi inkluderer os i samfundet, når vi er ude – og de bliver lidt høje i hatten af at være med, siger hun.



**Identitet**

Rasmus (i midten) holder meget af arbejdstøj: – Bygma er det bedste. Og jeg er vild med telt! siger han begejstret. Vidå Værkstedets leder, Jan Boytang, understreger, at teltarbejdet giver et boost på selvtillidskontoen: – Her har vi alle sammen en arbejdsidentitet som medarbejdere på en arbejdsplads. Vi tror meget på den selvtillid, som det giver, siger han, mens han viser to af medarbejderne den nyeste af de videoer fra værkstedet, som ligger på Facebook.



**Manpower**

– Mike, du skal ikke banke den ned til kineserne, siger Steffan, når Mike slår pløkkerne i. Historien om Mike, som er en af Vidå Værkstedets teltmedarbejdere, er, at han den 25. september 2009 sad ved rattet med tre andre unge mænd i bilen. Dengang lød det fra bagsædet: 'Gi den gas, Mike', inden bilen kørte galt med ca. 150 km/t.

### Mormorarme

På et værksted er der selvfølgelig også en vis grad af 'værkstedshumor', lyder det fra socialpædagog Margit Olsen. Hun er selv med til at sikre, at borgerne hele tiden lærer at omgås hinanden og andre på en måde, hvor de kan lave sjov uden at fornærme. Som her, hvor medarbejderen Mike med et smil bemærker, at Margits muskler sidder på undersiden af armen – i modsætning til hans egne.



### Løser opgaver for lokalsamfundet

Vidå Værkstedet er en del af Tønder Kommunes tilbud om beskyttet beskæftigelse til borgere under § 103 og § 104. De ansatte borgere løser en lang række opgaver for lokale virksomheder – bl.a. teltudlejning, hvor borgerne sætter telt op til forskellige arrangementer 15-18 gange om året. Derudover tilbyder værkstedet også montageopgaver, glasværksted, træværksted, kantineopgaver, inde- og udevedligehold – og så er værkstedet også med til at vedligeholde Marsksten.



### Kærligt drilleri

'Når jeg bli'r gammel' kan de unge finde på at synge, når socialpædagog Margit Olsen lige har brug for en hjælpende hånd til at rejse sig fra græsset efter en drikkepause. For drilleri er en vigtig del af omgangstonen, siger hun: – Jeg bliver ofte drillet med min alder. Men selv kan jeg altså ikke mærke, at jeg er 60.

### Drikkepause

Blandt de unge teltarbejdere er der mange, som er vilde med rockmusik – som fx AC/DC og Metallica. Andre i flokken hælder mere til Bamses Venner og Keld & Hilda. Pludselig spreder sangen sig i teltteamet: 'Vi skal gå hånd i hånd gennem livet du og jeg. Knytte kærlighedsbånd, altid følge samme vej. Med den helt rette ånd så bli'r livet en leg. Vi skal gå hånd i hånd du og jeg.'



### Festerne

Teltet, som Vidå Værkstedets medarbejdere sætter op, er på 189 m² og kan stilles op som to små telte eller ét stort. Under normale omstændigheder udlejes det op mod 18 gange på et år. Efter sommerferien udvides med udlejning af borde og stole samt service.



## Se flere gode rabatter på pluskort.dk

### PlusForlystelser.

Tag familien med på Bakken, som er verdens ældste forlystelsespark. Du får 20 % rabat på turbåndsbilletter, og entréen er gratis.

20 %

**Bakken**

### PlusDyr.

Køb billetter og årskort til Zoologisk Have København med PlusKort rabat, og oplev mere end 4.000 fantastiske dyr.

10 %

**ZOO**

### PlusPark.

Oplev den skønne forlystelsespark i Århus, som byder på mere end 40 forlystelser, boder, spil, og legepladser hele sommeren.

Spar op til 37 %

**friheden**

### PlusKlodser.

Køb billetter til LEGOLAND® med PlusKort rabat, og oplev årets nyhed THE LEGO®MOVIE™WORLD.

Spar op til 139 kr.

**LEGOLAND**  
BILLUND RESORT

### PlusSjov.

Prøv Svend Svingarm, vandrotten, hundeprutten og alle de andre sjove og skøre forlystelser i BonBon-Land.

25 %

**BONBON LAND**

### PlusHave.

Sommer i Tivoli er en eventyrlig tid i den gamle Have i hjertet af København. I Tivoli er du garanteret timevis af hygge.

**Særpris**  
**TIVOLI**

SOCIALPÆDAGOGERNE

**PlusKort.**

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

KONTAKT

SOCIALPÆDAGOGERNES  
LANDSFORBUND

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?  
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**

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

**PENSIONS KASSEN**

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

INDKALDELSER

## INDKALDELSE TIL KREDSGENERAL- FORSAMLING 2021

**BORNHOLM**

**Torsdag den 14. oktober**

**Mødelokalet Storegade 38,  
Rønne**

Tilmelding i forhold til forplejning  
senest 1. oktober på bornholm@sl.dk

**LILLEBÆLT**

**Tirsdag den 5. oktober kl. 16**

**Lillebæltshallerne, Færøvej 74,  
Middelfart**

Indskrivning fra kl. 15:30

**MIDT- OG VESTJYLLAND**

**Tirsdag den 12. oktober kl. 16-21**

**DGI Huset, Kousgaards Plads 3,  
Herning**

Ønsker du at deltage i spisning,  
så tilmeld dig senest 4. oktober på  
vestjylland.sl.dk

**MIDTSJÆLLAND**

**Tirsdag den 5. oktober kl. 17-21.30**

**Kredskontoret, Jættevej 50, 1.,  
Ringsted**

Foredrag med Thomas Mygind:  
'Få det bedste ud af det meste – trods  
alt'. Tilmelding til spisning senest 28.  
september på midtsjaelland.sl.dk

**NORDJYLLAND**

**Tirsdag den 26. oktober kl. 15.30-21**

**Vejgaard Hallen, Vejgaard Torv,  
Aalborg**

Dagsorden i henhold til vedtægterne.  
Tilmelding senest 11. oktober via  
nordjylland.sl.dk

**NORDSJÆLLAND**

**Torsdag den 14. oktober kl. 15-20**

**Pharmakon, Milnersvej 42, Hillerød**

Af hensyn til bestilling af mad ønsker  
vi din tilmelding til spisning senest  
7. oktober på sl.dk/nordsjaelland

**STORSTRØM**

**Torsdag 7. oktober kl. 16.30**

**Hollænderhaven, Fuglebakken 3,  
Vordingborg**

Dagsorden i henhold til vedtægterne.  
Medlemmer kan indstille til prisen  
for den gode arbejdsplads senest  
8. september. Tilmelding senest  
30. september på sl.dk/storstroem

**STORKØBENHAVN**

**Onsdag den 13. oktober kl. 16-21.30**

**Herlev Medborgerhus, Herlev**

Dagsorden ifølge vedtægterne.  
Tilmelding via storkoebenhavn.sl.dk

**SYDJYLLAND**

**Torsdag den 14. oktober kl. 16**

**Hotel Rødekro Kro, Vestergade 2,  
Rødekro**

Dagsorden i henhold til vedtægterne.  
Læs mere om generalforsamlingen,  
og tilmeld dig til spisning senest  
8. oktober på syddjylland@sl.dk eller  
via sl.dk/syddjylland

**ØSTJYLLAND**

**Tirsdag den 12. oktober kl. 16-21**

**LO Aarhussalen, Skt. Knuds Torv 3,  
1. sal, Aarhus C**

Tilmelding senest 28. september på  
oestjylland.sl.dk

**AFLYSNING**

**Turen til Bruxelles er aflyst**

Deltagerne vil blive kontaktet af  
rejsebureauet Ørslev og få  
refunderet det indbetalte beløb.

**LILLEBÆLT**

**Efterlønsmøde**

**Mandag 23. august kl. 15.30-18**

**Danmarksgade 16, Odense C**

Er du født mellem 1. januar 1956 og  
31. december 1960? Og vil du vide,  
hvordan du får efterlønsbevis, hvad  
pensionsopsparingen betyder – og  
hvordan man optjener skattefri præ-  
mie? Få svar på alle dine spørgsmål  
fra efterlønskonsulent Maja Jespersen.  
Tilmelding senest torsdag 19. august  
på sl.dk/lillebælt

**Medlemsmøde:**

**'Vi er Socialpædagogerne'**

**Onsdag 8. september kl. 16-19.30**

**Lumbyvej 17b, Odense C**

Kom og få indflydelse på, hvordan vi  
i Socialpædagogerne Lillebælt kan  
styrke og vedligeholde din faglige  
udvikling, forbedre vores image og  
gøre rådgivningen og servicen  
endnu bedre. Tilmelding senest  
1. september på sl.dk/lillebælt

**Seniorårsmøde**

**Tirsdag 21. september kl. 10.00**

**Danmarksgade 16, Odense C**

Efter det ordinære årsmøde holder  
journalist og forfatter Bjarne Hessel-  
bæk foredrag med afsæt i sin bog  
'Befrielsen – fra umyndig idiot til borger  
med rettigheder'. Læs mere om dags-  
ordenen for årsmødet, og tilmeld dig  
senest 16. september på sl.dk/lillebælt  
eller på lillebælt@sl.dk att. seniorerne.

**Medlemsmøde:**

**'Humor som værktøj til arbejdsglæde'**

**Torsdag 23. september kl. 16-18.30**

**Mødecenter Odense,**

**Buchwaldsgade 48**

Det humoristiske overskud starter hos  
os selv. I sit foredrag giver Karen-Marie  
Lillelund sit bud på, hvor vi kan begynde  
i det nære, på jobbet, i parforholdet og i  
forhold til os selv. Tilmelding senest 13.  
september på sl.dk/lillebælt – men vi kan  
lukke for tilmelding før ved fuld booking.

**MIDT- OG VESTJYLLAND**

**Medlemsmøde:**

**'Omsorg og magt i mødet med ældre'**

**Torsdag 26. august kl. 9.30-14**

**Kredskontoret,**

**Birk Centerpark 4, Herning**

Oplev forsker Rikke Gregersen for-  
tælle om bl.a. tyngdepunkter i pæ-  
dagogisk ældreomsorg, pædagogik,  
der fremmer livsudfoldelse, gode råd  
til at kommunikere respektfuldt og  
modeller til at handle etisk forsvarligt  
i komplekse situationer.  
Tilmelding senest 19. august på  
sl.dk/midtogvestjylland

**Seniorudvalgets sensommertur**

**Tirsdag 7. september kl. 9-18**

**Busafgang fra Markedspladsen,  
Møllegade 1, Herning**

Vi besøger Brænderiet 'Limfjorden'  
ved Sundøre Havn, hvor der er rund-  
visning og smagsprøver på deres  
specialiteter som whisky, gin og rom.  
Efter frokost besøger vi Jeppe  
Aakjærs kunstnerhjem 'Jenle'. Læs  
mere om turen, og tilmeld dig senest  
24. august på sl.dk/midtogvestjylland  
eller tlf. 72486200.

**MIDTSJÆLLAND**

**Årsmøde i seniorsektionen**

**Torsdag 2. september kl. 11-15**

**Kredskontoret,**

**Jættevej 50, Ringsted**

Forstander Robert Olsen fra Kofoeds  
Skole holder oplæg om udvikling  
af det pædagogiske arbejde med  
udgangspunkt i Kofoeds Skole.  
Forslag, som ønskes behandlet  
på årsmødet, skal sendes til  
hanne.b.wurtz@gmail.com senest  
den 23. august. Tilmelding senest  
25. august på midtsjaelland@sl.dk

**Familieplejernes dag**

**med foredrag om lydterapi**

**Onsdag 1. september kl. 10-13.30**

**Kredskontoret,**

**Jættevej 50, Ringsted**

Først er der generalforsamling for  
medlemmer. Kl. 10 holder Helle  
Holfort foredraget 'Lydterapi – en  
træningsmetode, der hjælper børn og  
uge med indlærings- og koncentra-

tionsproblemer'. Der serveres mor-  
genmad og let frokost. Tilmelding  
til foredraget senest 25. august på  
midtsjaelland.sl.dk

**NORDJYLLAND**

**Medlemsudflugt til**

**Jesperhus Blomsterpark**

**Lørdag 28. august kl. 10.30**

**Jesperhus Blomsterpark,**

**Nykøbing Mors**

Oplev den vilde jungle, 4D-biograf,  
papegøjetrænerne, Hugo og Rita  
– og nyd parkens flotte blomsterhav.  
Du kan også besøge badelandet.  
Vi spiser frokost undervejs – og husk,  
at der skal vises gyldigt coronpas  
ved indgangen til Jesperhus.  
Læs mere om turen, og tilmeld dig  
på sl.dk/nordjylland

**STORKØBENHAVN**

**Tur til Esrum Kloster med seniorerne**

**Onsdag 8. september kl. 9.30**

**Vi mødes på Valby Station,**

**Lyshøjsgårdsvej**

Guidet rundvisning med fortællinger  
om Esrum Kloster og munkene i  
middelalderen, frokost på Møllegår-  
den og tid på egen hånd, inden vi  
runder af med kaffe og kage. Pris 325  
kr. – kun for medlemmer. Tilmelding  
senest 27. august – indbetal på konto  
5332 0000244490, og påfør tlf.-nr.  
og dato for turen.

**Tur til Arbejdermuseet**

**med seniorerne**

**Torsdag 28. oktober kl. 11**

**Rømersgade 22, Kbh. K**

Rundvisning på Arbejdermuseet,  
hvor vi også ser den nyrenoverede  
festsal, der er ført tilbage til indtryk-  
ket fra 1913. Frokost i Ølhallen. Pris:  
Medlemmer 175 kr., ikke-medlemmer  
200 kr. Du er tilmeldt, når du har  
indbetalt beløbet på konto 5332  
0000244490 senest den 11. oktober.  
Pluskort giver gratis adgang.



Socialpædagogisk skibsprojekt  
- døgnanbringelse

Telefon 97 93 08 38

info@andromeda.dk

www.andromeda.dk

**Julefrokost hos seniorerne**

**Tirsdag 23. november kl. 13**

**Lindevænget 19, Ballerup**

Efter julefrokosten er der masser  
af fællessang med bandet Strejke-  
drengene. Du er tilmeldt, når du  
har indbetalt 50 kr. på konto 5332  
0000244490 senest 10. november.

**SYDJYLLAND**

**Årsmøde for Seniorsektionen**

**Tirsdag 7. september kl. 16-18**

**Hotel Scandic, Kolding**

Dagsorden efter vedtægterne.  
Tilmelding senest 24. august på  
sl.dk/syddjylland

**ØSTJYLLAND**

**Neuropædagogik ved Kjeld Fredens**

**Tirsdag 7. september kl. 16-18**

**Restaurant Skovbakken,**

**Østervangsvej 1, Randers C**

Neuropædagogik – viden om hjernen  
er vigtig, men vi tænker ikke kun  
med hovedet. Tilmeldingsfrist tirsdag  
24. august på kredsens hjemmeside  
– oestjylland.sl.dk

**Foredrag med Pernille og**

**Christina Rosendahl**

**Tirsdag 28. september kl. 16-18**

**Fængslet, Fussingvej 8, Horsens**

'Sig det ikke til nogen' – foredrag om  
en opvækst med vold og misbrug  
samt vejen ud. Tilmelding senest  
tirsdag 14. september på kredsens  
hjemmeside – oestjylland.sl.dk

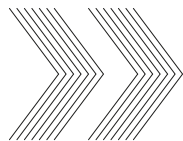
**Efterlønsmøde**

**Onsdag 3. november kl. 18:30-21**

**LO-Aarhussalen, Skt. Knuds Torv 3,**

**1. sal, Aarhus C**

Efterlønsteamet besvarer spørgsmål  
om efterløn – og seniorudvalget  
fortæller om arrangementer og deres  
arbejde. Tilmelding senest fredag  
15. oktober på kredsens hjemmeside  
– oestjylland.sl.dk



# Nyuddannet skifter kalve ud med mennesker

TEKST MARIA RØRBÆK /// FOTO MICHAEL DROST-HANSEN



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

På mange måder var jeg glad for mit arbejde som kalvepasser på en stor økologisk gård, men det blev også lidt ensomt. Jeg gik alene rundt med dyrene, og når jeg kom hjem til min kæreste, der også er landmand, talte vi rigtig meget om landbrug – så jeg blev lidt bange for, at hele mit liv skulle komme til at dreje sig om kalve. Og så var jeg også blevet opmærksom på, at det kan være svært at få et familieliv med børn til at fungere, hvis både far og mor er landmænd, fordi der er så skiftende arbejdstider uden en overenskomst som i det offentlige.

### Hvordan fandt du ud af, at du ville være socialpædagog?

Jeg havde aldrig nogensinde arbejdet med mennesker, så det lå ikke lige for. Men da jeg begyndte at undersøge, hvilke uddannelser jeg kunne tage i nærheden, læste jeg om pædagoguddannelsen og syntes, fagene lød utroligt spændende. Samtidig kunne jeg godt lide den del af landbrugsarbejdet, der handler om at vise omsorg for dyrene og få dem til at vokse, og selvom man ikke kan sammenligne kalve og mennesker, ville jeg gerne have omsorgselementet med i min nye karriere.

### Hvad var det sværeste ved din beslutning?

Min far er landmand, og han var så stolt, da jeg også blev landmand. Så jeg var bange for at skuffe ham. Men i virkeligheden var det nok bare noget, jeg tænkte. Drømmen om at overtage gården var under alle omstændigheder brast, fordi den blev solgt ved tvangssalg i 2014. Og da jeg blev færdig som socialpædagog, virkede han faktisk også stolt.



### Tanja Port 29 år

2021  
Barselsvikar som  
socialpædagog i  
enkeltmandsprojekt  
i Bedsted

2021  
Færdiguddannet  
socialpædagog fra  
professionshøjskolen  
UC Syd

2018  
Påbegynder pædagog-  
uddannelsen. Arbejder  
samtidig som vikar  
på forskellige  
socialpædagogiske  
arbejdspladser

2017  
Kalvepasser på en  
økologisk gård  
i Sønderjylland

2016  
Færdiguddannet  
agrarøkonom

2014  
Færdiguddannet  
faglært landmand

### Er du glad for din beslutning?

Meget. Efter min første vagt som vikar på et botilbud for børn med udviklingshæmning kørte jeg hjem med sådan en god fornemmelse af, at det her var bare det helt rigtige. Det betyder meget for mig at være med til at gøre en forskel for nogle af de svageste mennesker i samfundet. Det lykkedes også at få nogle nye samtaleemner med min kæreste, for han er meget interesseret i at høre om mit arbejde – og faktisk har han sagt, at hvis han nogensinde skal skifte karriere, kunne han også godt tænke sig at blive socialpædagog.

### Hvad har overrasket dig mest ved det socialpædagogiske arbejde?

Hvor dejligt det er at arbejde med mennesker med udviklingshæmning. Som barn kan jeg huske, at jeg nærmest var lidt bange for en højtråbende kvinde med udviklingshæmning, der kørte med bussen. I dag er jeg lidt flov over at sige det, men dengang syntes jeg, hun virkede frastødende. Men nu har jeg lært at se bag det ydre – og se mennesket bag funktionsnedsættelsen.

### Hvad er den største udfordring ved at gå fra studerende til nyuddannet?

Helt klart ansvaret. I praktikken har du altid en vejleder, du kan gå til, men nu er der en anden forventning til mig, selvom jeg også altid kan få sparring fra kollegerne.

### Hvad vil du i fremtiden?

Den ultimative drøm er at kombinere mine uddannelser ved at arbejde med beskyttet beskæftigelse på en lille gård. Landbrugsarbejde kan være et rigtig godt fælles tredje. Man taler godt sammen, når man hjælpes ad med det praktiske arbejde. ✕

### Landmand Socialpædagog

Oprindeligt er hun uddannet landmand. Men nu har Tanja Port taget springet til socialpædagog og håber, at hun på sigt kan kombinere landbrug og socialpædagogik.



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: LARS HORN

Mentalisering et vigtigt redskab for **Kresten Knudsen**, socialpædagog på den sikrede institution Kompasset. For det er afgørende, at han kan se bag den unges adfærd – og forstå følelserne bag adfærden.

## Mit faglige fokus

### DE SKAL MÆRKE, AT JEG ER INTERESSERET I DEM

#### Hvilke faglige redskaber bruger du til at skabe kontakt til de unge?

– Jeg kan spørge nysgerrigt ind til deres holdning til fodbold eller film, eller hvad vi nu har en fælles interesse omkring. På den måde bliver de trygge ved at sige deres mening til mig og mærker, at jeg er interesseret i dem. Øjenkontakt kan være angstprovokerende for de unge. Men når vi finder sammen om et fælles tredje, kan vi snakke uden at skulle se hinanden i øjnene.

#### Hvad gør du, hvis en ung dreng i frustration begynder at sparke til møblerne?

– Så reagerer jeg ikke ved at fordømme adfærden, men er i stedet nysgerrig efter, hvad der sker inden i ham. I sådan en situation vil jeg fx forsøge at få ham til at tage en smøg-pause og bagefter få ham med på et spil kort. Derved bliver der stille og roligt opbygget en tillid mellem os, og han vil ofte falde til ro og fortælle, hvad der egentlig er på spil.

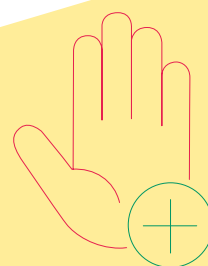
#### Hvordan kommer mentalisering til udtryk i praksis?

– Det er min opgave lige så stille at få den unge viklet ud af frustrationerne. I de situationer er jeg meget bevidst om min stemmeføring og mit kropssprog. Jeg taler roligt, jeg står ikke for tæt på den unge, og jeg har armene i en neutral position.

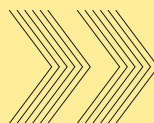
## Hørt!

Mit mål med at komme på julemærkehjem var, at jeg ikke skulle tale mig selv ned hele tiden. Jeg tænkte altid, at jeg ikke kunne det, jeg skulle. Til svømning tænkte jeg for eksempel, at jeg ikke kunne hoppe fra vippen. Jeg turde ikke engang prøve. Jeg sagde bare til mig selv, at det var en dum idé. Men nu bliver jeg så glad, når jeg opdager, at jeg pludselig gør noget, som jeg ikke gjorde før. Jeg er glad for, at jeg har rykket mig.

— **11-årige Anemone** om den udvikling, hun har gennemgået, mens hun har været på Julemærkehjemmet Liljeborg



## Øjeblikket



**I dag arbejder jeg med voksne** med autismespektrumforstyrrelser i en produktionsvirksomhed. Jeg bruger min viden og erfaring til at organisere en gruppe med individuelle hensyn, jeg lægger planer og udvikler strategier, jeg evaluerer og reflekterer, jeg uddanner og sparrer, jeg vidensdeler og vidensformidler, jeg vurderer arousal- og stressniveau, udfører low arousal-pædagogik og stresshåndtering, jeg anvender matematik og økonomihåndtering i produktfremstilling, jeg arbejder med pr og salg etc. Mine to hænder ville hurtigt komme til kort, hvis de blev ladet alene på arbejde.

— **Socialpædagog Karen Møller Mørck** i debatindlæg i Politiken