

TEKST //

OLE WISLER, JOURNALIST

Robusthed er en fælles sag

Robusthed er det nye modeord. Men hvis den enkeltes robusthed bliver en privat sag, risikerer vi et enormt pres med stress og anoreksi som følgevirkninger

Foto: Colourbox

Stamina, resiliens, livsduelighed og modstandskraft. Alle aktuelle ord og begreber, der bruges synonymt med tidens store buzzword: Robusthed.

I en tid, hvor verden forandrer sig med stor hastighed, er der kommet mere og mere fokus på, hvordan vi gør os robuste nok til at kunne klare de omskiftelige forandringer og krav, der stilles. Det gælder naturligvis også for alle de unge, der skal træffe beslutninger om uddannelse og karriere.

Vejledere landet over oplever et øget pres på de unge i dag, hvor der fra flere retninger i samfundet snakkes om robusthed. Men hvordan skal vi forstå begrebet robusthed? Hvem har egentlig ansvaret for, om nogen er robuste? Er det individet, organisationen eller samfundet?

Fællesskabet er vores tradition

Peter Berliner, professor og resiliensforsker ved DPU Aarhus Universitet, har tidligere sagt, at netop fællesskaber er afgørende, og at de skaber robusthed. Det er derfor misforstået at efterspørge robuste individer. Han mener i stedet, der skal arbejdes mere aktivt for at bygge – eller måske rettere genopbygge – fællesskaber, og at vi ikke må glemme vores egen tradition for at skabe bæredygtige og robuste samfund.

Og han er ikke alene om den opfattelse. Rasmus Willig, sociolog og lektor



Tidligere skulle vi være udstyret med en deltagende og kritisk attitude, i dag skal vi bare være medgørlige, siger Rasmus Willig..

// Det er voldsomt at vende strukturelle fejl og mangler i vores samfund til at blive et individuelt anlæggende. Nu er det ikke længere samfundets skyld. Det er din egen.

RASMUS WILLIG,
SOCIOLOG

på Roskilde Universitet placerer dette sociologiske perspektiv på samfundsudviklingen:

»Vores samfund er i dag ved at udvikle en kultur, hvor forventningen er, du skal galvanisere dig selv og blive mere robust. Der er ingen, der hjælper dig, hvis du falder på din vej. Tidligere skulle vi også være udstyret med en deltagende, kritisk attitude, senere en positiv, men i dag skal vi bare være resiliente. Man kan med andre ord sige, vi er gået fra have haft medbestemmelse over til en periode med medhør, og nu skal vi bare være medgørlige«, siger Rasmus Willig og påpeger kontant:

»Det er voldsomt at vende strukturelle fejl og mangler i vores samfund til at blive et individuelt anlæggende. Nu er det ikke længere samfundets skyld. Det er din egen. Skadevirkningerne ses i form af alt fra grove tilfælde af anoreksi og stress til almene træk af kynisme, hvor det at sætte sig i den andens sted opfattes som svaghedstegn.«

Rasmus Willig ser gerne der sættes ind helt nede på vuggestue- og børnehaveniveau, hvis det skal lykkedes at skabe mere robuste børn og voksne:

»Jo flere voksne og bedre uddannede pædagoger og vejledere børn og unge møder, desto bedre vil de være til at møde verden. Det står dog i dyb kontrast til de massive besparelser, der har været på dagsinstitutionsområdet.«

>>



Studievejleder Mette Busk Sørensen møder mange unge – og deres forældre – som i dag har en urealistisk forestilling om, hvad de skal kunne.

Ikke kun et individuelt ansvar

Studievejleder Mette Busk Sørensen fra Studievalg Østjylland er også overbevist om, at begrebet robusthed fylder meget på grund af den øgede individualisering samt det, at stress er blevet en folkesygdom.

»Som individer vil vi gerne kunne overkomme så meget som muligt og føler måske også, det forventes, at vi kan overkomme meget. Derfor bliver det et issue at være robust,« fortæller hun og fortsætter:

»Robusthed, som begreb, kobles ofte til individet, men for mig handler det også om, at vi som borgere skal kræve et robust system, der kan rumme den enkelte. Og heri ligger der en opgave til os som vejledere: Vi skal hele tiden huske at minde "systemet" om de unge, der ikke nødvendigvis er robuste,« siger Mette Busk Sørensen. Hun ser gerne, at systemet sikrer, at ingen unge falder igennem. Det skal gøres ved at sikre robuste rammer, der giver alle unge mulighed for et meningsfuldt liv. Netop det, at ansvaret for robusthed er et fællesansvar, var en af de vigtige pointer på dette års landsdækkende studievalgsseminar i Århus.

»Begrebet robusthed kan også bruges som pejlemærke i en diskussion af den bæredygtige organisation eller det bæredygtige samfund. Som vejleder, sy-

nes jeg, at de bæredygtige fællesskaber er noget at stræbe efter,« fortæller Mette Busk Sørensen.

Modgang skal mestres

Selvom man træner den enkeltes robusthed, så må det aldrig blive en undskyldning for at lægge ansvaret på den enkelte. Rammerne for individet skal indrettes således, at man kan trives, mener Eva Hertz der er psykolog ph.d. og direktør på Center for Mental Robusthed. Hun har forsket i begrebet robusthed, og udgav her i foråret bogen "Robust – lær at mestre modgang".

»Det er ikke godt, at krav om den enkelte persons robusthed vinder mere og mere indpas ude på arbejdspladserne. Og slet ikke, hvis arbejdspladsen forventer, man bare kan byde den enkelte hvad som helst og så forvente de klarer mosten,« siger Eva Hertz.

Det er nærliggende for ledere i erhvervslivet at have fokus på robusthed, men det er ikke en løsning.

»Jeg har en helt klar holdning til det: Det skal ikke være et mål i sig selv med mentalt robuste medarbejdere. Det skal derimod være et middel til at skabe en robust organisation, et fællesskab med medarbejdere, der trives og dermed præsterer bedst muligt,« fortæller Eva Hertz.

Hun hjælper dagligt organisationer

og virksomheder med at udvikle arbejdspladser, hvor medarbejdere og ledere samarbejder om at beskytte den enkelte mod risikobetingede, stressfyldte belastninger, blandt andet også vejledere og undervisere.

»Det er ikke kun unge, som er pressede. Vejledere kommer ofte tæt på elever, der har det svært – eksempelvis som følge af problemer i familien – og det kan smitte af på karaktererne. Vejledere er ofte drevet af det menneskelige engagement og empatien. Det kan have den bagside, at man også bliver ekstra følsom, når man bliver vidne til noget, man ikke kan gøre noget ved. Det slider,« fortæller Eva Hertz, og fortsætter:

»Vi ved, at en af de store stressfaktorer i forhold til vores arbejdsliv, er, hvis vi ikke kan få lov at levere kvalitet i vores arbejde. Der er jo ingen, der får mere energi eller blomstrer ved at sjuke sig igennem sit arbejde. Det giver os tværtimod en indre energi, hvis vi får mulighed for at gøre vores arbejde så godt som muligt,« siger Eva Hertz.

Vejlederens robuste rolle

Mange unge – og deres forældre – har i dag en urealistisk forestilling om, hvad de skal kunne for at lykkes og få et godt liv, når de skal uddanne sig til et stadigt mere krævende og foranderligt arbejdsmarked. Her er det vejlederens



Det skal ikke være et mål i sig selv med mentalt robuste medarbejdere, mener Eva Hertz, der er direktør på Center for Mental Robusthed.

robuste rolle at hjælpe de unge til at få et realistisk billede af de krav, som de vil møde i deres fremtidige uddannelse og på arbejdsmarkedet, mener Mette Busk Sørensen.

»På et gymnasium havde jeg en vejledningssamtale med en far og en datter. Faren var meget bekymret, fordi datteren, som ellers kun plejede at få 10 og 12 i karakter, nu havde fået et 7-tal. Han var helt overbevist om, at hun nu ikke havde ordentlige uddannelsesmuligheder – og det er jo trist,« fortæller Mette Busk Sørensen. Hun ser det som vejlederens opgave at dæmpe op for frygten for ikke at lykkes, hvad enten det er den unges egen frygt eller forældrenes frygt på deres børns vegne, ved at informere om uddannelse og karriere. Samtidig skal vejledernes viden om de unge bruges til at skabe et robust og sikkert uddannelsesmiljø, hvor de unge kan udvikle sig bedst muligt.

»Som vejledere skal vi huske at stille vores viden om de unge til rådighed for politikere og andre, der har indflydelse på de unges muligheder. Vi skal gøre opmærksom på uhenigtsmæssigheder, der presser de unge unødigt. Det gør det blot sværere for de unge at træffe deres uddannelses- og karrierevalg,« fortæller Mette Busk Sørensen.

Hun ser gerne, at alle – både forældre og lærere – er gode rollemodeller og fortæller om deres egne karriereveje. Det kan hjælpe de unge til at se, at udfordringer og omveje er et livsvilkår. Og at livet på trods af det stadig kan være et godt liv.

»Og så skal både politikere og ledelsen på uddannelserne arbejde for at rammerne er i orden, således at et bæredygtigt fællesskab kan opstå på uddannelserne, hvor de unge kan trives,« slutter Mette Busk Sørensen.

Kom til generalforsamling og hør om karrierelæring



Danmarks Vejlederforening holder generalforsamling den **13. september**.

Claus Lei Hansen fra Studievalg København indleder generalforsamlingen med et oplæg om karrierelæring på baggrund af Karrierefokusprojektet, som Claus var studievalgskordinator på.

**Det er kl. 15.00,
og generalforsamlingen er kl. 16.00-ca. 18.**

Det foregår i UU Danmarks lokaler,
Vesterbrogade 6D, 4. sal, 1780 København V

Helle for fællesskab og udvikling Efterskoleophold for sent udviklede unge

Kom og vær en del af vores fællesskab og mød nye venner.

Du møder en prøvfri skole med praktiske og kreative værksteder og hvor vi sammen har fokus på din personlige udvikling og livsglæde.

Læs meget mere om vores tilbud på:
www.efterskolenhelle.dk



helle

for at komme videre

En ny chance – en unik mulighed

HjælpeGuide

Nyt STU-tilbud på Efterskolen Helle

HjælpeGuide er et flerårigt forløb for unge med interesse for turisme og service. Der er bopligt, og gennem undervisning, bo- og jobtræning samt individuel vejledning hjælpes den unge på rette vej – mod en meningsfuld tilværelse.

HjælpeGuide optager fire unge årligt, og der er optagelse året rundt.

Yderligere information, tlf. 8638 4466



HjælpeGuide

Efterskolen Helle, Dyrehavevej 28, 8500 Grenaa.
www.efterskolenhelle.dk

