



Til dig, der er medarbejder

Som medarbejder bruger du dig selv hver dag. Du møder mennesker i mange forskellige relationer og kontekster, og du gør en forskel i menneskers liv. Det giver arbejdsglæde, men kan også, nogle gange, opleves som værende udfordrende.

Det kan ikke undgås, at man oplever følelsesmæssige belastninger i arbejdet med mennesker. Det kan være i mødet med borgere, kollegaer, børn, forældre, pårørende eller andre samarbejdspartnere. Dette er naturligt, når man indgår i relationer med mange forskellige mennesker, og især i mødet med mennesker, der er syge, handicappede eller har særlige udfordringer i livet.

Følelsesmæssige belastninger i arbejdet kan minimeres, men ikke altid undgås. Det vigtige bliver derfor også, hvordan vi håndterer de følelsesmæssige belastninger, som vi nogle gange oplever i vores arbejde. Dette kan gøres på mange måder – f.eks. gennem sparring med din leder, snak med en god kollega, faglig sparring, videreuddannelse og ved hjælp af TeamRefleksion.

Hvad er TeamRefleksion?

TeamRefleksion er en metode, der tager udgangspunkt i en hverdagssituation. Der tages konkret afsæt i en hverdagsoplevelse og fortælling fra praksis. Det kan være en hændelse der involverer en borger, pårørende, barn, forældre eller andre aktører. Det kan være en oplevelse som udfordrer, men der behøver ikke at være tale om en stor udfordring. Udgangspunktet er, at der tages et emne op, som det vil kunne være godt at kigge på sammen i teamet.

TeamRefleksion er bygget med en fast dagsorden. Processen faciliteres af to konsulenter, der styrer processen, og sikrer at alle medarbejdere, og deres fagligheder, bringes i spil.

TeamRefleksion kan både anvendes i enkelte teams og på tværs af teams.

Hvad er formålet med TeamRefleksion?

- Få luft for de følelsesmæssige belastninger der kan knytte sig til samarbejdet med mennesker, der står med komplekse problemstillinger i livet
- At komme på afstand af udfordringerne og gennem processen få belyst og bearbejdet vanskelighederne, hvorved nye handlemuligheder kommer frem
- Få mulighed for at koordinere og samarbejde bedre
- Lære af hinanden og få blik for hinandens faglige kompetencer
- Lære om hinanden - dvs. at komme tættere på hinandens følelsesmæssige reaktioner i arbejdet
- Lære med hinanden - dvs. at stille sine observationer og perspektiver til rådighed, så alle kan lære med hinanden i processen

Hvem leder processen med TeamRefleksion?

Vi er to supervisere, Lene og Tina, der begge har en sundhedsfaglig supervisorsuddannelse. Vi har fem års erfaring med anvendelse af metoden i Aarhus kommune, hvor vi med forskellige grunduddannelser, som henholdsvis pædagog og ergoterapeut har blik for noget forskelligt.

Vores fornemmeste opgave, er, at I bringes trykt fra start til slut i processen, og at I undervejs oplever at få luft for frustrationer og får bearbejdet eventuelle udfordrende situationer. Derudover at I



sammen når frem til nogle handlemuligheder, som kan anvendes fremadrettet for leder og medarbejdere.

Rammen

Der er afsat 2 timer til processen. For at have ro og undgå forstyrrelser, skal vagttelefoner mv. varetages af kollegaer, som ikke deltager.

Det kan være hensigtsmæssigt, at I på forhånd har talt om eller aftalt, hvilket emne/situation/borger I gerne vil bringe i spil og tage udgangspunkt i. Hvis ikke dette er muligt på forhånd, er det muligt at drøfte det som en opstart på processen under selve seancen.

Der er tavshedspligt i forhold til, hvem der siger hvad under selve seancen – det skal ikke refereres rundt i organisationen. Derimod må der meget gerne refereres til de aftaler, handlinger og mål som man når frem til. Der vil være muligt at tage et billede af aftalerne når vi slutter.

Lederen deltager og sidder i baggrunden i lytte position under hele seancen. Formålet med dette, er dels at lederen får indblik i, hvad der rører sig i teamet og dels for at lederen, vil kunne støtte op omkring eventuelle konklusioner og aftaler, der nås frem til under seancen.

TeamRefleksion tager udgangspunkt i, at alle deltagerne bidrager med den viden den enkelte har om emnet. Målet er, at alle støtter hinanden i at fastholde arbejdsglæden og det gode samarbejde - til gavn for både medarbejdere, ledere og de mennesker vi professionelt arbejder omkring.

Vi glæder os til at møde jer

