

# *Når klimakrisen fylder i vejledningen*



# Disposition

Eksempler på udfordringer vi kan møde i vejledningen?

Væredygtighed, som en måde at forstå tilstedeværelse i verden

Vejleders fokus gennem samtale og andet..

Konkrete handlingsforslag og drøftelser





Klimaangst

klimaubehag

Handlingslammelse og opgiveness

Kognitiv dissonans

Oplevelsen af at være tilskuer, med i en film eller ikke ægte tilstede i eget liv

Benægtelse

Devaluering

Stress og overbelastning

...

## Eksempler på udfordringer, vi kan møde i vejledningen

## Hvad er bæredygtighed?

*Et holistisk bæredygtighedsbegreb indebærer en sammentænkning af det miljømæssige, det sociale og det økonomiske. Dermed udelukker bæredygtighedsbegrebet muligheden for kun at fokusere på f.eks. miljø, da hele ideen er at tænke i helheder. En del virksomheder er også begyndt at fokusere på 'den tredobbelte bundlinje' - dvs. at de medregner det sociale og miljømæssige i deres økonomiske bundlinje. Dermed skal de foruden at have en god indtjening også være socialt ansvarlige og tage hensyn til miljøet. (Kilde: Verdensmaalene. Hvad er bæredygtighed. Udsnit fra Brundtlandrapporten 1987)*



### Bæredygtighed som vinduespynt

Begrebet associeres naturligt til biodiversitet, klima og miljøbevidsthed.

Bekymringen er, at alvoren udvandes når begrebet bæredygtighed og for øvrigt også FN verdensmål, trækkes ud af relevante politiske sammenhænge, for dernæst at benyttes som vinduespynt. (Kilde: Frederiksen & Andersen (2020))



**Væredygtighed** er en forståelse af en indre dimension til de ydre løsninger, som er kendt fra FNs verdensmål (Kilde: Center for væredygtighed (red). (2022))

# Væredygtighed er bæredygtighedens inderside ...

Væredygtighed kan blandt andet forstås således:

*Det er ikke nok at være levedygtig i biologisk forstand, man må også være livsduelig i social forstand, og det kræver udviklede evner til at indgå i det samfund og i den verden, man lever i. Altså former for væredygtighed* (Fink s. 21. (Center for væredygtighed, 2022))

Man kan måske endda tale om indersiden af væredygtighed er forundrings- og undringssansen (Hansen, ibid, 2022)

## DE 9 VÆREDYGTIGHEDSMÅL

- 1** Øve dig i at agere i en kompleks verden  
- Simple svar og løsninger er sjældne.
- 2** Øve dig i at se, hvordan forskellige processer (indre og ydre) er gensidigt afhængige  
- Ser du det store perspektiv?
- 3** Lære dig selv bedre at kende  
- Ofte er det indre strukturer, som står i vejen for din egen omstilling.
- 4** Øge evnen til selvreflektion  
- Det er sundt at stille spørgsmål, også til dig selv og om dig selv.
- 5** Øge kropslig tilstedeværelse  
- F.eks. at kunne mærke, hvis du er på vej ud i stress, angst eller depression.
- 6** Udvikle empati, forståelse og hjertelighed  
- Hvis ikke vi forstår hinanden, kan vi ikke samarbejde om den nødvendige omstilling.
- 7** Øve dig i at sætte egne overbevisninger og dagsordener på standby  
- Når du tager beslutninger for det fælles bedste.
- 8** Øve dig i at huske det lange perspektiv  
- Når du agerer i din aktuelle situation.
- 9** Udvikle bevidstheden om at mennesket er en integreret del af naturen  
- Alt hvad du er, gør, tænker og føler er natur.

Center for VÆREDYGTIGHED  
-En uafhængig tænke- og handletank

# Vejledning som hjælpekunst



*At man, naar det i Sandhed skal lykkes en at føre et Menneske hen til et bestemt Sted, først og fremmest maa passe paa at finde ham der, hvor han er, og begynde der. Dette er Hemmeligheden i al Hjælpekunst.*

*Enhver, der ikke kan det, han er selv i en Indbiling, naar han mener at kunne hjælpe en Anden.*

*For i Sandhed at kunne hjælpe en Anden, maa jeg kunne forstaa mere end han – men dog vel først og fremmest forstaa det, han forstaar. Naar jeg ikke gjør det, saa hjælper min Merforstaan ham slet ikke. Vil jeg alligevel gjøre min Mereforstaaen gjældende saa er det fordi jeg er forfængelig eller stolt, saa jeg i Grunden i stedet for at gavne ham egentligen vil beundres af ham, men al sand Hjælpen begynder med en Ydmygelse. (Kierkegaard, 1859, s. 96)*

# Spørgsmål i vejledningen

- Eksistentielle spørgsmål kan ikke besvares af andre end os selv. Undring, spørgsmål, grublerier er så naturlige som at tænke vejret, men er dog en væsentlig del af dét som definerer os som mennesker
- Spørgsmål – søgen – sandhed
- Vejledningssamtalens væsen bygger på spørgsmål, så derfor kan et ophold ved spørgsmålene retning og forehavende, jo godt være en opmærksomhed værd.
- Hvorfra stilles spørgsmålene og hvor til?
- Spørgsmål kræver (an)svar

# Spørgsmål, der trænger sig på..



Stillingtagen måske inden spørgsmålet er stillet?

*”Er spørgsmål snarere end noget vi stiller, det, der stiller os i et bestemt forhold til og i en bestemt forståelse af os selv og vores omgivelser?”  
(Lauritzen, 2015 s. 76)*

Vores spørgsmål afslører, dét vi orienterer os mod i verden.



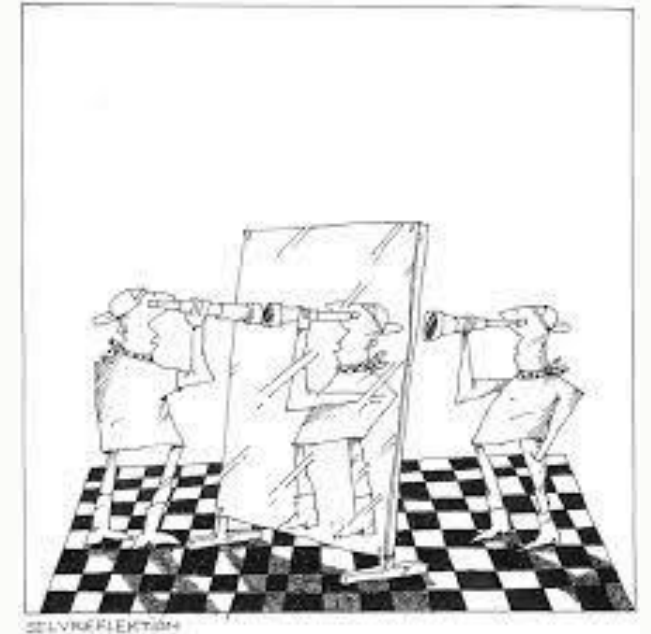
# Spørgsmåls betydning

Spørgsmål, siger noget om vores position i forhold til hinanden

- En optagethed af Væren
- Vejledning er ikke noget substantielt, men en aktivitet, hvor både indhold og relation bliver forhandlet

*Fra det øjeblik den ene stiller den anden et spørgsmål, er der sat en ramme, som der ikke længere er muligt at sprænge.  
(Lauritzen, 2015, s..50)*

- Hvad og hvem er vi i dialog om? Hvad er det for en indsigt, som vi ønsker at få?
- *"Man bliver lille af ikke at blive hørt"* (Christie, 2020)



# Vejledtes angst, bekymring for fremtiden mv. rummer ofte en grundlæggende tvivl.

Tvivl kan være ødelæggende for handlekraft og sammenhængskraft, fordi tvivl kan medføre frygt for ikke at kunne slå til eller magte en situation eller et problem.

Men tvivl kan også være spændende. Tvivl rummer potentiale. Tvivl er en potentiel åbning til en dybere forståelse..tvivl kan være første skridt til nye erkendelser

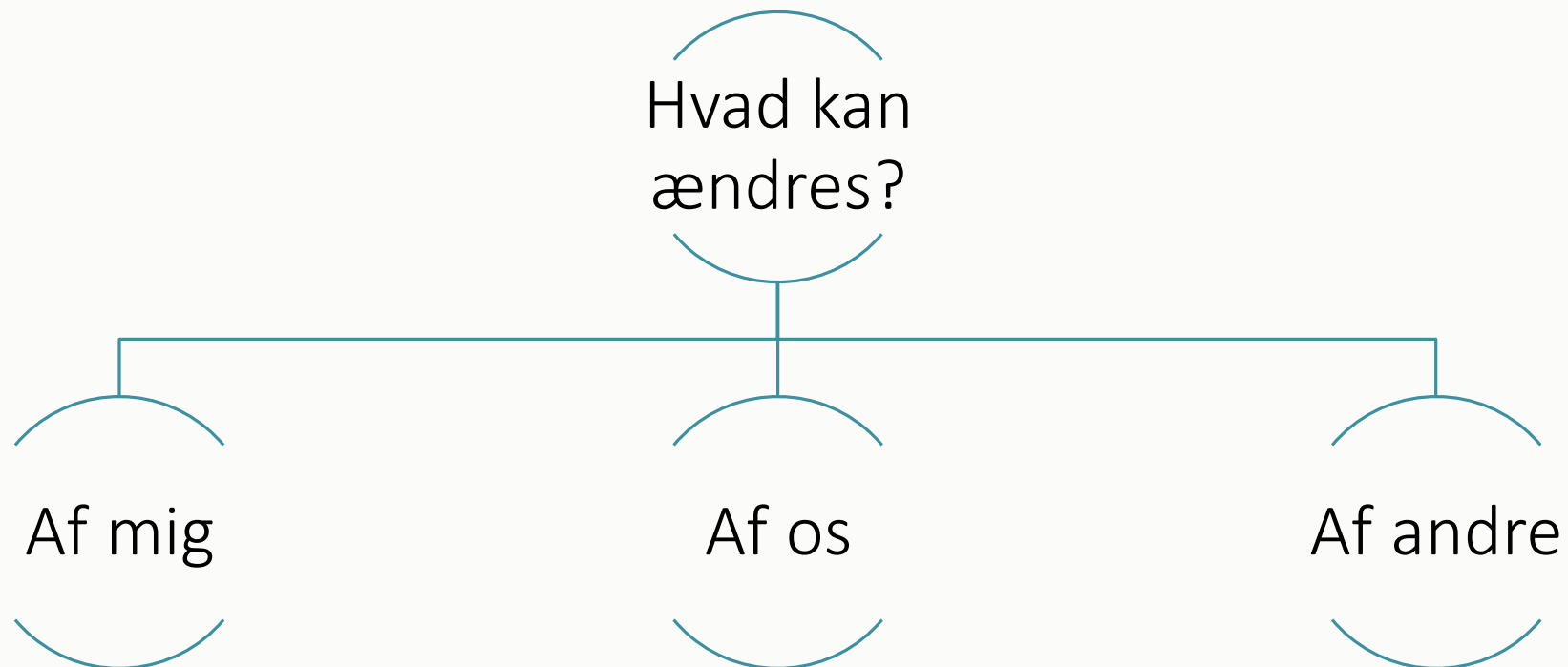
Hvad lytter vi efter i vejledningen? Og kan vi lade tvivlen være til stede?

Hvad svarer jeg til alle de bekymrende spørgsmål?

Hvordan får jeg konstruktivt sat fokus på handlemuligheder?

# Barriere-analyse

Hvad er det som fylder for den vejledte? Hvilke mulighedsrum er der for ændring?



# Meningsfuld selvforømmelse – hvordan kan vi i vejledningen forholde os til den del?

## Meningsfuld selvforømmelse findes i handling:

flow-begrebet blevet udviklet og udforsket af Mihaly Csikszentmihalyi, og kan beskrives som en tilstand af opslugthed og nærmest som et kontroltab og handlingsrettet. Man glemmer tid og sted. *”Man kan være i flow uden at være kreativ, men man kan ikke være kreativ uden at være i flow.”* (Csikszentmihalyi, 1988)

Når vi er i flow, er vi i en særlig tilstand af fordybelse, vi er engagerede og har en fokuseret opmærksomhed. Flowoplevelsen er præget af en oplevelse af mestring, at vi er helt opslugte. Samtidig ændres vores tid- og selvforømmelse.

Flowtilstanden giver muligheder for forbedret læring og hukommelse. Obs den mentale sundhed.

# Meningsfuld selvforømmelse – hvordan kan vi i vejledningen forholde os til den del?

**Meningsfuld selvforømmelse findes også i væren:**

Carl Rogers - Kongruens: Hvor samtalen opsluger og nærmest taler sig selv

Finn Thorbjørn Hansen nævner værensåbninger, hvor det underfulde i et kort ”gungigt øjeblik” bliver synligt.

Harmut Rosa beskæftiger sig med resonans, som en særlig stemthed for væren i verden

# Vejleders faglighed

- Dybdefaglighed og breddefaglig (Obs. D. Koehns ekspert vs. Professionel. Scientia)
- Hvad er forskellen på en dygtig vejleder og en faglig og professionel vejleders møde med vejledte?
- Faglighed ”stiller krav” til den professionelle om at se hele vejen rundt – ikke kun holistisk ift. vejledte – men også ved at kunne inddrage blikket for vejledningens kontekst

# Konkrete forslag

- Naturen som med vejleder (DUEK, afgangsprøjt Thorkil)
- På sporet – et kreativt karrierelæringsforløb (DUEK, Afgangsprøjt Mette & Susanne)
- Sisters hope - [SISTERS HOPE](#)
- ”Sager der samler” [Sager der Samler](#)
- Vandrende vejledningssamtaler (egen praksis)
- Kreative vejledningværksteder: hvor skrivning af digte , læsegrupper af litteratur, hvor der laves keramik eller fællesspisning eller....
- [Klimaakademi for humanister — Klimaakademiet](#)

.....

*Jeg har øvet mig på at give slip  
Det er ikke min stærke side  
Jeg vil slukke brande  
Men man kan kun rykke ud til et  
sted ad gangen  
Tilkalde forstærkning over radioen  
Spænde sikkerhedshjelmene og bede  
gud om at fikse resten  
(Naiha Khiljee, 2022)*





# Litteratur

Birkmose (2021): Mennesket er motiveret. Derfor er vores arbejde så meget mere end styring. Syddansk universitetsforlag

Eide m.fl. (2022) Til den andens bedste. Om vejledningens etik. 2. udg. Dansk psykologisk forlag

Center for væredygtighed (red) (2022): Væredygtighed indersiden af bæredygtighed. Dafolo.

Christie (2009) Små ord om store spørgsmål. Forlaget Mindspace

Frederiksen & Andersen (2020): Vinduespynt og samfundssind. Når virksomheder (ikke) tager ansvar. Turbine

Torsted & Hansen (2022): At tænke med hjertet. En grundbog i eksistentiel praksisfænomenologi. Klim

Khiljee, N (2022): Læg en besked. Digte. Lindhardt og Ringhof

Roepstorff (2022): Klimapsykologi. Hvorfor vi holder klimakrisen ud i strakt arm og den forbundethed, der venter, når vi begynder at handle. People's

Rosa, H (2014) Fremmedgørelse og acceleration. Hans Reitzels forlag

Rosa, H (2021) det ukontrollerbare. Eksistensen

Rosa, H (2021) Resonans. En sociologi om forholdet til verden. Eksistensen

*Verdensmaalene. Hvad er bæredygtighed. Udsnit fra Brundtland-rapporten (1987). Hentet den 17.11.22.*

[https://www.verdensmaalene.dk/sites/default/files/hvad\\_er\\_baredygtighed\\_dac.pdf](https://www.verdensmaalene.dk/sites/default/files/hvad_er_baredygtighed_dac.pdf)