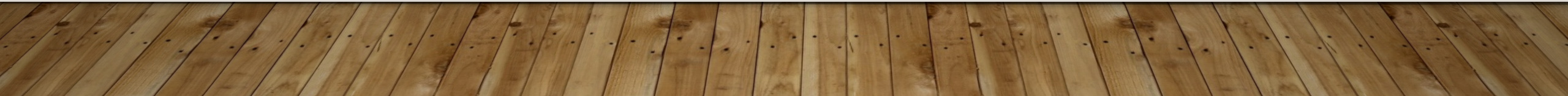




VEILEDNINGSROMMET -

HVA KAN UTVIKLE ROBUSTHET I VEILEDNING?

GRY BRULAND VRÅLE. FØRSTELEKTOR, EMERITA VID VITENSKAPELIG HØGSKOLE OG 2. VARA II LANDSGRUPPEN AV VEILEDERE I NSF



2 NOEN NØDVENDIGE KVALITETER I VEILEDNINGSROMMET FOR AT ROBUSTHET KAN UTVIKLES?

- ❖ Anerkjennende og støttende, empatiske gjenkjennelser
- ❖ Tillit
- ❖ Trofasthet
- ❖ Trygghet
- ❖ Taushet
- ❖ Romslighet og toleranse for utfordringer og nytenking

3 VEILEDNINGSROMMET

- En ting er kvaliteter ved det fysiske rommet som « space» og gjenklang og lys og temperatur....
- Noe annet er det Grethe Bjerva viser til når hun sier:
- *Ethvert møte i veiledning har en dobbelthet i seg. Det er både unikt og universelt. Den enkeltes erfaring og fortelling er unik, samtidig som det er noe universelt ved hvert møte. Det universelle viser seg som fenomener som grunnleggende erfaringer knyttet til det å være menneske. Livsfenomener er meningsbærere. De er forbundet med menneskets opprinnelighet og skaper rom for livsbærende møter*

4 ROBUST

- Robust: oversettes i bokmålsordboka med motstandsdyktig, hardfør, tåle en støyt, solid og kraftig (noen av disse egenskapene er synonymer til det å være modig det vil jeg komme tilbake til avslutningsvis)
- Sett i lys av forståelsen av emosjonell intelligens kan vi også gjenkjenne robusthet i form av toleranse, og å kunne si fra om og å kjenne på egne begrensninger. Emosjonell intelligens kan beskrives som det å oppfatte og forstå og skille mellom egne og andres følelser. Og bruke dette i selvrefleksivitet og selvavgrensing.
- Robust i veiledningssammenheng, kan beskrives som på den ene siden kunnskapsrik og samtidig være sensitiv og nær.
- Så langt: Det som kan utvikles i veiledningsrommet er; motstandskraft og tåleevne. Soliditet og kraft og selvavgrensing samtidig med det å la seg berøre

5 KOGNITIV ROBUSTHET

- Kognitive funksjoner er de mentale funksjoner som har betydning for etisk og faglig erkjennelse, tenkning/kognitiv kapasitet og kunnskapstilegnelse – og anvendelse

6 EMOSJONELL ROBUSTHET

- En sanselig fortolkning er ikke bare kognitiv, men omhandler også følelser. Følelser åpner opp vår forståelse og gir oss tilgang til verden (Grimen og Nortvedt 2004).
- Følelser er verdiuttrykk i det våre verdier møter virkeligheten (Hans H. Grelland, 2020)
- Emosjonelt robust innebærer at jeg over tid evner å være refleksivt bevisst egne følelsers påvirkning på meg selv og andre i samspill med dem. Slik kan vi regulere dette til det beste for den man står i profesjonell relasjon med, - og også til beste for oss selv.

7 PRAKTISK/TEKNOLOGISK ROBUSTHET

-kan kanskje knyttes til kunnskap om metoder – men det er også **håndlaget** vårt. Håndlag er synonymt med ordet **grep** – og jeg tenker det da handler om **å ha grep om, beherske og kunne håndtere** ulike situasjoner som er relevante for den sykepleiepraksis eller veiledningspraksis vi arbeider i.
- Jeg tenker det kan være alt fra intravenøs væsketilførsel - til en samtale om døden med en pasient - eller snakke med en person om angst....Eller til det å lede en veiledningsmetode osv.....på en korrekt, men samtidig **smidig** og **situasjonstilpasset** måte.
- Smidig = f. eks fleksibel, myk, smekker, sprek, diplomatisk

8 FYSISK ROBUSTHET

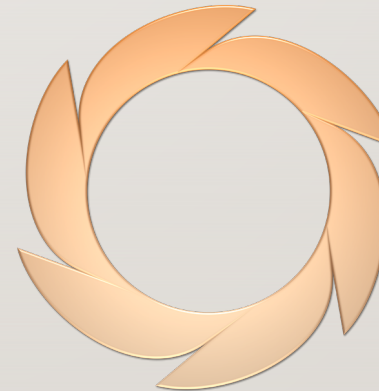
- Å være fysisk robust og i god fysisk form har mange fordeler knyttet til utholdenhet og styrke, men også til evnen til å utnytte den kraften/energien du har.
- Hvor viktig det er må jo vurderes ut fra arbeidets art – her som sykepleier evt. som veileder.Mange sykepleiere arbeider lenge uten pauser for å spise, drikke og gå på toalettet
- I veiledning kan det være å ha god kontroll og samtidig være fysisk avslappet og ha utholdenhet og tålmodighet både som veileder og som veisøker. Å bevare roen både fysisk og psykisk...
- Dessuten sa Søren Kierkegaard: *Tap for all del ikke lysten til å gå: jeg går meg til det daglige velbefinnende hver dag og går fra enhver sykdom; jeg har gått meg til mine beste tanker og kjenner ingen tanke så tung at man ikke kan gå fra den.*

9 FENOMENER SOM VEDLIKEHOLDER ROBUSTHET I FAGLIG VEILEDNING?

- Jeg vil fremholde noen viktige fenomener
- Det ene er at faglig veiledning etter min og andres erfaring ser ut til å være et rom eller et verksted for **å bli kjent med seg selv** og **å kjenne seg selv igjen** og **kjennes ved seg selv og mine handlingsvalg** ved selvrefleksjon og selvavgrensing
- Den andre er betydningen av **å bli gjenkjent av andre** og **å kjenne igjen andre** ved deling i et faglig fellesskap og være bevisst på at den andre er et eget subjekt:
- At den andre må få være den andre - det er en etisk handling i følge Unni Lindstrøm.
- Dette er noe jeg sitter å funderer og prøver å skrive noe om i min pensjonisttilværelse

10 BEVISSTGJØRING AV EGEN KLANGBUNN OG EMPATISK GJENKJENNELSE

- **Kan et bevissthet om denne komposisjonen av empati kilde nyansere og forsterke vår gjenkjennelse:**
- egne bearbeidede erfaringer
- egen teoretisk etiske og faglige referanseramme
- egen fantasi/forestillingsevne
- **resonans** (inndeling av empati er her hentet fra Bui 1981 I: Lindstrøm, 2003)



II HVORDAN FANGE ESSENSEN

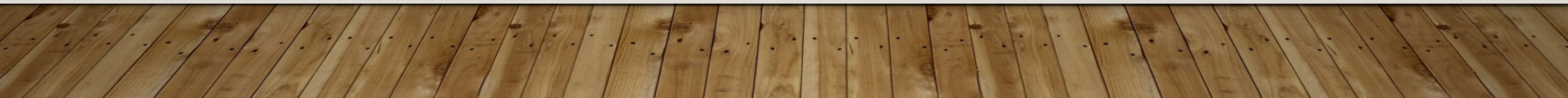
- Marie Vånar Hermansen som jeg vil omtale som veiledningens mor i Norge - lærte meg om gammeldags filmfremkalling - slik at vi får et tilstrekkelig bilde/gjenkjenning av elementer og stemninger eller hva kan ha vært følelsene og hva kan ha vært verdiene og tankene. I en situasjon. Sakte og sikkert vendes filmen i et mørkerom der bildet/situasjonen tilslutt trer tydelig frem med:
- Fortellingens start – hovedinnhold og avslutning. Var det noen høydepunkter (= tema/stemmeleie/kroppsspråk - hva legger du merke til)

12 INTEGRERT ERFARING KAN VEDLIKEHOLDE ROBUSTHET

Min forståelse av egne erfaringer, er at de bør være knyttet til både emosjonell og kognitiv bevisstgjøring. Det er gjerne *skjellsettende* opplevelser som vi husker best. I adjektivet skjellsettende ligger ifølge synonymordboken kjennetegn som betydningsfulle, avgjørende og nyskapende.

Patricia Benner hevder at ekspertise utvikles i praktisk handling, og at det skjer når forutinntatte meninger og forventninger utfordres, avklares eller avkreftes i en konkret situasjon. Min erfaring er at en god måte å arbeide med egne meninger og forventninger, er å dele dem, og reflektere over dem både ut fra erfaringer og fagkunnskap over dem sammen med kolleger enten det er i personalmøter, fra samtaler med pasienter/pårørende eller i klinisk veiledning.

Du oppnår 2 ting ved det: Avlastning og nytenkning: ***begge deler kan skape robusthet!***



13 ETISK BEVISSTGJØRING KAN VEDLIKEHOLDE ROBUSTHET

- Aasland (2020) skriver om etiske forutsetninger i veiledning, og han hevder at f. eks en veisøker er prisgitt veileders og gruppens fortolkninger av hans /hennes ytringer og fysiske fremtoning! Og at det er et etisk faktum.
- Han hevder at vi ikke kan velge bort vårt ansvar som veiledere i våre møter med veisøkere. *Ingen respons er også en respons* og knytter en *avhengighetsproblematikk* – en *prisgittethet* og - en *makt/avmakts* problematikk til dette faktum.
- Vi er ansvarlig for våre ytringer/vår respons som veileder.
- Derfor tenker jeg at det er så viktig med gjenkjennelse slik at vi kan bygge på det i våre anstrengelser for at veisøker skal få komme frem med det som er hans eller hennes etiske anliggender.
- Som i anerkjennelsens etiske fundament vil et grunnleggende *subjekt* – *subjekttenkning* være en forutsetning for gjenkjennelse. Vi - både veileder og veisøker eier våre egne følelser og tanker. Og som eiere har vi et viktig ansvar for å forvalte dem selv
- ***Etisk bevisstgjøring kan skape robusthet!***

14 INTEGRERT TEORI KAN VEDLIKEHOLDE ROBUSTHET

Integrert teorier for min veilederpraksis som påvirker mine valg av f.eks. metode.

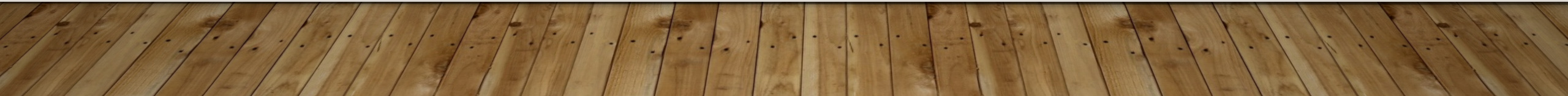
Hvor har du din verdibaserte og teoribaserte forankring som veileder?

Hva kan sammenhengen mellom min verdi og teoriforankring som menneske, sykepleier og veileder være?

Jeg snakker om *eierskapet til* det teoretiske rammeverket eller tenkningsgrunnlaget

En fortelling om to spesialsykepleiere

Veiledningsetikken min – hva er den og hvordan er samsvaret den og min teoretiske forankring i veiledning



15 FORESTILLINGSEVNE - OG FANTASI KAN GI NYANSERTE INDRE BILDER

- Å forestille seg noe kan være å skape bilder over noe har vært eller hvordan noe skal eller kan bli. Fantasi kan beskrives som det å forestille seg noe som ikke foreligger eller er sanselig nærværende. Min evne til å skape bilder over hvordan noe er eller har vært kan i min forståelse knyttes til mine egne tidligere erfaringer både fra mitt private liv og fra mitt profesjonelle liv, samt fortellinger jeg har blitt fortalt eller har lest.
- Fantasi som fenomen defineres gjerne mer løsrevet fra en situasjon og har synonymer både som både forestillingsevne, innbilningskraft og virkelighetsflukt. Forestillinger kan kanskje styrkes om *de krydres* med nøktern og øm/varm bruk av fantasi.
- *Kan forestillingsevnen skape robusthet?*

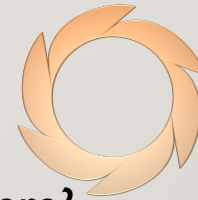



16 RESONANS KAN GI GJENKJENNING OG STYRKE LYDHØRHETEN VÅR

- Resonans er et fenomen som er hentet fra musikkens verden og beskriver en gjenklang eller samklang mellom ulike sider av vår oppfatning av virkeligheten, mens dissonans handler om mangel på gjenklang eller at noe skurrer (Jensen & Ulleberg, 2011).
- Eller at noe stemmer eller ikke stemmer.... Slik vi noen ganger ser det når ordene som brukes ikke samsvarer/harmonerer med blick, tonefall og kroppsstilling
- Hvordan fange det opp og velge - og i så fall hvordan jeg vil anvende det i dialogen med den det gjelder
- ***Kan resonans styrke robusthet fordi gjenklangen gjør oss oppmerksomme på detaljer som gir gjenkjenning?***

17 FORELØPIG OPPSUMMERING

- Kan summen av de fire komponentene; bearbejdede integrerte erfaringer, integrert faglig og etisk teori, bevisst bruk av forestillingsevne og oppmerksom og bevisst bruk av resonans bidra til at vi både
 - ❖ kjenner oss bedre igjen
 - ❖ i større grad kan kjennes ved oss selv og
 - ❖ gjenkjenne de vi er i relasjon med hva enten det er pasienter/brukere eller veisøkere?



 Hvordan bevisstgjøre og øve på dette i en veiledning. Systematisk etisk refleksjon kan være en vei og da med et reflekterende team som får spesifikke oppgaver knyttet til dette

18 OPPSUMMERING: GJENKJENNELSER I FELLESSKAP KAN SKAPE ROBUSTE PROFESJONSUTØVERE OG ET FELLESSKAP SOM KAN SKAPE ROBUSTHET OG DYGDEN MOT

- Fire kvalitative studier viser at veiledning kan skape **mot og kraft**. Fire utsagn er:
- *Å konkretisere etiske dilemma kan påvirke systemet – systemverden! Det har gitt mot (Vråle, et al,2017)*
- *Gruppen ga meg styrke til å ta en viktig beslutning. Det var en katalysator for en beslutning jeg har tenkt på en tid. (Løvaas & Vråle,2020)*
- *Etisk refleksjon skaper et rom for kreativitet, modige og bevisst valg. Begrepet beskriver en komplisert sammenheng mellom brukernes mål og tjenestenes rasjonelle, moralske og praktiske aspekt. I dette møte, eller mellomrommet, kan det skapes noe kreativt, nytt og originalt. Men det oppstår også situasjon hva angår valg. Modige valg knyttes til at dynamikken i gruppa utvikles og at de tør å løfte inn dilemmaer. De våger å bruke seg i ulike roller som profesjonsutøver, medmenneske, veileder, kollega, medarbeider eller leder. De våger å si i fra. De våger å se seg selv i møtet med bruker. Bevisste valg knyttes til at etisk refleksjon har som mål å komme frem til, på basis av juss, faglig og etisk skjønn, gjennomtenkte tiltak og handlingsalternativer(Rokke, 2017)*
- *Tips, råd om hvordan gå fram og opptre når du vil ha noe du brenner for gjennom tjenestevei, for å bli hørt og tatt på alvor. Noen av deltakerne uttrykte at de hadde fått mot til å ta nye valg. (Jensen et al. 2017)*

19 LITTERATUR:

- Bjerva, G.H. (2021). Møte mellom mennesker som grunnlag for veiledning. I: B.E. Karlsson & F. Oterholt. Fenomener i faglig veiledning 2. utgave, Universitetsforlaget.
- Løvaas, B. J. & Vråle, G. B. (2020). The value of group reflection. In Askeland, H., Espedal, G., Løvaas, B. J. & Sirris, S. (Eds). *Understanding values work. Institutional perspectives in leadership and organization*. Palgrave Macmillan.
- Jensen et al. (2018). Avdelingssykepleiere blir bedre ledere med gruppeveiledning. Doi.: <http://doi.org/10.4220/Sykepleiens.2018.73043>
- Jensen, P. & Ulleberg I. (2012). Mellom ordene. Kommunikasjon i profesjonell praksis. Gyldendal Akademisk
- Lindstrøm, U. (2014). Vårdvetenskap och hermenuetik i praksis. I Erna Lassenius& Elisabeth (red.).Severinsson. Hermenuetik i vårdpraxis. Det nära, det flyktiga, det dolda. Gleerups Utbildning AB
- Lindstrøm, U. (2003). Psykiatrisk sykepleie. Gyldendal Akademisk.

20 LITTERATUR FORTSATT

- Rokke, S. (2018)Gjør etisk refleksjon de ansatte mer inovative? En kvalitativ studie av personalets og ledernes erfaring med etisk refleksjon i praksis. Masteroppgave. VID vitenskapelige høyskole, Oslo
- Aasland, H. I. (2020).Veiledningens etiske forutsetninger. Eide, Solveig Botnen; Grelland, Hans Herlof; Kristiansen, Aslaug; Sævareid, Hans Inge;Aasland, Dag Gjerløw:Til den andres beste : en bok om veiledningens etikk. Gyldendal.
- Vråle, GBV Gjenkjennelse – trøst og veiledning i faglig veiledning: I: B.E. Karlsson & F. Oterholt. Fenomener i faglig veiledning 2. utgave, Universitetsforlaget.
- Vråle, G. B. (2015) veiledning når det røyner på. Gyldendal akademisk
- Martinsen., K. (2009). Evidens – begrensnede eller opplysende? I Kari Martinsen & Katie Eriksson,: Å se og å innse. Om ulike former for evidens.Akribe
- Nortvedt P. & Grimen. H. Sensibilitet og refleksjon. Filosofi og vitensapsteori for helsefag. Gyldendal Akademisk
- Vråle. G. B., Borge, L., Nedberg, K. (2017). Etisk refleksjon og bevisstgjøring i veiledning. Sykepleien Forskning 10.4220