

Motivationsarbejde – en uddybning

VURDERINGER OG TEORI

Motivationsarbejdet har sine rødder i humanistisk psykologi. Til denne metode hører for eksempel gestaltterapi, de fleste former for familierapi, Rogers klientcentrerede terapi, psykodrama, transaktionel analyse og miljøterapi. Humanistisk psykologi har som udgangspunkt et positivt menneskesyn. Dette fundament hviler motivationsarbejdet også på.

Det positive menneskesyn

Et positivt menneskesyn indebærer, at man tror på, at der i ethvert menneske findes en inderste kerne, som er god. Destruktivitet og ondskab er ikke noget, der i sig selv findes i mennesket, men er i stedet miljøbetinget. Det nyfødte barns positive inderste kerne er intakt, dvs. at det udelukkende besidder ren godhed.

I motivationsarbejdet er udgangspunktet konstruktivitet, dvs. at intet menneske inderst inde ønsker at gøre sig selv eller andre ondt. Det betyder blandt andet, at ingen ønsker at ødelægge sig selv gennem stofmisbrug eller at skade andre. Biologiske forældre ønsker heller ikke inderst inde at gøre deres barn ondt. Dette menneskesyn er ikke muligt at bevise eller modbevise – enten tror man på det eller også gør man ikke. Man behøver ingen ydre bekræftelser på, at klienten har en positiv kerne. Hvor umotiveret denne end virker i sin adfærd, kan man alligevel tro på, at han bag alt dette har en positiv kerne.

En konsekvens af det positive menneskesyn er, at der ikke findes håbløse tilfælde. Da alle mennesker har en positiv kerne, findes der også i alle mennesker et potentiale, der kan vækkes og udvikles. Denne grundlæggende tanke fører til, at motivationsarbejderen altid kan have håb om en forandring hos klienten. Han kan således finde kræfter til fortsat at have et positivt engagement og undgå at blive udbrændt. Motivationsarbejdet bliver derved aldrig meningsløst. Der vil altid være en mulighed for forandring. Desuden formidler motivationsarbejderen hele tiden positive forventninger. Klienten bliver bekræftet i, at der findes håb for ham.

Den positive kerne er helt enkelt den grundlæggende motivation hos hvert menneske: at leve et så konstruktivt og meningsfuldt liv som muligt. På tilsvarende måde bliver målsætningen for motivationsarbejdet at styrke den positive kerne hos den umotiverede.

Modstand er en kontaktrebus

Foruden det positive menneskesyn har motivationsarbejderen også brug for en teori om forsvarets funktion. Det karakteristiske for den umotiverede klient er, at han gør modstand mod at få hjælp fra andre. I motivationsarbejdet ser man ikke forsvarets hovedfunktion som først og fremmest en beskyttelse, men i stedet som et indirekte kontaktforsøg. Det er en måde at nærme sig andre på uden at risikere at blive afvist og samtidig at teste, hvor meget man kan stole på den anden. I motivationsarbejdet kaldes forsvaret derfor i stedet for kontaktrebus. Det er et indirekte kontaktforsøg i form af en gåde. At se muligheder via klientens forsvar styrker motivationsarbejderens egen motivation yderligere og hjælper ham med at fastholde engagementet i klienten.

Motivationsprocessen

Motivationsarbejde indeholder også en teori om, hvordan motivationen med tiden ændres hos klienten, og hvordan tilknytningsprocessen til motivationsarbejderen udvikler sig. Denne teori er den absolut vigtigste støtte for motivationsarbejderen, og hjælper ham til ikke at miste sit engagement. Denne konstatering bygger både på min egen erfaring med motivationsarbejde og på mit arbejde som supervisor for andre motivationsarbejdere. Motivationen hos klienten ændres som en bølgebevægelse. Det betyder, at en stigning i motivationen altid følges af en rekyl, hvor klienten agerer destruktivt. Denne destruktive rekyl er i mange tilfælde det sværeste for motivationsarbejderen at arbejde med. Efter en periode, hvor det virker som om klienten har gjort fremskridt følger en tilbagegang, som tilsyneladende bekræfter, at der ikke er sket en positiv forandring. På dette tidspunkt er risikoen størst for at motivationsarbejderen mister sit engagementet i klienten og giver op. Hvis han derimod forstår rekylen som en bekræftelse på den tidligere positive forandring hos klienten, øges mulighederne for at han kan fortsætte motivationsarbejdet. Den destruktive rekyl er en uundgåelig og nødvendig del af forandringsprocessen.

MOTIVATIONSRELATIONEN

Motivationsrelationen til klienten er den praktiske anvendelse af motivationsarbejdets vurderinger og teorier. Gennem denne formidler motivationsarbejderen visse følelsesattituder til klienten. Den sidstnævnte får følelseskraft til sin positive kerne, hvorved motivationen styrkes. Det positive menneskesyn, teorierne om kontaktrebusen og den destruktive rekyl er alle en hjælp for motivationsarbejderen til at vedblive med at give denne livskraft. Det er først og fremmest tre følelser, som klientens positive kerne behøver, nemlig engagement, håb og tiltro.

Engagement

Engagement er den vigtigste del i motivationsrelationen. Det indebærer, at motivationsarbejderen formidler, at han er engageret i klienten og synes, at denne er vigtig. Hertil er koblet, at motivationsarbejderen med udgangspunkt i sit engagement udtrykker følelsesreaktioner til klienten, som for eksempel vrede, sorg og uro. Den umotiverede klient er en mistroisk person, som har svært ved at stole på, at nogen vil engagere sig i ham.

Også selv om motivationsarbejderen viser følelsesreaktioner, er det nødvendigt med yderligere bekræftelser for at klienten skal begynde at turde stole på ham. Det indebærer, at engagementet skal vise sig i handling for at blive troværdigt. Disse handlinger kan være at opsøge klienten, hjælpe konkret med til at forbedre klientens sociale situation, byde på mad, osv. Motivationsarbejderen skal altså både i følelse og i handling vise, at han er engageret. At være troværdig i sit engagement i klienten betyder også, at han verbalt og i handling prøver at begrænse klientens destruktive handlemåder. Grænsedragning er derfor en væsentlig del af motivationsrelationen.

Håb

Den anden del af motivationsrelationen, håb, er den praktiske anvendelse af det positive menneskesyn. Præcis som tidligere handler det om at formidle en følelse til klienten: at denne har muligheder for forandring. Motivationsarbejderen kan ikke garantere, at det vil blive bedre, men han kan formidle, at muligheden findes.

Tiltro

Tiltro indebærer, at motivationsarbejderen formidler følelse af, at klienten har en egen kapacitet, som han kan benytte sig af. Motivationsarbejderen formidler den både på et generelt plan og i forbindelse med en konkret opgave, som klienten skal udføre. I sidstnævnte tilfælde skal han dog først vurdere om klienten virkelig har evne til at kunne udføre opgaven, ellers bliver tiltroen ikke ægte.

Ærlighed

Et uigenkaldeligt vilkår for at kunne formidle de tre følelser, engagement, håb og tiltro er, at de er ægte. Det er ikke muligt at spille teater med dem. På den måde stiller motivationsrelationen høje følelsesmæssige krav til motivationsarbejderen. Han skal have kræfterne til at være følelsesmæssigt delagtig i klienten, uden tilsyneladende at få noget positivt tilbage. Gennem det positive menneskesyn, teorierne om kontaktrebusen og den destruktive reky, har motivationsarbejderen imidlertid mulighed for at give sig selv disse positive bekræftelser.

Motivationsrelationen og klienten

For at kunne motiveres, har klienten brug for at modtage de tre følelser: engagement, håb og tiltro, udefra. Han har manglende engagement i sig selv, føler sig uden håb og mangler tiltro til egne evner. Følelseskraften skal formidles af en anden. På den måde bliver motivationsrelationen ensidig, hvilket er krævende for motivationsarbejderen.

METODE OG TEKNIK

Motivationsrelationen er kernen i motivationsarbejdet. At formidle engagement, håb og tiltro er nødvendigt for, at en klient skal blive motiveret. Motivationsarbejderen kan også benytte sig af metode og teknik, men det er dog en hovedbetingelse, at motivationsrelationen er til stede. Uden den er der ikke mening med nogen teknik. Der er flere fordele ved brugen af metode og teknik. De kan påskynde motivationsforløbet, således at klienten tidligere kan blive motiveret. Motivationsarbejderen får også struktureret sit motivationsarbejde, hvilket kan være en støtte for ham. Hvis han for eksempel har en vis samtalemotodik, hjælper det ham til at strukturere sine samtaler.

Konfrontation og kontinuitet

De to hovedmetoder i motivationsarbejde er konfrontation og kontinuitet. Den førstnævnte er en samtalemotodik, hvor man følelsesmæssigt "trænger sig på". Kontinuitet betyder, at det er motivationsarbejderen, der er ansvarlig for kontakten med klienten på to måder. Han alene har ansvaret for, at møderne med klienten fortsætter. Eftersom klienten er umotiveret, vil denne have svært ved selv at opretholde kontakten. Motivationsarbejderen er også ansvarlig for sin egen motivationsrelation til klienten: at han fastholder sit engagement og på den måde også har en kontinuitet i den følelsesmæssige kontakt. Kontinuitet indeholder forskellige metoder og teknikker, som kan anvendes for at fastholde en fortsat relation.