



## **Af Gerda Rasmussen**

*Socialrådgiver, familie- og psykoterapeut, MPF  
Underviser og konsulent, Dansk Familierapeutisk Institut.*

*Artiklen er en let revideret udgave af et undervisnings materiale til kursusforløb i relationskompetence for socialpsykiatrien i Holbæk, oktober 2012.*

**Begrebet anerkendelse har i de senere år fået stor udbredelse indenfor behandling, ledelse og pædagogisk praksis. Det bruges ofte som et modeord og begrebet anvendes ofte, når man ønsker at beskrive en praksis, som værende god og rigtig. Anerkendelse bliver i daglig tale ofte anvendt i betydningen ros og som belønning for en bestemt adfærd eller for noget, man har præsteret. Det er en slags ydre påskønnelse, der med pæne ord har til formål at vise, hvad der er acceptabel adfærd.**

**I denne artikel vil jeg imidlertid beskrive anerkendelse, sådan som Anne Lise Løvlie Schibbye og Berit Bae har gjort rede for den. Anerkendelse handler her om accept og respekt for menneskers hele oplevelsesverden, og anerkendelse er derfor ikke en kommunikationsteknik, men en samværsmåde, som bygger på evne og vilje til at forholde sig åbent og forstående til hinandens indre virkelighed. Det er også i den betydning, at Dansk Familierapeutisk Institut. DFTI forstår anerkendelse.**

Anerkendelse er baseret på et eksistentielt behov hos mennesker for at blive set og hørt af dem, som vi har en relation til. Det er gennem andres bekræftelse og anerkendelse, at vi kan etablere et forhold til os selv og udvikle vores integritet. Vi er med andre ord dybt afhængige af andre for at kunne udvikle os til selvstændige individer, og vi kan kun være selvstændige så længe andre anerkender det. Forholdet mellem autonomi og afhængigheden er således et centralt livstema.



Det er en af hovedpointerne i den norske psykolog, Ph.D. Anne Lise Løvlie Schibbyes teori om anerkendende relationer. Teorien er udviklet på baggrund af arbejde med familierapi og gennem forskning ved Oslo universitet. Schibbyes tanker om anerkendende relationer er tillige formidlet af Berit Bae, der har en doktorgrad i anerkendende relationer i pædagogisk arbejde.

I sin forståelse af anerkendelse er Schibbye inspireret af eksistentialismen og den tyske filosof Georg Wilhelm Friedrich Hegel. Helt tilbage i 1807 skrev han, at en forudsætning for anerkendelse er ligeværdighed og gensidighed. For at dette kan lade sig gøre skal begge parter i relationen kunne tage hinandens synspunkter og bytte perspektiv, så man et kort øjeblik kan se verden med den andens øjne.

Betydningen af anerkendelse ligger tæt op ad ordet bekræftelse. Anerkendelse er baseret på et åbent og ligeværdigt møde med et medmenneske i en subjekt-subjekt relation. Det vil sige, at man ser den anden som et ligeværdigt menneske, der med sin egenart har helt særlige forudsætninger for at føle, have synspunkter og motiver til at handle.

*Ida sidder og smågræder i børnehaven. Hendes mor er gået for lidt siden. Julie, der er pædagog på stuen, kommer hen og sidder ved hende og hun aer hende lidt på armen. "Jeg kan se at du er lidt ked af det...", siger hun. "Jeg savner min mor", siger Ida. "Nåh....kunne du lige tænke dig, at hun var her...?" siger Julie.*

Julie møder Ida anerkendende uden at have en bestemt hensigt med det, f.eks. at trøste hende. I stedet møder hun Ida med venlig og oprigtig interesse, og Ida oplever sig "set" og anerkendt som et barn, der savner sin mor. Samtidig bliver hendes følelse af at savne lettere at bære.

Anerkendelse handler om at kunne lytte og rumme den andens individualitet, uden at den anden blive vurderet eller bedømt. I lytningen ligger muligheden for bekræftelse, når man afstemmer sig og spejler den andens oplevelser. Det omfatter også den non-verbale kommunikation. Når vi lytter med åbenhed, må vi for en tid slippe kontrollen, og vi risikerer at komme i kontakt med smertefulde sider af os selv f.eks. usikkerhed, sorg og savn, utilstrækkelighed og skam.

Det er krævende at være anerkendende i en professionel sammenhæng, fordi det udfordrer den professionelle til at være åben for at se på sig selv på en ny måde. Man må se på sit eget bidrag for at kunne være tro mod sig selv og samtidig tage ansvar for sin egen del af relationen.

Det er vigtigt at kende sine egne tanker og følelser, så man kan afgrænse dem fra andres. Hvis vi ikke har dette kendskab til vores egen indre verden, risikerer vi at skabe uklarhed om, hvis følelser og tanker der hører til hvor.

Med selvfagrænsning gives der mulighed for, at begge kan se på sig selv med den andens "øjne", at se på sig selv udefra, og sådan bliver der mulighed for, at begge kan forandre sin selvforståelse. Når det gælder professionelle relationer er det vigtigt, at vi kan være nær vores egen oplevelsesverden uden at blive private.

## **Ikke et spørgsmål om teknik**

I starten af artiklen nævnte jeg, at anerkendelse ofte bliver forstået og praktiseret som ros. Ros indebærer en vurdering, og den er med til at fremme en ydrestyring. Mennesker, der er ydrestyret, har en tendens til at tilpasse sig ydre omstændigheder uden at have kontakt til deres indre følelser og reaktioner.

Modsætningen til anerkendelse er underkendelse. Den optræder i form af kritik, ignorering, definering, og afvisning, og de underkendende relationserfaringer er med til at udvikle mindreværd og underminerer selvfølelse og menneskelig udvikling.

Anerkendelse er uforenelig med disse vurderende og strategiske måder. Anerkendelse bekræfter i stedet det andet menneskes indre, subjektive oplevelse og selvforståelse, og anerkendelse fremmer selvfølelsen og styrker følelsen af at være et ligeværdigt medmenneske med egne tanker og sine følelsers gyldighed.

En anerkendende væremåde kan ikke udøves med en bestemt bagtanke. Hvis der er det, vil den "anerkendte" opleve sig objektgjort og vedkommende kan opleve sig gjort til genstand for manipulation. Hvis anerkendelse bliver en teknik, der gives med et bestemt formål eller med en bestemt måde at udtrykke sig på, så vil vi ikke vise respekt og forståelse for den anden. At have en anerkendende grundholdning er ikke forenelig med instrumentelle eller strategiske væremåder. Dvs. at vi ikke kan bruge anerkendelse som en metode, for det er i stedet en holdning til at være sammen med andre mennesker. Schibbye beskriver dette i sin bog "Relationer" således: *"Anerkendelse er ikke forenelig med præstationer eller ambitioner i forhold til klienten eller om at have et mål om at bruge en teknik eller at være instrumentel.... Anerkendelse er ikke noget man har, men noget man er."*

## **Anerkendelse kræver opmærksomhed**

At være anerkendende er en løbende proces, der konstant udfordrer os, fordi vi fra tid til anden kommer under pres. Det kan være specielt udfordrende at bevare en anerkendende væremåde i arbejdet med mennesker, der har det dårligt, og som det er vanskelige at have kontakt med. Her kan den professionelle opleve afmagt og nederlagsfølelse, og en anerkendende tilgang med et åbent og empatisk menneskesyn kan være svær at efterleve. Her er indsigt og løbende selvrefleksion hos den professionelle af stor betydning, og den ledelsesmæssige opbakning og støtte i form af supervision særdeles væsentlig.

Her er et eksempel fra socialpsykiatrien på en udfordrende relation, hvor medarbejderen formår at møde borgeren anerkendende:

*Tanja reagerede voldsomt, når hun kom i affekt, og det skete ofte når hun følte sig svigtet. Hun smed med alt, hvad der var inden for rækkevidde, og det var meget vanskeligt for personalet at være i kontakt med hende. Hun afviste dem med grove, fornærmende skældsord. Herefter trak hun sig som regel tilbage til sit værelse, og hun ville ikke tale med nogen. Sanne var en af de medarbejdere, som alligevel blev ved med at insistere på at have kontakt med hende på trods af de mange afvisninger og de verbale fornærmelser. Hun nærmede sig hende lidt efter lidt. Nogle gange satte hun sig en kort stund hos hende og sagde kun nogle få ord. Sanne sagde med et roligt tonefald, at hun gerne ville have lov til at sidde lidt hos hende. "Jeg har tænkt på, at man sommetider kan føle sig alene, når man har det svært," sagde Sanne. Sådan gik nogle uger og så begyndte Tanja at fortælle om sin opvækst, hvor moren næsten altid var syg, og om hvor hårdt det havde været for hende med et stort ansvar og en lille omsorg. Sanne blev ved med at følge op på deres samtaler over et længere forløb, og Tanja fik det langsomt bedre.*

Tanjas adfærd kunne forekomme meningsløs og destruktiv, men det lykkes Sanne at møde Tanja med en anerkendende tilgang, når hun ved at lytte og prøve at forstå, møder Tanja på det, der ligger bag hendes adfærd. Sanne bestræbe sig på at have øje for, at Tanja er mere end de problemer, hun så åbenlyst viser, at hun har. Det er i den konkrete situation vigtigt at have en forståelse for, at det er Tanjas relationelle bud på, hvordan situationen håndteres bedst muligt. Og det gør Tanja på baggrund af sine hidtidige livserfaringer.

Anerkendelse er svær at realisere i alle de sammenhænge, vi befinder os i, og indimellem lykkes det ikke. Selvom vi i konkrete situationer ikke magter at være anerkendende vil en anerkendende grundholdning kunne bære igennem i mange relationer. Ved at iagttage, hvordan den anden reagerer, og gennem selvrefleksion, vil vi kunne genfinde den anerkendende tilgang og hermed have mulighed for at tage ansvar for relationen.

At være anerkendende udfordrer vores måde at være menneske på. For en tid må vi forlade vores eget ståsted og egne synspunkter. Og vi må med indlevelse undersøge, se og mærke, hvordan verden ser ud fra den andens sted, og på den måde søge at holde os åbne overfor at se på os selv og den anden. Den anerkendende relation kan vi med fordel se som et ideal, der er værd at stræbe efter, men som det ikke altid kan lykkes os at praktisere.

## Litteratur

Anne-Lise Løvlie Schibbye: Relationer, 2010, Akademisk Forlag  
Berit Bae: Voksnes definitionsmagt og børns selvoplevelse, Social Kritik 47  
B. Bae & Waastad: Erkjennelse og anerkjendelse, 1992, Universitetsforlaget Oslo  
Helle Jensen og Jesper Juul: Pædagogisk relationskompetence, Apostrof 2002