# Sammanfattning om arbetsmiljöns existentiella dimension och att förstå sin egen utsatthet i människovårdande yrken

Det finns olika typer av risker i arbetslivet, den ena ska åtgärds (den organisatoriska utsattheten), den andra måste förstås (den existentiella). Om vi inte förstår att själva arbetet med människor i olika livssituationer, med behov av vår hjälp, också blir en psykologisk och existentiell utsatthet för den yrkesverksamme, så finns en stor risk att vi går fel i frågor som rör arbetsklimatet. Risken är då stor att man reducerar dessa upplevelser till brister inom organisationen eller den fysiska arbetsmiljön med följden att tröttheten och missnöjet ökar.

I arbetet med människor inom vården kommer vi ofrånkomligen att möta de egna bristerna inom yrket, att bära en annan människas utsatthet och att använda sig själv som enda redskap, vilket kan leda till stress och ångest som har tendens att sprida sig från individen till organisationen. Det kan lätt leda till att enskilda medarbetare hamnar i överkompenserande om behoven tycks omättliga och resurserna är begränsade.

Att det finns brister innebär inte att det är medarbetaren som kan tillgodose alla dessa behov eller läka dem. Det handlar om att medarbetare kan utsättas för en påverkan som inte är uttalad: att det som sker hos patienten återupprepar sig hos personalen och skapar oro eller konflikter inom arbetsgrupper. Här behöver vi skydd i form av öppen dialog på arbetsplatsen om att det kan vara svårt att möta människor med behov som inte alltid kan tillgodoses och som kan skapa ångest hos enskilda hjälpare.

För att möta denna dimension av inom vårdyrken behöver vi hjälp att förstå dessa processer samt aktivt arbeta för att bygga upp motståndskraft genom självmedkänsla och självomsorg. Här blir också kollegialt stöd och handledning viktigt.

Vi som arbetar inom vårdsektorn behöver få vara stolta över det vi kan ge andra människor i svåra livssituationer och känna att det vi gör är tillräckligt, att vi är tillräckliga och att vi kan släppa taget om det vi inte kan påverka.

Sofia Sundvall

Legitimerad Hälso- och sjukvårdskurator med utvecklingsuppdrag för kuratorenheten på Sunderby Sjukhus