

## Slip følelsen af skam og utilstrækkelighed

Af: Heidi Friborg Christophersen

Ny bog mener, at vi skal øge bevidstheden om vores egen histories betydning for det omsorgsarbejde, vi yder. Det kan lade sig gøre at få vore livserfaringer til at fungere som en resurse snarere end som en hindring i den faglige praksis.



Lærere yder omsorg, og de mennesker, vi omgås, vil, uanset hvad vi gør, reagere på kvaliteten af den omsorg, som de modtager. Men selv om vi agerer som professionelle omsorgsgivere, skal vi være opmærksomme på balancen og bæredygtigheden i omsorgsaspektet af vores arbejde, fordi det kan have stor betydning for vores trivsel. Det gælder både i arbejdet og privat, fordi vores personlige tilknytnings- og omsorgsmønstre ikke kan undgå at komme i spil i de relationer, vi møder i vores daglige arbejde.

Vores personlige tilknytnings- og omsorgsmønstre er en vigtig del af vores menneskelighed. Vi lærer at mentalisere ved at blive mentaliseret og adækvat spejlet af omsorgspersoner. Så hvis vores primære omsorgspersoner ikke har spejlet os, eller hvis de har spejlet os skævt, får vi sværere ved at mentalisere os selv.

Alt det er vigtige forudsætninger for at kunne være en professionel omsorgsperson, mener forfatteren. Vi skal lære at forstå, at der er mange gode grunde til at anerkende og at acceptere og rumme det personlige aspekt i vores professionelle omsorgsarbejde. Det, at vi alle har oplevet at blive spejlet forkert i større eller mindre grad, gør os ikke dårligere til at yde omsorg. Men vi skal arbejde med, at vi ikke imødegår egne fejl og mangler med skam og fordømmelse, fordi vi netop alle er produkter af det liv, som vi lever.

Den indre "udskamning" af en del af vores menneskelighed er både en uhensigtsmæssig måde at håndtere faktiske udfordringer på området og kan samtidig stille sig i vejen for muligheden for at gøre konstruktiv brug af de resurser, som altid er en del af bidraget fra vores personlige tilknytnings- og omsorgsrødder.

Bogen tilbyder ikke noget "quickfix", og der er i grunden ikke noget af dens indhold, som for alvor er nyt, men det er vigtigt, at vi bliver husket på, at vi alle har vore blinde pletter i forhold til andre mennesker, og at det kan gå ud over kommunikationen, hvis vi ikke arbejder bevidst og professionelt med de tilknytningsmønstre, vi selv bærer rundt på.

Afsluttende kan man sige, at professionel omsorg udøves altid inden for nogle rammer, der sætter nogle begrænsninger for denne omsorg. Det er værdt at huske på, når der skal forhandles ny overenskomst. Og så slår forfatteren et slag for at arbejde sammen i professionelle team, fordi det er vigtigt at have styr på sine kollegers trivsel i arbejdet. Det kollegiale fællesskab er lige præcis det, der kan gøre hele forskellen på, om man kan udføre sit arbejde med så høj en kvalitet, som der behøves. Det er vigtigt, at vi viser omsorg for kollegerne, for at kunne yde den rette omsorg for dem, vi får penge for at drage omsorg for. Alt dette er vigtigt, hvis vi skal undgå udbrændthed hos os professionelle omsorgsgivere, eller at der er kolleger, der finder andre brancher at være i, fordi arbejdet er for hårdt. "Tilknytning og omsorgsarbejde" giver et specifikt bidrag til forståelsen af, hvad der er på spil i omsorgsarbejde, med et selektivt fokus på betydningen af det, vi tilknytningsmæssigt har med os.

### Fakta

**Titel**  
Tilknytning og omsorgsarbejde

**Forfatter**  
Sarah Daniel

**Pris**  
299

**Sider**  
224

**Forlag**  
Arboret