

Liv og energi - anerkendende øvelser i et bofællesskab

**Okay Kuyutu, Anne Petersen, Tove Teichert,
Lissi Smidt, Marion Krebs, medarbejdere
Bofællesskabet Højløkke**

**Peter Westergaard Sørensen, Ledelses- og
organisationskonsulent**

”Nu skal du altså huske kun at smøre 2 stykker rugbrød. Du ved godt det der er for meget”. ”Du skal spise noget sundt – ikke al det pålægschokolade”. ”Tanja og Bent fylder altså bare så meget. Jeg gider ikke være i stuen, når de er der”. ”Gå dog ind til dig selv. Du siger det samme hele tiden. Det gider jeg ikke høre på”.

I gennem længere tid har personalet i Bofællesskabet Højløkke i Sønderborg Kommune oplevet en ret træls stemning blandt beboerne. Medarbejderne synes beboerne kontrollerer, bagtaler, kritiserer, driller, konkurrerer, irriterer og mobber hinanden i et væk, ligesom der sladres meget i krogene. Der er mange konflikter, og flere af beboerne trækker sig fra fællesstuen til deres egne lejligheder – også selvom de ikke har lyst til at være alene.

Det fælles udgangspunkt

I løbet af efteråret 2010 og foråret 2011 har personalet været på kursus sammen med alle andre medarbejdere, der yder socialpædagogisk bistand til voksne med særlige behov i Sønderborg Kommune. Kurset er bygget op omkring den anerkendende og værdsættende tilgang med afsæt i socialkonstruktionistisk erkendelsesteori. Nogle af hovedpointerne i kurset lyder:

- Det vi fokuserer på bliver vores virkelighed
- Vi erkender vores sociale virkelighed igennem kommunikation i relationer

Bofællesskabet Højløkke er et botilbud efter Servicelovens § 107. Der er 8 udviklingshæmmede beboere imellem 24 og 66 år.

- Det vi giver energi vokser
- Sprog er aldrig neutralt. Kommunikation er en skabende handling

Medarbejderne har i forløbet arbejdet med en række konkrete øvelser, der belyser og afprøver teorierne i praksis. De har oplevet mange af øvelserne som livgivende. Der er en vældig frigørende kraft i at sætte fokus på det, der giver energi og liv i dagligdagen. Medarbejderne har talt meget om deres oplevelser, og om hvordan de kan bruge deres viden og inspiration til at skabe en bedre stemning i bofællesskabet.

De bakker lidt med hvordan de kan omsætte teorierne til noget praksisnært. Hvordan er det man opbygger en anden stemning? Og er de overhovedet sikre på, at beboerne oplever det samme som dem?

Medarbejdernes drøftelser munder ud i et konkret forslag om, at afprøve nogle af de øvelser, de selv har været igennem, med beboerne. Konkret tilbydes beboerne et to dages kursus. Der opstilles ikke mål for dagen. Ønsket er at se, hvad der vokser frem og gribe det til evt. at skabe forandringer.

Kurset bygges op omkring spørgsmålet: ”Er det muligt igennem anerkendende tilgang og socialkonstruktionisme, at ændre beboernes tilgang og opfattelse af hinanden”?

Beboerkursets udgangspunkt

Udgangspunktet for kursets indhold er at skabe nogle samtaler og situationer, der sætter fokus på den enkeltes særlige ressourcer, de gode fælles oplevelser, det fysiske nærvær, beboernes forestilling om det gode samvær fremadrettet, og endelig hvad beboerne ønsker og ikke ønsker hjælp til fra personalet.

Kurset løber over to dage fra 10.00 – 16.00

Talentspejder

Dag 1 starter med en sang. ”Jeg ved en lærkerede”. Derefter starter den første øvelse som kaldes talentspejder. Øvelsen skal sætte den enkelte i stand til at se sine egne stærke sider og at få en tilbagemelding på, hvad de andre beboere også oplever som noget særligt ved vedkommende. På skift er beboerne i fokus. De sidder foran de andre og fortæller hver især udfra spørgsmålet:

Hvad kan du sige om gode ting ved dig selv?

Dernæst følger en runde, hvor de andre fortæller udfra spørgsmålet:

Hvad kan dine medbeboere sige om gode ting ved dig?

Medarbejderne beskriver forløbet af øvelsen på denne måde:

- Vi oplevede en beboergruppe som formåede at være **koncentreret** i to og en halv time.
- Vi oplevede en **oprigtig interesse for hinanden**, som strakte sig ud over det sædvanlige.
- Vi oplevede at beboerne blev **synligt påvirket**. Nogle fik det store smil frem, andre blev meget rørte.

Efterfølgende er samtlige udsagn blevet til et ”Talenttræ”, som man kan se i fællesrummene.

Hver beboer har sin egen gren, og på bladene er udsagnene om den pågældende beboer skrevet ned.



1 Talenttræet

Den bedste oplevelse vi har haft sammen

Efter talentspejderøvelsen giver beboerne på skift hinanden et fodbad. Det er lidt grænseoverskridende for nogle at være i så tæt fysisk kontakt men det opleves også sjovt og hyggeligt.

Derefter sætter beboerne sig samme to og to og beskriver hver især den bedste oplevelse, de har haft med den anden. Når begge har fortalt finder de sammen med en ny partner. Alle beboere kommer på et tidspunkt til at sidde overfor hinanden.

Der sidder en medarbejder med, der støtter op om samtalerne.

Medarbejderne fortæller om øvelsen at:

- Vi oplevede at beboerne fortsat formåede at være **koncentrerede**.
- Vi oplevede at beboerne var **seriøse**.
- Vi oplevede at der opstod en **intens stemning** imellem beboerne.
- Vi oplevede at beboerne **lyttede** til hinanden.

- Vi oplevede at beboerne begyndte at **erindre sig** og hente oplevelser frem, som allerede lå år tilbage.

Dermed slutter dag 1.

Hvis du skulle gøre noget godt for den anden

Dag 2 starter også med en sang. Beboerne glæder sig til dagen og siger, at dagen i går var en god oplevelse.

Dernæst starter dagens første øvelse. Igen er beboerne sammen to og to. Medarbejderne er interviewere. Først spørger medarbejderen beboer A om: "Hvis du skulle gøre noget godt for B, hvad kunne det så være"?

Når A har svaret spørger medarbejderen beboer B: "Hvordan ville det være for dig"?

Når B har svaret finder beboerne sammen i nye par.

Medarbejderne fortæller om øvelsen at:

- Vi oplevede at beboerne var **motiverede og koncentrede**.
- Vi oplevede at der var stor forskel på beboernes individuelle bud på, hvad de kunne gøre for andre.
- Vi oplevede at det for nogle af beboere var en udfordring, at komme med et bud på, hvad han/hun kunne gøre for andre. Et eks: "Hvis du skulle gøre noget godt for ... Hvad kunne det så være?" Efter en længere tænkepause: "han er god nok."
- Vi oplevede at **mange havde gode bud på**, hvad de kunne gøre for hinanden. F.eks. sagde en beboer, at hun ville begynde at tale ordentligt til en anden beboer, fordi hun gerne ville bevare venskabet.
- Vi oplevede at beboerne **sagde fra**, hvis de ikke syntes om det, den anden havde foreslået.
- Andre bud, der fremkom i samtalerne:
 - Besøge hinanden i lejlighederne

- Tage til en håndboldkamp sammen
- Give en kage eller blomster.
- Høre musik sammen.
- Tage på tøjsetur
- Ikke skændes mere
- Male et billede
- Give et knus
- Ikke bestemme over hinanden
- Ikke drille

- Flere udsagn havde fællesnævneren: **at være mere hjælpsom overfor hinanden.**
- Vi oplevede at beboerne fik berørt emner, som i dagligdagen var irritationsmomenter.
- Vi oplevede at beboerne fik sagt ting til hinanden, som de ellers ikke ville have sagt.

Hvordan vil vi gerne have det med hinanden fremover

Da beboerne på første dag snakkede om de bedste oplevelser, de har haft med hinanden kom det frem, at nogle af dem, for år tilbage spillede sammen i et band. En af dem har et kassettebånd med musikken. Efter frokost sættes båndet på, og der bliver danset igennem.

Efter danset er der efterhånden ved at indfinde sig en smule træthed blandt kursisterne. Alligevel går alle koncentreret ind i en snak om, hvordan beboerne gerne vil have det med hinanden fremover. Snakken foregår i plenum. Der fremkommer 15 udsagn, bl.a.:

- Vi vil snakke pænt til hinanden
- Lade være med at hakke på hinanden
- Give lov til at smøre madpakken i fred og ro
- Lade være med at være sure på hinanden

Dernæst fortsætter gruppen med at drøfte: "Hvad vil vi have personalet til at hjælpe os med? Og hvad vil vi ikke have hjælp til?"

Medarbejderne fortæller, at snakken meget kom til at handle om hjælp til tandbørstning, og muligheden for at smøre sin madpakke uden

andres indblanding. Nogle vil smøre madpakken i egen lejlighed.

Andre udsagn der fremkom:

- Jeg vil gerne have hjælp til at sortere NYT vasketøj
- ”Jeg vil gerne vaske tøj uden hjælp”
- ”Hvis min I-dag bliver aflyst, skal den flyttes til en anden dag”
- ”Jeg vil lave aftensmad selv, men jeg skal have hjælp til at handle ind”

Medarbejdernes konklusion

Medarbejderne fortæller om udbyttet af kurset:

”Vores udgangspunkt var: Er det muligt igennem anerkendende tilgang og socialkonstruktionisme at ændre beboernes tilgang og opfattelse af hinanden.

Igennem hele forløbet, har vi ikke på noget tidspunkt offentliggjort det overordnede formål.

Vi ville se, om det igennem øvelserne var muligt at røre ved beboernes opfattelse af hinanden og sig selv. Og det må vi sige bestemt var muligt. Vi havde et håb, der er blevet mere end indfriet.

- Vi er blevet meget positivt overrasket.
- Vi havde ikke forventet den enorme koncentration beboerne udviste.
- Vi havde ikke forventet den enorme tålmodighed, som øvelserne ind imellem krævede.
- Vi havde ikke forventet så mange kvalificerede udsagn.

Igennem forløbet kom beboerne selv ind på den negative stemning, som før har været dominerende i bofællesskabet, og de gav udtryk for et ønske om forandring.

De gav ligeledes udtryk for, at det havde været et godt kursus og at de gerne ville have noget tilsvarende en anden gang igen”.

4

Hvad er det der skaber forandringen

Personalet i bofællesskabet Højløkke kaster sig ud i et forløb, som ikke har andet formål end at

prøve nogle samtaleformer af, og se hvad der sker. Resultatet er, at der sker en hel masse i forhold til den sociale virkelighed i bofællesskabet.

Medarbejderne var bekymrede for stemningen og omgangstonen blandt beboerne, men det bliver ikke sat på dagsordenen. I stedet skabes et program, der udelukkende fokuserer på ressourcer, gode oplevelser, energi og liv. Og andet skal der ikke til, før beboerne får mulighed for at blive nogle andre for sig selv, hinanden og for medarbejderne.

Virkeligheden er forandret og forandringen er skabt af beboerne igennem en anden form for kommunikation i relationer med et nyt og positivt fokus.

Det var enkelt, det var billigt men det betød en verden til forskel. Skulle du have mod på det samme, er det bare at kopiere programmet – og så se hvad der sker.

MERK projektet i Sønderborg Kommune

Beboerkurset i Højløkke er en del af et omfattende udviklingsprojekt, der aktuelt gennemføres i Sønderborg kommune. Alle medarbejdere der yder socialpædagogisk bistand til voksne med særlige behov har gennemført ni dages uddannelse. I øjeblikket er den nye viden og fælles referenceramme ved at blive omsat til delprojekter på hver enkelt arbejdsplads.

MERK projektet er en del af det landsdækkende projekt ”Kompetenceudvikling i botilbud”.