

PÆDAGOGIK

Tema:
Trivsel og Livskvalitet

Titel:
Hvordan kan/skal en pædagog definere og tolke børns trivsel og livskvalitet – set i et socialkonstruktivistisk perspektiv

Ten tips for better helth (by the health authorities)

1. Don't smoke. If you can, stop. If you can't, cut down.
2. Follow a balanced diet with plenty of fruit and vegetables.
3. Keep physically active.
4. Manage stress by, for example, talking things through and making time to relax.
5. If you drink alcohol, do so in moderation.
6. Cover up in sun, and protect children from sunburn.
7. Practice safer sex.
8. Take up cancer screening oppotunities.
9. Be safe on roads: follow the Highway Code
10. learnthe First Aid ABC – airways, breathing, circulation.

Ten alternative tips for better health (by David Gordon)

1. Don't be poor. If you can, stop. If you can't, try not to be poor for too long.
2. Don't have poor parents.
3. Own a car.
4. Don't work in a stressful, low-paid manual job.
5. Don't live in damp, low-quality housing.
6. Be able to afford to go on a foreign holiday and sunbath.
7. Practice not loosing your job and don't become unemployed.
8. Take up all benefits you are entitled to, if you are unemployed, retired or sick or disabled.
9. Don't live next to a busy major road or near a polluting factory.
10. Learn how to fill in the complex housing benefit/asylum application forms before you become homeless and destitute.

Indholdsfortegnelse

1. Indledning	3
2. Afgrænsning og problemformulering	3
3. Problemformulering	3
4. Praksis	4
4.1. Casen	4
5. Teori	4
5.1. Salutogenese ved Aaron Antonovsky. Trivsel og livskvalitet ved Bjarne Lenau Henriksen	4
5.2. Socialkonstruktivismen ved Janne Hedegaard Hansen	6
6. Analyse	6
7. Diskussion	7
8. Konklusion	7
9. Litteratur	8
9.1. Primær litteratur	8
9.2. Sekundær litteratur	8

1. Indledning

Mit fokuspunkt i synopsen omhandler, hvilke muligheder pædagogen har for at implementere tanker om trivsel og livskvalitet i deres hverdag for at få en større pædagogisk faglig selvforståelse og dermed være i stand til at kvalificere det pædagogiske arbejde.

I de seneste år har det været et tilbagevendende punkt i den pædagogiske debat, hvordan man skal opfatte trivsel og livskvalitet. Det stiller krav til, at vi som kommende pædagoger har gjort os nogle refleksioner over, hvad trivsel og livskvalitet er og på hvilken måde vi kan fremme dette i det pædagogiske arbejde til børnenes bedste. Samtidig skal vi også kende til vores begrænsninger og passe på hvordan vi definerer og tolker børnenes trivsel og livskvalitet.

Jeg har valgt at definere de to begreber ud fra Antonovskys salutogenetiske teori, hvor sundhed er omdrejningspunktet, men jeg mener i høj grad at teorien kan overføres til den pædagogiske praksis. Hvordan pædagogen forstår disse begreber hænger sammen med den faglige selvforståelse og hvordan virkeligheden fremtræder for pædagogen, har jeg valgt at belyse i et socialkonstruktivistisk perspektiv.

2. Afgrænsning og problemformulering

Den faglige selvforståelse ligger til grund for den måde, hvorpå pædagogen praktiserer og konstituerer pædagogik. Derfor bliver det vigtigt at have et kendskab til, hvordan man som pædagog kan bruge sin faglige selvforståelse til at kvalificere sit pædagogiske arbejde.

I relation til synopsen, vil tilgangen til den faglige selvforståelse og den pædagogiske praksis tage udgangspunkt i socialkonstruktivismen, hvor pædagogens opgave i Antonovskys perspektiv, kan illustreres med Antonovskys flodmetafor.

Her repræsenterer floden livets strøm. Og alle mennesker befinder sig i floden, – vi er født i den. Nogle mennesker mestre at komme mere eller mindre ukompliceret igennem floden og kan tillige bunde det meste af vejen, hvorimod andre bliver kastet rundt af strømmen og får kun enkelte gange fodfæste. Derfor drejer det sig dels, om hvor man befinder sig i floden, dels om hvor godt man har lært at svømme og hvor udholden man er.

Pædagogens opgave i daginstitutionen i denne metafor er, at forhindre børnene i at drukne, ikke ved at trække dem op, men ved at lære de nødstedte at svømme bedre. Det er især oplevelsen af sammenhæng i livet der giver gode svømmere.¹

For at kunne relatere teori til praksis, har jeg valgt at bruge en konkret case til belysning af problemformuleringen.

3. Problemformulering

Hvordan kan/skal en pædagog definere og tolke børns trivsel og livskvalitet – set i et socialkonstruktivistisk perspektiv?

¹ Henriksen, Bjarne Lenau. "Livskvalitet – en udfordring". Kap.2. Gads Forlag, 2007, s. 86.

4. Praksis

4.1. Casen

Anni er en pige, der bor i Nørrebros Nordvest-kvarter sammen med hendes mor, som er arbejdsløs, hendes far, der arbejder på et morgenværtshus og hendes søster der går i skole. Anni er fem og et halvt på dette tidspunkt.

Institutionen ligger i Nordvest og ligger i et relativt socialt belastet område.

Det er torsdag morgen, jeg sidder inde på stuen og spiller ludo med nogle af drengene. Jeg kan høre, at Anni kommer med sin mor.

Anni står i døren, hendes hår er uglet, hun er snavset på kinderne og blusen, hendes strømper er sorte af snavs og de samme, som hun har haft på de sidste dage. Den forvaskede bluse stumper over hendes tykke mave og snotten sidder i skorper omkring næseborene. Anni kigger op på sin mor og siger farvel, mens hun tørrer snot af med blusen. Mor skynder sig ud af døren, – hun skal vist til endnu en jobsamtale. Anni vender sig om med et kæmpe smil, kommer hen til mig, giver et kæmpe kram og siger godmorgen til de andre på stuen. Hun indgår straks i spillet, og de andre vil meget gerne have hende med.

Vi er på tur til Nørrebro parken. Anni er glad og i godt humør, som altid. På vejen derhen fortæller hun de andre børn en historie om en prinsesse, der er fanget af en ninja. De andre griner og lytter interesseret efter. Da vi kommer til legepladsen drøner Anni hen til det store klatreskib, hvor hun forsøger at kravle op. Hun forsøger flere gange og ender med at komme helt til tops – pavestolt. Bagefter hjælper hun Martin med at komme op, men han opgiver hurtigt på trods af Annis opbakning.

Anni er innovativ, igangsættende og kreativ. Hun kan lege med alle børnene på stuen og hvis der opstår konflikter, er hun tit den der løser dem eller i hvert fald forsøger at løse dem. Hun kan også blive rigtig gal, men hvis man giver hende en forklaring, bliver hun hurtig i bedre humør igen.

5. Teori

5.1. Salutogenese ved Aaron Antonovsky. Trivsel og livskvalitet ved Bjarne Lenau Henriksen

Begreberne trivsel og livskvalitet er komplekse og kan ikke entydigt defineres. For at definere trivsel og livskvalitet har jeg valgt at tage udgangspunkt i Antonovskys salutogenetiske teori, som er en sundhedsfremmende og positivt forankret (pædagogisk) teori. For at understøtte min tilgang, har jeg valgt at inddrage Lenau Henriksen. Antonovskys salutogenetiske teori bliver dermed interessant i forhold til synsens problemstilling.

Det at have en salutogenetisk orientering, vil sige, at man vil hjælpe mennesker til på en god måde at håndtere og takle problemer, der er indbygget i den menneskelige eksistens.

Antonovsky taler om “oplevelsen af sammenhæng” med følgende grundelementer:

- Begribelighed er et udtryk for, at man kan begribe den situation, man befinder sig i.
- Håndterbarhed er et udtryk for, at man har en tro på, at man selv og miljøet har ressourcer

- nok til at klare udfordringerne.
- Meningsfuldhed er et udtryk for, hvor meningsfuld og motiverende, at man finder en givende situation – er den meningsfuld nok til, at man vil forsøge at *mestre* den.

Grundelementerne er det, der ligger til grund for oplevelsen af sammenhæng. Jo større ens oplevelse af sammenhæng er, jo større er ens ressourcer og evner til mestring af eget liv. At mestre eller mestring er endnu et centralt begreb i Antonovskys teori, hvor mestring handler om, hvordan man er i stand til at takle de udfordringer man møder, og hvilke ressourcer man har til rådighed hos sig selv, i sine omgivelser og i samfundet. Sagt med andre ord, i hvor høj grad man mestre en givet situation er determineret af, hvor stærk ens oplevelse af sammenhæng er.

Lenau Henriksen taler om, at mestring og livskvalitet er identiske, hvor det centrale er, at mennesket er i stand til at klare sit eget liv.²

Lenau Henriksen taler endvidere om, hvordan det enkelte menneske *oplevelse* af livskvalitet er individuelt og det er kun den enkelte selv, der kan afgøre, hvad livskvalitet er for ham/hende. Hermed mener jeg, at jeg kan sidestille Antonovskys ”oplevelse af sammenhæng” med livskvalitet.

*”Det, der karakteriserer mennesker med stærk følelse af sammenhæng, er netop, at de vælger præcis den mestringsstrategi, som er bedst egnet til og bedst afpasset efter netop den stressor, (situation/oplevelser) som vedkommende er stillet over for.”*³

Der er ifølge Antonovsky fire grundelementer, der har betydning for menneskets oplevelse af sammenhæng:

1. Ens egne følelser.
2. Relationerne til ens nærmeste.
3. Ens hovedbeskæftigelse.
4. Ens forhold til visse eksistentielle fænomener.

Det er væsentligt, at disse områder forekommer begribelige, håndterbare og meningsfulde for en given person, for at man kan sige, at denne person har en stærk oplevelse af sammenhæng.⁴

Hertil siger Lenau Henriksen, at familie, gode venner, fast arbejde, god økonomi og spændende fritid, et godt fysisk og psykisk helbred og et godt samfund, alt sammen har noget med livskvalitet at gøre. Disse faktorer er vigtige forudsætninger for livskvalitet, men ikke selve livskvaliteten.⁵ Lenau Henriksen har her taget udgangspunkt i Madis Kajandis model, hvor livskvalitet er betinget af:

1. Ydre livsvilkår.
2. Mellemmenneskelige forhold.
3. Den indre psykologiske tilstand.⁶

² Henriksen, Bjarne Lenau. ”Livskvalitet – en udfordring”. Kap.2. Gads Forlag, 2007, s. 20.

³ Jensen, Torben K. ”Sundhedsfremme i teori og praksis”. Forlaget Philosophia og forfatterne, 2000, s. 91.

⁴ Jensen, Torben K. ”Sundhedsfremme i teori og praksis”. Forlaget Philosophia og forfatterne, 2000, s. 89.

⁵ Henriksen, Bjarne Lenau. ”Livskvalitet – en udfordring”. Kap.2. Gads Forlag, 2007, s. 21.

⁶ Henriksen, Bjarne Lenau. ”Livskvalitet – en udfordring”. Kap.2. Gads Forlag, 2007, s. 24.

Jeg vil definere trivsel ud fra Antonovskys fire grundelementer og Kajandis tre hovedområder. Dermed er trivsel et produkt af det dynamiske samspil, mennesket har med de nære omgivelser.

En væsentlig pointe i forhold til synopsen er, at oplevelsen af sammenhæng er noget man tilegner sig gennem læreprocesser i det levede liv blandt andet i samværet med andre mennesker. Et barns oplevelse af sammenhæng og mestring, skabes i de dynamiske processer, der foregår i daginstitutionen i samvær med andre børn og pædagoger.

Begreberne trivsel og livskvalitet er komplekse og kan ikke entydigt defineres. Men i Antonovskys optik vil jeg definere livskvalitet, som en "stærk oplevelsen af sammenhæng" og dermed evnen til at "mestre" ens liv. Hermed bliver de fire grundelementer, som Antonovsky taler om til "trivsel" og dette er forudsætning for "livskvalitet".

5.2. Socialkonstruktionisme ved Janne Hedegaard Hansen

Jeg mener at begreberne trivsel og livskvalitet bør sættes ind i en socialkonstruktivistisk forståelsesramme, idet man hermed kan belyse betydningen af den faglige selvforståelse og dermed det pædagogiske arbejde.

Trivsel og livskvalitet er to meget komplekse begreber og derfor giver det mening at se disse begreber i et socialkonstruktivistisk perspektiv, idet den sociale virkelighed er socialt konstrueret. Et menneskes forståelsen af verden, vil være menneskets erkendelse af verden ud fra egne subjektive præmisser, samt i tæt relation til de sammenhænger og kontekster, det er en del af.⁷

I socialkonstruktivismen anses mennesket for at være autopoiesisk (selvrefererende). Vi er som mennesker autopoiesiske, fordi vi kommunikerer og forstår vores omgivelser og hinanden ud fra vores egne, subjektive opfattelser og forståelser af den verden, vi er en del af.⁸

Konstruktion af mening og betydning er funderet i den faglige selvforståelse, som udgøres af alle de forhold, som pædagogen trækker på i sine konstruktioner.

6. Analyse

Ved at sætter trivsel og livskvalitet i relation til casen, vil man i første omgang få den opfattelse at Anni er et barn, der ikke trives. Moderens forjagede aflevering, samt Annis usøgnede og beskidte fremtræden får i første omgang alarmklokkerne til at ringe. De ydre livsvilkår er ikke optimale og man danner sig hurtigt et billede af et barn der ikke trives.

Men man får hurtigt et andet billede af Anni, når man ser casen i sin helhed. Det kan godt være, at Anni ikke møder i børnehaven ren og nyvasket og at hun i realiteten er lettere overvægtig og evig snottet, men Anni trives og udviser livskvalitet i den måde, hvorpå hun mestrer sit liv.

Hun indgår let i legesammenhænge og de sociale relationer hun indgår i er positive. Hun formår at igangsætte, etablere og vedligeholde lege med de andre børn, både piger og drenge, hvor hun også agerer konfliktløser. Hun viser her, at hendes evne til at indgå i et socialt samspil, er en ressource

⁷ Hansen, Janne Hedegaard. "Narrativ dokumentation". Akademisk Forlag, 2009, s. 30.

⁸ Hansen, Janne Hedegaard. "Narrativ dokumentation". Akademisk Forlag, 2009.

hun mestre.

Anni viser ifølge Antonovsky at hun, på trods af de ydre livsvilkår, måske ikke er optimale, må have en stærk oplevelse af sammenhæng, hvilket kommer til udtryk i den måde hvorpå hun takler hverdagssituationerne. Det kommer blandt andet til udtryk i den måde hun møder sine udfordringer. Hun forsøger igen og igen at kravle op på skibet, hun har en tro på, at hun har ressourcer nok til at klare udfordringen. Hun ser verden som håndterbar. Hun kaster sig ud i udfordringen, som er et udtryk for, at hun finder det meningsfuldt.

Det er enkelt situationer i casen, men det er også det generelle billede af Anni. Hun mestrer de situationer hun befinder sig i og magter dem til fulde. Det er i min optik et billede på livskvalitet.

7. Diskussion

Min pointe i denne synopsis er, at trivsel og livskvalitet er to komplekse og subjektive begreber, hvor der er nogle grundlæggende elementer, der gør sig gældende for at man trives og har en følelse af livskvalitet. Der er her den socialkonstruktivistiske tilgang bliver aktualiseret. Det er den enkelte selv, der skaber sin egen virkelighed og opfattelsen af den. Dermed bliver det også den enkelte der i for sig afgør om det trives og har en følelse af livskvalitet.

Man kan i tilfældet med Anni hurtigt komme til at tænke på omsorgssvigt, negativ social arv og mistrivsel, men man skal se Anni i sin helhed, for at se hun faktisk trives. Man skal se på hendes ressourcer frem for hendes "mangler".

Derfor bliver vores faglige selvforståelse igen af stor betydning. Det er vigtigt, at vi har gjort os tanker om, hvem vi er og hvilken forståelse vi har af verden. Vi skal være opmærksomme på, at der er flere forskellige tilgange til verden, som er vores opgave som pædagoger at være åbne og modtagelige overfor.

I denne situation, kan man sige at Anni ikke kræver den store pædagogiske indsats for at trives og have en oplevelse af sammenhæng, så længe hun ikke bliver ekskluderet af gruppen på grund af hendes noget beskidede ydre.

Jeg har valgt denne case for at illustrere at man som pædagog skal huske det socialtkonstruktivistiske perspektiv i vores vurdering af børns trivsel og livskvalitet. For netop at belyse det socialtkonstruktivistiske perspektiv, vil et arbejdsredskab bl.a. være at arbejde med narrativ dokumentation, hvor man gennem sine iagttagelser af, refleksioner over og diskussioner om, et bestemt barn kan danne sig et bedre billede af barnet og dermed målrette den pædagogiske indsats.

8. Konklusion

Hvad trivsel og livskvalitet er for den enkelte er subjektivt og det kan til tider forekomme uforståeligt for andre, hvordan enkelte mennesker kan trives i de situationer de befinder sig i. I den pædagogiske kontekst bliver det derfor vigtigt at se situationen ud fra barnets synspunkt, for at kunne målrette den pædagogiske indsats. Narrativ dokumentation er et redskab hertil, det vil give en bred forståelse af barnet og den situation barnet befinder sig i. Her sættes der fokus på barnets ressourcer og man kan hjælpe barnet til at få en større "oplevelse af sammenhæng". En stærk oplevelse af sammenhæng, vil styrke barnet i daginstitutionen og styrke dets trivsel og livskvalitet.

9. Litteratur

9.1. Primær litteratur

Henriksen, Bjarne Lenau. "Livskvalitet – en udfordring". Kap.2. Gads Forlag, 2007.

Jensen, Torben K. "Sundhedsfremme i teori og praksis". Forlaget Philosophia og forfatterne, 2000.

Hansen, Janne Hedegaard. "Narrativ dokumentation". Akademisk Forlag, 2009.

9.2. Sekundær litteratur

[http://www.peterthybo.dk/thybo/thybosite.nsf/DokumentBilagFilnavn/PROJEKTRAPPORTIkastKommune2007.pdf/\\$File/PROJEKTRAPPORTIkastKommune2007.pdf](http://www.peterthybo.dk/thybo/thybosite.nsf/DokumentBilagFilnavn/PROJEKTRAPPORTIkastKommune2007.pdf/$File/PROJEKTRAPPORTIkastKommune2007.pdf)

<http://www.bufnet.kk.dk/Dagtilbud/Portalen/Udviklingstemaer/Trivsel/Teorirummet.aspx>