

Erfaringer fra socialrådgiveruddannelsen i Nykøbing Falster

På socialrådgiveruddannelsen taler vi ofte om forebyggelse i et borgerperspektiv – om hvordan vi forebygger social udsathed, udvikling og forværring af sociale problemer, men vi taler langt fra nok om hvordan vi forebygger for os selv og vores egne arbejdsvilkår. Som en udløber efter et foredrag med Rikke Høgsted, oprettede vi en studiekreds for interesserede studerende, som fik muligheden for at gennemføre Grundkursus i Belastningspsykologi. Studiekredsen bestod således af studerende på tværs af hold, fra hele uddannelsen og blev varetaget af psykologiunderviser, som de studerende kender fra undervisningen. Ligeledes blev ledelsen og arbejdsmiljørepræsentanterne (AMIR) inviteret til at gennemføre kurset.

Studiekredsen blev bygget op omkring kursusprogrammet med to halve kursusdage, suppleret med en opfølgende tredje kursusdag og en hjemmeopgave. Da kursisterne i forvejen var studerende, var det et fokuspunkt i planlægningen og faciliteringen, at de i forvejen var aktivt lærende. Derfor var det vigtigt, at der var tid til læring, i et tempo de kunne følge med i, f.eks. at stoppe videoerne undervejs så de kunne nå at tage noter, at underviser samtidig lavede noter på tavle og at der ved hver øvelse var god tid til at skrive noter, snakke med sidemand og drøfte overvejelserne i plenum. Særligt var det vigtigt at støtte dem i at indtage en position for samtalerne; om refleksionerne handlede om tidligere erhvervs- eller private erfaringer, nuværende studie eller privatliv eller forventningerne til deres kommende praksis som socialrådgivere.

Hjemmeopgaven bestod i at øve sig i buddyordningen. Sammen med en makker fra kurset, skulle de aftale kontakt mellem 2. og 3. kursusgang, en periode med prøver, og dermed belastninger. De skulle lave konkrete aftaler om, hvordan de skulle have kontakt, f.eks. en messengertråd hvor de kunne komme af med frustrationer, på samme måde som fiskerbænken, og hvor de kunne støtte hinanden i at bruge erfaringerne fra kurset. Blandt andet havde vi sammen lavet erfarings-rapporter til nogle af modulerne, så de havde samlinger med gode råd om at få sig selv tilbage i balance og med selvhjælpsstrategier. Ligeledes blev de studerende introduceret til WHO's trivselsindeks, som de skulle bruge tre gange til at måle progressionen i deres trivsel. Målingerne skete på 2. og 3. kursusgang og i mellemprioroden.

På den sidste kursusgang samlede vi op på hjemmeopgaven og erfaringerne med den viden kurset har givet samt fejrede at de havde gennemført kurset. Det gjorde vi med en festlig bevisoverrækkelse og et fælles gruppebillede.

Erfaringerne fra kurset der blev delt, var de studerendes erfaringer med hjemmeopgaven, men også underviserens arbejde med ledelsen og AMIR. På kursets lærer man om IGLO-U modellen. Sammen med de studerende arbejdede vi med U'et. Dette arbejdet blev viderbragt til ledelsen og AMIR, da vi skulle lære om modellen. Her fik de vist de studerendes arbejde, og på baggrund heraf havde vi drøftelser af, hvad der kunne arbejdes videre med. Disse drøftelser og øvrige bemærkninger blev bragt tilbage til de studerende, således at selve IGLO-U modellens intention blev afprøvet og efterlevet.

Grundkursus i Belastningspsykologi har bidraget til nye samtaler og perspektiver på trivsel, hos studerende, ledelse og AMIR og grupperne imellem. Kurset har bidraget til at særligt de studerende har fået et sprog til at fokusere på egen og andres trivsel, ikke kun gennem oplæg og refleksion, men også gennem relevante meningsfulde øvelser. Det er et håb og ønske, at vi på socialrådgiveruddannelsen i Nykøbing Falster kan arbejde videre med at implementere belastningspsykologien yderligere på uddannelsen.

