



DU MØDER VÆRDIER, DER STRIDER MOD DINE EGNE.

Når man arbejder i et multietnisk miljø, kan man blive udsat for nogle meget stærke holdninger og udsagn, som kan være i konflikt med ens personlige værdier. Uanset hvilken etnisk baggrund man har, kan dette virke sårende. Det kan være negative kommentarer om hudfarve, nationalitet, religion, kultur, påklædning eller køn, og selvom man arbejder som professionel og ikke som privatperson og man forstår, at der er forskellige holdninger og meninger, kan man alligevel føle sig såret. Derudover kan man, når man er påvirket af sine følelser, have en tendens til at reagere med vrede, skuffelse eller aggression; reaktioner der ikke matcher et professionelt forhold. Derfor skal social- og sundhedspersonale være i stand til at håndtere disse situationer uden at reagere hverken udad eller indad med vrede eller tristhed. Man skal være opmærksom på sig selv og på de situationer, man har at gøre med, som kan indeholde udfordrende elementer i en daglig praksis - selv om det undertiden kan være vanskelig. Ens indstilling er også vigtig, da det at have en positiv holdning og perspektiv på situationer i stedet for en negativ er en effektiv måde at reducere og håndtere sårende følelser på.

01

Træk vejret dybt og tæl til ti. Tag et øjeblik for dig selv. Gå lidt væk og slap af. Identificer grundene til, at du føler dig såret.

02

Accepter og forstå hvorfor personen udtrykker denne opfattelse. Accepter at man ikke kan ændre på andre mennesker - kun på sig selv.

03

Hvordan håndterer du lignende situationer? Hvad fungerer for dig?

04

ET KONKRET EKSEMPEL

En juleaften på et plejehjem med beboere med forskellig etnisk baggrund har personalet meget travlt med at forberede den traditionelle julemiddag, der serveres om et par timer. Pludselig dukker en arabisk kvinde uventet op og har en frisør med for at give sin mor, der bor på plejehjemmet, en klipning. Datteren forlanger, at personalet hjælper hende med at forflytte moren fra sengen til en stol. En social- og sundhedsassistent forklarer hende, at ingen frapersonalet desværre har tid til det, da de forbereder middagen og hjælper beboerne. Datteren bliver meget vred og siger, at hun da er ligeglad med denne latterlige jul, og spørger vredt, hvorfor de andre fejrer den, da det ikke giver mening og det er dumt. Social- og sundhedsmedarbejderen, som er kristen, påvirkes følelsesmæssigt af det, der bliver sagt. Hun føler, at der trædes på hendes kultur og religion.

MULIG LØSNING

Medarbejderen er erfaren og i stand til at opretholde en venlig kommunikation, da hun kan adskille sin egen personlige krænkelthed fra sit professionelle arbejde. Hun kan holde styr på sine egne reaktioner.

Project Partners



For more information, visit
www.i-care-project.net



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

The I-CARE project has been funded with support from the European Commission. This publication reflects the views only of the author, and the Commission cannot be held responsible for any use which may be made of the information contained therein.