

Frihed til at tænke selv

1.0 Indholdsfortegnelse

1.1 Indledning	2
1.2 Problemformulering	3
2.0 Mennesker i bevægelse	3
2.1 Tillid	6
2.2 Niveauer i kommunikationen	7
2.3 Socialpædagogisk grundlag	10
3.0 Væren Virksom i Verden	12
3.1 Det ansvarlige	14
4.0 Grundlag for undersøgelses design	15
4.1 Kvasi - eksperimentalt design	16
5.0 Konklusion	18
6.0 Kilder	20

1.1 Indledning

I artiklen "*Det sociale arbejde som befrielse*"¹ skriver Kaspar Villadsen omkring manifest og latent motiverede mennesker i forhold til at udvikle andre intention i livet. Latent motivation har de mennesker, som med indre destruktive kræfter ingen eksistentielle valg tager for dem selv. Den manifesterede har opnået forståelse for at ville gøre noget ved sin livssituation, og har kontakt til sin indre kerne. Det sociale arbejde handler om at frisætte brugere til at realisere sig selv som frit, myndigt og kompetent samfundsmedlem, skriver Kaspar Villadsen. Den magt, der udøves i et socialt arbejde tager begrundelse i denne frisættelse. Det er en magt, som i form af iagttagelse og kategorisering forsøger at udvikle andre til autonomi og ansvarlighed. Magt ønsker jeg at dreje til et spørgsmål om ansvar ved at orientere det på, om socialpædagogen: tager ansvar *fra* brugeren, tager ansvar *for* brugeren, tager ansvar *om* brugeren, tager ansvar *med* brugeren. "*Et er et søkort at forstaae, Et andet, Skib at føre*" skrev Ludvig Holberg, som billede på, hvor nemt det er at konstruere viden om, hvad den anden bør gøre, men langt vanskeligere, at formidle visdom til at udføre.

Opgaven beskriver derfor menneskelige forhold i det perspektiv, at i arbejdet med udsatte unge, er socialpædagogen i en fælles gensidighed i kraft af samme livsvilkår med samme type af eksistentielle problemstillinger. Det er den *fælleshed*, der gør det muligt for socialpædagogen at udvikle den anden ved at udvikle sig selv. Det er et dilemmafyldt område, hvor socialpædagogens udfordring er, at lede *forholdet* imellem sig selv og den unge til ansvarlighed. På dette grundlag designes der en kommende undersøgelse omhandlende betydningen af socialpædagogens træning af *qi gong* i det socialpædagogiske arbejde.

*"Følgelig handler det pædagogiske projekt før som nu om myndighedens dannelse. For det handler ganske vist om at blive sig selv, men også om ikke at blive sig selv nok. Det indebærer, at vi er her for hinanden."*²

1.2 Problemformulering

Tilstedeværelse, accept og fælleshed perspektiveres som grundlag for socialpædagogers formidling af tillid i arbejdet med unge udsatte. Opgaven præsenterer designudkast af

¹ Villadsen, Kasper: *Det sociale arbejde som befrielse*

² Schmidt, Lars-Henrik: *Om respekten*, s.106

kommende undersøgelse omhandlende betydningen af socialpædagogens træning af indre ro i form af qi gong.

2.0 Mennesker i bevægelse

Sociale udsatte unge har oftest indre personlige problemer, som hindring til at skabe sig positiv forandring af deres ydre omstændigheder. Det er yderst urealistisk, at der kun er tale om ydre forhold, der ligger til grund for sociale adfærdsmæssige problemer. Sociolog Michael Hviid Jakobsen forsker i bandekriminalitet og skriver i forhold til unge kriminelle at:

*"Der er tale om unge, der ikke har noget at tabe. De er opvokset i familier, der har det svært, og de har dårlig kontakt til institutioner af forskellig art, hvilket gør, at de ender med at leve i et parallelsamfund. Derfor kan det i sidste ende, tænker de selv, være lige meget, om de ryger i fængsel, da de ikke har et liv at ødelægge. Det er allerede tabt."*³

Unge mennesker med adfærdsmæssige problemstillinger har således skabt sig afhængighed af en negativ tilværelse, dette som en selvbekræftende stigmatisering, der vedligeholdes i mindreværdig adfærd, mimik og bevægelse. Når kroppen allerede befinder sig i irriterende tilstand, så bliver den efterfølgende følelse, uanset om der er tale om vrede eller angst af særlig stor intensitet, og således kan irriterende tilstande forøge sig selv til stigmatiserende adfærd.

*"Den, der stigmatiseres, rammes på sit selvværd, sin selvforståelse og sin selvfølelse og oplever ofte at blive isoleret."*⁴

Kroppens mange bevægelser udtrykker følelsesmæssige tilstande i mennesker og det er med disse bevægelsesmønstre, at kommunikation finder sted. Alt efter hvilke sociale rum, kommunikerer mennesker med kropsbevægelser. Således er de bevægelser, man udviser i sin bolig, til sin familie ikke de samme, som de bevægelsesmønstre man udviser på sin arbejdsplads, skriver Gebauer og Wolf⁵. Gebauer og Wolf inddeler det kropslige rum i fire former: det intime rum, det personlige rum, det sociale rum og det offentlige rum.

³ Jakobsen, Michael Hviid: Jyllandsposten, 28. december 08

⁴ Anne Lindhardt: http://www.psykiatrifonden.dk/info/04_2005/hvaderstigmatisering.html

⁵ Gebauer, Gunter; Wulf, Christoph: Kroppens sprog s.100

"Når det gælder det intime rum, er der en minimal afstand til den anden krop. Her finder de nære og intensive møder sted.....Til disse gestus med minimal afstand hører desuden omsorgens kropssprog, ikke mindst ømheden i forældre-barnforholdet." ⁶

Gebauer og Wolf pointerer, at der med minimal kropslig kommunikationsafstand og de dertil hørende gestus foregår en nyorientering af sanserne. Fjernsanserne øje og øre mister deres dominerende funktion og i stedet vinder næse, mund og hånd, lugte, smags og følesansen i betydning. På samme måde kommunikerer mennesker i form af kroppens *holdning*. Når det drejer sig om en stående holdning er den udtryk for agtelse, respekt og ærefrygt, skriver Gebauer og Wolf, der pointerer, at det ifølge undersøgelser er påvist at menneskets opfattelser og følelser ikke udtrykkes i enkelte gestus men i kropssproget som helhed. De forskellige følelser og opfattelser, der kommer til udtryk i gestik, bliver ubevidst forstået af interaktionspartnerne.

"Såvel for erhvervelsen af prægnante kropsholdninger og gestus som for dechifrerings af deres sociale betydning spiller mimetiske processer fra den tidligste barndom en vigtig rolle. Disse processer udspiller sig i konkrete situationer i det praktiske samliv mellem mennesker af forskellig alder, køn og social status, uden at de involverede nødvendigvis er bevidste herom." ⁷

Daniel Stern⁸ beskriver den affektive afstemning som det begreb, der omhandler, at der finder et samspil sted mellem mor og barn, der følelsesmæssigt gør barnet i stand til at aflæse den vitalitet, intensitet og form, som bevægelser følelsesmæssigt har. Den affektive afstemning er evne til at være sammen med en anden på et følelsesmæssigt plan, og det giver grundlag for at forstå den anden. Barnets evne til affektiv afstemning opstår som udvikling af en proces mellem barn og voksen udtrykt i ansigtsmimik og følelsesmæssige bevægelsesformer, en form barnet overtager i efterlignende samstemmighed med moderen i dennes nærhed, kontakt og forbindelse. Dette nærvær og denne kontakt er grundlag for, at barnet opnår en neural kognitiv udvikling. De følelsesmæssige færdigheder fra moderen overføres til barnet i kraft af bevægelsens værende form. En overførsel, der tillige tilvejebringer en grundlæggende evne til at forbinde sig med verden og andre mennesker og dermed være i tillid. I menneskers senere udvikling videreføres denne affektive afstemning som grundlag for en social sanselighed. Menneskets deltagelse i sociale processer består af evnen til at sanse, at høre, at føle, berøre, smage og selv frembringe sociale verdener ved bevægelses- og følelsesindehold.

⁶ Gebauer, Gunter; Wulf, Christoph: Kroppens sprog s.100

⁷ Gebauer, Gunter; Wulf, Christoph: Kroppens sprog s.102

⁸ Stern, Daniel: Barnets interpersonelle univers

*"Det er jo netop fortjenesten ved mimesis- konceptet, at det fremhæver, i hvor høj grad frembringelsen af verdener er regelstyret: Denne orden finder man hos subjekterne, i deres kroppe og i de handlingsmedier, de bevæger sig i. Alle disse er præget af orden og producerer under brugen af dem selv orden. De agerende er normalt ikke henvist til at skulle følge regler – de er selv regelbundne med deres kroppe og sanser."*⁹

Mennesker orienterer sig ved hjælp af den sociale følesans i forhold til de adfærdsnormer, der skaffer dem sikkerhed og mennesker fornyer denne følesans ved at gribe ud og holde fast. Derfor drejer det sig for den enkelte om at etablere tryghed i sin adfærd, noget som tillige handler om at relatere sig til forbilleder under påvirkning af anvisninger og under indtryk af angst, skriver Gebauer og Wolf.

2.1 Tillid

At vise tillid betyder at udlevere sig selv, skriver Løgstrup og pointerer, at tillidsbrud i overvejende grad handler om, at den anden ikke har *villet* tage imod tilliden, uanset hvor meget den tillidsbringende har gjort for at give tillid. Løgstrup påpeger, at denne manglende modtagelighed, kulde i højere grad end et tillidsbruds resulterende forlegenhed er årsag til reaktion.

*"Men det værste, når det kommer til stykket, er måske ikke den forlegenhed eller fare, som misbruget af ens tillid bringer en i, men derimod at den anden ikke har taget imod den."*¹⁰

Løgstrup forklarer, at der i tillid ligger en forventet anmodning. En anmodning, der forlanger modtagerens personlige opfyldelse i holdning, adfærd, ord og handling. Der er i tillid impliceret en forventet anmodning om, at modtageren positivt ytrer sig i forhold til den tillidsbringendes ytring. En forventningsytring, der udleverer en i *hengivenhed* til den andens opfyldelse af den forventning endnu før, det er givet, at opfyldelsen finder sted. Denne *forventningens ytring* må til for at bringe opfyldelse, skriver Løgstrup. Det værste, ved at forventningens ytring ikke finder opfyldelse er, at man har *blottet* sig, påpeger Løgstrup. Man har vovet sig frem for at blive imødekommet og er ikke blevet det, hvilket oftest medfører konflikt, trods at ingen har begået

⁹ Gebauer, Gunter; Wulf, Christoph: Kroppens sprog s 283

¹⁰ Løgstrup, K.E.: Den etiske fordring s 18

uret. Blottelsen er indhold af emotionel karakter, og den laves af tillidsgiveren om til at være en konflikt, der drejer sig om, at den anden har begået uret.

"Kort sagt, det er det emotionelle i situationen, der får en til at gribe til de moralske bebrejdelser og beskyldninger, der i deres egenskab af det moralske netop er emotionelt ladet." ¹¹ "Afvist selvudlevering giver sig nemlig udslag i moralske domme, fordi situationen er emotionel og enkel og blottelsen for enhver pris må skjules." ¹²

Det, at man har vovet sig frem for at blive imødekommet og ikke er blevet det, gør ens dom uigenkaldelig. Løgstrup pointerer, at man normalt ved sympati ikke skaber forestillinger om den anden i yderligere grad, end det synlige anviser. Men når man i relationer ikke hviler i sympati med den anden, råder der spænding, som med grund i usikkerhed, irritation og antipati begynder at udvikle en forestilling om den andens *karakter*.

"Vi ser i ham eller hende et kompleks af dispositioner – fordi vi er på vagt overfor vedkommende." ¹³

Det er det personlige samvær, som får fordomme om den anden til at bryde sammen. Det personlige nærvær udsletter det, påpeger Løgstrup. Den andens tilstedeværelse lader der ikke være plads til ens billede. Dennes nærværelse og "mit" billede af ham er uforenelige, og det er billedet, der kommer til at vige, skriver Løgstrup.

"Kun hvor konstateringen af, at den anden ikke er til at stole på, er blevet til en i bogstaveligste forstand indgroet mistillid, eller hvor irritationen og antipatien har lukket én til i kulde holder billedet stand..... Det ligger i selve vor menneskelige tilværelse at være ligeså ny som den andens ny ord, ny handlinger, og ny opførsel.En tillid til livet selv i dets stadige fornyelse, kunne man kalde det." ¹⁴

2.2 Niveauer i kommunikationen

Et menneskets forestilling er baseret på egenskaber og erfaringer og mennesket er internaliseret i sin personlige følelsesmæssige livsanskuelse. Det er personlig grundantagelse,

¹¹ Løgstrup, K.E.: Den etiske fordring s.19

¹² Løgstrup, K.E.: Den etiske fordring s 20-21

¹³ Løgstrup, K.E.: Den etiske fordring s.23

¹⁴ Løgstrup, K.E.: Den etiske fordring s.23-24

indre stemning, der bl.a. ligger til grund for tænkning, følelser og perception. Livsanskuelsen kan få bestemte træk samt en helt fast struktur og ofte i ét dermed blive mere og mere snæver, skriver Løgstrup, og han fortsætter:

*"Den kan stivne til en ideologi og for den enkelte blive en simpelthen absolut størrelse. Jo mere det sker, desto mere bliver for den enkelte forholdet til andre mennesker en anledning til anmasselse og eventuelt overgreb. Den ideologisk stærknede livsanskuelse bliver nemlig for den enkelte hans livs mening, nu i den forstand, at der byttes om på rangforholdet: hans liv er til for livsanskuelsens skyld og ikke omvendt."*¹⁵

Det er herefter ikke så meget livet, der giver *livsanskuelsen* dens indhold, som det omvendt er livsanskuelsen, der giver livet indhold. Livsanskuelsen bliver en sag, man simpelthen er til for, og *den sandhed* ses andre også i. Fordomme synes at være det, der videreudvikles ud af en ideologisk stærknet livsanskuelse og Daniel Goleman påpeger, at fordomme har rod i følelsesmæssig indlæring, der finder sted tidligt i livet, og som gør det særlig svært at udrydde reaktioner fuldstændigt på et senere tidspunkt.

*"De følelser fordomme er forbundet med, opstår tidligt i barndommen, mens den overbevisning, de retfærdiggøres med kommer senere."*¹⁶

Ofte vil benægtelse og fordomme føre til, at mennesker på forskellige måder forsøger at få virkeligheden til at være overensstemmende med en styrende personlighedsopfattelse.

*"...tanker bestemmes af et andet dybere lag, som Beck kalder automatiske tanker – flygtige baggrundsantagelser om en selv og de mennesker, der betyder noget i ens liv, som afspejler vores dybeste følelsesmæssige holdninger."*¹⁷

Kommunikation handler om, hvad det er af den andens liv, man har i sin hånd, som er udleveret en. Det, der i Løgstrups forståelse ikke er udleveret én, er den andens individualitet, herunder vilje. Det er den, der bestemmer, *hvorledes* den anden reagerer på, hvad der siges og gøres. Individualitet lader sig ikke antaste på samme måde som indre stemninger gør det.

¹⁵ Løgstrup, K.E.: Den etiske fordring s.34

¹⁶ Thomas Pettigrew iflg. Goleman, Daniel: Følelsernes intelligens s. 221

¹⁷ Goleman, Daniel: Følelsernes intelligens s.195

*"Ikke desto mindre er grænsen flydende. Ikke mindst for barnets vedkommende, men også for den voksnes vedkommende gælder det, at individualiteten og viljen kan angribes gennem angreb på dets stemninger og skæbne. Så meget kan derfor siges, at hvad den enkelte end måtte sige og gøre ud fra sin egen indsigt i, hvad der tjener den anden bedst, så tilkommer det ham i alle fald ikke at forsøge på at gøre sig til herre over, hvordan den anden reagerer derpå."*¹⁸

I det forhold, at vi som mennesker oplever vores livsopfattelse i overensstemmelse med omgivelsernes normalitet, vil det styrke selvværd. Selvværd kan siges at være den meningsfulde afbalancering mellem et ydre og et indre forhold, der giver fred til at være positiv i selvfølelse. Det er ofte personligt mål for mennesker at føle sig anerkendt af omgivelserne på en måde, at man optimalt kan føle glæde og være i selvkontrol.

*"Glæde er en følelse af tilfredshed, som man opnår, når information i bevidstheden fortæller, at de forventninger, som de biologiske programmer og den sociale konditionering har opstillet, er blevet imødekommet."*¹⁹

Når forholdet mellem personlig livsanskuelse og virkelighed ikke lader sig forene, griber man *impulsivt* til "laden som om" strategi. I den forbindelse taler Løgstrup om to udartninger af kommunikation. Én udartning er at glide af mod hinanden, vige udenom og af dovenskab, menneskefrygt og hang til hygge rose hinanden i gensidig beundring og måske finde fælles uvilje mod en tredjeperson. Forståelse, påpeger Løgstrup, er ikke forståelse i oprigtighedens navn, men kun den *forståelse*, om hvilken man på forhånd ved er velkommen i fællesskabet. I ligegyldighedens fred kan man være for hinanden. Den anden udartning nævner Løgstrup er at ville lave de andre om.

*"Man har en række meninger om, hvordan tingene skal ordnes og hvordan de andre skal være. Man fristes til at kalde dem forståelseløse meninger, for jo mere definitive de er, desto nødvendigere er det, at man ikke distraheres af alt for megen forståelse for dem, der skal laves om. Den må vente. Fuldkommenhedsmanien gør alt, hvad der siges og gøres, til noget foreløbigt og forberedende. Forståelsen må udskydes til fuldkommenheden er indtrådt."*²⁰

¹⁸ Løgstrup, K.E.: Den etiske fordring s 37

¹⁹ Csikszentmihalyi, Mihaly: Flow s. 56

²⁰ Løgstrup, K.E.: Den etiske fordring s.36

Der er tale om to divergerende niveauer i socialt samvær. Niveauer, der gør sig gældende i et socialpædagogisk arbejde, mellem på den ene side hensyntagen, eftergivenhed, medløb og smiger og på den anden side hensynsløshed, anmasselse og overgreb. Fordomme og forudindtaget viden vil være tillidsbrud i et socialpædagogisk arbejde.

2.3 Socialpædagogisk grundlag

Det er nærliggende for mennesker at søge orden og tryghed på en ydre måde. En anden metode til opnåelse af tryghedsfølelse består i at ændre opfattelse af fornemmelsen tryghed. Ingen af disse måder er ifølge Mihaly Csikszentmihalyi effektive, når de anvendes separate. Ændring af ydre omstændigheder kunne måske virke lovende i begyndelsen, men hvis man ikke er i stand til at styre sin bevidsthed, vil gammel frygt vende tilbage og genoplive en tidligere bekymring, påpeger Csikszentmihalyi.²¹

Socialpædagogisk arbejde er at befordre brugere tiltro tilmed selv at finde mening. Det drejer sig om formidling af positiv tiltro mere end en formidling af nye konstruktioner. Dette kan være vanskeligt overfor mennesker, der i fordomsfuldhed med sig selv ikke har de store positive forventninger. De er i sig selv deres egen hårde modstander, der på sigt har gjort dem til at være det, der er handlet. Det synes, at et længere varende selvdestruktivt vane- og tankemønster er dét, som udleverer mennesker til ubevidst impulsstyring.

Uoverensstemmelser mellem følelser, tanker og praksis er en definition på utryghed, og det føles fysisk smertefuldt, når det ikke fortrænges. Et utrygt, frygtfuldt menneske sætter instinktivt ind for at oprette *indre* orden, og det er i denne impulsstyring, at misbrug opstår. Omsorgssvigt har den virkning, at det ligger dyb livsopfattelse ind i en omsorgssvigtede, der fortæller, at denne ikke er berettiget til omsorg og godt liv. Sådan en sårbarhed leder en omsorgssvigtet ind i negativ forventning, der udmønter sig i depression og aggression. Goleman beskriver vigtigheden af at beherske den sociale færdighed at have fornemmelse for, hvordan man tager til genmæle overfor fordomme:

*"..... feedback bør formuleres lige så diplomatisk som en virkningsfuld kritik, så modtageren kan høre den uden at aktivere sit forsvarsberedskab"*²²

²¹ Csikszentmihalyi, Mihaly: Flow,

²² Goleman, Daniel: Følelsernes intelligens s.224

Det er en empatisk evne, der handler om at høre følelserne bag det, der siges og gøres. Empati tilegnes i kraft af, at man får egne følelsesmæssige reaktioner til at falde til ro, så der bliver tilstrækkelig modtagelighed til med fysiologi at afspejle og sanse en partners følelser, skriver Goleman. Det handler om selv og hos andre at afspænde et personligt forsvarsberedskab, så der opstår plads til ny mening. At man finder ny mening giver ingen mening uden, at man kan nyde at opretholde meningen. Mihaly Csikszentmihalyi har forsket i betydningen af nydelse og fundet væsentlige karakteristika, der er indeholdt i nydelsen.

Oplevelse af nydelse opstår:

- når man står over for en opgave, der er mulig at gennemføre
- når man evner at kunne koncentrere sig om det, man gør
- når en pågældende opgave har klare mål
- når et uanstrengt engagement fjerner bekymringer i bevidstheden
- når man oplever at udøve selvledelse
- når bekymringer om sig selv forsvinder, og der opleves styrke
- når tiden ophæves i oplevelsen af tilstedeværelse

Disse elementer fremkalder en intens følelse af nydelse, som er så tilfredsstillende, at folk gerne vil strække sig langt for at genopleve den, fortæller Csikszentmihalyi.

*"Den, der kender sine ønsker og med hensigt arbejder på at virkeliggøre dem, vil opleve, at hans følelser, tanker og handlinger er indbyrdes afstemt og vil således opnå indre harmoni."*²³

Nydelse, som sanselig tilfredsstillende tilstand, benævner Csikszentmihalyi som flow. Flow optræder, når en aktivitet udfordrer mennesker til at bruge deres evner til det yderste. Det kræver derfor større udfordringer at glide ind i flow efterhånden, som færdighederne øges. Når en opgave er for nem, fører det til kedsomhed og når udfordringen er for stor, resulterer det i angst. Hvis nydelse kommer af aktiviteter, der ikke er sammenkædet på en *meningsfuld* måde, er man i stadighed sårbar overfor kaotisk vilkårlighed.

"Under oplevelsen af flow befinder hjernen sig i en "kølig" tilstand, hvor dens arousalniveau og hæmningen af neurale kredsløb er tilpasset øjeblikkets krav. Når mennesker er engageret i

²³ Csikszentmihalyi, Mihaly: Flow, s 241

aktiviteter, der uanstrengt fanger og fastholder deres opmærksomhed, falder deres hjerne til ro i den betydning, at det cortikale arousalniveau sænkes.”²⁴

3.0 Væren Virksom i Verden

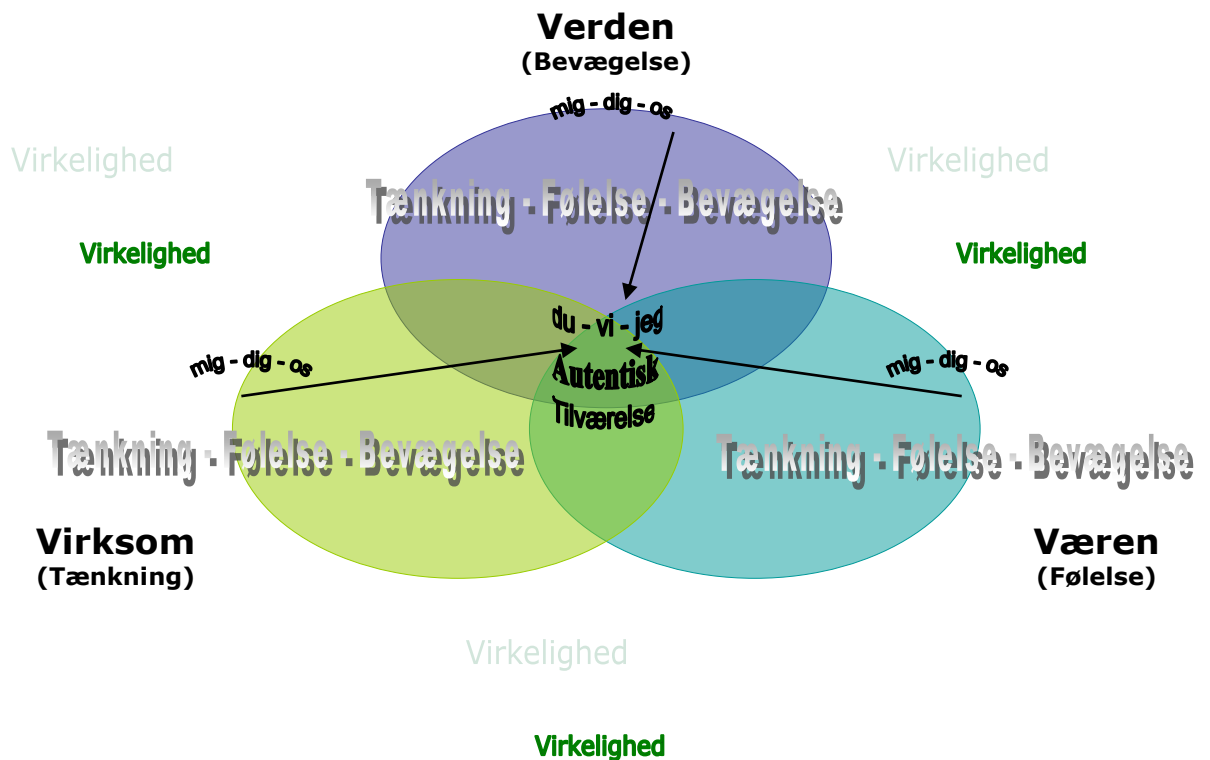
”Når du forholder dig til et andet menneske, forholder du dig også til, hvorledes andre ville forholde sig. Herunder dig selv som en anden, hvorfor selvforholdet ikke adskiller sig fra forholdet til andre.”²⁵

I bogen ”Om respekten” af Lars-Henrik Schmidt beskrives gemenheden som det sociale forhold, der omhandler uartikuleret uenighed. Schmidt påpeger gemenhed, som det, der gælder for *alle*. Denne gemenhed artikulerer sig ud i fælleshed, det der gælder *samtlig*e og i almenhed, det der gælder *enhver*, skriver Schmidt. I det perspektiv, at socialpædagogen er i partnerskab med sin målgruppe, er herunder skabt en figur, der anskueliggør eksistens og dermed ligestiller mennesker i almene personligheds problematikker. Figuren giver mening i det syn, at socialpædagogens eget indre forhold bevidst og ubevidst artikuleres til fælleshed og almenhed i det mellemværende, i det personlige forhold til hinandens forhold.²⁶ Tesen er, at for at udvikle andre, må man udvikle sig selv. Menneskes *eksistens* i ”autentisk tilværelse” (se figur) er dét ansvarlige selvforhold, som forekommer i fællesmængden mellem *væren, virksom og verden*. Figuren anskueliggør, hvordan man kan se det enkelte menneske balancere tilværelsens modstillinger. Nydelse er ikke at søge udad i modsætninger, men indad til forskellighed i Tilværelse (se figur). Perspektivet er, at en socialpædagogs egen personlige tilværelse baseret på balance mellem *væren, virksom, verden* tilfører unge mennesker udvikling til ansvar.

²⁴ Goleman, D: Følelsernes intelligens, s.137

²⁵ Schmidt, Lars-Henrik: Om respekten s.32

²⁶ Inspireret af Hans-Henrik Schmidt: Om respekten s.33



Figuren kort beskrevet:

Væren - er den personlige tilstedeværelse til at *skabe sig rum i ro*. Der møder det enkelte menneske sig selv alene i dets naturlige sammenhænge.

Verden - er det sociale, som *skaber fællesskab i forskellighed*. Verden indeholder en mængde fænomener i synergi, og verden styrer derfor også sig selv.

Virksom - er det rum, hvor mennesker *skaber genstand i handling* heri begriber, håndgriber og tingsliggør.

Den fælles mængde, der er mellem *Væren*, *Virksom* og *Verden* er et menneskes meningsfulde *tilværelse*. Med andre ord kan det siges, at der er *sammenhæng* i livet, når der er sammenhæng mellem: *betydning, håndgribelighed og mening*.²⁷

²⁷ Antonowsky, Aaron: Helbredets mysterium s.

3.1 Det ansvarlige

*"To dimensioner bliver ført sammen i et afhængighedsforhold, hvor den ene term bliver dominerende på den andens bekostning."*²⁸

Magt forekommer der, hvor forskelligheder bliver udstanset til modsætninger, skriver Hans-Henrik Schmidt. Modsætninger kan i stedet artikuleres til forskelligheder og skabe rum mellem modsætninger i kraft af *dynamisk udviklende praksis*. Magt er indbegrebet af afmagtsreduktion, skriver Hans-Henrik Schmidt. At magte noget betyder således at være mindre afmægtig og at skabe orden.

*"Viljen til magt – en udgave af viljen til orden – til afhjælpning af magtesløshed, afhjælpning af afmagten."*²⁹

Ovenstående figur er et *kort*, der afsøger tendenser og anskueliggør det at reducere magt, at afhjælpe afmagt i form af at finde indtil en personlig enhed, en autentisk tilværelse, hvor *mestring* gør sig gældende. Det *kan* konkluderes, at behandler en person sin *Verden Virksom* i ubevindsthed til sin egen *Væren*, er der tale om liv med overvejende tanke konstruktion og udelukkelse af selvet. Er mennesket kun i *Væren* med sig selv uden at åbne op til verden, er der tale om narcissistisk selvtilfredshed. Og fremstiller mennesket sig udelukkende i *Verden*, ekspliciterer det sig ude af sig selv med social misbrug og selvforagt. Cirklerne periferi er billede på områder for modsætningsfyldt adfærd. Det er karakteriseret ved den bevægelse i funktionerne: *Væren, Virksom, Verden* der ude fra og ind forandrer sig fra en "Mig – Dig – Os" tilstand til et overvejende bevidst "Jeg – Du – Vi" forhold.

4.0 Grundlag for undersøgelses design

Ovenstående redegørelse er grundlag for undersøgelse om brug af qi gong i socialpædagogisk praksis med unge udsatte. Socialpædagogens fineste mål er at opnå ansvar *med* brugeren, så brugeren tager ansvar for sig selv. Oftest indebærer socialpædagogik, at der tages ansvar *fra, for* og *om* brugeren. Unge mennesker med problemstillinger skaber sig afhængighed og selvstigmatisering, således at har personer negativ adfærd og bevidsthedssvigt bekræfter og stemmer de sig selv i dette, både fysisk og psykisk.

²⁸ Hans-Henrik Schmidt: Om respekten s 35-36

²⁹ Hans-Henrik Schmidt: Om respekten s 52

"I bevidstheden associerer tanker sig ikke kun med hinanden efter deres indhold, men også efter deres stemning." Wenzlaff s.111

Fysisk aktivitet forandrer tanker, fordi den ændrer den fysiologiske tilstand, som en stemning fremkalder. Afspændingsteknikker kan bringe kroppen i en tilstand af lav arousal og har derfor god virkning på tilstande med høj arousal såsom angst og ængstelse. De har knap så god virkning på depression med lav arousal³⁰ og derfor konkluderes der her, at en balanceret kombination af fysisk træning og afspænding er medvirkende til at balancere arousalniveauet.³¹ Forandring af arousalniveau fremkalder en personlig tilstand, der er uforenelig med den tilstand, som har magten over en. Det er angstprovokerende at forandre en selv væk fra det problem, som problemet er en del af, nemlig en selv. Det er billedligt sagt vanskeligt at løfte den stol, man selv sidder på. Transformativ³² læring skal derfor foregå med vedholdenhed, i *samspil med sig selv*, så det roligt bliver muligt at afvende dårligt og tilvende godt *sam-tidigt*.

*"Optimisme og håb kan ligesom hjælpeløshed og fortvivlelse læres."*³³

En bevidsthed om transformativ læring skal socialpædagoger personligt kunne formidle i sin væren overfor mennesker med vanskelige socialpædagogiske problemstillinger. Da mennesker ofte er vidt divergerende i betydnings- og meningsforståelser kan dét udgangspunkt, at selvforvaltning er selvvalgt, skabe kontakt og kommunikation til at bidrage den unge med *frihed til at tænke selv*.

4.1 Kvasi - eksperimentalt design

Nedenstående er et kvasi - eksperimentalt design, der vil sandsynliggøre betydningen af socialpædagogens træning af qi gong. Det er et primærstudie, hvor vurdering af effekt lægges tilrette ud fra designets præmisser. Undersøgelsen her vil tage udgangspunkt i at sandsynliggøre en effekt uden observation af en eventuel tilbagefaldsperiode.

Flere årsager kan vanskeliggøre vurdering af effekt, såsom hvis en anvendt forsøgsgruppe motivationsmæssigt ikke er sammenlignelig med en eksperimentalgruppe, hvis en indsats

³⁰ Goleman, D.: Følelsernes intelligens

³¹ Arousal: grad af motivation, behov, motiver, emotioner; resultat af ydre og indre stimuli

³² Illeris, K. : Læring, s. 57

³³ Goleman, D: Følelsernes intelligens, s.133

aktiverer problemer, som ikke specifikt vedrører den pågældende undersøgelse, og det derved usynliggør, hvad der egentlig afstedkom effekt, hvis en kontrolgruppens frafald eller mangel på registrering af oplysninger hindrer realistisk tolkning eller hvis en kort varig observationsperiode gør, at det er vanskeligt at sige noget om en længerevarende indsats. Dette specifikke undersøgelsesdesign har potentiale til at besvare typer af undersøgelsesspørgsmål tilpasset den problemstilling, der ønskes belyst. Designet er derfor udarbejdet for at dokumentere en eventuel effekt, hvilket kan give afsæt for en senere evidensbaseret undersøgelse.

'Baseline'

Det ønskes dokumenteret, hvordan en daglig praksis af qi gong skaber forandringer i socialpædagogers tilgang og måder at håndtere problemstillinger på i forhold til arbejdet med unge udsatte.

Intervention

Undersøgelsen vil finde sted på 3 tilfældig udvalgte socialpædagogiske institutioner, der arbejder med unge udsatte og betinger at 3-4 ansatte fra hver institution medvirker i at lære qi gong ifølge Biyun metoden.³⁴ Undersøgelsens medvirkende vil på 3 x 3 timer over 1 uge lære qi gong formen. Formen tager i varighed 30 minutter at udføre, og de medvirkende træner formen til en cd. dagligt i 2 måneder i perioden februar - april 2009.

Qi gong

Qi gong er kombination af fysisk træning og afspænding. Det er et kinesisk bevægelsessystem, som tager udgangspunkt i at skabe indre ro kropsligt og indre ro psykisk, dette i enhed. Qi gong praktiseres stående med lukkede øjne og i langsomme bevægelser. De langsomme bevægelser, koncentration på kroppens enkelte dele samt dyb vejrtrækning er de essentielle faktorer. Koncentrationen handler om, at være dér, hvor bevægelsen rettes, hvilket den rolige stemning giver mulighed for. Qi gong er skabt ud af gammel kinesisk visdom om bevægelsers virkning på krop og sind og er baggrund for den mere kendte behandlingsform akupunktur. En yderligere informativ introduktion vil gives de medvirkende. Undersøgelsen er betinget af personligt engagement og interesse fra deltagernes side.

³⁴ www.biyun.dk

Undersøgelsens afsøgning

- Det undersøges, om daglig træning af qi gong i 2 måneder skaber forandring i socialpædagogens evne til tilstedeværelse på en socialpædagogisk arbejdsplads.
 - Det undersøges, hvilken betydning, det har for arbejdsklimaet og stemningen på arbejdsstedet.
 - Det undersøges, på hvilken måde det influerer på beslutningsskabelsen i det socialpædagogiske arbejde med unge udsatte.
 - Det undersøges, hvorledes det bidrager til dialog mellem den udøvende socialpædagog og de unge på institutionen.
 - Det undersøges, om det medvirker til forandring af de unges ønske om selvbevidsthed.

Dokumentation af forandring

I indhentning af dokumentation vil der før og efter bliver benyttet

- Interview af forsøgspersoner
- Interview af kollegaer og leder/ evt. kvalitativt spørgeskema
- Dagbogsnotater / narrative optegnelser af den daglige arbejdsproces
- Kvantitativt spørgeskema

Indhentning af oplysninger før undersøgelsen vil danne basis for formulering af evalueringspunkter. Indhentning af information inden undersøgelsen vil tage udgangspunkt i de specifikke valgte institutioner.

5.0 Konklusion

Det eksistentielle livsvilkår, der gør sig gældende for den unge udsatte er socialpædagogen tillige betinget af. Derfor sidestiller opgaven dannelsesproblematikker, der både omhandler socialpædagogen og den unge udsatte, blot som artikulation i *forskellige* arenaer. Mesterlære princippet omhandler samme perspektivering, og således ser jeg socialpædagogen *værende* en agerende partner med den unge udsatte i arbejdet med at opnå selverkendelse. Forskellen er, at socialpædagogen er nået væsentlig længere i de bevidsthedsmæssige og erkendende processer. Socialpædagogens omsorgsarbejde vil ofte være præget af stor grad af fratagelse af den unges personlige ansvar, men en socialpædagogisk klangbund må imidlertid have resonans i det ansvarlige menneskesyn, når der arbejdes med socialt arbejde omhandlende frisættelse af unge.

Gebauer og Wolf peger på, at kroppens holdning hviler i den agtelse, respekt og tillid, som mennesker opfatter udtrykt i kropssproget som helhed. Løgstrup pointerer, at *tillid* er forventning om at blive modtaget. Det handler om hengivenhed, hvor det værste er *blottelse* af ensomhed. Fænomener, som har betydning for både den personlige socialpædagog og den udsatte unge. I menneskers antipati med hinanden opstår forestillinger om den andens karakter, mistillid og livsopfattelse stivner til ideologi, når livet byttes rundt, skriver Løgstrup. I dette forhold bliver livet til for livsanskuelsens skyld, hvor fordomme skaber anmasselse og overgreb. Forhold, der gør sig gældende både mellem de unge indbyrdes, mellem socialpædagog og de unge, mellem kollegaer og mellem mennesker i det hele taget. Jeg konkluderer, at når disse almenmenneskelige fænomener ageres i en arena, spejler de sig ud i andre arenaer og genindføres umærkeligt i ny udformning.

Et professionelt pædagogisk arbejde omhandler det, at kommunikere på en måde, så modtageren kan *høre* uden at aktivere forsvarsberedskab. Dette kan socialpædagogen selv mestre ved at frigøre sig fra angrebslyst og forsvarstrang. Motivationen hertil er nydelse, og det er i dette perspektiv, at *qi gong* har betydning for socialpædagogen. Stemningsskift har afgørende indflydelse på tænkning, følelse og bevægelse. Når vi tænker over fordele og ulemper ved en problemstilling, mens vi har det godt, påvirker hukommelsen vores overvejelser i en positiv retning. På samme måde påvirker dét, at være i dårligt humør hukommelsen i en negativ retning. Socialpædagogens udfordring for at komme ud af stivnede stereotyper og stemme sig selv på ny er at give sig selv ro tilmed at opnå overblik. Det personlige positive stemningsskift og det etiske levende rum gør det muligt at forløse tankekonstruktioner og skabe *frihed til at tænke selv*.

6.0 Kilder

- Aadland, Einar: *Etik*, Dansk psy. Forlag 2000
- Antonovsky, Aaron: *Helbredets Mysterium*, HR-forlag 2004
- Csikszentmihalyi, Mihaly: *flow*, Dansk psykologisk forlag 2005
- Gebauer, Gunter; Wulf, Christoph: *Kroppens sprog*, Gyldendal 2001
- Goleman, Daniel: *Følelsernes intelligens*, Borgen 1999
- Illeris, Knud : *Læring*, Roskilde Universitetsforlag, 2006
- Karlsen H. Pedersen P. Svensson S: *Tao Zen & Østens indsigt*, Nordøsten 2005
- Løgstrup, K.E.: *Den etiske fordring*, Gyldendal 2008
- Schmidt, Lars-Henrik: *Om respekten*, DPU's forlag 2005
- Stern, Daniel: *Barnets interpersonelle univers*, HR-forlag 2000

Artikler:

- Andersen, Flemming: *Relationen; Det fælles tredje og det personlige narrativ*
i *Relationer i teori og praksis*, Billesø & Baltzer, 2004
- Hansen, Janne Hedegaard; *Retten og pligten til det gode liv*
- Jakobsen, Michael Hviid, *Jyllandsposten*, 28. december 08
- Jensen, Bente: *Kan daginstitutioner gøre en forskel*, Socialforskn.inst. 2005
- Kaspar Villadsen: *Det sociale arbejde som befrielse*,
i "At skabe en klient" red. Jarvinen, Mik-Meyer, Hr- forlag
- Kaspar Villadsen: *Postmodernistisk socialt arbejde*;
i "Det social arbejdes genealogi" HR-forlag 2004
- Langager, Søren: *At være sammen og at stå sammen* i
Andersen, Henriksen: *Den lærende pædagog*, Alinea 2004
- Langager, Søren: *Omsorgsbetingelser i socialpædagogisk arbejde*.
i *Social kritik* 30/94
- Lihme, Benny: *Relationer i socialpædagogisk arbejde med utilpassede unge*.
Relationer i teori og praksis, Billesø & Baltzer, 2004
- Ringmose, Charlotte: *Stemplet til at være uden for*
- Wittendorff, Nina Monefeldt: *Det er jo bare mit liv jeg skal have styr på*
Børn og unge jan. 2007
- Ziehe, Thomas: *God anderledeshed* i
Relationer i teori og praksis, Billesø & Baltzer, 2004
- Ølgaard, Bent: *Gregory Batesons relationsbegreb*, Billesø & Baltzer