



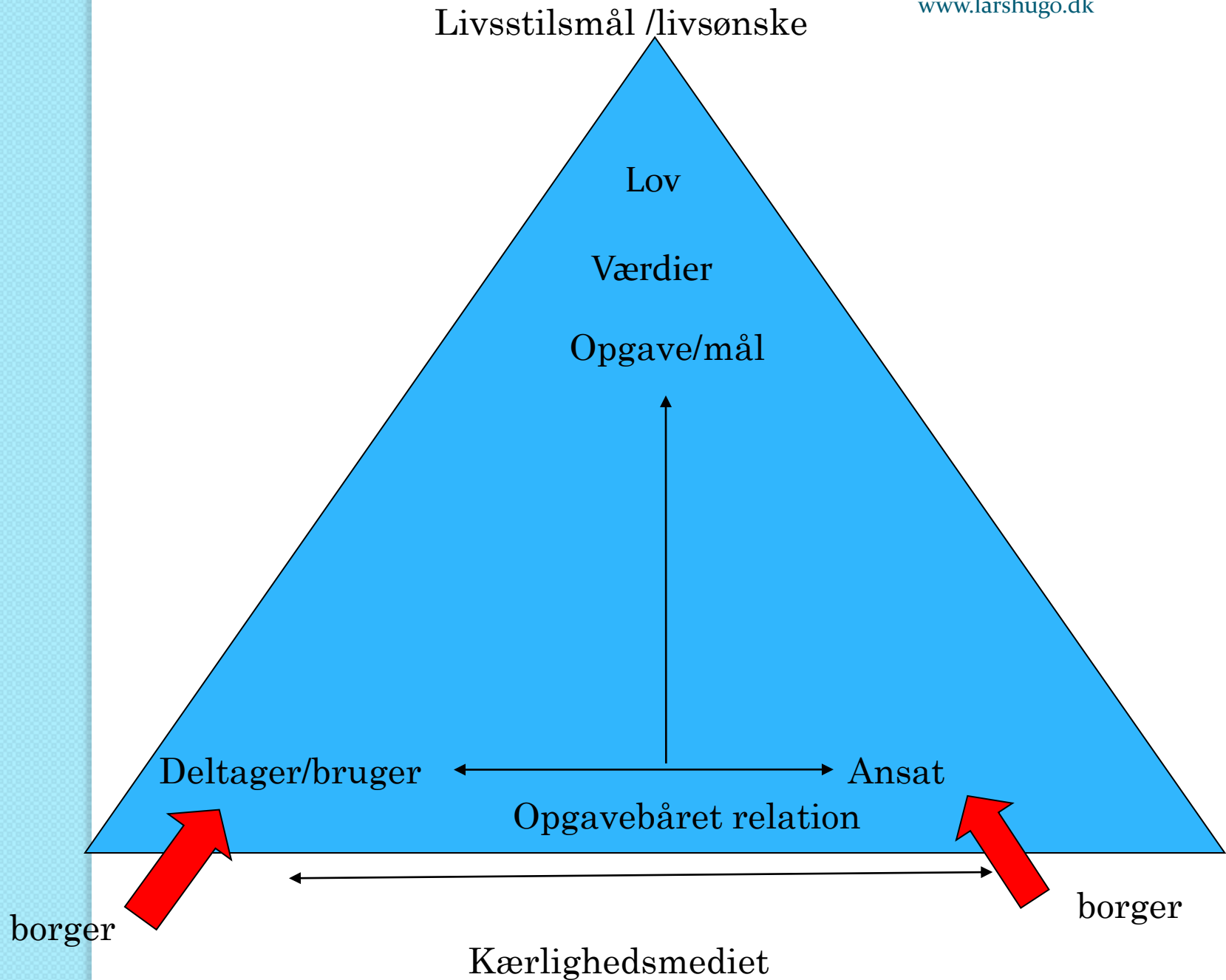
Godmorgen og
velkommen til en
smuk Oktoberdag





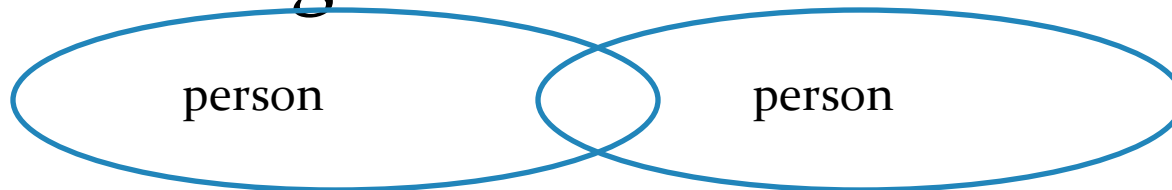
Relationsarbejdet

At holde til, og vedligeholde sig selv og kolleger i relationsarbejde

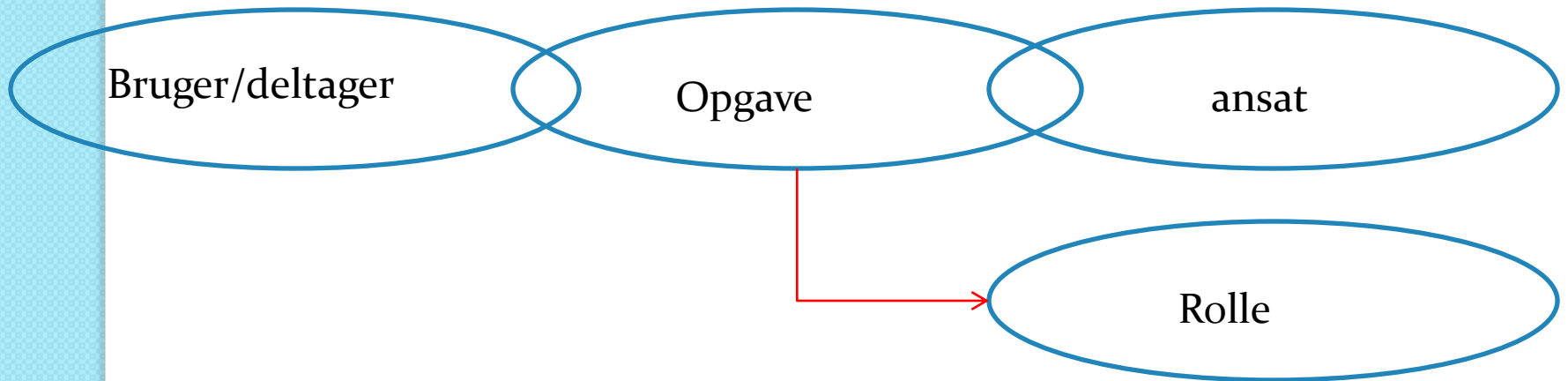


Professionsroller

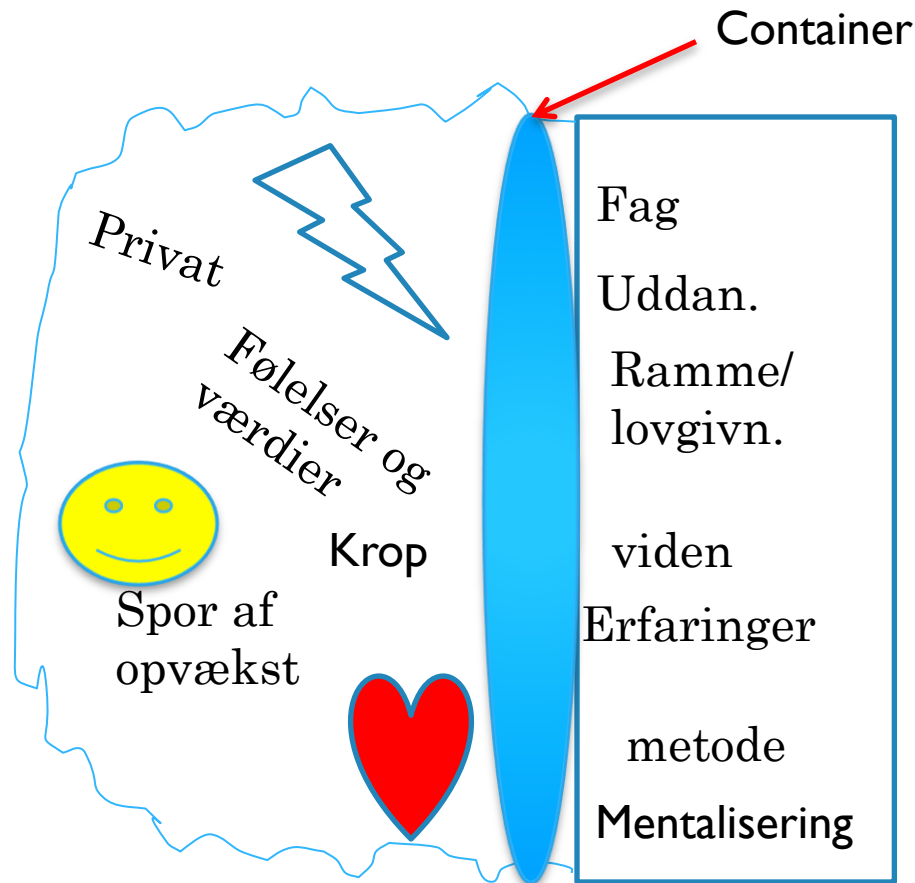
- Personlig relation



- Opgave interaktion



Model for rollens "den professionelle" relationsarbejder



Opmærksomheder i Relationsarbejde

Berørt

Denne zone er naturlig for faget

Det er "Mit" Ansvar og "Mit" arbejde

48 timers regel

Hvis stadig aktiv

Ramt

Evt Ramt

Det er mig der skal kommunikere min ramthed ud.

Andre kan hjælpe hvis nødvendigt

Eks kollegial eller ledelsesmæssig sparring eller de briefing mm.

Rystet

Krisetilstand, der kan opstå akut eller efter for lang tids for høj belastning

Kræver Procedurer, da egenvurderingen ofte sættes ud af spil

Kræver som oftest eksterne faglig hjælp eller kvalificeret intern specialishjælp

Opmærksomheder i Relationsarbejde

- **Berørt**
- Vi låner vores ”empati” ud, og der er en nødvendig og vigtig del af relationsarbejde.
- For at holde sig i denne zone, kan der bl.a være opmærksomhed på:
 - Kontekst – forberedthed øger modstandskraft eks. mod traumer
 - Rolle
 - Opgave
 - Dagsform – coping kapacitet
 - Egenomsorg i forhold til udvidet opmærksomhed på at anerkende og imødekomme behov, som fødes af belastningen.

Opmærksomheder i Relationsarbejde

- **Ramt**
- Skiftet fra berørt til ramt involverer ofte:
 - kontinuerlige tanker om situation eller borger
 - ”Ruminerende” tvivlende tanker om håndtering
 - Begyndende selvbebrejdelser eller egentlige ængstelighedsreaktioner ved tanker om arbejdet
 - Evt. Søvnproblemer, konfusitet, mangel på tilstedevær/nærvær. m.fl
- For at komme fra denne zone tilbage eller ”ned” igen, må man ofte aflastes lidt eller støttes af kolleger eller leder – evt. Skifte funktion kortvarigt.
- Fysisk basal pleje i det private felt danner en basal grund for ”heling”

Opmærksomheder i Relationsarbejde

- Rystet – Kriseniveauet
- Kroppen er i alarmtilstand og de refleksmæssige hjerneprocesser ”fight, flight, freeze” kan være i spil.
- Egen vurdering af tilstand er ikke altid muligt, hvorfor der bør foretages en ”ekstern” vurdering – kan være kollega.
- Interventionen styrres af aftalte procedurer, da nødvendige tiltag, kan virke ”stødende” idet kolleger eller ledere kan være nødt til at gå imod den kriseramtes egen ide om handlinger – eks. ”Nej Nej – jeg bliver da og gør det færdigt – jeg skal bare op på hesten igen”
- Eller ”jeg tager selv hjem – jeg er ok og skal bare lige hjem og finde mig selv” – jeg er tilbage mandag 😊

Opmærksomheder i Relationsarbejde

- OrganisatoriskeKollegiale opmærksomheder
- Fra "passen på hinanden" til belastningskultur
- Sprogliggørelse – "sproget skaber det, det nævner"
- 2% over for 98% eksempel fra en supervision.
- Effekten af "det flydende terapeutiske rum"
 - Alle er "åbne" hele tiden – de der ikke er ramt for travlt/dårlig samvittighed af at huske på de berørte eller ramte
 - De ramte bliver ramt af at skulle italesætte ramtheden så tit, og får dårlig samvittighed af at "fylde"
 - Skab kulturer for mestring og coping i berørthedszonen
 - Skab fælleshed og klare linier for interventionerne i de andre zoner.