

## Hvad er en "Jeg-støttende-samtale"?

Metoden i den "Jeg-støttende-samtale" er kendetegnet ved, at den understøtter barnet/den unge i at finde sine egne ressourcer. At få dem til at mærke sig selv, erkende sig selv og få en oplevelse af, at grundlæggende følelser som det at vise vrede, glæde eller sorg over for et andet menneske ikke nødvendigvis skal opleves som truende over for barnet/den unge selv. At udtrykke følelser og stemninger i fortrolighed med en anden person kan have samme virkning som at tænde lyset i værelset, når det spøges.

Samtalepartnerens "jeg-støtte" består blandt andet i at rumme de følelser, som barnet/den unge oplever som angstfyldte og truende. Nogle børn og unge har ikke lært at sætte ord på deres følelser og tror måske heller ikke, at andre kan forstå det, de føler. Et barn/en ung, som er kommet på institution, får nemt en oplevelse af, at "det er min skyld, fordi jeg er anderledes end de andre i familien". Den oplevelse kan fremkalde en eksistentiel følelse af tab og svigt, der sætter sig til en indre smerte.

Hvis den følelsesmæssige smerte ikke bliver forstået og rummet i det pædagogiske miljø, skaber det grobund for en negativ selvudvikling. Det øger risikoen for problemskabende eller udadreagerende adfærd til skade for alle involverede.

## De fire aspekter

### 1. Den trygge ramme

Det 1. aspekt i den "jeg-støttende-samtale" er at skabe en tryk ramme mellem barnet/den unge og pædagogen/samtalepartneren. Erfaringerne viser, at det er vigtigt at planlægge og systematisere et forløb, hvor samtalerne start og afslutning bliver planlagt for en længere periode. Samtalerne skal foregå i et velegnet lokale, hvor man undgår at blive forstyrret. Det er vigtigt, at barnet/den unge føler sig velkommen fx ved, at man begynder mødet med et kram og et "jeg er glad for, at du kommer i dag". Efter 10-15 minutters småsnak og hygge, kan den jeg-støttende-samtale" gå i gang. Det er pædagogens ansvar, at der bliver holdt en vis genkendelig rytme i samtalen fra gang til gang.

Når barnet/den unge oplever at blive anerkendt, giver det ham/hende mod til at komme videre.

## **2. Samtalepartnerens rolle**

Et 2. aspekt er, at pædagogen/samtalepartneren via sin faglige viden, empati og betydningsfulde relation til barnet/den unge, giver dem sin fulde opmærksomhed og mulighed for at blive set, hørt og forstået i forhold til barnets/den unges egne følelser, tanker og handlinger. Pædagogens/samtalepartneres anerkendelse og forståelse skaber grundlaget for, at ikke accepterede følelser og bagvedliggende angst bliver mindre truende i forhold til barnets/den unges oplevelse af sig selv. Pædagogen/samtalepartneren skal fagligt og personligt kunne tåle at være tæt på et andet menneske og acceptere det, barnet/den unge oplever som "ikke tilladte følelser og tanker". Denne miljøterapeutiske proces er indirekte med til at skabe lindring i forhold til det, der gør ondt indeni.

## **3. Accept og realitetskorrigering**

Et 3. aspekt er realitetstilpassede interventioner, som får barnet/den unge til at acceptere sig selv og føle sig o.k. Pædagogen/samtalepartneren skal uden at tage drømmene og håbet fra barnet/den unge nænsomt og varsomt realitetskorrigere barnets/den unges virkelighedsopfattelse.

Fordele og ulemper skal drages frem i samtalen, så barnet indser, at selv om noget ser ud til eller virkelig bliver mistet, er der andet, der bliver vundet.

## **4. Formidling til kolleger**

Et 4. aspekt er, at pædagogens/samtalepartnerens nye forståelse for barnets/den unges emotionelle dilemmaer og bagvedliggende angst, bliver videreformidlet til de øvrige kollegaer i en form, der tager hensyn til den tavshedspligt, som vi har. Den øvrige personalegruppe tilegner sig derved en ny forståelse for de handlemuligheder, der kan kvalificere støttemiljøet i at rumme og bearbejde barnets/den unges til tider usædvanlige adfærdsmønstre.

Rummeligheden betyder i denne sammenhæng, at personalegruppen har en særlig bevågenhed over for samspillet og relationerne mellem personalet og barnet/den unge. Især er det vigtigt, at personalet er opmærksom på deres egen adfærd i samspillet, når barnet/den unge udviser en problemskabende adfærd, der

fremkalder frustration og irritation hos den enkelte medarbejder eller den samlede personalegruppe. En øget bevidst- og årvågenhed i det samlede faglige støttemiljø hjælper den enkelte medarbejder til at bevare det faglige overblik.

### **Hvad viser erfaringerne?**

Sammenfattende peger erfaringerne på vigtigheden af, at personalet opfanger og forstår den angst og frustration, der gemmer sig bag barnets/den unges livsproblematikker. På den måde kan pædagogen/samtalepartneren understøtte samspillet med barnet/den unge og derved minimere risiko for misforståelser i kommunikationen, trusler og vold.

En implementering af ”jeg-støttende-samtaler” som en konkret og anvendelig metode i det pædagogiske miljø kan medføre en større forståelse og anerkendelse af barnets/den unges usædvanlige adfærd. En forståelse, der er medvirkende til at kvalificere støttemiljøets samlede handlingskompetencer og derigennem reducere udadreagerende og problemskabende adfærd.

Jeg-støttende-samtale er en samtalemethode, hvor en person med udviklingshæmning og udadreagerende adfærd støttes i at sætte ord, kropssprog og stemning på sine følelser og reflektere over fordele, ulemper og konsekvenser ved personens muligheder og ønsker for fremtiden.

*Tekst fra Tilbudsportalen.dk*