



AKTIVE *vrurderinger*



TIL BEVIDSTE VALG OG HANDLEKRAFT

TEKST: KARIN LÖVENLUND, UNDERVISER
I SAMARBEJDE MED TANDPLEJERENS REDAKTION

Rollen som underviser indebærer, at vi meget gerne skal kunne skabe opmærksomhed, bevidstgøre, motivere, inspirere, give brugbare redskaber og naturligvis gøre en positiv forskel for vores målgrupper. For at kunne det, er det vigtigt, at vi er opmærksomme på forhindringer og det, vi gerne skal være imødekommende overfor. Aktive vurderinger er en pædagogisk metode, som sætter fokus på egne vurderinger og ressourcer gennem dialog og medbestemmelse. Personen motiveres og trænes i at foretage bevidste valg, idet metoden stiller redskaber til rådighed til at afdække egne og andres holdninger og værdier.

Learning-by-doing

Metoden er udviklet af universitetslæreren Louis Rath's i USA i 1960'erne. Rath's havde en særlig interesse for unge, utilpassede studerende og var inspireret af den amerikanske pædagog og filosof John Dewey (1859-1952). Dewey var af den overbevisning, at mennesket lærer bedst gennem egen virksomhed og egne erfaringer - det der kendes som erfaringspædagogik (learning-by-doing). Essensen er her, at vores erfaringer opstår i samspil med vores omverden, og at disse erfaringer skaber ny viden, der giver mulighed for fortsat vækst, når erfaringerne bidrager til anden og hurtigere problemløsning senere. Handlinger kræver refleksion som grundlag for nye handlinger, der kræver refleksion. Altså en fortsat proces. Metoden er udbredt inden for forebyggelse og sundhedsfremme, fx i skoleklasser, mødregrupper m.v. Der findes adskillige praktiske eksempler på nettet fra sundhedsplejen og folkeskolens verden.

De andres domæner

Det har stor betydning, hvordan vi som undervisere præsenterer og motiverer vores emne og hensigter. Som undervisere kommer vi ind i vores medmenneskers privatsfære, og hvis vi tænker os et eksempel fra omsorgstandplejen, kan vi tale om, at tandplejeren kommer ind over andre sundhedsprofessionelle kollegers domæner, fx når plejepersonale skal instrueres i at varetage beboernes mundhygiejne. I så-

danne situationer skal vi være opmærksomme på, at vi har at gøre med andre fagpersoner, der naturligvis har behov for at føle stolthed over deres fag og de arbejdsområder, som de mestrer i deres dagligdag.

Forandringer kan skabe usikkerhed, utryghed og besvær. Vi bør som undervisere være opmærksomme på arbejdspladsens hverdagsituation og de ressourcer, der allerede findes. Det er nemmere at skabe en forandring, hvis indgrebet ikke bliver alt for stort. En del af opgaven er ofte at opmuntre og støtte personalet og hjælpe dem til at blive opmærksomme på/bevidstgøre konkrete handlemuligheder, som de finder relevante og får lyst til at føre ud i livet.

Handlekraft som grundpille

Med Aktive vurderinger kan vi som individer blive mere bevidste om vores valg, og hvad der styrer dem. Aktive vurderinger modvirker et selvbillede af sig selv som offer i en verden, hvor man ikke kan stille noget op. Formålet er også at bevidstgøre egne tanker og følelser og bearbejde vurderinger og attituder og at øge sammenhængen mellem ord og handling.

De syv kriterier

For at man kan sige, at man har foretaget en aktiv vurdering (clarification of values), skal syv kriterier (seven value criteria) være opfyldt, ifølge Louis Rath's terminologi:

- 1.** Der skal være tale om et frivilligt valg
- 2.** Man skal træffe et valg blandt flere alternativer
- 3.** Man skal tage hensyn til konsekvenserne ved hvert alternativ
- 4.** Man skal være tilfreds med og stolt over sit valg
- 5.** Man skal kunne fortælle åbent om, hvad man synes og tænker
- 6.** Man skal handle ud fra sit valg
- 7.** Man skal være konsekvent og gentage handlingen ofte

Kommunikation og undervisning handler meget om ord, og i Aktive vurderinger er det en utrolig vigtig afvejning. Aktive vurderinger indebærer, at vi som undervisere hele tiden skal stræbe mod at være så neutrale, som vi kan, i forhold til det emne, som vi arbejder med. Det er vores målgruppe, der skal vurdere, tage stilling og blive bevidste. Undervisere generelt 'snakker' alt for meget! Hvad er det egentlig, vi siger, og hvordan tolker vores målgruppe vores ord?

Karin Lövenlund
underviser i Aktive vurderinger

De syv kriterier er som sagt beskrevet af Louis Rath's og er grundlæggende for forståelsen af, hvad en værdiafklaring og en aktiv vurdering indebærer. Vigtigt er det, at der er overensstemmelse mellem holdning og handling, for kun ved denne konsistens fremtræder ens valg og værdier velovervejede og afklarede. Det giver personlig tilfredsstillelse og ro i sjælen.

Øvelser til gruppeundervisning

I det følgende skal vi på et overordnet plan stifte bekendtskab med nogle af de øvelser, som metoden stiller til rådighed. Flere af øvelserne benytter de fleste af os allerede i en eller anden form. Øvelserne bruges til at fremme bevidstgørelse, kritisk tænkning og ansvarlighed. Deltagerne øves i og opmuntres til at kommunikere, finde alternativer, se konsekvenser og tage stilling. I de enkelte øvelser bruges en åben og anerkendende spørgeteknik fra underviserens side. Følgende øvelser er medtaget:

- 1) Fire hjørner
- 2) Linjen
- 3) Ja/nej-spørgsmål
- 4) Den varme stol
- 5) Tavleøvelsen

1) De fire hjørner

Deltagerne formulerer forskellige muligheder og løsninger til, hvordan de kan agere i en realistisk og relevant situation. Hvert hjørne repræsenterer forskellige muligheder og løsninger, som udfordres og uddybes i kraft af spørgsmål. Samtidig med, at den enkelte selv får mulighed for at blive bevidst om egne holdninger, bliver den enkelte samtidig bevidst om andres tilgang ved at høre andres meninger, argumenter og erfaringer. Man giver hinanden idéer og løsninger, og eventuelt kan man også få hul på nogle myter. Spørgsmål, der kan stilles, til de fire hjørner kan fx være:

- Er der en særlig grund til, at du synes, at man bør...
- Er der noget positivt ved det?
- Kan der være noget negativt ved det?

- Er der noget andet, man kunne gøre?
- Hvordan er det at børste andres tænder?
- Hvordan har du det med at røre beboerne i munden?
- Hvordan er det at tage en protese ud?
- Er det noget, du tit gør?
- Har du nogle gode råd til, hvordan det kan gøres på en god måde?
- Er der noget, der kan gøre det nemmere?
- Har I andre idéer til, hvordan det kan blive nemmere?

2) Linjen

Ved linjeøvelsen får deltagerne mulighed for at reflektere og samtidig vise sine holdninger, så andre ser dem tydeligt. Underviseren lægger fire sedler på en linje på gulvet. På hver seddel kan der stå et nummer 1, 2, 3, 4 - eller et udsagn for at gøre det nemmere for deltagerne. Gruppen tager stilling til et spørgsmål og får at vide, hvad yderpunkterne repræsenterer. Herefter stiller de enkelte deltagere sig ved den seddel, de synes passer bedst med deres mening. Herefter kan underviseren stille åbne spørgsmål enten til enkelte personer eller til grupperne ved de forskellige punkter på linjen. I forhold til øvelsen med fire hjørner, der alle bliver spurgt, har linjen en friere form.

Eksempel: Forestil dig at du selv er blevet syg, og du synes, det er rigtigt svært at børste dine egne tænder. Hvordan vil du have det, hvis en anden - fx en sygeplejerske eller sosu-assistent - vil hjælpe dig med din tandbørstning?

- Det, ville jeg synes, var rart
- Det ville jeg sige ja tak til, selvom jeg ville have det svært med det
- Det ville jeg kun tillade, hvis det var en bestemt person, der hjalp mig
- Det ville jeg ikke bryde mig om, jeg ville sige nej tak

3) Ja/nej-spørgsmål

Med denne øvelse stilles deltagerne overfor en række antagelser i forhold til emnet, som de skal be- eller afkræfte. Formålet er, at man øves i at turde vise sig selv og sine holdninger overfor andre. Man får tænkt over nogle forskellige spørgsmål, som kan medvirke til,





at man bliver mere bevidst om, hvordan man er, hvad man mener, og hvad man vil. Spørgsmålene bør være en god blandning, men flere af dem handler oftest om emnet. Teknikken er med til på en ukritisk måde at undersøge og afdække emnet. Deltagerne svarer på underviserens spørgsmål ved at række armene op for *ja* og ned for *nej* og lægge dem foran brystet for *ved ikke*.

4) Den varme stol

Deltagerne sidder på stole i en rundkreds. Underviseren sidder i den varme stol og er den, der stiller spørgsmålene. Alle, der kan svare ja til underviserens spørgsmål, rejser sig og bytter stol med en af de andre, der også har rejst sig. Er man den eneste, der svarer ja, sætter man sig igen på den samme stol. Sigtet med øvelsen er, at deltagerne via en langsom afvikling og fysisk aktivitet bliver opmærksomme på, hvad de selv og andre mener.

5) Tavleøvelsen

Når man skal skrive om noget, bliver man nødt til at reflektere, og dette i sig selv kan være en bevidstgørelsesproces. Tavleøvelsen bruges tit i slutningen af et forløb og kan anvendes til at samle op og konkludere på et emne. Overskriften er positiv, fx fordele ved at pleje sine tænder. Deltagerne skriver først hver især fem til ti udsagn på et stykke papir. Herefter går nogle stykker af gangen frem til tavlen, hvor de hver især skriver et udsagn. Alle bidrager til helheden med sin egen viden, erfaring og mening. Underviseren læser alle udsagn op og har samtidig mulighed for at tilføje yderligere viden. I tavleøvelsen bruges forskellige sanser: Vi skriver, rører kroppen, ser, læser og hører.

Anvendelse og eksempler

Aktive vurderinger bliver anvendt i mange kommuner som en del af skolesundhedstjenestens tilbud til børn og unge. Antropologisk Analyse ved Københavns Universitet har på vegne af Sundhedsstyrelsen forestået en undersøgelse (2009), som viser, hvor udbredt metoden er, og hvordan den bliver anvendt. Undersøgelsen er gennemført som led i Sundhedsstyrelsens Center for Forebyggelses arbejde med børn og unges sundhed. Rapporten præsenterer ud fra et antropologisk perspektiv, hvordan sundhedsplejens praksis udfolder sig, og hvilken betydning metoden kan have for



Karin Lövenlund

De seneste 22 år har jeg afholdt kurser i Aktive vurderinger. Mine kurser har til formål at ruste deltagerne til at anvende metoden aktivt i deres forskellige berøringsflader. Kursusdeltagerne har hovedsageligt været sundhedsplejersker, der har brug for konkrete og positive redskaber til deres undervisning af fx skolebørn, mødregrupper og ved forældremøder. Ind imellem har jeg også haft glæden ved at have tandplejere på kurser, som typisk holdes i kommunalt regi, hvor også lærere, sundhedskonsulenter, kostvejledere, jordemødre, SSP-medarbejdere og andre, der arbejder med undervisning og sundhedsfremme, deltager. Nogle gange holder jeg også rene tandplejerkurser, hvortil jeg nu er begyndt at udvikle et nyere og endnu mere målrettet kursusmateriale.

På mine kurser trænes du i at bruge vurderingsøvelserne i praksis. Det gøres så konkret, relevant og enkelt som muligt, så deltagerne har mod på at arbejde videre med metoden i det daglige arbejde.

Min undervisning bygger meget på learning-by-doing med inspiration fra John Dewey, den amerikanske pædagog og filosof (1859-1952), som lagde grunden til Aktive vurderinger som metode. Du er velkommen til at orientere dig yderligere om metoden og mine kurser på min hjemmeside.

www.aktivevurderinger.dk

børn, unge og til dels deres forældre. Undersøgelsen viser, hvordan metoden har betydning for sundhedsplejerskernes arbejde med sundhedsfremme og forebyggelse i skolen. Undersøgelsen beskriver desuden, hvordan metoder kan initiere en forandringsproces, der vil indebære nye måder at tænke skolesundhedstjenestens ydelser på. Der er i det hele taget mange gode eksempler på nettet, når det gælder anvendelse af Aktive vurderinger i praksis.

www.aktivevurderinger.dk

Katalog: Sund På Tværs. Samarbejde mellem Børne-ungeafdelingen, Skoleafdelingen, Sydsjælland og Lolland Falster Politikreds

Aktive vurderinger - en oversat sundhedspædagogisk metode. Af Annette Poulsen, sundhedsplejerske, master i sundhedspædagogik, Sygeplejersken nr. 18, oktober 2009

Forebyggelse og sundhedsfremme i skolen. Undersøgelse af to metoder anvendt i skolesundhedstjenesten, Sundhedsstyrelsen, 2009

Undervisningsplan ved brug af metoden aktive vurderinger, Sundhedsstyrelsen 2006

ERFARING

MED AKTIVE VURDERINGER

TEKST: PIA BOLANDER, TANDPLEJER, SILKEBORG KOMMUNALE TANDPLEJE

Da jeg læste artiklen om Aktive vurderinger på de foregående sider, huskede jeg tydeligt en udbytterig kursusdag i september 2008 i Silkeborg med Karin Lövenlund. Selv her fem år efter mindes jeg kurset som meget udbytterigt. Jeg har faktisk haft glæde af det lige siden, både i undervisningen af grupper og individuelt i mit arbejde i Silkeborg Kommunale Tandpleje,

Kurset faldt helt i tråd med det – på det tidspunkt - nye buzzword Appreciative Inquiry, og vi var i gang med at øve os i at stille åbne og nysgerrige hv-spørgsmål.

Ny rille

"At lære uden at gøre er som at elske uden at røre" er et citat fra kursusdagen i 2008.

Det handler om bevidstgørelse, at fremme dialogen og lægge det moraliserende bag sig. Men hvor er det svært at skifte rolle fra den bedrevindende til at være neutral og nysgerrig efter at vide, hvad andre mener. Hvor er det nemt at falde tilbage til den gamle rille: Du skal børste to gange om dagen og kun indtage søde ting én gang om ugen.

Vi skal have styr på vores ordvalg og kropssprog, både når vi spørger og får svar, og ikke mindst når patienten foretager valg:

Mig: "Der er et sted, hvor der sidder nogle bakterier, vil du vide, hvor det er?"

Patienten: "Øh, næee..."

Det forhindrer jo selvfølgelig ikke mig i at prøve igen næste gang, patienten kommer hos mig. Men hvor er det også sjovt at være nysgerrig. Hvor er der mange virkeligheder og mange måder at leve sit liv på. Hvad der er livskvalitet for mig er ikke nødvendigvis livskvalitet for andre.

Ny undervisningsform

Vi omlagde undervisningen i bl.a. 8. klasserne fra at være et oplysende Power Point-diasshow til at være en seance, som eleverne aktivt skulle deltage i. Desuden lærte Karin Lövenlund mig at sige *hej* til hver enkelt og give vedkommende en label med sit navn på. Derved opnås en mere personlig relation, hvor vi kan bruge hinandens navne mere flydende i forhold til: Hvad siger du? - Ja, dig i den blå hættetrøje.

Jeg har selvfølgelig et mål med undervisningen, men mine holdninger og



Tandplejer
Pia Bolander.

meninger er ikke væsentlige i undervisningssituationen. Det er gruppen/individet, der skal arbejde. Jeg har svar, men værdisætter det ikke. Min opgave er netop at stimulere gruppen og individet til selv at tænke og blive bevidst. Det er den enkeltes eget ansvar at træffe et valg.

Den varme stol

Tilbage i 8. klasse: Eleverne sætter sig på deres stole i en rundkreds omkring mig, og der besvares spørgsmål med *ja* eller *nej*, både af faglig karakter som: Fik du børstet dine tænder i morgen? Og mere skøre og pjattede spørgsmål: Er du forelsket?

Ja-sigerne rejser sig og bytter plads med andre ja-sigere (de positive er aktive). Nej-sigerne bliver siddende.

Tavleøvelsen

Dernæst laver vi tavleøvelsen. Jeg skriver på tavlen: Hvad er fordelene ved at børste tænderne helt rene hver dag? Eleverne skriver deres svar på tavlen med farvet kridt, og jeg stiller uddybende spørgsmål til hele gruppen til de forskellige svar. Det bliver til et farvestrålende indslag.

De fire hjørner

Dernæst måles pH-værdi på de drikkevarer, jeg har medbragt, og vi anvender øvelsen med de fire hjørner, hvor gruppen deler sig op i lokalets hjørner alt efter, hvor ofte de drikker eroderende drikke. Jeg spørger, om eleverne er forundrede over de andres placering, dvs. belyser forestillingerne om, hvad alle de andre må/kan/gør. Rent praktisk stiller jeg den enkelte elev hv-spørgsmål samt den gruppe, som drikker syredrikke en gang om ugen eller sjældnere. Eksempler på spørgsmål:

- Hvem bestemmer, hvor meget du må drikke af disse ting?
- Hvem køber det?
- Hvad kunne du drikke i stedet?
- Hvad kunne man ellers bruge pengene til?



*Det er gruppen/individet,
der skal arbejde.
Jeg har svar, men
værdisætter det ikke.*

Efter en humoristisk dialog om, hvad der skal til for at forbrænde en halv liter cola, går vi videre til linjeøvelsen.

Linjeøvelsen

Jeg placerer fire ark på gulvet med følgende tekst:

- **Ja - helt sikkert**
- **Ville være godt**
- **Betyder ikke så meget**
- **Er ligeglad**

Spørgsmålet er: Vil du have sunde tænder, når du bliver 70 år?

Eleverne svarer ved at stille sig på arkene, og jeg stiller igen åbne, nysgerrige spørgsmål til den enkelte.

- **Hvad er sunde tænder for dig?**
- **Hvad betyder dine tænder for dig nu?**
- **Hvornår skal man begynde at passe på sine tænder, hvis man vil have sunde tænder som 70-årig?**

Igen slutter jeg med at udspørge gruppen placeret på arket med *ja, helt sikkert*. Og man kunne også undre sig og spørge til, hvorfor der mon ikke står nogen på det ene eller andet ark.

Øvelsen fortsætter med fire nye svarark på gulvet og et nyt spørgsmål. Alle øvelserne arbejder for de syv kriterier, som definerer en aktiv vurdering.

De rigtige spørgsmål

Karin Lövenlund forklarede på kurset, hvordan Aktive vurderinger kan opmuntre til at træffe beslutninger, være en hjælp til at få indsigt i fastlåste

handlingsmønstre/gentagelsestvang og åbne op for alternative muligheder (hvad kan du gøre i stedet?), ligesom metoden kan bidrage til at belyse konsekvenser af nye idéer, interesser, attituder og anden adfærd. Samtidig kan Aktive vurderinger afdække, hvad personen i situationen er tilfreds med eller stolt over. Det handler til enhver tid om at stille de rigtige spørgsmål.

Jeg har også haft glæde af at benytte Aktive vurderinger ved både undervisning af 3. klasser med fokus på tandbørstning og indfarvning, på social- og sundhedsskolen og til sygeplejestuderende og undervisning i mødregrupper for unge, socialt udsatte mødre med udgangspunkt i: Hvordan skal dit barns tænder være? Og nå ja, tennis for nybegyndere.

Øv dig

Nu til det allerbedste spørgsmål: Hvordan kommer jeg i gang med at anvende Aktive vurderinger?

Du kan selvfølgelig tage kurser og læse om metoden, men fremfor alt skal man øve sig, så man lægger afstand til den informative/moraliserende/oplysende form. Vær ikke bange for at sige: Det var ikke sådan, jeg ville spørge, jeg prøver lige igen.