

Anerkendelse eller ros - en lille men vigtig forskel

Af Ianneia Meldgaard, cand. mag. Kursus- og foredragsholder og coach. www.qcom.dk

Den anerkendende tilgang får i disse år stor opmærksomhed i det danske samfund. Skoler, daginstitutioner, erhvervsvirksomheder og HR-området i bred forstand har sat fokus på, hvad anerkendelse kan gøre for bundlinjen, for undervisning, for børns og voksnes selvværd og ydeevne samt for arbejdsmiljø og trivsel. Alt i alt en meget positiv udvikling, hvor det virker som om det "fejlfinder-princip", som den danske kultur gennem mange, mange år har været gennemsyret af, er ved at blive erstattet af en kultur, hvor der er fokus på det, der fungerer, og det, der skaber glæde og overskud hos mennesker. Eller, sagt på en anden måde: En kultur hvor vores fokus flyttes fra menneskers begrænsninger til menneskers ressourcer.

For mig er der ingen tvivl om, at denne tendens på både kort og lang sigt vil være med til at højne kvaliteten af institutionslivet, skolegangen, arbejdslivet og privatlivet – samt at menneskers glæde, selvværd, tilfredshed og værdighed vil blive styrket. Men samtidig stiller det os også over for de vigtige spørgsmål: Hvad vil det egentlig sige at optræde anerkendende? Hvilke konkrete udtryk får en anerkendende tilgang i f.eks. pædagogisk arbejde? Hvis anerkendelse ikke bare skal blive et af de begreber, som vi alle taler om og nikker bifaldende til – et såkaldt "gummibegreb" eller et "hurra-ord" – er vi nødt til at diskutere og gøre os klart, hvordan det helt konkret udmøntes i praksis.

I denne artikel vil jeg belyse feltet imellem anerkendelse og ros, med udgangspunkt i pædagogisk arbejde med børn. Dette føler jeg mig foranlediget til, fordi jeg igennem mit samarbejde med pædagogiske personalegrupper omkring Anerkendende Kommunikation oplever, at det er en vigtig problematik. Der er en lille men vigtig forskel på de to begreber – og der kan være en tendens til, at de forveksles, så en anerkendende tilgang udmøntes i, at de voksne begynder at komme med mange rosende udsagn om børnene. Hvis man fortolker anerkendelse udelukkende på denne måde mener jeg, der er en stor fare for at forfladige den oprindelige tankegang og det menneskesyn, som ligger til grund for den anerkendende tilgang. Samtidig risikerer man at gå glip af nogle meget vigtige pointer og gevinster ved anerkendende pædagogik.

Hvad er ros?

I forbindelse med ros er der én ting, man efter min mening er nødt til at gøre sig klart: Når vi roser børnene eller hinanden gennem udsagn som "du er vel nok dygtig", "nej hvor er du god til at tegne" eller "du er en meget modig dreng" så "dømmer" vi den anden person. Uanset hvor positivt vort udsagn er, så er det vores private fortolkning af den anden, som vi gør til sandheden om ham eller hende. Vi har med andre ord bevæget os over på den andens banehalvdel og siger noget om ham eller hende og ikke noget om os selv – altså du-budskaber frem for jeg-budskaber. Som "kommunikationsekspert" er det i sig selv noget, der får alarmklokkerne til at bimle ubønhørligt.

Når det drejer sig om ros – og dermed positive "domme" om den anden – er det som regel ikke hverken sårende eller krænkende, men stadig sætter vi en etikette på den anden og sætter ham eller hende i en bestemt bås, i dette tilfælde af den positive slags. En måde at bløde dette op på, hvis vi ønsker at rose en anden person kan være at sætte et "jeg synes, ..." foran vores "dom", så ovenstående udsagn bliver til: "jeg synes, du er dygtig", "jeg synes, du er god til at tegne" og "jeg synes, du er en meget modig dreng". Her har vi trukket udsagnet længere hjem til os selv og tager ansvaret for, at det er vores mening om den anden person, vi serverer, og ikke den ultimative sandhed om ham eller hende.

Den norske børneforsker Berit Bae lancerede for en del år siden begrebet "definitionsagt" – et begreb, der efter min mening er yderst relevant i diskussionen og refleksionen over begreberne anerkendelse og ros. Hver gang vi voksne definerer, hvordan *barnet er*, hvordan *verden er* og hvordan en bestemt *situation er* – uanset om det er en positiv eller negativ definition – så tiltager vi os definitionsmagten og er dermed med til at fratage barnet retten til at opleve sig selv, verden eller situationen på sin egen unikke måde. Hvis vi f.eks. siger til et barn, der ikke er tilfreds med sin tegning: "du er da rigtig dygtig til at tegne", så er vores budskab til barnet: "du skal ikke tro på din egen følelse af utilfredshed, nu definerer jeg hvordan du er i stedet for". Eller hvis vi siger til et barn, der ikke tør springe ud fra kanten i svømmehallen: "kom nu, du er jo en modig dreng", så er det den samme mekanisme, der træder i kraft – barnet bekræftes i, at der er noget galt med ham, fordi han bestemt ikke oplever sig selv som modig i den konkrete situation, mens den voksne definerer ham som modig – altså må der være noget galt med hans egen oplevelse og følelse af sig selv og situationen.

Hvad er anerkendelse?

Men hvordan praktiserer man så anerkendelse, hvis ikke det er gennem ros og positive definitioner og "domme" af barnet? Efter min mening er den allervigtigste ingrediens i anerkendelse *accept*. Accept af, at barnet er lige nøjagtig den, han/hun er, at barnet har det lige nøjagtigt sådan som han/hun har det og at barnet ønsker sig lige nøjagtigt det, som han/hun ønsker sig. At kunne rumme barnet på denne måde - og ikke forsøge at bortforklare eller lave om på barnets virkelighed – er, så vidt jeg kan vurdere, selve humlen i anerkendelse. Hvis vi magter dette, sender vi et signal til barnet om at "jeg anerkender fuldt ud, at du er den, du er, at du har de følelser, du har og at du har de ønsker og behov, du har". Barnet får en indre oplevelse af at være OK og dermed styrkes den indre følelse af selvværd, som er selve kernen i at kunne bevare sig selv og ikke vælte omkuld i mødet med verden.

At anerkende barnet på denne måde er ikke ensbetydende med, at man ikke skal hjælpe barnet med at få øje på sine egne ressourcer, med at få det bedre og heller ikke med, at man skal imødekomme alle barnets ønsker og ikke kan sige nej til noget. Det er heller ikke ensbetydende med, at man skal acceptere alle barnets handlinger – at sige "nej" med udgangspunkt i egne grænser og værdier er en vigtig del af at anerkende sig selv og sine egne behov og dermed en forudsætning for at kunne anerkende andre ud fra devisen: Hvis du ikke kan anerkende dig selv kan du heller ikke anerkende andre. (Ønsker du en uddybning af hvordan man kan sige NEJ på en anerkendende måde, læs min artikel af samme navn på www.qcom.dk/artikler).

Accept er derimod ment som en grundlæggende måde at være til på. En platform fra hvilken mine holdninger og handlinger - både over mig selv og for andre mennesker - udspringer. Jeg ønsker at møde barnet, præcis hvor det er, for derfra at kunne hjælpe ham eller hende videre. Derfor er det vigtigt for mig reelt at finde ud af, hvor han/hun er, og at forsøge at tilsidesætte alle mine kulturelt betingede reflekser som f.eks. at bortforklare eller aflede barnets svære følelser, at dømme og fortolke på alt hvad jeg ser og hører eller at være 100 steder på én gang og dermed tilsidesætte det ægte nærvær.

Den næste og yderst centrale hovedingrediens i den anerkendende tilgang er *fokus på ressourcerne*. Vi træner os selv i at se på det, der fungerer i stedet for det, der ikke fungerer. Vi trækker på alt det gode et barn rummer i stedet for de begrænsninger, det har. Og vi gør det mere som en grundlæggende måde at se barnet på end vi gør det som slet og ret rosende udsagn og positive "domme" over barnet. Det, vi får øje på, når vi ser på et barn ud fra et ressourceperspektiv, er vores basis for at tilrettelægge vore handlinger og pædagogiske tiltag i forhold til barnet.

Se min tegning!

Men hvordan forholder man sig så anerkendende i de helt konkrete dagligdags situationer, som opstår igen og igen? Lad os tage det helt klassiske - og gennem årene uhyre omdiskuterede - eksempel med en pige, der kommer hen til en voksen for at vise en tegning hun lige har lavet. Automatpilot-reaktionen fra de fleste voksne vil typisk være: "nej, hvor er den fin" - altså en positiv dom over tegningen, hvor den voksne tiltager sig definitionsmagten over pigens tegning. Ifølge denne artikels præmisser er dette altså langt fra nok til at sikre, at pigen bliver mødt på en anerkendende måde - hvilket den skarpsindige læser sikkert allerede har bemærket!

Men hvad kan den anerkendende voksne så sige? Hun kunne f.eks. starte med at kigge på tegningen og så begynde at stille spørgsmål, som viser pigen, at hun er reelt interesseret i, hvad hun har tegnet: "Er det det hus, du selv bor i, du har tegnet"? - "Hvem bor så inde i huset"? - "Er det en rose, der vokser op ad huset der"? - "jeg kan se, der er store skyer på himlen - skal det til at være regnvejr" - "jeg synes, pigen ser lidt ked ud af det - er der sket noget sørgeligt?" o.s.v. Den type samtale, der kommer ud af en sådan tilgang, har mulighed for at udfolde alle pigens tanker og følelser i forbindelse med tegningen og vise hende, at den voksne har en ægte interesse for hende og hendes tegning. Denne form for anerkendelse stikker efter min mening langt dybere og har langt større effekt på pigens selvværd end den klassiske "nej, hvor er den fin", som kan lyses af uanset om den voksne reelt har set på tegningen eller ej - hvilket børnene for længst har gennemskuet. En kvalitativ samtale om enkeltelementerne i tegningen samt om tankerne og følelserne bag, kræver derimod et ægte nærvær fra den voksnes side - noget som de fleste børn higer efter.

Ovenstående tilgang til børn - og naturligvis også voksne - kan bruges i rigtig mange forskellige situationer, ud over den klassiske med tegningen. Når et barn er ked af noget, når et barn har svært ved noget, når et barn har en uhensigtsmæssig adfærd, når et barn gerne vil fortælle os om en oplevelse i dets liv, når et barn er vred over noget, når et barn siger nej til at være med til noget o.s.v. I alle disse situationer - og mange flere - har den voksne muligheden for at give barnet en indre oplevelse af at blive set, hørt og mødt.

Grundsubstansen i denne anerkendende tilgang er *accept* af, at barnet har det lige nøjagtigt som det har det uden at forsøge at bortforklare eller ignorere dets følelser. Hertil kommer *fokus på ressourcerne* som en tilgang til hele mit møde med barnet, en tilgang som er langt mere omfattende end de traditionelle rosende udsagn. Desuden en *ægte interesse* i barnets verden, som betyder, at jeg stiller mange spørgsmål i stedet for at definere hvordan verden ser ud. Endelig handler det om, at mit samspil med barnet bygger på et *ægte nærvær*, som springer ud af de andre ingredienser. Hertil kommer det kommunikative element: *Jeg holder mig på egen banehalvdel* ved at starte mine – positive og negative - "domme" over andre med "*jeg synes...*". Alle disse ting tilsammen vil efter min bedste overbevisning være med til at sikre, at jeg møder barnet med ægte anerkendelse og ikke "bare" med ros.

Om forfatteren

For flere artikler af samme forfatter om anerkendelse, anerkendende kommunikation, empatisk kommunikation m.v. gå til www.qcom.dk/artikler

Ianneia Meldgaard er cand.mag. og selvstændig kursus-/foredragsholder og coach. Hovedområderne i hendes virksomhed er anerkendelse, kommunikation, samarbejde og konflikthåndtering.

Inden Ianneia Meldgaard blev selvstændig i 2007 var hun ansat som lektor ved Pædagogseminariet i Aalborg gennem 10 år. Indtil 2012 hed hun Jane Meldgaard, så hvis du støder på artikler m.m. med det navn, er det den samme kvinde der står bag. Se evt. mere på www.qcom.dk