

Agapes inspirationsdag den 01.11.2008

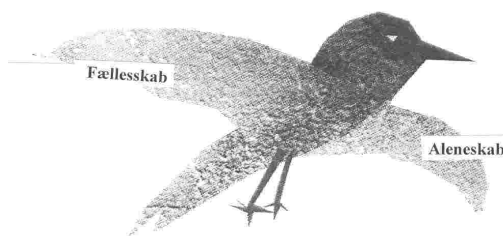
Foredrag ved Carsten Hjorth Pedersen, www.kpi.dk og www.katekismusprojekt.dk

Mennesket spændt ud mellem nærhed og afstand

- Relationernes betydning gennem menneskelivet.
- Om tilknytning og adskillelse, fællesskab og ensomhed.
- Et foredrag om relationernes udviklingspsykologiske betydning.

Intro

- Vi mangler et ord på dansk, der kan modstilles til fællesskab.
- På engelsk skelner man mellem "loneliness" og "solitude".
- Jeg foreslår, at vi indfører et nyt dansk ord: *Aleneskab*.



Barnet mellem aleneskab og fællesskab

- I de første leveår sættes selve grundstrukturen for aleneskab og fællesskab.
- Samspillet med især mor og far er et synkroniseret samspil, næsten som en dans.
- Der grundlægges den basale kommunikation, nemlig tur-tagning; de vekslende roller.
- Forældrene fortolker spædbarnets handlinger som meningsfulde og reagerer på dem, som om de var kommunikative – hvorved barnet bliver kommunikativt.
- Tilknytningen, fællesskabet med mor og far er forudsætning for barnets separationsangst.
- I børneårene foregår der en konstant udvikling af forholdet mellem nærhed og afstand.
- Barnet kan opfattes som en satellit, der er bundet til en bane omkring forældrene; men satellit-banen er under konstant forandring. Satellitbindingen er vigtig for barnets tryghed og tilpasning; men det er ligeså vigtigt, at satellitforholdet svækkes.
- Løsrivelsen er forbundet med smerte, angst og vanskeligheder, for det er ikke enkelt at skille sig ud fra de to mennesker, der har betydet mest for én.
- I den fase har den unge brug for tydeligt modspil og medspil.

Det går ikke altid godt

- Nogle forældre viser alt for lidt nærvær, eller også insisterer de på et overdrevent nærvær.
- Måske fordi forældrene selv bærer på relationelle svigt og skævheder.
- Psykiske lidelser, fx depression kan gribe forstyrrende ind i vores relationer.
- ADHD eller ADD medfører vanskeligheder med at danne relationer og leve i relationer.
- Gode relationer kan afbrydes ved dødsfald, sygdom, aldring eller skilsmisse.

Vi lever i en verden, hvor ikke alene mennesker dør; men hvor også relationer dør. Når man ikke er i gode relationer, bliver man enten alt for stille eller alt for støjende.

Den onde cirkel mellem ensomhed og støjende adfærd

- Aleneskab bliver til ensomhed, når det gør ondt.
- Med ensomheden følger ofte selvmedlidenhed, selvforagt og frygt for andre mennesker.
- Mange flygter ind i aktivitet for at modvirke ensomhed.
- Men den type fællesskaber kan blive hindringer for at etablere rigtige fællesskaber.
- Når vi afviser andre, undgår vi selv at blive afvist. Vi kommer ligesom de andre i forkøbet.
- Det første skridt ud af ensomheden og den støjende adfærd er, at vi vedgår den og får kigget på, hvad der ligger bagved.

Den gode cirkel mellem aleneskab og fællesskab

- Det, der adskiller et samspil fra en relation, er kontinuiteten, historiciteten og hukommelsen.
- Fra aleneskabet søger vi mod fællesskabet, og fra fællesskabet søger vi mod aleneskabet.
- I 3-6 års alderen er venskaber konkrete og aktivitetsbaserede.
- I 7-9 års alderen får gensidig tillid og støtte større betydning.
- I 10-12 års alderen bliver fælles interesser og gensidig åbenhed af betydning.
- I ungdoms- og voksenårene er venskaber gensidige følelsesmæssige, viljesmæssige og tankemæssige relationer.

K.E. Løgstrup om urørlighedszonen og talens åbenhed:

Vi har alle en urørlighedszone, som vi sætter os imod, at nogen bryder ind i. Vi vil have vore motiver i fred. På den anden side hævder Løgstrup, at urørlighedszonen skal sammenholdes med talens åbenhed, altså at vi i visse situationer bliver nødt til at trænge ind på hinanden.

”Men går ikke også talens åbenhed imod respekten for urørlighedszonen? Jo, det gør den, og det var ikke godt andet. Det er de modsat rettede tendenser, der holder liv i vor tilværelse og hindrer den i at stivne i forenklinger. (...)”

Jamen modsiger jeg ikke mig selv? Ikke mere end fænomenerne forlanger. (...) Vi er så tilbøjelige til at mene, at hvad der er modsat hinanden er uforeneligt med hinanden og søger at udrydde hinanden. Men det er langt fra altid tilfældet. Nok så ofte holder det, som er hinanden modsat, hinanden oppe. Det ene fænomen kan ikke undvære sin modsætning til det andet fænomen. Svinder modsætningen, så spændingen aflader, forfalder fænomenerne og bliver, hver for sig, til en karikatur af dem selv. Uden åbenhed bliver urørlighedszonen til tillukkethed, og vi bliver hinanden uvedkommende. (...) På tilsvarende måde går det med åbenheden. Uden respekt for urørlighedszonen bliver den til tankeløs og taktløs åbenmundethed.”

Det gode voksen-venskab

Spændingen mellem nærhed og afstand manifesterer sig i:

- Samvær og samtale.
- Samtaler med både smaltalk, saglige drøftelser og følelsesstof.
- Nysgerrighed.
- Spørgen ind til.
- Insisteren på fællesskabet.
- Konfrontering.
- Rummelighed.
- Lytten med opmærksomhed.
- Det er OK, at den anden bidrager med et passende uddrag af sandheden.
- Tavshed sammen.

Målet med samtalen er, at vi

- tankemæssigt afklares,
- følelsesmæssigt uddybes,

- viljesmæssigt styrkes.