



Hva gjør jeg når jeg er urolig for om jeg klarer å gjøre jobben min?

Hva gjør jeg når jeg merker at jeg ikke vet hvordan jeg kan hjelpe barnet til trivsel og utvikling?

- 1. Våge å ta min egen uro/usikkerhet på alvor og ta dette opp i fast møtearena med kollegaer (avdelingsmøte, teammøte) eller leder. Våge å ha fokuset på meg selv/min egen rolle:**
 - Hvilke kvaliteter / kjennetegn er utfordrende for meg?
 - Hva påvirker / utløser vanskelige situasjoner?
 - Prioritere hva jeg skal ta tak i (først).
- 2. Planlegge inngangen til samtalen jeg skal ha med barnet eller foreldrene.**

Hvilke spørsmål/innfallsvinkler kan være kloke? Hvordan klare å holde meg lenge nok på avklaring og forståelsesnivået? Hvordan unngå å tenke at jeg må komme med løsning/tiltak?

Evt. øve sammen med kollega.
- 3. Gjennomføre samtale med barnet eller foreldrene.**

Bruk god tid på forståelsen! Se avsnitt om «råd for samtalene» på neste side!
- 4. Gjennomføre den løsningen vi har kommet fram til.**
- 5. Refleksjon sammen med kollegaer, evt. leder, over egen rolle i samtalene som er gjennomført.**
 - Klarte jeg å få til god nok avklaring før jeg startet med å finne løsninger?
 - Husket jeg å legge fram mitt eget perspektiv, også?
 - Lot jeg den andre komme med løsningsforslag?
 - Klarte jeg å beholde likeverdigheten i dialogen gjennom hele samtalen?
 - Fikk vi til en løsning som tilfredsstilte begges behov/perspektiv?

Målet er å sikre at refleksjoner skal være en naturlig del av det daglige samarbeidet i personalgruppa.

Knytt refleksjonene til hva som er god eller dårlig praksis. Hvordan kan vi sammen jobbe for å endre dårlig praksis? Gjennom dette utvikler hver av oss vår egen relasjonskompetanse.

Råd for samtalene

Start samtalen med å forklare godt/problematisere din egen uro. Kom med konkrete eksempler. Vær åpen og ærlig om hva du selv tenker om deg selv i situasjonen: Hvis den profesjonelle er usikker, kan det ofte være greit å si det. By på deg selv uten å gjøre deg selv til samtaletema.

Aktiv lytting. Gi tid til at den andre skal få fram sin virkelighetsforståelse, ikke fall for fristelsen til å definere den andres virkelighet. Dette krever ofte god tid og en nøytral holdning, dvs. at den profesjonelle ikke legger inn vurderinger i beskrivelsene sine. Husk autentisitet, anerkjennelse og empati.

Når forståelsen er avklart med barnet eller foreldrene, er det viktig at den profesjonelle også **tydeliggjør sitt eget perspektiv**. Etterpå er det viktig at den profesjonelle gjentar begge perspektiv for at det ikke skal være noen tvil om at begge parter har oppfattet det samme.

Etter at avklaringen er gjort grundig, kan man **starte å se på mulige løsninger**. Her er det svært viktig at man ser etter løsninger som kan være tilfredsstillende både for barnets/foreldrenes perspektiv og den profesjonelles. Den profesjonelle skal først spørre den andre om den har noen ideer til mulige løsninger. Bruk tid på å drøfte forslag som kommer opp, før man bestemmer seg for ett eller flere tiltak man ønsker å gjennomføre.