



# REFLEKSIONSØVELSER

## Arbejdsspørgsmål og guide til refleksionsøvelser

Med disse Refleksionsøvelser er det muligt for dig som fagperson, individuelt eller i samarbejde med kollegaer, at arbejde med og reflektere over jeres tanker, følelser og reaktioner i forbindelse med mistanker om seksuelle overgreb.

Udgangspunktet er dine egne konkrete følelser og reaktioner og din egen faglige proces.

### Kilder til refleksionsøvelserne

Den professionelle tvivl. Tegn og reaktioner på seksuelle overgreb mod børn og unge

<https://socialstyrelsen.dk/udgivelser/den-professionelle-tvivl-tegn-og-reaktioner-pa-seksuelle-overgreb-mod-born-og-unge>

## Refleksionsøvelse 1 - Følelsesmæssig påvirkning

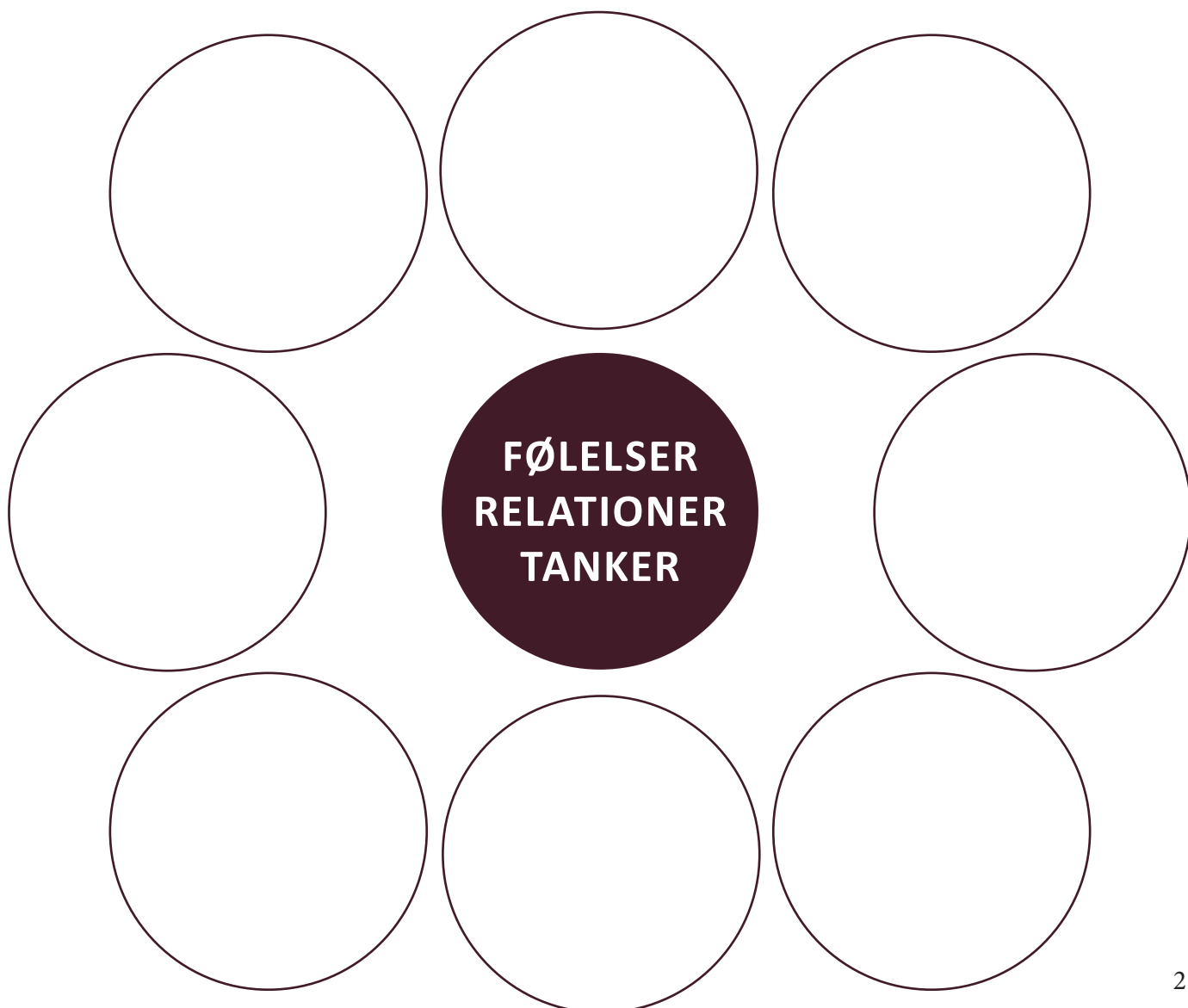
De fleste fagpersoner bliver påvirket følelsesmæssigt, når de møder børn og unge, der har været udsat for omsorgssvigt i deres opvækst. Det gælder ikke mindst, når det drejer sig om seksuelle overgreb. Seksuelle overgreb vækker ofte dybe følelser af afsky, vrede og fordømmelse.

Mødet med problemstillingen kan aktivere gamle erindringer, følelser og impulser. Desuden hænger reaktionerne sammen med og afspejler de grundlæggende kulturelle værdier, holdninger og adfærdsnormer, som vi er præget af og identificerer os med.

Den professionelle tvivl, SISO, Børne- og ungeenheden, Servicestyrelsen

### Guide:

1. Har du oplevet at blive følelsesmæssig påvirket af dit arbejde i forbindelse med sager om seksuelle overgreb mod børn og unge?
2. Sæt overskrifter på disse følelser og placer dem i hver sin boble
3. Skriv nedenunder, i stikord, hvordan følelserne evt. kommer til udtryk
4. Marker hvilken følelse der er stærkest eller sværest at håndtere
5. Tal i gruppen om de følelser I hver i sær har markeret som den stærkeste eller sværeste at håndtere.
6. Afslut denne øvelse med at nedskrive et konkret eksempel på en følelse du oplevede gjorde dig i stand til at udføre dit arbejde godt.



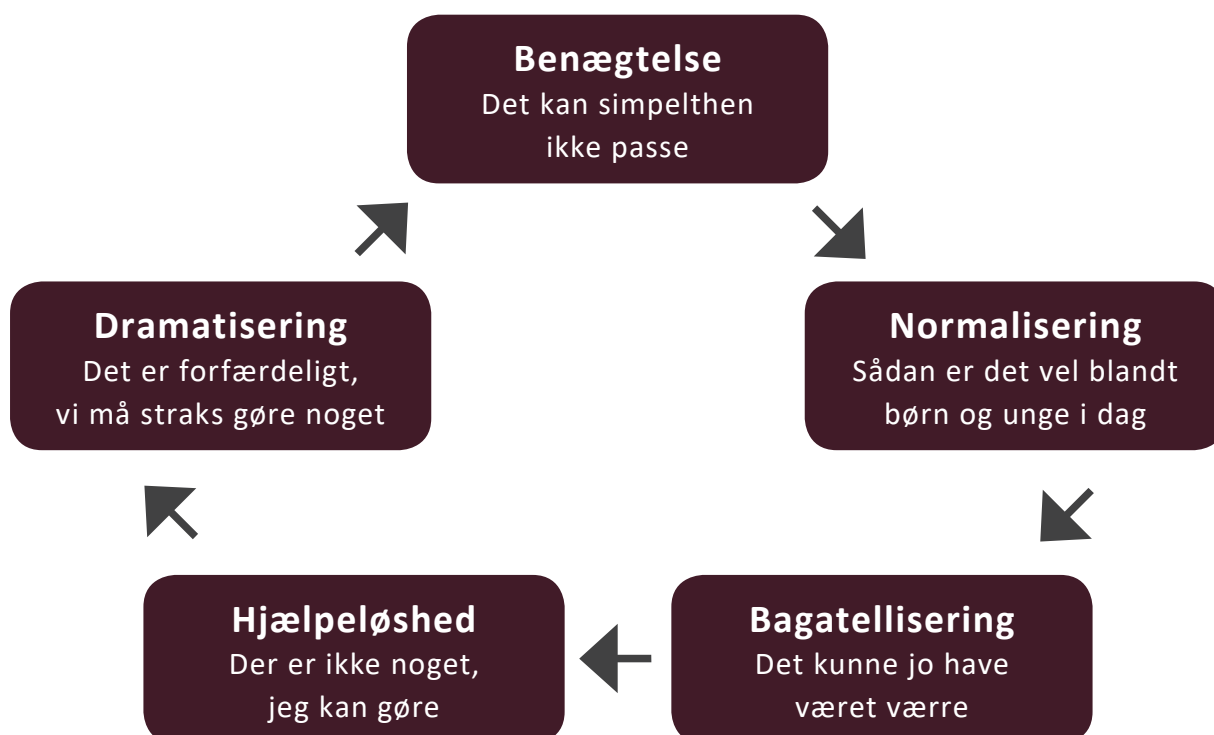
## Refleksionsøvelse 2 - Fem dynamikker

Erfaringer fra undersøgelser peger på, at man som fagperson bl.a. skal være opmærksom på følgende fem dynamikker, der kan være i spil, når der opstår mistanke om seksuelle overgreb. Dynamikkerne beskriver nogle af de processer, der kan opstå hos fagpersoner, såvel individuelt som i en personalegruppe. Ved at skabe faglig opmærksomhed på dynamikkerne og ved at lade dem indgå i den faglige refleksion minimeres risikoen for, at de påvirker fagpersonens reaktioner og handlinger på en uhenigtsmæssig måde. Som ureflekterede dynamikker kan de enten føre til handlingslammelse eller det modsatte: Overdreven handletrang.

Den professionelle tvivl, SISO, Børne- og ungeenheden, Servicestyrelsen

### Guide:

1. Individuelt eller i grupper tildeles i en dynamik.
2. Ved hver position skal i leve jer ind i det udsagn der passer til jeres dynamik  
Sig eksempelvis følgende og fortsæt med egne ord:  
"Det kan simpelthen ikke passe, fordi.....?"  
"Der er ikke noget jeg kan gøre, fordi.....?"
3. Roter så alle arbejder med alle fem dynamikker
4. Afslut denne øvelse med en fælles samtale der tager sit udgangspunkt i dette spørgsmål:  
Hvilket udsagn kunne i nemmest relatere til?



## Refleksionsøvelse 3 - At pendulere tvivlen

Det er afgørende, at man arbejder med tvivlen som et vilkår, så den ikke bliver en barriere for at handle. I den forstand er det professionelt at være i tvivl!

Den professionelle tvivl, SISO, Børne- og ungeenheden, Servicestyrelsen

I denne øvelse arbejdes der netop med tvivlen som udgangspunkt for refleksion og samtale. Målet er at forstå nødvendigheden af at balancere tvivlen og derved bruge tvivlen som et fagligt vilkår i disse sager.

### Guide:

1. Nedskriv et eksempel på en tvivl i pendulet.
2. "Sving" pendulet til positionen "Overreaktion".  
Nedskriv eksempler på overreaktioner på den konkrete tvivl.
3. "Sving" pendulet til positionen "Usynliggørelse".  
Nedskriv eksempler på usynliggørelse af den konkrete tvivl.
4. Afslut denne øvelse med en fælles samtale med udgangspunkt i følgende spørgsmål:  
I hvilken retning er det nemmest for dig at svinge pendulet og hvordan kan pendulet bedst finde en balance mellem yderpositionerne?

