

„Og hvað svo?“

Handleiðsla á tímum Covid-19

Höfundur: Valgerður Hjartardóttir
Hjúkrunar- og fjölskyldufræðingur, djákni og meðlimur í Handís.

Þann 23. júní n.k. á Handís, félag handleiðara, 20. ára afmæli. Líklega hefur þörfin fyrir handleiðslu aldrei verið eins brýn og gildi hennar eins mikið.

Á síðustu mánuðum hafa orðið miklar breytingar víða á vinnustöðum, vinnumarkaðnum og í samfélaginu öllu. Í einni svipan lögðust niður heilar atvinnugreinar, sumar tímabundið og aðrar varanlega. Stofnanir og fyrirtæki endurskipulögðu alla þjónustu og framleiðslu. Samskipti breyttust og rafræn þjónusta var eflað til muna. Heimilin voru gerð að vinnustöð. Foreldrar komust ekki til vinnu sinnar vegna skertrar viðveru barna í leikskólum og skólum. Foreldrar langveikra barna völdu að fara í varnareinangrun til að koma í veg fyrir smit hjá viðkvæmum börnum sínum. Heimilin urðu fyrir verulegu tekjutapi. Aldraðir og fólk með undirliggjandi sjúkdóma voru einangraðir frá umheiminum og ástvinum vikum saman. Frí voru afturkölluð. Verkefni hlóðust upp, álagið jókst og varð gríðarlegt hjá mörgum. Heilbrigðisstarfsfólk í framlínu lagði sig í hættu fyrir aðra. Á meðan misstu aðrir lífsviðurværi sitt.

Í dag er margt komið í sama horf og fyrir Covid-19 en krefjandi aðstæður eru áfram til staðar og margt er breytt. Margir upplifa frelsissviptingu að geta ekki farið ferða sinna eins og áður. Sakleysið að við séum örugg var frá okkur tekið.

Þegar slíkar breytingar verða á högum, lífsstíl og vinnuumhverfi er gott að staldra við og leita inn á við. Í breytingarferli vakna margar tilfinningar eins og missir á því sem áður var. Söknuður getur gert vart við sig. Áhyggjur, kvíði og óöryggi hvað verður.

Í handleiðslu er breytingarferlið skoðað með áherslu á lærdóm. Hvað lærðum við á þessum tíma? Hvað viljum við taka með okkur inn í framtíðina? Hverju má sleppa? Hvað fengum við í staðinn? Hvað virkar? Hvað getum við gert betur? Hvað getum við lagt okkar að mörkum? Hvað langar okkur? Hver voru viðbrögð mín? Hvar liggja mörkin?

Ótal margar spurningar vakna við slíkar breytingar sem dýrmætt er að fá speglun á og hlustun sem getur gefið aukna möguleika til að sjá og upplifa hlutina á annan hátt. Með samtalinu opnast ný tækifæri og innsýn í eigin þarfir. Þannig getur handleiðsla aukið faglega þekkingu og færni með endurgjöf og þróun sjálfsvitundar. Handleiðsla aðstoðar við að greina áskoranir og möguleika, getu til uppbyggingar, seiglu, aðlögunarhæfni og sjálfsöryggi og að finna jafnvægi milli fjölskyldulífs og vinnu. Handleiðsla hentar öllum þeim sem vilja auka starfsánægju, eflast í starfi og að hafa jákvæð áhrif á þróun menningar á vinnustað. Megi okkur öllum farnast vel.