

Girafsprøeg frigør ressourcer på sigt

Konflikter er en del af dagligdagen i en børnehave. Pædagoger fra Børnehaven Columbus på Fyn er til et todages seminar i Girafsprøeg eller Ikkevoldelig Kommunikation – det er nemt og svært på samme tid

Af Jens W. Pedersen

Et kig på nyhederne fortæller om blodig krig mange steder i verden. Det er vi forskånet for herhjemme, men i det små har vi alligevel ufred og stridigheder, fx i vores daginstitutioner. I Ikkevoldelig Kommunikation (IVK) bilægges konflikter basalt set ved, at vi taler om følelser og behov. På det plan er vi nemlig ens på tværs af opdragelse, kultur og nationalitet – derfor er der også mulighed for at mødes i gensidig forståelse og at finde kreative løsninger på konflikter.

Behovene er der ikke noget galt med, tværtimod, men vores strategier til at få dem opfyldt kan være mere eller mindre hensigtsmæssige. De fire pædagoger Lone, Poul, Ulrik og Solrun fra Børnehaven Columbus i Munkebo har sat sig ind i IVK, og efter et todages seminar har de nu nogle redskaber, som kan forbedre samarbejdet med børn, forældre og kolleger. Poul kendte i forvejen noget til Girafsprøeg, og hans måde at hjælpe børnene med deres konflikter har inspireret de andre til at deltage.

IVK i praksis

På spørgsmålet om, hvad de håber, at IVK vil betyde i deres arbejde, svarer Lone: "At min forståelse og imødekommenhed bliver større". Poul taler om, at han nu bliver "mere bevidst i samarbejdet med forældre og kolleger" – og om at "bevidstgøre børnene". Ulrik forventer "en bedre, mere hensigtsmæssig, dialog imellem mig og børnene, forældre og kolleger".

Solrun fortæller, at hun oplever det som "en lettelse, at der findes en metode til at løse konflikter", men også, at konflikten ifølge IVK ikke nødvendigvis skal løses med det samme: "Man tør blive i konflikten", siger hun, og "det grundlæggende er, at blive på egen banehalvdel".

IVK grundformen består i at udføre fire simple trin, når vi står i en konflikt: *Observation, følelse, behov og anmodning*. Vi taler altså nøgternt om, hvad vi ser eller hører. Dernæst holder vi os på egen banehalvdel, når vi refererer til vores følelser og fortæller, hvilke behov de bunder i. Til sidst fremsætter vi en anmodning, som ikke er et krav men i stedet en invitation til dialog i håb om at finde en løsning til fælles bedste.



Det siges, at IVK er nemt at lære, men svært at gøre. Tid og ressourcer kan være en forhindring i det daglige arbejde, og man når ikke altid at gennemtænke sine formuleringer. Ulrik udtrykker det sådan, at: "Det hele

skal hænge sammen, så vi er nødt til at gøre sådan nu, fordi børnehaven skal fungere.” Lone nævner også, at kollegerne måske vil se det som noget ”sød-suppe-agtigt”. ”Det vil tage dem noget tid at vænne sig til”, mener hun.

Girafsprøget frigør ressourcer

”Dem der kan noget IVK, som fx Poul, virker som inspiration for kollegaer, som iagttager det og tager deres metoder til sig, fordi de kan se, at det virker. Jeg inviterer til at overveje, hvor meget tid, der bruges på negativ konfliktløsning, som opstår igen og igen”, siger seminarleder Kirsten Kristensen. Hun er ekspert i Ikkevoldelig Kommunikation, og oplever, at metoden frigør ressourcer: ”Brug lidt længere tid til at finde en løsning, som barnet er med på, så stiger chancen for, at barnet samarbejder”.



Hun taler også om at skabe en kultur, hvor børnene selv begynder at løse deres konflikter – og oven i købet hjælper kammeraterne med at løse deres. På den måde frigøres tid og ressourcer hos pædagogerne samtidig med, at der skabes et bedre læringsmiljø for børnene.

Det har de fx oplevet i Silkeborg, hvor en børnehave har indført Girafsprøget. Når de børn kommer i skole, kan lærerne se på deres adfærd, at de kommer fra netop den børnehave. De har flere sociale færdigheder, begår sig bedre og hjælper kammeraterne med konfliktløsning.

Kirsten vægter desuden, at Girafsprøget giver mere trivsel og forebygger udbrændthed hos pædagogerne: ”De får det bedre, bliver mere afslappede og får adgang til flere ressourcer hos sig selv”.

Hvad gør det svært?

Umiddelbart lyder det nemt at lære de fire IVK grundtrin, men i praksis viser det sig alligevel, at vi kan have svært ved at udføre dem. Mange har brug for at øve sig i længere tid, før det virkelig sidder på ryggraden. Ulrik siger: ”Det er sværere end jeg troede. Det er en proces, hvor man skal arbejde med sig selv”.

Lone er overrasket over, hvor svært det er at beskrive følelser og behov og Poul oplever, at han hurtigt går over i ”analyse” frem for at tale om sine følelser og behov. Han synes også, at der bliver lagt meget mærke til ordene i Girafsprøget – ”børn hører hensigten”, siger han, mens ”voksne hænger sig i ordene”.

Ordene driller. Kirsten fortæller dog: ”Det vigtige er *ikke* at sige tingene på den korrekte ”giraf-agtige” måde men netop at være afklaret omkring sin intention: Formålet er ikke at få sin vilje men derimod at finde fælles fodslag – empati er det vigtigste”.

Hun forklarer også, at vores sproglige vaner ofte kommer i vejen for en gnidningsfri kommunikation: ”En af faldgruberne er, at vi ikke skelner imellem vores tanker og følelser. Vi siger fx 'jeg føler mig svigtet' eller 'jeg føler mig trampet på', men deri ligger en vurdering af, hvad en anden person har gjort – den rene følelse er derimod fx sorg, utryghed eller vrede. Det er svært, fordi vi skal ind og aflære gamle vaner”.

Et andet punkt gør det også svært, fortæller Kirsten: "Vi inddrager ofte andre i vores behov og siger fx 'Jeg har brug for, at du støtter mig'. Det reagerer andre mennesker instinktivt imod. Hvis vi skal blive på egen banehalvdel, må vi klargøre, at vi selv tager ansvar for vores behov – derfor fjerner vi 'du' fra sætningen og nøjes med at sige: 'Jeg føler mig usikker, fordi jeg har brug for støtte'. 'Du' kommer ind i billedet i anmodningen, så jeg kan bede dig bruge 10 minutter på at tale med mig om den forældre-samtale, som jeg har i morgen. Det vil opfylde mit behov for støtte. Er du med på det?"

Taktik og strategi

Kirsten lægger også vægt på, at det er helt ok, når vi ikke altid har tid eller overskud til at bruge IVK: "Når I står i en situation, hvor det brænder på, så gør det I plejer, og som sidder på rygraden – det er taktik i nuet. Senere kan I overveje, hvordan I vil gøre det fremover og lægge en strategi for det".

Kirsten opfatter det sådan, at IVK er en ingrediens, som man blander i sin faglighed som pædagog, og som gir en helt ny cocktail. Man behøver altså ikke at udskifte den gamle lærdom, men IVK kan tilføjes som et element, der skaber mere nærvær, ro, harmoni og fællesskab.

