

TEKST //

TORBEN ELSIG-PEDERSEN, REDAKTØR

## Mette og hunden Fjola får de studerende til at gennemføre

Når hunden Fjola ligger i døren på vejlederkontoret på pædagoguddannelsen i Esbjerg, er det ikke for at holde vagt. Den inviterer derimod til et klap og får dermed mange til at sænke skuldrene. Mød studievejleder Mette Sand, der som del af sit arbejde både tilbyder øreakupunktur og en snak med hunden.

På pædagoguddannelsen i Esbjerg – UC SYD – har studievejleder Mette Sand en ekstra medhjælper i hunden Fjola. Faktisk kan de studerende også bestille tid hos hunden, når de skal bearbejde deres eksamensangst. For hunden har en helt særlig beroligende indvirkning på de studerende med eksamensangst og stress, og nogle gange er hunden også bare en god indgang til en samtale om de svære ting.

Fjola er fem år og har været med studievejleder Mette Sand på job de sidste tre år. Nogle dage er Fjolas etårige hvalp også med på oplæring.

»Det begyndte lidt som et forsøg, men har vist sig at være en kæmpe succes,« siger Mette Sand.

Idéen om hundens beroligende indvirkning på de studerende er ikke bare grebet ud af den blå luft. Undersøgelser i Vancouver og Seattle viser faktisk, at stresshormonet kortisol falder markant, hvis vejlederen har en rolig hund med til samtalerne. I Aalborg har man ligeledes på en folkeskole en hund med, når eleverne skal til eksamen, og det har haft en god effekt. Disse iagttagelser var baggrunden for, at Mette Sand bad om lov til at have hunden med på arbejde.

### Kun positiv respons

Gennem dagen holder Fjola sig på vejlederkontoret, så det har ikke af født nogle negative kommentarer fra medarbejdere eller studerende.

»Jeg har ikke fået en eneste dårlig kommentar, heller ikke på Facebook. Folk er glade for hundene. Det er jo heller ikke sådan, at Fjola løber omkring på UC Syd, den bliver på mit kontor. Der har været et par stykke, der er bange for hunde, men ofte vænner de sig til dem, og jeg har på tre år haft to studerende med allergi over for hunde. De studerende bliver oplyst om, at hvis de f.eks. har allergi, så kan de skrive til mig, og så finder vi et andet sted til samtalen,« siger Mette Sand.

Fordelen ved at have hunden med som studievejleder er, at den ofte virker som icebreaker:

### En blød hund får folk til at slappe af

»Hvis jeg har en svær samtale, hvor den studerendes sidder og græder, lægger hunden sig om benene på den studerende. Det har helt klart en beroligende effekt. Jeg har for eksempel også haft nogle samtaler med en fyr med autisme. Han har svært ved at se folk i øjnene, men når hunden er med



glider samtalen lettere. Han fortæller, at hundens tilstedeværelse gør det let, at han kigger på hunden i stedet. På den måde fjerner hunden fokus fra det, der er svært for ham,« fortæller Mette Sand.

Hun kan også berette om unge, der kommer forbi kontoret for lige at sige hej til hunden. Enkelte kommer for at gå en tur med den.

»Et eksempel er en pige, som egentlig kom og spurgte om hun måtte sige hej til hunden. Da hun havde siddet



og aet hunden et stykke tid, spurgte hun om vi også kunne tale sammen. Så lukkede hun døren, for isen var brudt og hun fortalte om en svær barndom med overgreb. På den måde var hunden anledningen til, at hun kom ind og fik taget hul på en svær problemstilling,« siger Mette Sand, der har været ansat på UC Syd siden år 2000.

De første par år som underviser i sundhedsfag med baggrund i sin uddannelse som sygeplejerske og siden

2002 som studievejleder. Før Mette Sand kom til UC Syd nåede hun at arbejde 18 år som sygeplejerske på et sygehus.

#### **Motivation er afgørende**

I dag er Mette Sands primære opgave gennemførelsesvejledning. Hun er sammen med sin studieleder rundt på alle hold, når de studerende begynder på uddannelsen for at fortælle om, hvad de blandt andet kan bruge vejledningen til. Derudover har hun

ved begyndelsen af studiet individuelle samtaler med alle studerende.

»Mit udgangspunkt er, at alle de studerende kan klare uddannelsen, hvis de kan finde motivationen. Så det handler vores samtaler om. Men det er også den stigende mistrivsel blandt de unge, som fylder i samtalerne. Der er på hvert hold flere unge med angst, stress og depression som de primære udfordringer. Så min primære opgave er at tilbyde dem hjælp, så de kan gennemføre uddannelsen,«

Hos studievejleder Mette Sand kan de vejledningssøgende både møde en hund og få akupunktur i øret mod angst.

fortæller Mette Sand, der vurderer, at omfanget af unge i mistriivsel har været jævnt stigende i den tid, hun har været på UC Syd.

»Men de studerende er jo så meget andet end deres udfordringer. Vi har fantastiske studerende også selv om de har mistriivsel. Og så skal man ikke glemme, at de måske 80 procent af de studerende er ret selvkørende.«

### En bred uddannelsesbaggrund

Foruden Mette Sands baggrund som uddannet sygeplejerske, så har hun også en del andre redskaber i sin værktøjskasse. Hun har taget en master i vejledning, en to-årig uddannelse i kognitiv terapi og en psykiatrivejlederuddannelse. Det betyder at hun kan hjælpe mange af de unge, som kommer til hende. Men hun samarbejder også med en psykolog og en psykoterapeut, som hun kan sende de studerende videre til.

»Det er jo meget forskelligt, hvad de unge har brug for. Så når nogle har brug for at komme videre, så henviser jeg dem til psykologen eller psykoterapeuten. Men foruden samtaler her hos mig, så bruger jeg i stigende grad også åndedrætsøvelser og nada (akupunktur i øret) til nogle af de unge, som kommer med angst.«

### Svært ved at overskue livet

Nogle af de unge er anspændte og trækker vejret med skuldrene hævet helt op til øerne. De får blandt andet åndedrætsøvelser for derhjemme.

Andre kommer med meget lavt selvværd, så foruden samtalerne aftales det, at de hver aften fører en lille dagbog derhjemme.

»Et eksempel er en pige, som har den opfattelse, at ingen kan lide hende. Hun føler andre snakker om hende. Hun kan faktisk ikke sige en eneste positiv ting om sig selv. Aftalen blev, at hun hver aften skulle skrive 3 ting ned, som var positivt ved hende eller positive ting hun har oplevet. Dagbogsnoterne bliver så genstand for vores samtale, hvor det langsomt handler om at genopbygge lidt selvværd.«



>> Hvis jeg har en svær samtale, hvor den studerende sidder og græder, lægger hunden sig om benene på den studerende. Det har helt klart en beroligende effekt.

Mette Sand oplever mange studerende som føler, de har alt for meget at se til. De kan ikke overskue studiet og livet. For dem handler det om at tale om, hvordan de får mere struktur på hverdagen og om, hvordan de kan holde fri. Når de kommer hjem.

»Nogle har svært ved at overskue deres verden, blandt andet fordi de synes de bør have styr på alt i deres liv. De er på de sociale medier konstant og kommunikerer på deres telefon hele tiden. For dem handler det om at få nogle andre vaner.«

### En nål i øret

Mette Sand er også uddannet nada-akupunktør. Og hun oplever at stadig flere kommer for at få øreakupunktur efter nada-principperne.

Der er tale om en behandlingsform, som har til formål at afbalancere og styrke kroppens funktioner. »NADA-akupunktur kan bl.a. bruges i forbindelse med stress, afhængighed, angst, depression, søvnløshed, personlig udvikling og psykiatriske symptomer. Der er blandt andet flere studerende som får nada-behandling i forbindelse med deres eksamen,« fortæller Mette Sand.

### En empatisk vejleder

Mette Sands ambition er at møde de unge præcis der, hvor de er.

»Jeg håber de oplever, at jeg møder dem åbent og er klar til at tale om det, de kommer med. Det handler ikke om, hvad jeg gerne vil fortælle dem, men derimod om at få dem til at sætte ord på, hvad de bøvler med og hvad der kan være svært for dem. Jeg arbejder på at være en empatisk vejleder. Jeg tænker nogle gange, at de unge er oppe imod meget i dag, i forhold til da jeg selv var ung. Jeg kan faktisk godt forstå, at de synes, det er svært med alle de valg og muligheder de har. For mig som vejleder er det vigtigste at tage udgangspunkt i det de kommer med. Sammen kan vi så lave en plan. Jeg er uddannet til at arbejde kognitivt og det kan være meget skematisk. For mig er det vigtigt, at vi også har dialog om, hvad de synes de kan bruge til noget.

De fleste bestiller tid på forhånd, når de gerne vil have en samtale med studievejlederen. Men en del kommer også akut.

»Det kan for eksempel være, at en studerende har siddet i klassen og pludselig oplever noget, hvor de føler det går tæt på dem selv. Måske taler i undervisningen om ting, de selv har oplevet. Det kan være de har brug for en samtale, men det sker også, at nogle kommer og ganske enkelt i første omgang blot har brug for at sidde lidt alene med hunden. For hunden kan give tryk i en verden fuld af utryk.«

#### Essay som afsæt

De første individuelle samtaler med alle studerende har en varighed på kun 15 minutter. Disse samtaler er i høj grad en scanning over, hvad der kan være af udfordringer. Inden samtalen er de studerende blevet bedt om at skrive et essay med udgangspunkt i sætningen: "Når jeg bliver pædagog, så..."

»Ofte har den studerende skrevet noget om sig selv, hvordan de er vokset op, hvad der er gået skidt og godt i livet... Det er udgangspunkt for snak om, hvad vi kan hjælpe dem med i uddannelsen, så de får et godt forløb.«

Der er blandt de pædagogstuderende ofte en del som gerne vil arbejde professionelt med målgrupper, som har nogle af de samme oplevelser, som de selv har haft. Men for at blive en god professionel pædagog, er de nødt til at blive bevidste om, at de skal tage udgangspunkt i det barn, de

møder. De skal ikke behandle barnet, som de gerne selv ville være behandlet.

»Den professionelle pædagog skal lære at forholde sig gennem teorier og analyser og ikke ud fra, hvad man selv synes og hvad jeg selv kunne have brugt som barn. Derfor bruger jeg også meget tid på at tale med de studerende om, hvad de selv har oplevet i opvæksten og i livet. Vi møder også en del som må stoppe eller skifte specialisering, fordi det kommer for tæt på dem selv. Har en pædagogstuderende for eksempel selv oplevet misbrug eller er vokset op i en misbrugsfamilie, er der mange, som gerne selv vil arbejde med det område. De vil gerne hjælpe andre. Men ofte anbefaler vi dem, at de begynder i normalområdet, for at lære at benytte de pædagogiske teorier og analyser.«

#### DET SIGER DE STUDERENDE:

"Hvis det ikke havde været for Fjola, så var jeg ret sikkert droppet ud af uddannelsen. Det, at jeg lige skal ind og hilse på Fjola, er med til at få mig op om morgenen og komme afsted i skole."

"Jeg var rigtig nervøs, da jeg skulle til eksamen i forbindelse med min praktik, men så var jeg lige inde og sige hej til Fjola." - Gjorde det dig mere roligt?

"Ja, og jeg bestod min eksamen og var bagefter herinde og takke Fjola."

Citaterne stammer fra TV-Syds udsendelse om vejlederhunden Fjola.



## MUNKEGÅRDEN

VI STØTTER VED HVERT TRIN OP AD STIGEN

### Uddannelses-, beskæftigelses- og botilbud til unge med særlige behov

Munkegården er en helhedsorienteret socialpædagogisk institution placeret midt i Danmark. **Linjeværksteder: Træ; Køkken; Orangeri med heste; Landbrug; og Motor- & Metal.**

- STU (Lov 564)
- Særligt tilrettelagte beskæftigelsestilbud (LAB §32)
- Bo-del med botræning (SEL §107)
- Kollegieboliger til unge, der kan klare sig i egen bolig
- Beskyttet beskæftigelse (SEL §103)
- Aktivitets- og samværstilbud (SEL §104)
- Socialpædagogisk Støtte (SEL §85)
- Ressourceforløb



Scan koden og se film om vores linjeværksteder  
[www.munkegaarden.dk](http://www.munkegaarden.dk)

kontor@munkegaarden.dk | tlf. 6444 1383