

Referat af frivilligaften den 28. maj 2018 – i Medborgerhuset – sidste fællesmøde inden sommerferien.

Der var 14 deltagere, og programmet var følgende:

kl. 17.30 Velkomst

kl. 17.40 Håb og motivation – hjælp mennesker til at få mere mod på livet v/Grethe Vendelbo

kl. 18.30 ”Er professionalisering af frivilligheden en gave eller en forbandelse” v/Bibi Kasten

kl. 19.00 Spisning og snak ved bordene

kl. 20.30 Afslutning

Efter Sabrinas velkomst indledte Grethe sit indlæg med at bede deltagerne lukke øjnene i 5 minutter – lægge alt det, vi kommer med, fra os, kort sagt - en total afslapning. Der var derefter en kort præsentation af deltagerne.

Håb og motivation

Grethe tog udgangspunkt i et kursus, som hun har deltaget i sammen med Sabrina i ”Center for frivilligt arbejde”, hvor Ebbe Lavendt - autoriseret psykolog - havde stået for undervisningen, der gik ud på at hjælpe mennesker til at få mod på livet.

De håbefulde tror at:

- a. Fremtiden vil blive bedre end nutiden
- b. Det står i min magt at få det til at ske
- c. Der er mange veje til mål
- d. Ingen af dem er fri for forhindringer

Disse 4 kerneoverbevisninger er gode forudsætninger for håb

Motivation opfattes som nyt, der igangsætter, målretter, kanaliserer eller standser vores adfærd, tanker og følelser.

Grethe kom også ind på spørgsmålet: hvorfor kommer brugerne i Selvhjælp – hvad håber de på ?

Udgangspunktet er

- de er ligesindede
- de savner fællesskab
- de vil gerne tilhøre et netværk
- de savner hjælp

og deltagerne supplerede med, at de måske savner at blive lyttet til, møde forståelse, føle værdi – og måske skuffelse over, at de fra det offentlige ikke lige har modtaget de tilbud, de forventede – og her kom deltagerne ind på, at begrundelsen kan være: tungt system, dårlig økonomi, dårligt helbred, lavt selvværd, manglende forståelse, isolation samt det fortrolige frirum, hvor intet føres til protokol, og hvor alle har tavshedspligt.

Deltagerne diskuterede de muligheder, erfaringer o. s. v., som gruppelederne i Selvhjælp Skanderborg har med hensyn til gruppedeltagernes motivation for at melde sig for at få hjælp herfra – både dem, der har prøvet ”det tunge system”, og dem - der på anden baggrund - får lyst til/mener at få hjælp via vores grupper.

Grethe fortalte også om sine egne positive, konkrete oplevelser som gruppeleder med flere gruppedeltagere, og flere af mødedeltagerne kom ind på, at det er et svært rum at agere i, og at vores opgave er at få vendt deltagernes situation – gøre dem motiveret.

Sabrina havde her et lille motto: Handling skaber forvandling.

Grethe inddelte herefter deltagerne i grupper – 2 i hver, og hvert gruppemedlem fik henholdsvis nummer 1 og nummer 2. Alle med nr. 1 fik spørgsmålet: hvad håber du, der kommer til at ske i nærmeste fremtid – en person, der skulle spille rollen som den, der bestemt ikke er nem at rive med. Alle med nr. 2 skulle så spille rollen som den positive ildsjæl med optimisme, engagement og nye ideer. Grupperne spillede deres roller fuldstændigt Og efter 5 minutter blev rollerne byttet om – og nu kunne så de tilbageholdende med alle betænelighederne skifte over til agere ildsjælen.

Og gruppearbejdet sluttede med, at man nu 2 og 2 gik sammen om emnet: ”hvordan vil jeg sikre det gode arbejde i grupperne”.

Sabrina sluttede med at udlevere følgende kloge ord fra en gammel indianer til sit barnebarn:

”I ethvert menneske er der to ulve, der hele tiden kæmper en kamp. Den ene ulv er medfølelse, venlighed og kærlighed. Den anden ulv er vrede, had og frygt. Disse to ulve kæmper hele tiden om at få overtaget”. ”Men hvilken ulv vinder”, spørger barnebarnet? Den gamle indianer svarer: ”Den du fodrer”!

”Er professionalisering af frivilligheden

Bibi oplyste indledningsvist, at hun har været på et kursus, arrangeret af FRISE om frivillighed og (måske contra) professionalisme, og Bibi stillede spørgsmål:

Er professionalisme en gave eller en forbandelse ?

Er professionalisme og kompetenceudvikling gået for vidt ?

Begrænser professionalisering organisationen i at udvikle sig og at tænke nyt ?

Og spørgsmålet: hvad er ”professionalisering” ? Og hvad bruger vi den til ? Ja det er vigtigt, når ansøgninger skal formuleres eller til supervision ---- og mange andre eksempler, men Bibi pegede samtidig på, at vi, der er erfarne i frivillighed, må gøre os klart, hvad vi forstår ved, og hvornår vi bruger professionalismen. Vi sender på kursus, sagde Bibi, vi har 36 frivillige, der alle er veluddannede, og vi fordeler dem i grupper efter deres baggrund.

Der var derefter en diskussion om blandt andet snitfladen mellem professionalisme og vores adfærd i grupperne. Vi arbejder ud fra vores erfaring, vi samler op, hvor kommunen i enkelte tilfælde har givet op Og det skal vi være stolte af, sagde Bibi, og hun fortsatte: det er svært at definere professionalisme, men vi praktiserer erfaring – bruger ikke ordet professionalisme, men glæder os over faglighed. Og konklusionen: ikke noget svar på professionalisme, men hver enkelt kommer med ”sig”.

Bibi fortsatte: vi gør erfaring, vi lærer af det, og hun henviste til seneste beslutning i bestyrelsen om, at Selvhjælp Skanderborg ikke etablerer tunge psykiatriske grupper. Vi skal tage vores ansvar alvorligt, og her henviste Bibi til Sabrina, der har et stort ansvar med at danne grupper, socialisere deltagere o. s. v.

Bibi sluttede sit indlæg med at takke for deltagelsen – ”vi har ikke svar på alt – men vi lærer hele tiden”.

Spisningen

Herefter var der spisning med dejlig sommermad fra Høstbar. Der var god snak ved bordene til kl. 20.30 – og vejret var så fint, at flere af os valgte at sidde udenfor.

Referent Jette Larsen