

At finde håbet og en faglig identitet



Artikel af Andreas Tovborg og Gitte Jensen

Problemer uden historik kommer ofte til at styre vores liv. Alt for tit hører jeg andre mennesker sige; *'jeg er inde i en dårlig periode, men jeg ved ikke hvorfor'*. Hvis ikke problemer sættes ind i en kontekstuel ramme og gives mening, kan vi have svært ved at handle og se nye muligheder i vores liv. Problemerne eksisterer bare - og oplevelsen af, at vi kan ændre på tingenes tilstand, er ikke særlig present.

Mennesker reagerer, når vi oplever at vores værdier og intentioner ikke bliver taget alvorligt. En reaktion eller en følelse eksisterer dog ikke alene. Vi bliver ikke vrede, irriterede eller ked af det uden grund.

Ved at spørge ind til vores responser, færdigheder og viden kan vi blive klogere på, hvad der er vigtigt for os og hvorfor – det kaldes stilladserende samtaler. Når handlinger gives en historie, skabes der grobund for en udvidelse af vores selvforståelse og identitetsfortællinger. Stilladserende samtaler kan være med til at skabe en mental bro mellem kendt og erfaret viden til konceptualiseret viden om meningsfulde responser.

I dette interview taler jeg med Andreas, der er uddannet Pædagogisk Assistent (PAU) og i praktik på Parkvænget. I interviewet fortæller Andreas om, hvordan hans tidligere problemmættede fortælling om ADHD, stress og depression, nu er blevet til en alternativ fortælling om mod, mestring og motivation.

Andreas begynder med at beskrive, hvorfor han er i praktik på Parkvænget. *Jeg er ved at tage MB uddannelsen og i den forbindelse skal jeg være i praktik i 10 måneder på Parkvænget. MB står for Medarbejder med Brugererfaring. For at kunne deltage i MB-uddannelse skal jeg have haft kontakt med psykiatrien og samtidigt have en uddannelse, som jeg kan bruge når jeg er i praktik.*

Hvad er historien om dig og MB-uddannelsen? *Jeg har en pædagogisk uddannelse, men jeg har haft rigtig svært ved at finde et ståsted på arbejdsmarkedet, fordi jeg både har lidt af ADHD, stress og depression. Det har betydet, at det var været vanskeligt for mig at finde et arbejde i det pædagogiske felt. Jeg har været*

igennem nogle praktikker på min PAU uddannelse, hvor jeg ikke rigtig har følt mig mødt eller har oplevet, at der var den store forståelse for, hvem jeg var og hvilken ballast jeg var trådt ind af døren med. Jeg nikker og Andreas fortsætter. Efter jeg afsluttede min PAU dannelse, søgte jeg direkte videre på pædagoguddannelsen. Dengang var uddannelsens form ved at blive lavet om, og jeg oplevede en masse kaos i forbindelse med den nye uddannelsesreform. Uddannelsen skulle blandet andet flytte til Campus Carlsberg og jeg trives ikke så godt i løse rammer og manglende struktur, så jeg valgte at stoppe på uddannelsen.

Hvad gjorde du så? Jeg begyndte i stedet at søge medhjælperarbejde med udgangspunkt i min PAU uddannelse. Jeg fornemmede dog meget hurtigt til jobsamtalerne, at jo mere usikker jeg blev, jo mere snakkede jeg og jo mere excentrisk og impulsiv virkede jeg. Det tror jeg ødelagde samtalerne. Samtidigt kobledede det sig også til mine erfaringer fra min praktik på PAU uddannelse. **På hvilken måde?** Mine kollegaer var glade for mig, men når jeg åbnede op og fortalte om mig selv og min ballast, så trak mine kollegaer sig. Det var med til at ødelægge mit selvværd og især min selvtillid.

Hvad skete der så? Jeg blev meget stresset af at tænke på, at jeg havde arbejdet 15 år som ufaglært, og nu, hvor jeg endelig havde taget en uddannelse, kunne jeg ikke bruge den, fordi arbejdsgiverne ikke ville ansætte mig. Efter et stykke tid gik det op for mig, at jeg havde brug for hjælp, så jeg kontaktede et behandlingssted, hvor jeg har været tilknyttet tidligere og spurgte efter hjælp. De tog imod mig med åbne arme og efterfølgende blev jeg udredt for ADHD.

Hvordan kom du så i kontakt med Nettet, der udbyder MB-uddannelsen? Det var min storesøster, der havde læst en artikel om MB-uddannelsen. Jeg tænkte med det samme, at det kunne være noget for mig. Jeg havde faktisk på det tidspunkt opgivet min uddannelse og vidste ikke, hvad jeg skulle gøre med mit liv og min fremtid til. Jeg følte simpelthen ikke, at der var plads til mig på arbejdsmarkedet. Det var et personligt nederlag for mig. **Prøv at fortælle lidt mere om, hvorfor du tænkte at MB-uddannelsen var noget for dig?** Jeg følte, at jeg via uddannelsen kunne få et nyt ståsted, det var meget vigtigt for mig, især fordi jeg er nyuddannet og gerne ville arbejde i socialpsykiatrien. **Hvordan var det så at begynde på MB-uddannelsen?** Jeg oplevede, at der var andre, der havde de samme udfordringer som mig men alligevel havde et arbejde. Det gav mig en tryghed og jeg følte for første gang i meget lang tid, at der var håb og plads til sådan én som mig! **Så dét var med til at give dig et håb?** Andreas nikker og smiler. Jeg føler jeg har fundet 'the missing link', fordi jeg har fået lov til at arbejde og jeg bliver mødt som menneske og potentiel medarbejder. Det betyder alt! Før jeg kom på Parkvænget og MB-uddannelsen, fyldte de dårlige oplevelser i min identitet, i stedet for at min uddannelse fyldte i min identitet. Jeg har fået en hel fantastisk modtagelse af medarbejderne, det må jeg sige.

Kan du komme med et konkret eksempel på, hvordan medarbejderne har givet dig plads? Ja, jeg har fx arbejdet med at få greb om min ADHD, fordi jeg ved, at jeg taler meget og jeg har bedt medarbejderne om, at hjælpe mig med at håndtere det. Ikke nok med, at jeg stresser mig selv ved at tale meget, så kan jeg også komme til at stresser mine omgivelser, og derfor vil jeg gerne arbejde med det. **Hvordan har medarbejderne taget imod din opfordring om at hjælpe dig?** Rigtig godt! De har spurgt ind til, hvem er jeg og hvordan de kan hjælpe mig. Det er foregået i trygge rammer og gået meget bedre end jeg turde håbe på, da jeg påbegyndte praktikken. De har givet mig de rette vilkår og det rette miljø til, at jeg kan arbejde med de mål, der er sat på min uddannelse. Det betyder meget både for selvværdet og for den indre ro.

Hvad har ellers været vigtigt for dig i praktikken? Det har også været vigtigt, at jeg har fået en masse konkrete redskaber på MB-uddannelsen. **Hvilke redskaber har du fået på uddannelsen, som har hjulpet dig i din praktik?** Refleksion og nogen andre at tale med. Det har gjort at jeg ikke føler mig så alene. Det har for mig været en fantastisk måde at få min tro på egne evner tilbage. Jeg er ikke længere gået i stykker – eller måske skulle jeg hellere sige, at jeg ikke længere har en identitet, der siger at jeg er gået i stykker.

De oplevelser, som du nu har fortalt mig om, hvorfor er det lige netop dét, som er vigtigt for dig? Det er vigtigt, fordi jeg har genfundet en positiv udvikling og opdaget at mine erfaringer kan bruges konstruktivt. Jeg har ikke længere bare en interesse for det pædagogiske felt. Jeg har noget, som jeg kan arbejde med både i forhold til andre mennesker og i forhold til min egen udvikling. Ved at være i praktik er mit selvværd steget og jeg føler mig hørt. Mine erfaringer kan bruges af andre.

Kan du give mig et lille eksempel? Det kan være i forbindelse med at danne relationer til beboerne. De har givet mig en chance. Jeg prøver at tale langsommere og mindre højt og det betyder faktisk, at jeg kan have nogle længere og mere dybdegående samtaler med beboerne nu. De ser ikke helt så trætte ud, når de taler med mig, Andreas griner. **Så længere og dybdegående samtaler?** Ja, jeg har fået en ro i kroppen til også at spørge lidt ind og give mig tid til at lytte. Jeg bruger tid på at svare i forhold til de spørgsmål, som de stiller mig. Den ro havde jeg ikke helt i begyndelsen af praktikken. Jeg er bevidst om, at jeg skal genfinde mig selv i løbet af praktikken og det har været rigtig rart, at beboerne har givet mig en mulighed for at vise nogle nye sider af mig selv. Jeg synes jeg har fundet et godt stæd nu ved hjælp af beboere og medarbejdere.

Hvad tænker du sådanne typer af samtaler kan bidrage med? Jeg håber at mine erfaringer kan bruges som inspiration og motivation til beboerne her på Parkvænget. Jeg er godt klar over, at beboerne ofte fortæller at deres eget liv er helt anderledes end mit. De har fx sagt til mig, at min proces er nemmere end deres, fordi jeg er kommet igennem en del af min proces. Så taler vi om at det trods alt har taget mig 15 år, at komme hertil, at det er kun er 8 måneder siden, at jeg fik den rigtige hjælp til at arbejde med mine udfordringer. Der er ikke noget, der hedder den nemme vej. Det er hårdt arbejde for alle, der prøver at komme sig og få det bedre. Man må finde sin egen vej!

Jeg er blevet meget bevidst om, at vi alle stræber efter normalitet, men hvad er normalt? Hvis ikke man forholder sig til det, kan man ende med at få et meget forkvaklet syn på det perfekte liv. Derfor er det rigtig vigtig at få at vide, at der er plads til én og at man kan sagtens få en normal tilværelse, man skal bare lige udover drømmebilledet på det perfekte liv. Jeg er begyndt ikke at være så optaget af mine egne fejl og mangler og i stedet vende blikket mod min livskvalitet, og det som gør mig glad. Det handler for mig om livsglæde. Det er fantastisk, når man arbejder med mennesker, at vi kan være med til at fokusere på nuet og ikke kun tale om, hvad der er sket, eller hvad man frygter der skal ske.