

OPLÆGSHOLDER



Anne Mette Sohn Jensen

TITEL: "Forebyggelse af omsorgstræthed"

OPLÆG

Når du arbejder med mennesker med autisme, har du for mig at se verdens bedste job. Samtidig betyder det, at du bruger dig selv, dine følelser og din empatiske evne i dit arbejde. Du bliver helt naturligt følelsesmæssigt involveret i de børn, unge og voksne, som du arbejder med hver eneste dag.

Empati er en fantastisk menneskelig egenskab - men den er ikke en udtømmelig kilde. Empati handler om, at du mærker andre menneskers følelser, som var det dine egne, og det kan udtrætte og udbrænde i det pædagogiske arbejde. Heldigvis er der tilgange og metoder til at forebygge, at du rammes af omsorgstræthed.

Dem, jeg præsenterer, står alle på en bund af compassion: altså evnen til at få øje på andres lidelse og have et ønske om at ændre det. Med fokus på den anden; ved at føle med og ikke som.

Oplægget tilbyder viden om og redskaber i forhold til omsorgstræthed. Det er målrettet til fagpersoner, men forældre kan også få gode redskaber og viden til at passe på sig selv.

Form: Oplæg
Målgruppe: Fagpersoner og forældre/pårørende