

Når afmagt bliver til ondskab



Forråelsesprocessen starter med en svag impuls til at hæve stemmen, ignorere, straffe, skælde ud, konfrontere, være hårdhændet. Alle fysioterapeuter mærker disse impulser, siger psykolog Dorthe Birkmose, som er forfatter til en ny bog om det tabubelagte emne: Ondskab i det social- og sundhedsfaglige arbejde.

Affreelancejournalist Thomas Davidsen

redaktionen@fysio.dk

—
"FORRÅELSE AF PERSONALET i de social- og sundhedsfaglige fag er et enormt problem, som man ikke tør stå ved". Ordene er psykolog Dorthe Birkmoses. Hun er dette efterår udkommet med bogen *'Når gode mennesker handler ondt – tabuet om forråelse'* (Syddansk Universitetsforlag).

"En bog, du ikke vil læse", står der i introduktionen. Måske har du heller ikke lyst til at læse denne artikel. For magtmisbrug, forråelse og ondskabsfulde handlinger er ikke noget, man kan lide at tale om. I særdeleshed ikke, hvis man arbejder i en branche, hvor man har en selvforståelse som værende i den gode sags tjeneste.

"Tanken om ondskab er pinefuld at forholde sig til. Det er forståeligt, at den er blevet et tabu. Men vi bliver ikke bedre mennesker af udelukkende at fortælle gode historier, og vi kommer ikke ondskaben til livs ved at lade som om den ikke eksisterer, siger Dorthe Birkmose.

Hun blev engang bedt om at skrive en artikel om risikoen for forråelse i det sundhedsfag-

lige arbejde til et dansk medie. Da hun fik sin redigerede artikel tilbage fra redaktionen til gennemlæsning, virkede noget i den anderledes. Det varede lidt, inden hun kunne sætte fingeren på, hvad forandringen bestod i. Det viste sig, at ordet 'ondskab' var pilleret ud og ændret til mere vage formuleringer som fx 'det modsatte af at gøre godt'.

Ifølge Dorthe Birkmose er det et godt billede på, hvor svært det er for os, at forholde os til den menneskelige ondskab, når selv en redaktion, der har bestilt en artikel om forråelsesprocessen, bortredigerer det ord, som beskriver sagens kerne:

1. At ondskabsfulde handlinger blandt professionelle sundhedsarbejdere er et stort, overset og tabubelagt problem, som man ikke forsker i og heller ikke for alvor vedkender sig i branchen.

2. At det ikke er onde mennesker, der begår onde handlinger. Potentialet til at handle ondt ligger i os alle. Det er blot et spørgsmål om, at vi føler os tilstrækkeligt pressede og afmægtige - så er risikoen der.

Det starter med afmagt

Det slår, ifølge Dorthe Birkmose, næsten aldrig fejl, at det, der sætter forråelsesprocessen i gang, er en følelse af afmagt. Det kan være en generel afmagt, som hører til den enkelte sundhedsarbejder. Men ofte hører afmagten sammen med det fag, man arbejder i.

"Min erfaring med fysioterapeuter er, at de generelt er meget ambitiøse. De har en stor målrettethed og et stort fokus på sundhed. De er teoretisk velfunderede og kender evidensen for, hvad der virker. I forløbene med klienterne kører det som regel godt, men når fysioterapeuten slipper, gør folk ikke det de skal. De kommer ikke af sted til træning. De overholder ikke de aftaler, de har indgået med fysioterapeuten, som derfor ser sit arbejde smuldre. Det er en stor faglig frustration for mange fysioterapeuter. Man møder også folk med livsstilssygdomme, som de har lagt grunden til over 20-30 år. Det selvforskyldte element i symptomerne er en mental udfordring for den meget sundhedsbevidste professionelle, der må håndtere impulser til at sige

'så tag dig dog sammen'. Alt sammen pirker til en grundlæggende følelse af afmagt", siger Dorthe Birkmose.

Tænk ikke positivt

Afmagtsfølelsen kan snige sig ind ad bagdøren i mange forskellige forklædninger. I fysioterapien, hvor man er afhængig af offentlige bevillinger, er der, ifølge Birkmose, et politisk krav om at 'tænke positivt' på trods af massive forringelser, som gør, at mange fysioterapeuter føler sig afmægtige.

"Fysioterapeuterne oplever mere og mere at de, i stedet for at træffe faglige beslutninger, skal gøre klienterne klar til, at de kan klare sig selv i nogle ret korte forløb, hvor man skal nå det samme. Det er et problem i hele det social- og sundhedsfaglige felt, men min vurdering er, at forringelserne er en ekstra torn i øjet på de fagligt ambitiøse fysioterapeuter".

"De har en meget klar idé om, hvad der skal til for, at en behandling er fagligt forsvarlig. Samtidig bliver der på forskellige måder sendt et meget klart signal om, at 'professionalisme' ikke blot består i at acceptere forringelserne, men oven i købet også at gå ind for dem. Se mulighederne og potentialet i dem", siger Dorthe Birkmose.

Hvis man bliver skudt i skoene, at man tænker negativt, i det øjeblik man lufter sin frustration over forringelserne, så fører det uundgåeligt til en følelse af afmagt, som, ifølge Dorthe Birkmose, i mange tilfælde vil føre til forræelse af sundhedsarbejderen.

"Det kan være et frygteligt dilemma for den enkelte at stå i. Skal man slække på sin moral og faglige værdier ved at forlige sig med at levere et dårligt stykke arbejde, der gør ondt på borgere og pårørende? Eller skal man kæmpe for fagligheden ved at protestere mod ledelsens forsøg på at efterleve de politisk besluttede forringelser – og dermed være illoyal, negativ og risikere sit job? Det er dét, der spekuleres over blandt fysioterapeuter i disse år".

Det er vigtigt, at fysioterapeuten undgår at fornægte sin egen integritet ved at omformulere forringelser positivt, mener Dorthe Birkmose. "Det er en automatisk resignation, der er den direkte vej til forræelsen. For hvis man ikke vil mærke dét, der rent faktisk sker i situationen, fordi det er for ubehageligt, så er det naturligvis svært at være empatisk i den.

Der er ikke nogen færdig løsning på dilemmaet, men man har muligheden for 'aktiv resignation', hvor man får adskilt inde i sit hoved, 'hvad jeg kan gøre noget ved, og hvad jeg ikke kan gøre noget ved'. Det bliver til to lister. Den ene med ting, det rent faktisk, på trods af dårlige vilkår, er muligt at handle på. Den anden med ting, som man aktivt vælger at resignere overfor. Det er ikke optimalt, men man har foretaget et bevidst valg i en svær situation, og har derfor en mulighed for at bevare empatien", siger Dorthe Birkmose.

Den ene handling tager den næste

Forræelsesprocessen starter i det små. Man mærker en svag impuls til at hæve stemmen, ignorere, straffe, skælde ud, konfrontere, være hårdhændet. Det første lille skridt er taget.

Jo hyppigere impulserne forekommer, jo kraftigere de er, og jo mere man forsøger at bortforklare, legitimere eller glemme dem, desto tættere kommer man på næste skridt, hvor man begynder at handle på dem.

Den ene forholdsvist uskyldige handling tager den næste lidt mindre uskyldige handling med sig. I denne fase er det en stor fristelse at bekræfte sig selv i, at ens handlinger er i orden, fordi den meget ubehagelige følelse af afmagt forsvinder i det øjeblik, man tager magten. Pludselig, uden man har lagt mærke til det, er fornærmethed, irritation, aggression og fjendebilleder blevet en del af arbejdslivet. En helt almindelig, som udgangspunkt ikke spor ondskabsfuld fysioterapeut er godt i gang med at misbruge den ikke ubetydelige magt, enhver sundhedsarbejder har over klienten.

Dorthe Birkmoses erfaring er, at forræelsesprocessen generelt foregår i tre trin: Man får impulser til at handle ondt. Man handler ondt. Man synes, at det onde er godt.

Det er en proces, som kan komme snigende ind ad bagdøren over lang tid, men den kan, ifølge Dorthe Birkmose, også gå forbavsende hurtigt.

"Jeg har set processen gennemløbe samtlige faser på få uger, og enkelte gange få dage. Måske kan den ske i løbet af få timer. Det afhænger af afmagtens sværhedsgrad og af, hvordan den enkelte og gruppen håndterer situationen", siger Dorthe Birkmose.

Tre slags ondskab

Man kan dele de mange forskellige former

for magtmisbrug ind i tre hovedtyper: Idealistisk ondskab, egoistisk ondskab og tankeløs ondskab.

Idealistisk ondskab er, når man gør andre ondt, selvom man har gode intentioner, forklarer hun. "Man kan have en idé om at det er godt at motionere, spise sundt og undlade at drikke alkohol. Men der er sandsynligvis andre ting på spil for alkoholikeren, som er nødt til at selvmedicinere sig for at komme igennem livet. Derfor bliver det krænkende, når fysioterapeuten lidt for "overskudsagtigt" kommer med alle mulige urealistiske forslag til et sundere liv – og måske endda bliver skuffet over, at alkoholikeren afviser forslagene om antabus og motion", siger Dorthe Birkmose.

Egoistisk ondskab er, når man tager mere hensyn til sig selv end til andre, forklarer hun.

"Nogle steder har man den regel, at hvis der er klienter, som udebliver fra træning tre gange, så er tilbuddet slut. Det kan være fint nok at sætte sine grænser. Men hvis det, der i virkeligheden foregår, er, at den professionelle har et behov for at få sin egen arbejdsdag, og sin egen selvfølelse i jobbet, til at hænge sammen, så overser man helt, at der kan være grunde til, at netop denne klient udebliver. Fordi man har travlt med sit eget behov, mister man empati overfor en borger", siger Dorthe Birkmose.

Taneløs ondskab er, når man gør andre ondt, fordi man ikke har tænkt sig om: "På enhver arbejdsplads kan der opstå negative fortællinger om bestemte borgere eller pårørende blandt de professionelle. Historierne om umotiverede, aggressive, omsorgskrævende eller brokkende mennesker, hvis problemer er mere psykiske end fysiske, fører til en forrået tilgang. Fysioterapeuten kan være med til at latterliggøre, ignorere eller afvise et andet menneske – blot fordi man ikke tænker sig om", siger Dorthe Birkmose.

Faglig tænkning

Når Dorthe Birkmose snakker om forræelsesprocessen med personalegrupper, sker det ofte, selvom hun gør meget for at undgå det, at nogle hører det, som om hun siger, at de er onde. Hendes budskab er det stik modsatte: Alle mennesker kan drives til forræelse og onde handlinger. Blot fordi man handler ondt, er man ikke et ondt menneske. Man er blot et menneske, og alle mennesker kan handle



både godt og ondt. De processer, som fører til ondsksfulde handlinger, er alle meget menneskelige. Der er mange faktorer i spil, som tilsammen giver en forklaring på, hvordan man kan komme til at føle sig tilstrækkeligt handlingslammet og rådvild til at handle ondt, vurderer Dorthe Birkmose.

”Alle har oplevet impulserne, og alle kommer til at mærke dem igen. Det store spørgsmål er altså ikke, om man har potentialet i sig til at handle ondt – for det har man. Det handler derimod om, hvordan man fortolker situationer og impulser. Vender man det bebrejdende indad mod sig selv? Vender man det udad mod andre og giver dem skylden? Eller bruger man sin faglige tænkning og ser al adfærd som en udtryksform? I de to første reaktionsmønstre ligger kimen til forræelse. I det tredje ligger for mig at se hele løsningen på at komme forræelsesprocessen til livs”, siger hun.

’Faglig tænkning’ er for Dorthe Birkmose en særlig måde at tænke på om andre mennesker.

”Når borgere ikke handler, som man ønsker,

eller har en problemskabende adfærd, kommer fysioterapeuten meget nemt til at føle sig afmægtig og handlingslammet. I stedet for at strande i selvbebrejdelser eller udadventet aggression, kan man spørge sig selv og sine kolleger: *Hvad er der på færde her? Hvad gør adfærden til en rimelig reaktion i denne situation? Er borgeren stresset? Bange?* Man forsøger hele tiden at komme et niveau dybere. Når man er i stand til at tænke fagligt og nuanceret om de mennesker, man skal hjælpe, så kan man holde til uendeligt mange mentale belastninger. Rummelighed er den mest effektive form for selvbeskyttelse. Hvis man derimod forfalder til at føle sig skyldig eller til at udpege andre skyldige, bliver man, lammet af afmagt og andre destruktive følelser, slidt i stykker på kort tid”, siger Dorthe Birkmose.

Kend dine faresignaler

Det er langt fra nogen nem disciplin at bevare fagligheden i en situation, hvor man føler sig presset og rådvild, mener Dorthe Birkmose.

”Der skal en omfattende viden og et stort mentalt overskud til at forblive i den faglige tankegang, samtidig med at man føler sig afmægtig. Mange dage kan det gå det fint, og så pludselig bliver man overvældet af angst eller vrede, for vi er jo alle sammen bare mennesker. Og det er menneskeligt at vende afmagt ind eller ud. Men bestræbelsen på at holde sig til sin faglighed er i høj grad dét, som professionalismisme handler om for fysioterapeuten”, mener Dorthe Birkmose.

Den faglige tænkning gælder ikke kun blikket på borgeren. Den handler, ifølge Dorthe Birkmose, i mindst lige så høj grad om ’fagligt’ at kigge ind i sig selv.

”Det er vigtigt at turde kigge indad på de ting, der nager. Det er en disciplin, som man skal være opmærksom på, er brolagt med selvbedrag. Det er ikke nok, at man selv synes, at man har en god moral. For bliver man tilstrækkeligt presset, så vil man, hvis man ellers tør være ærlig overfor sig selv, opdage, at ingen er vaccineret mod at handle ondt”. ●

Jule- og nytårstilbud



Hent vores jule- og nytårstilbud på www.proterapi.dk.

Tilmeld dig vores nyhedsbrev og få tilsendt nyheder og gode tilbud.



Kontakt vores kundeservice for yderligere information

Tel: 4344 4200 • pt@proterapi.dk • www.proterapi.dk



Tilmeld vores nyhedsbrev