



# Daring greatly. How the Courage to be Vulnerable Transforms the Way We Live, Love, Parent and Lead.



Höfundur: Brené Brown.  
New York: Avery, 2015.  
287 bls. ISBN: 978-1592408412

Brené Brown þarf varla að kynna fyrir félagsráðgjöfum því að hún er nú um stundir einn þekktasti félagsráðgjafi á Vesturlöndum. Árið 2010 sló hún í gegn með TED - fyrirlestri sínum *The power of vulnerability*, þar sem hún kynnti niðurstöður rannsókna sinna um varnarleysi og þá þætti sem valda því að fólk upplifir sig þurfa að verjast þeim áskorunum sem lífið býður þeim í stað þess að takast á við þær og jafnvel fagna þeim. Hún hefur skrifað þrjár bækur um þetta efni, allt metsölubækur, og er þessi ekki undanskilin. Fyrri bækur hennar heita *The gifts of imperfection*, *I thought it was just me (but it isn't)* og *Rising strong*. Höfundur hefur einstakt lag á að ræða um viðkvæma hluti á faglegan og fallegan hátt. Hún er svo dásamlega æðrulaus sjálf og notar oft en ekki eigin ævi til að koma með dæmi um það sem hún fjallar um hverju sinni. Þetta sést vel í fyrirlesturum hennar sem marga er hægt að finna á netinu.

Í bókinni *Daring greatly* fjallar hún um samband varnarleysis (e. vulnerability) við þætti eins og skömm, spéhræðslu, þ.e. áhyggjur af því hvað öðrum finnst um okkur og neikvætt innra samtal, og um það hvernig þessir þættir hræða okkur frá því að vera „stórkostlega þorinn“ eða *Daring greatly*. Hún tekur titil og þema bókarinnar úr ræðu sem Theodore Roosevelt forseti Bandaríkjanna flutti í Sorbonne-skóla í París árið 1910. Hún vitnar í þann hluta ræðunnar sem veitti henni innblástur og hann hljómar svona í þýðingu undirritaðrar og Marðar Árnasonar yfirlæsara Tímarits félagsráðgjafa:

„Það er ekki gagnrýnandinn sem skiptir máli; ekki sá sem bendir á hvernig hinum sterka fipast eða hvernig sá sem framkvæmir hefði getað gert betur. Hrósið á sá sem er inni á vellinum, þessi sem er með andlitið þakið

ryki og svita og blóði; sá sem vinnur verk sín af hugdirfsku; sá sem gerir mistök, sá sem mistekst aftur og aftur, vegna þess að árangur næst aldrei án glappaskota og mistaka; sá sem í raun leggur sig fram um að skila árangri; sá sem þekkir það að fyllast eldmóði, að helga sig verkefni sínu; sá sem lifir fyrir verðugt viðfangsefni; sá sem þekkir þegar best lætur hina stórkostlegu sigurtilfinningu að unnu afreki, og, þegar verst lætur, ef honum mistekst, var í þeim mistökum að minnsta kosti stórkostlega þorinn, og hans staður verður aldrei meðal hinna dauðu og viljalitlu sem hvorki þekkja sigur né ósigur.“

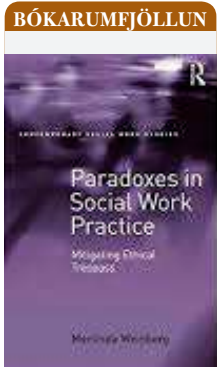
Brené Brown fjallar um hinar „földu hliðar“ í okkur öllum, þær sem við felum fyrir öðrum og jafnvel fyrir okkur sjálfum. Innri raddirnar, sem hún kallar „the gremlins“ (púkana) sem segja okkur að við séum ekki nógu góð, að það sé öllum sama um hvað okkur finnst eða hvað við séum að „vilja upp á dekk“. Hún talar um raddirnar úr æsku okkar, gagnrýnina sem er auðveldara að trúá en hrósinu sem við höfum einnig fengið. Það sem gerir viðfangsefnið svo áhugavert er að hún byggir umfjöllun sína á áratuga rannsóknum á mannlegu eðli, sem hún hefur gert og tekið þátt í. Hún segir að við séum öll með þessa þætti í okkur, bara í mismiklum mæli.

Þessi bók er ekki léttlestrarbók. Það má líta á hana bæði sem fræðirit og sjálfshjálparbók. Hún er erfið á köflum því að hún neyðir mann til að velta fyrir sér sínum eigin göllum, sem er ekki alltaf auðvelt, en um leið þeim þáttum sem eru jafnvel að hindra okkur í að vera „stórkostlega þorinn“. Þó er það þannig að hvort sem lesandinn er fagmaður eða foreldri eða manneskja í krefjandi og oft erfiðu starfi eða aðstæðum, þá nýtist bókinn sem góð handleiðsla og spegill á mann sjálfan um leið og hún gefur lesandanum leyfi til að vera „mennskur“ og einfaldar á margan hátt flækjurnar sem við erum oft að takast á við innra með okkur.

*Guðlaug Júlíusdóttir*



# Paradoxes in Social Work Practice: Mitigating Ethical Trespass



Höfundur: Merlinda Weinberg.  
New York: Routledge, 2016.  
179 bls. ISBN: 978-1-4724-3109-7.

Merlinda Weinberg er íslenskum félagsráðgjöfum að góðu kunn. Hún hefur í tvígang dvalist hér á landi og haldið námskeið og fyrirlestra og var aðalfyrirlesari á Félagsráðgjafafélaginu nú í febrúar.

Merlinda átti 25 farsæl ár að baki í starfi áður en hún gerðist fræðimaður og kemur bakgrunnur hennar glögglega í ljós í bókinni. Titill bókarinnar, um siðferðileg brot kemur frá heimspekingnum Hannah Arendt (1958). Merlinda styðst meðal annars við túlkun Melissu Orlie (1997) á kenningu Arendt og skilgreinir siðferðileg brot sem þau skaðlegu áhrif sem starf okkar hefur í för með sér, þau sem eru óumflýjanleg, tengjast ekki fyrirætlunum okkar eða illsku okkar heldur eru afleiðing af þátttöku okkar í félagslegum ferlum og af þeirri mynd sem við höfum af okkur sjálfum. Afglöpin eru skaðin sem hlýst af því sem við gerum, oft ómeðvitað, því sem við veljum að gera, þ.e. að opna á suma möguleika á meðan við höldum öðrum lokuðum. Það sem við gerum hefur einnig haft afleiðingar fyrir annað fólk sem er jafnvel ekki til staðar þegar brotið, samtalið eða atburðurinn – á sér stað.

Efnivið bókarinnar fær Merlinda úr rannsókn á starfi fimm félagsráðgjafa, kvenna, sem veita einstæðum mæðrum og barnsfeðrum þeirra stuðning. Rannsóknin fór fram í Ontariófylki í Kanada. Tók Merlinda 28 viðtöl við félagsráðgjafana þau tvö ár sem rannsóknin stóð yfir og ræddi um samskipti þeirra við mæðurnar.

Merlinda greinir sex grundvallarþætti sem valdi togstreitu í samskiptunum og geti leitt til þess að félagsráðgjafar fara yfir mörk þess sem er siðferðilega rétt, og kallar þá þversagnir.

Fyrsta þversögnin felst í að gegna því hlutverki að hjálpa og vera á sama tíma fulltrúi samfélagsins með reglur um hvernig á að haga sér.

Í öðru lagi eru aðilar máls oft fleiri en einn og hagsmunir eins geta verið á skjön við hagsmuni annars eða hinna. Þá fara hagsmunir notenda þjónustunnar og samfélagsins ekki alltaf saman.

Í þriðja lagi er sú þversögn að mæta notendum með opnum hug en vera samt að meta þá og dæma þannig að þeir til dæmis passi í ýmis flokkunarkerfi.

Fjórða þversögn er að vera boðberi ríkjandi hugmynda í samfélaginu en virða á sama tíma sjálfsákvörðunarrétt notandans og hvetja hann til að valdeflast.

Í fimmta lagi er viðkomandi hvattur til að veita upplýsingar um sjálfan sig, þótt vitað sé að það getur komið honum illa síðar meir.

Í sjötta lagi þarf bæði að gæta jafnréttis og sanngirni, sem getur valdið togstreitu þegar sumir þurfa meira en aðrir til þess að fá lausn á sínum vanda.

Þversögnunum eru gerð skil í 1. kafla en í næstu köflum fjallar Merlinda um frásagnir félagsráðgjafanna af samskiptum þeirra við einstæðu mæðurnar. Þar lýsir hún því hvernig mismunandi orðræður í samfélaginu hafa áhrif á samskiptin, þ.e. sú „frjálslýnda“, „íhalds-sama“ og „umbótasinnaða“. Hún sýnir hvernig orðræðurnar geta skapað siðferðilega klemmu og haft áhrif á viðbrögð félagsráðgjafanna.

Í 3. kafla er lögð áhersla á „míkró- tengsl“ og meðal annars fjallað um valdbeitingu stéttarinnar og stofnana á sviði hennar. Með dæmum sýnir Merlinda fram á að þótt félagsráðgjöfum sem gangi gott eitt til geta þeir tekið virkan þátt í að kúga notendur.

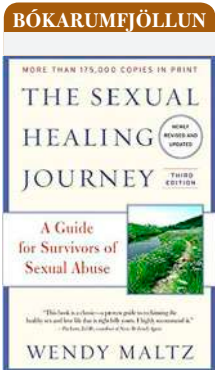
Í 4. kafla fjallar Merlinda um „makró-tengsl“, þ.e. hvernig nýfrjálshyggjan hefur áhrif á efnahagslega, félagslega, pólitíska, menningarlega og hugmyndafræðilega þætti velferðarþjónustunnar. Merlinda lýsir stöðu félagsráðgjafanna í kerfi sem einkennist af hagræðingu og sparnaðaraðgerðum, af áherslu á mátt markaðsaflanna og einstaklingshyggju. Hún segir frá því hvaða áhrif þessar aðstæður hafa á viðbrögð félagsráðgjafa og á það hvernig þeir vinna verk sín. Þessir þættir verða afgerandi þegar siðferðileg brot eru fram- in.

Bókin er sérlega vönduð og vel skrifuð. Lýsingar eru nákvæmar og tengingin traust á milli reynsluheims félagsráðgjafar og kenninga sem notaðar eru til þess að varpa ljósi á starfið. Starf félagsráðgjafans er unnið í góðri trú en þar sem verk þeirra fara fram í flóknu samspili mismunandi krafta er óhjákvæmilegt að útkoman verði stundum allt önnur en lagt var upp með. Þessi bók breytir hugsunargangi og hefur áhrif. Hún hlýtur að verða skyldulesning í háskólum sem undirbúa félagsráðgjafa fyrir flókið starf á vettvangi. Ekki síður er hún kærkomin reyndari félagsráðgjöfum og opnar augu þeirra fyrir margslungnum siðferðilegum álita- málum í starfinu.

*Þórhildur Egilsdóttir*



# The sexual healing journey: A guide for survivors of sexual abuse



Höfundur: Wendy Maltz.  
New York: HarperCollins books,  
2012.  
368 bls. ISBN: 978-0-06-213073-0

Afleiðingar kynferðislegs ofbeldis geta verið margvíslegar. Má þar nefna áfallastreituröskun, þunglyndi og kvíða. Ein af allra algengustu afleiðingum eru

kynferðislegar og felast í erfiðleikum með að geta notið kynlífs. Ein rannsókn sýndi að yfir 90% þolenda höfðu upplifað þetta í kjölfar kynferðislegs ofbeldis. Það er kannski ekki skrytið þegar haft er í huga að hjá mörgum þolendum kynferðislegs ofbeldis er ofbeldisathöfnin fyrsta reynsla þeirra af kynlífi.

Bók þessi er því mjög mikilvæg fyrir þolendur kynferðislegs ofbeldis. Í henni er meðal annars sagt frá algengustu birtingarmyndum kynferðislegra afleiðinga sem kynferðislegt ofbeldi getur valdið. Má þar nefna afleiðingar eins og að forðast kynlíf, áhugaleysi um kynlíf eða að upplifa kynlíf sem skyldu sem þarf að sinna. Neikvæðar tilfinningar fylgja oft kynlífi hjá þolendum, svo sem sektarkennd, viðbjóðstilfinning og reiði. Einnig er algengt að þolendur upplifi sig tilfinningalega fjarlægja á meðan á kynlífi stendur og aftengi sig þannig kynlífi. Afleiðingar hjá sumum þolendum eru aftur á móti þær að þeir sækja óvenju mikið í kynlíf og þá oft á tíðum í kynlíf sem er óviðeigandi. En í sumum tilfellum kemur slík birtingarmynd fram sem afleiðing af kynferðislegu ofbeldi.

Fram kemur í bókinni að fyrsta skrefið í þá átt að ná bata eftir að hafa orðið fyrir kynferðislegu ofbeldi sé að átta sig á þessum afleiðingum og vera meðvitaður um þær. Oft á tíðum eru afleiðingarnar ómeðvitaðar og því er mikið fjallað um hinar ýmsu birtingarmyndir þeirra og margar reynslusögur sagðar í bókinni af skjólstaðingum þerapistans sem skrifar bókina. Höfundurinn hefur starfað við það um árabíl að veita þolendum kynferðislegs ofbeldis viðtalsmeðferð.

Fjallað er um það hvernig smám saman er hægt að aftengja áfallið kynlífi og byrja síðan að kynnast kynlífi á nýjan hátt í gegnum snertingu með maka. Bókin inniheldur ýmsar æfingar, bæði fyrir þolandann sjálf-

an sem einstakling og fyrir þolandann og maka hans. Það er gríðarlega mikilvægt að makar þolandanna sýni þeim stuðning og þrýsti ekki á þá að stunda kynlíf. Slíkur þrýstingur getur minnt þolendur á kynferðislega ofbeldið sem þeir bjuggu við. Því er mikilvægt að þeir eigi sjálfir frumkvæði að kynlífi. Kynlíf sem byggist á hlýju og nánd er talið heilbrigt og eðlilegt fyrir þolendurna en kynlíf sem tengist ofbeldi getur verið birtingarmynd áfallsins eftir það ofbeldi sem þolandinn varð fyrir. Þannig er þolendum leiðbeint um það hvernig þeir geta snúið frá neikvæðri upplifun af kynlífi og skapað aðstæður fyrir jákvæða upplifun af kynlífi. Í stað þess að forðast kynlíf, eða stunda kynlíf sem tengist því áfalli sem þolandinn varð fyrir, er þeim hjálpað að finna leið til að geta farið að njóta kynlífs á heilbrigðan máta. Með því móti er hægt að auka lífsgæði þolenda kynferðislegs ofbeldis til muna, þar sem kynlíf er mikilvægur þáttur og hluti af nánd í góðum parsamböndum.

*Freydís Jóna Freysteinsdóttir*



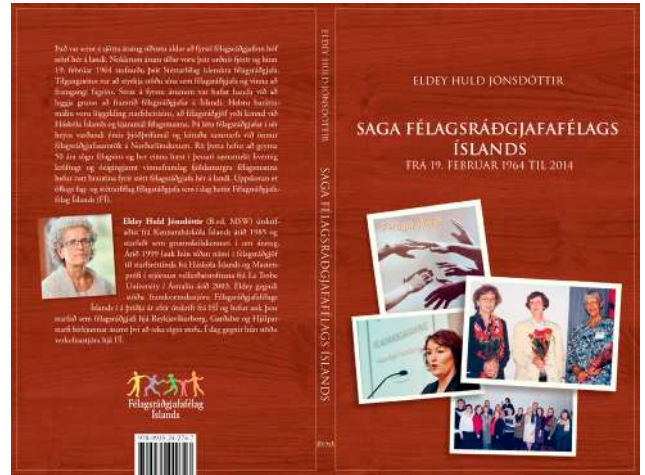




# Saga Félagsráðgjafafélags Íslands

Saga Félagsráðgjafafélags Íslands hefur verið gefin út af Félagsráðgjafafélaginu. Eldey Huld Jónsdóttir, félagsráðgjafi MSW og verkefnastjóri hjá FÍ, hefur skráð sögu félagsins til 50 ára. Um er að ræða efni úr gögnum félagsins, meðal annars fundargerðabókum og aðalfundargögnum, sem hafa varðveist frá stofnun félagsins, auk Málþípunnar fréttablað FÍ, Félagsráðgjafablaðsins og Tímarits félagsráðgjafa. Á baksíðu bókarinnar segir m.a.:

Það var seint á sjötta áratug síðustu aldar að fyrsti félagsráðgjafinn hóf störf hér á landi. Nokkrum árum síðar voru þeir orðnir fjórir og hinn 19. febrúar 1964 stofnuðu þeir Stéttarfélag íslenskra félagsráðgjafa. Þessi bók hefur að geyma 50 ára sögu félagsins og ber einna hæst í þessari samantekt hvernig kröftugt og óeigin-gjarnt vinnuframlag fjöldamargra félagsmanna hefur rutt brautina fyrir stétt félagsráðgjafa hér á landi. Upp-



skeran er öflugt fag- og stéttarfélag félagsráðgjafa sem nú heitir Félagsráðgjafafélag Íslands.

Eldey Huld fékk styrk úr Vísindasjóði FÍ við ritun bókarinnar sem er 172 síður og þar af eru nokkrar myndasíður með myndum úr sögu félagsins. Bókin var afhent á Félagsráðgjafaþinginu í febrúar síðastliðnum. Þeir félagsmenn sem ekki hafa fengið eintak geta óskað eftir því á skrifstofu félagsins.

## Tímarit félagsráðgjafa – fréttir af rafvæðingu blaðsins

Undanfarin ár hefur verið unnið að rafvæðingu Tímarits félagsráðgjafa. Fyrsta skrefið var stigið á félagsráðgjafaþinginu í febrúar 2015. En þá var opnuð vefsíða blaðsins á slóðinni [www.timaritfelagsradgjafa.is](http://www.timaritfelagsradgjafa.is). Þar má finna alla árganga Tímarits félagsráðgjafa ásamt Afmælisriti FÍ sem gefið var út í tilefni af 25 ára afmæli félagsins.

Á haustmánuðum 2016 var stigið það skref að nú ber að skila öllum ritrýndum greinum inn á vefsíðu tímaritsins og er það gert í þeim tilgangi að tryggja blinda ritrýni og faglegru úrvinnslu faggreina í blaðið.

Eitt af því sem hefur verið markmið ritstjórnar og stjórnar FÍ með rafvæðingu blaðsins er að stíga skrefið til fulls og gera tímaritið aðgengilegt sem víðast á

netinu. Því var óskað eftir að ProQuest-leitarvélina hefði tímaritið í sínum gagnagrunni. Eftir árs umsóknarferli er það nú orðið að veruleika og skannar ProQuest-leitarvélina öll Tímarit félagsráðgjafa frá og með útgáfuárinu 2011.

Eftir sem áður er Tímaritið einnig gefið út á prenti en ekki í sama upplagi og áður. Í stað þess að senda blaðið öllum félagsmönnum hefur ritstjórn ákveðið að það skuli nú einungis sent þeim félagsmönnum sem þess óska. Var sendur út póstur til allra félagsmanna varðandi það. Enn er hægt að óska eftir því að fá blaðið sent heim og skal beiðni um það send á netfangið [felagsradgjof@felagsradgjof.is](mailto:felagsradgjof@felagsradgjof.is).