

AT FINDE IND TIL EGNE RESSOURCER & MOTIVATION

- Interview med mentor og psykoterapeut Anne Bolette



Anne Bolette (se billede) er med over 15 års erfaring som psykoterapeut en vigtig ressource i Servisios mentor-korps. Hun startede som en af de første mentorer, i dag er de over 40. Her kan du læse om hendes tilgang til opgaven og de erfaringer hun har gjort sig, i sin tid som mentor hos Servisio.

- Hvad synes du er særligt ved et mentorforløb hos Servisio?

Jeg synes, at det er særligt, at man i Servisio giver så meget plads og mulighed for at borgerne, i deres mentorforløb, kan arbejde med, hvordan de har det psykisk. Servisio er også et sted, hvor det er let at være i samarbejde om borgernes forløb. Man kan meget hurtigt handle på tingene uden at blive fanget i lange arbejdsgange, og borgerne bliver ikke fanget i et system. Det betyder også noget, at det er et mangfoldigt sted, hvor man kan trække på den kulturelle og sproglige ekspertise, som er i virksomheden.

- Hvilken type borgere arbejder du som mentor?

Jeg får henvist borgere der har enten psykiatiske diagnoser eller andre psykiske problemer - borgere hvor der skal arbejdes med bedring af deres psykiske tilstand.

- Hvordan ser du din tilgang til borgerne?

Kernen i det jeg gør er at tale med folk om, hvordan de har det. Jeg hjælper dem med at prøve at forstå, hvad kroppens og psykens re-

**”JEG ER IKKE
BANGE FOR AT
SÆTTE PROCES-
SER I GANG”**

aktioner kommer af. Allervigtigst tager jeg dem alvorligt. Mange af borgerne føler sig håbløse,

når de kommer. Vi arbejder også med at genfinde håbet, så de selv kan gøre en forskel, i deres eget liv. Med min faglighed kan jeg gå direkte ind og støtte dem. Jeg ved hvad jeg gør og jeg er ikke bange for at sætte processer i gang.

- Hvordan oplever du at borgerne konkret får noget ud af din tilgang?

Borgerne oplever at de undervejs får tillid til mig, det bunder i at de får tillid til at jeg kan holde til at høre om deres problemer. Mange af dem har aldrig snakket med nogen om deres problemer, men de oplever, at det kan være en lettelse at tale med mig.

Gennem forløbet bliver der åbnet op for, at borger begynder at forholde sig til sine reelle problemer. Jeg oplever ofte at borger i starten ønsker hjælp til praktiske problemer, men med tiden finder ud af at, det er nogle helt andre problematikker, som er sagens kerne. Det er, når vi får taget hul på de faktiske problemer, at borgeren begynder at kunne mærke og arbejde med egne ressourcer og kompetencer.

- Hvordan arbejder du med at skabe tillid?

Det gør jeg ved at være meget ærlig og direkte i mine reaktioner. Jeg gør det også gennem min store erfaring, som giver mig troværdighed. De stoler på, når jeg siger, at en problematik måske kan have noget med det og det at gøre. Derudover er jeg venlig, imødekommende og rolig sammen med dem.

- Hvordan arbejder du med at få kontakt med borgerne under forløbet?

Der er tit nogle der tror, at andre ikke kan holde til at høre på deres problemer, at problemerne er så svære, at de ikke vil belaste andre med dem. De tror, at jeg måske vil blive ked af det og tynget af at høre om det. Her er jeg fra start meget klar omkring, at jeg ikke gør deres problemer til mine. Jeg kommer ikke til at bære det rundt med mig og det

er vigtigt at borgerne forstår det, for at der kan skabes kontakt.

- Hvad håber du på at borgerne får med sig efter et forløb hos dig?

At de kan forandre noget - at de kan have en indflydelse på hvordan de har det og hvad de kan gøre i deres liv. De skal gå fra forløbet med styrke og handlekraft og mod på selv at ændre deres liv. Jeg har typisk nogle borgere, hvor der kan være brug for en eller anden type behandling før eller parallelt med fx praktik. Der hjælper jeg dem hen, så de kan se fremad og komme videre. //

”DE SKAL GÅ FRA FORLØBET MED STYRKE OG HANDLEKRAFT”