



Yrsa Gamborg Andersen.  
Arbejdsområde: Pædagog

## En større dybde og et frit udtryk

Uddannelsen har på alle områder i mit liv gjort en forskel, som jeg på ingen måder ville have undværet. Den har i høj grad givet mit samvær og omgang med andre mennesker større dybde. Dybden skal ses ud fra den indsigt, jeg har fået til bedre at forstå mig selv og mine følelser og reaktioner.

I en samtale med en anden person kan jeg mere klart skelne, hvad der er min egen og hvad der er den andens andel af følelser, fordomme, jalousi osv. Det har givet mig større mulighed for at forstå og rumme andre menneskers forskellige måder at være og handle på. På den måde kan jeg være mere til stede i samtalen - på en mere nysgerrig, afventende og anerkendende måde.

### **Kontakten med børnene**

Jeg arbejder med børn, der har særlige vanskeligheder. Ofte oplever jeg, at det er min måde at hvile i mig selv på og være 100 % til stede, der gør en markant forskel i forhold til børnene. De mærker, at jeg er der – jeg får lettere ved at nå dem – og der sker af sig selv en positiv udvikling.

I mit arbejde er det utrolig vigtigt, at jeg kan rumme børnene i enhver situation. Her oplever jeg, at min rummelighed er blevet mere ægte. Den er ikke 'tænkt' eller 'villet' men er der som en integreret og ikke-dømmende åbenhed i mig. Det betyder ikke, at der ikke skal sættes grænser. Børnene, jeg arbejder med, har brug for tydelige og klare grænser, men de må ikke være emotionelle. Der er en verden til forskel på en grænse, der udtrykkes med emotioner, og en grænse, der udtrykkes fra kernen i mig.

Det er oppe i tiden at være anerkendende som pædagog. På Specular har jeg den anerkendende tilgang med som en dyb og grundlæggende livsindstilling i mødet med andre, så derfor falder det naturligt ind i mit arbejde med børnene. En særlig gave, jeg har fået via træningen hos Specular, er at kunne stoppe travle tanker eller rumsterende personaleting, når jeg er sammen med børnene. Kontakten bliver ikke længere forstyrret af alt det andet, der kan være i gang på en arbejdsplads. Det er en gave for både børnene og mig selv.

### **Samarbejdet med kollegerne**

Det er også en markant ændring i arbejdslivet, at jeg tør stå frem og sige min mening i situationer, hvor jeg tidligere holdt mig tilbage. Jeg har erfaret, at når jeg har en god kontakt med mig selv, er det let for mig at sige min mening på en klar og ligetil måde, så jeg bliver hørt. Jeg kan tage vanskelige emner op, til glæde for alle på arbejdspladsen. Det bliver jeg respekteret for. Jeg har fået let ved at mærke, om en kollega er 'ude af sig selv' eller i 'kontakt med sig selv' og møde ham eller hende derfra. På den måde er jeg nok blevet en bedre kollega.

### **Et frit udtryk**

Privat er jeg ikke længere bange for at snakke med min mand om det, der kan være svært. Før Specular holdt jeg det tilbage, og det hæmmede mig i at være mig selv. I dag har vi et meget mere åbent og tillidsfuldt forhold. Det skyldes bl.a., at jeg kan vise større respekt for hans måde at være på og ikke længere oplever forskelle som konfliktområder.

Generelt er det en gave for mig selv og mine nærmeste, at jeg nu kan udtrykke mig frit. Det kan jeg, fordi jeg under uddannelsen på Specular netop har arbejdet med det tema at udtrykke mig fra kernen i mig selv. Når jeg gør det, kan jeg udtrykke mig klart, uden indblanding fra tidligere oplevelser i mit liv.

Jeg har fået redskaber til at være meget mere i balance med mig selv. Selvfølgelig møder jeg stadig udfordringer, men måden, jeg møder dem på, har ændret sig på et dybt plan.