



## En fortælling om forråelse – og de fem ledelsesmæssige skridt tilbage til fagligheden ved Dorthe Birkmose

### Ledernetværksmøde

Den 9. november på Kjellerup Frilejehjem, Jylland og den 15. november på Børsen kl. 10.00-15.00

### Når det psykiske slid bliver for stort, opstår risikoen for forråelse

Forråelse er en overlevelsesstrategi, hvor vi som professionelle gradvist kan blive mere og mere rå. Ikke fordi vi trives med at være distancerede, ligeglade og uempatiske; men fordi vi prøver at beskytte os mod psykiske belastninger som for eksempel omsorgstræthed, afmagt over andres problemskabende adfærd, moralsk stress og corona-udmattelse.

### En fortælling om forråelsesprocessen – fra de første impulser til værdi-skredet

Dorthe Birkmose fortæller om hendes egen forråelse i et vanskeligt pårørendesamarbejde. Hun tænkte på tanker, som hun delte med kolleger, der ikke formåede at hjælpe hende. Tværtimod gav de hende ret. De negative fortællinger spredte sig på arbejdspladsen, og den pårørende blev mødt med afvisninger, skæld ud og latterliggørelser. De opdagede ikke forråelsen, fordi de fortalte positive historier om deres eget arbejde. Spørgsmålet til jer er: Hvordan ville I lede Dorthe Birkmose og hendes kolleger?

### Fem skridt væk fra forråelsen

Der findes ikke et quick fix. Hvis forråelsen i perioder dukker op i personalegrupperne, kræver det, at I kan opdage faresignalerne. Forråelsen skal frem i lyset så hurtigt som muligt. Ellers risikerer I, at forråelse bliver en del af kulturen. Det kræver en psykologisk tryghed, hvor det er muligt at tale om fejl og fremsætte kritik uden at blive udskammet eller afvæbnet. Ellers kan I ikke sammen med medarbejderne finde de faglige alternativer og dybe løsninger, som kan gøre forråelsen som overlevelsesstrategi unødvendig. Spørgsmålet til jer er: Hvad kan I gøre for at skabe psykologisk tryghed hos medarbejderne?

## Litteratur

Birkmose, D. (2013): *Når gode mennesker handler ondt – tabuet om forråelse*. Syddansk Universitetsforlag.

Birkmose, D. (2017): Faglig ledelse er vigtigere nu end nogensinde. Fra Bossen, J.S. (red.): *Stress – et ledelsesansvar? Klædt på til ledelse 2017*. FOA 2017.

Meier, J. (2017): Det er ikke magten men afmagten, der bekymrer mig. *Social Udvikling*, nr. 6, december 2017, side 4-11.

Birkmose, D. (2021): Når psykisk slid fører til forråelse. Hvad vi ikke taler om, gør ondt værre. *Erhvervspsykologi*, vol. 19, nr. 3, 2021, side 4-15.

**Dorthe Birkmose** er selvstændig psykolog (cand.psych.) og foredragsholder.

Se foredrag, læs artikler og hør podcasts på [www.dorthebirkmose.dk](http://www.dorthebirkmose.dk).

## Praktisk

### Ledernetværksmøde Jylland

**Dato og tid:** Tirsdag den 9. november 2021 klokken 10:00-15:00 (kaffe og morgenbrød 9.30-10.00)

**Sted:** Kjellerup Fripleshjem, Fuglemosevej 1F, 8620 Kjellerup

### Ledernetværksmøde Børsen

**Dato og tid:** Mandag den 15. november 2021 klokken 10:00-15:00 (kaffe og morgenbrød 9.30-10.00)

**Sted:** Børsen, Slotsholmsgade 1, 1217 København K.

**Pris:** Gratis for medlemmer af Selveje Danmark

**Tilmelding:** Tilmelding sker til [tilmelding@selveje.dk](mailto:tilmelding@selveje.dk). Der er plads til 40 deltagere og tilmelding sker efter først til mølle princippet.

**Tilmeldingsfrist:** 25 oktober 2021.

**Afmeldingsfrist:** 1. november 2021.