

Styr dine følelser!

Ny forskning viser, at følelshåndtering er altafgørende for fængselsbetjentes arbejde. Det gælder om at finde balancen mellem nærhed og distance og etablere gode relationer med både indsatte og kolleger

Hvis de ikke forholder sig professionelt til indsatte, egne og kollegaernes følelser, risikerer fængselsbetjente at blive syge eller sætte sikkerheden på spil. Så vigtigt er følelsesarbejdet i en barsk branche.

Sociolog Dorte Raaby Andersen har undersøgt, hvordan fængselsbetjente håndterer deres arbejde og hvilke dilemmaer, de møder. Svarene er hun kommet frem til via to spørgeskemaundersøgelser, ved at følge fængselsbetjentes arbejde i et lukket fængsel og ved at tale med 16 af dem i mere dybdegående interviews.

Hårfin balance mellem nærhed og distance

- Fængselsbetjente befinder sig ofte i situationer med de indsatte, der vækker bestemte følelser. Hvis ikke de formår at regulere f.eks. deres vrede eller medlidenhed, kan balancen mellem nærhed og distance ødelægges. Potentielt set risikerer fængselsbetjenten at brænde ud eller at sætte sin egen eller kollegaernes sikkerhed over styr, fortæller Dorte Raaby Andersen.

Det er både en fordel og ulempe, når fængselsbetjente har skærpede følelsesmæssige sanser. Det er en fordel, at de kan læse de indsatte og kollegaernes signaler og hurtigt kan handle på dem; det kan forhindre truende situationer. Det er en ulempe, hvis fængselsbetjentene tager voldsomme situationer på arbejdet 'med hjem' eller udvikler en kynisk tilgang til deres arbejde.

- For den enkelte betjent er det vigtigt at etablere en balance mellem 'arbejdsjag' og 'privatjag', hvor man ikke føler sig fremmed overfor sig selv, når man er på arbejde. Det er vigtigt at arbejdspladsen er opmærksom på, hvordan jobbet påvirker betjentene følelsesmæssigt, både af hensyn til udførelsen af jobbet, men også af hensyn til betjentens mentale helbred, forklarer Dorte Raaby Andersen.

Kollegerne holder øje med hinanden

I Kriminalforsorgen iværksætter man en række initiativer i forhold til defusing og debriefing, efter følelsesmæssigt belastende episoder. Det er imidlertid også vigtigt, at man er opmærksom på den daglige følelshåndtering, som foregår under daglige møder mellem betjente og indsatte og mellem kolleger.

I en fængselskontekst foregår følelshåndtering ikke kun individuelt. Fængselsbetjente håndterer deres følelser kollektivt, både ved at lytte til hinanden og ikke mindst via humor. Samtidig er kolleger med til at anerkende eller miskende hinandens følelser. Det gør de for at sikre, at alle lever op til uskrevne normer for følelsesudtryk og følelshåndtering.

Dorte Raaby Andersen uddyber:

- Fængselsbetjente er altid årvågne. De analyserer ikke kun de indsatte adfærd. De holder også et skarpt øje med, hvordan kolleger gebærder sig; Er deres relation til indsatte er for nær eller for fjern? Hvordan reagerer de følelsesmæssigt i forskellige situationer? Jeg ser det som en stærk form for social kontrol, som er effektiv, men som også kan gøre det svært for nye betjente eller medarbejdere, der på anden vis skiller sig ud i forhold til den øvrige gruppe.

Fakta om ph.d.-projektet

Dorte Raaby Andersen har i perioden 2012-2017 undersøgt forholdene for fængselsbetjente via to tilgange: 1. Ved hjælp af to spørgeskemaundersøgelser med et års mellemrum blandt 1741 respondenter. Spørgsmålene handlede om jobkrav, arbejdsmiljø og helbred. 2. Ved hjælp af feltarbejde med observationer i et lukket fængsel og 16 interviews med fængselsbetjente á ca. 2 timers varighed. Resultaterne fra ph.d.-projektet er offentliggjort i 4 videnskabelige tidsskrifter (den ene artikel er i review september 2017).

Teksten er forfattet i samarbejde med Elisabeth Vestergaard Dørken, Kommunikationsmedarbejder/forskningsformidler, mag.art., som vil assistere med formidlingen af projektets øvrige resultater efter den endelige bedømmelse af ph.d.-afhandlingen.