

Relationspsykologi



Relationspsykologi

Et psykologisk møde med
personalismens menneskesyn

Finn Godrim, Annette Groot, Else Marie Bech,
Dorte Toudal Viftrup og Jonas Norgaard Mortensen



INSTITUT FOR
RELATIONS
PSYKOLOGI

Finn Godrim, Annette Groot,
Else Marie Bech, Dorte Toudal Viftrup

”

„Bogen rummer en inspirerende kraft: gennem dens faglige fokus og engagerede, velskrevne tekst, som flydende læses med rige muligheder for – gennem de mange 'faktabokse' – at fordybe forståelsen af relationspsykologi og dens brede fundament. Samtidig vil kandidatstuderende finde grundlag og argumentation i forhold til tidens fremherskende og individualistiske præstationskultur – meget mere „food for thoughts“. Teksten som gennemgående er markeret med 'fed', der fremhæver særlige pointer øger også læseværdigheden“.

– Ole Michael Spaten, Dr. PhD Associate Professor, Head of Psychology Master Programme, Aalborg Universitet, Institut for Kommunikation og Psykologi

„En saglig, velskrevet og tankevækkende bog, hvor psykologien begynder at tage livtag med værdihorisonter for menneskelivet. Relationel psykologi funderet i personalismen udfordrer vores og psykologiens egen individualiserede tænkning og peger i stedet mod et relationelt og værdigt menneskesyn. Det er frisættende, om end provokerende læsning, for enhver person i vores individualiserede kultur.“

– Niels Christian Hvidt, Theol.Dr., Professor i Eksistentiel og Åndelig Omsorg, Syddansk Universitet

„Denne bog er ikke blot meget velskrevet. Den præsenterer også et meget vigtigt korrektiv til vor tids individualistiske og materialistiske kultur og samfund. Forfatterne formår på velbegrundet og varm facon at tilbyde læseren et nyt blik på sig selv, verden og ikke mindst sine medmennesker. Man bliver ikke bare klogere af at læse bogen; man risikerer ganske enkelt at blive et bedre menneske. Af samme grund bør den ikke bare læses af psykologer og behandlere, men af alle.“

– Mattias Stølen Due, Direktør hos Center for Familieudvikling Psykolog, autoriseret

„Spændende bidrag, der med personalismens centrale principper minder os om, hvem vi er, og hvad vi kan løfte igennem den værdi og kraft, der omgiver os konstant; relationerne. Det er interessant, hvordan bogen taler med lige stærk og gyldig relevans ind i både de strategiske linjer og det relationelle møde. Derved lykkes den i sit forsøg på at tale ind i styringsbegreber/forståelser samt de relationelle møder, vi i kommunal forvaltning dagligt agerer i. Vi har brug for oversættelser som denne – der sætter tidens tendenser ind i et større perspektiv, kvalificeret trækker linjerne op ud fra forskellige teoretiske skoler, men som også har indsigt til at danne syntesen, der bliver et bud på oversættelser, vi som professionelle kan agere i/efter.“

– Mette Kjærgaard Sørensen, Pædagogisk fagkonsulent i Haderslev Kommune. Cand. pæd.pæd.

„Bogen Relationspsykologi viser en ny vej for fagprofessionelle, der i hverdagen arbejder med og sammen med andre mennesker. Den sætter fokus på det samspil, der er mellem mennesker og relationens betydning for subjektets læring og udvikling. Et værdifuldt bidrag til en ny psykologi, hvor det enkeltes menneskes værdi og betydning i samspillet med andre subjekter bliver tydelig i den givende jeg-du relation.“

– Nils Wedel, Uddannelsesforsker, Pædagogisk vejleder & Forfatter hos Hans Reitzels Forlag

„Relationspsykologi er en meget interessant og vigtig bogudgivelse, der udfolder personalismens menneskesyn indenfor psykologien. Bogen er yderst relevant lige nu og sætter mange aktuelle samfundsdebatter i relationelt og værdimæssigt perspektiv. Mine varmeste anbefalinger.“

– Bjarke Friis, formand for Tænketaanken Cura.

„Ethvert menneskebarn fødes ind i relationer. Ethvert menneske lever for og i relationer. Endelig en psykologisk bog, som med et gennemsigtigt og tydeligt fundament tør tage livtag med relationer, ikke som en parentes om det at være individuelt menneske, men som forudsætningen for at være det. Det er fremsynet og vitaliserende læsning.“

– Christina Prinds, jordemoder, ph.d., Syddansk Universitet/UC Syd

„I denne bog præsenterer forfatterne et psykologisk perspektiv, som vedstår sig værdier og etiske mål. Det er ganske forfriskende at støde på psykologisk litteratur, som gør netop det: står ved sit perspektiv og sine værdier. Dette er bogens styrke og gør den yderst læseværdig. At bogen samtidig til sidst opfordrer læseren til at tage del i en praksisforankring af de psykologiske og filosofiske refleksioner, gør den yderligere sympatisk, og det bliver spændende at følge netop det projekt.“

– Tine Basse Fisker, ph.d. i pædagogisk psykologi

„En befriende, inspirerende og udfordrende bog, der håbefuldt peger på nye veje i psykologiens bestræbelser på at forstå og understøtte mennesker. Befriende, fordi den peger udover et individualistisk syn på mennesket ved at tage et relationelt perspektiv på udvikling, trivsel og sundhed. Inspirerende fordi den genopfinder det særligt menneskelige ved at øse af „glemt“ åndsvidenskab og insistere på et værdigt menneskesyn. Udfordrende, fordi den vover at beskrive visse værdier som bedre end andre og dermed tilføre psykologien værdibaserede pejlemærker.“

– Heidi Frølund, Ph.d. Klinisk psykolog og forsker ved Aarhus Universitets Hospital

“

Indholdsfortegnelse

■ Introduktion – En rejseplan	9
■ Tværfaglige forhindringer	17
Første forhindring: Psykologiens individualistiske rodnet	19
Anden forhindring: En videnskab uden værdier	24
Tredje forhindring: Illusionen om, at eksistentielle svar findes i dig selv.....	26
Løsning: En psykologi med relationelle værdier og relationelle svar	31
■ Det relationelle menneske.....	33
Relationer skaber individet	36
Nerveceller – et net af åbne muligheder	38
Identitet – en relationel proces	39
Hvad konstituerer en person?	42
Relationel nærhed.....	45
Psykisk sundhed afhænger af kvaliteten af det relationelle klima.....	47
Det modsatte af misbrug er tilknytning.....	49
En vestlig misforståelse	52
En narcissistisk kultur – bundet til sig selv	53
Handlingers kraft	55
■ Det engagerede menneske	59
Engagement i fællesskaber	62
Engagementets pris	63
At umenneskeliggøre andre – og sig selv	71
Og driften mod fællesskabet	75
Empatiens ontologi.....	75

Relationspsykologi

Et psykologisk møde med personalismens menneskesyn

© 2017 Institut for Relationspsykologi

ISBN 978-87-996833-4-5

1. udgave, 1. oplag, 2017

Omslag og sats: D-Grafisk, David Lund Nielsen

Tryk: Aka-Print

Tak til Tanja Ryberg Jensen og Kevin René Milter Ladegaard
for redaktionelt samarbejde om korrektur og register.

Alle rettigheder forbeholdes.

Fotografisk, mekanisk eller anden gengivelse af denne bog eller dele deraf er kun tilladt
med forfatterens skriftlige tilladelse ifølge gældende dansk lov om ophavsret.

Institut for Relationspsykologi

Nordbanevej 15

7800 Skive

Tlf. 97 52 00 95

kontakt@relationspsykologi.dk

www.relationspsykologi.dk

Den gode vilje og det moralske ansvar	79
Relationspsykologiens menneskesyn	81
Gode relationelle vækstbetingelser	83
De bedste arbejds- og produktionsmiljøer.....	96
■ Det værdige menneske	103
Menneskets radikale, iboende værdighed.....	106
Et valg om at elske	115
Mennesket som natur og ånd.....	121
■ Opsamling	135
Et eksistentielt projekt.....	139
■ Litteratur	141
■ Om forfatterne	151
■ Registre	157
Navneregister	159
Begrebsregister	161

Introduktion – En rejseplan

Denne bog kan siges at være målet på en spændende og uforudsigelig rejse, der udspringer af ønsket om at sætte psykologien og personalismen i relation til hinanden. Sådan er det jo ofte med rejser – at man starter med en drøm, planlægger turen, løber ind i forhindringer, finder nye veje og ender med at lande et sted, der ser helt anderledes ud, end man først forestillede sig.

For denne bogs vedkommende er rejsemålet langt mere spændende, end vi først turde håbe, ligesom der er kommet nye spændende rejsefæller til – både i form af medforfattere og dertil en lang række personer, der har inspireret projektet i forskellige faser af bogens tilblivelse.

Men lad os starte fra begyndelsen ...

I 2012 udkom bogen *Det fælles bedste. Introduktion til personalismen*. Denne bog blev skrevet af Jonas Norgaard Mortensen og er en samling og opsummering af hans mangeårige fordybelse i personalismen, der i bogen præsenteres på enkel, personlig og medrivende vis. Ganske kort kan det siges om personalismen, at den fremstiller et menneskesyn baseret på tænkningen hos bl.a. Martin Buber og Emmanuel Levinas. Ifølge personalismen er mennesket relationelt, engageret og værdigt, og dette menneskesyn relateres i bogen til de sociale og samfundsmæssige konsekvenser.

Bogen blev hurtigt en succes, og det betød, at udbredelsen af den personalistiske tænkning pludselig tog fart. Mange mennesker blev grebet af det personalistiske menneskesyn, der står i kontrast til tidens udprægede individualistiske syn på mennesket. Derved kom personalismen til at inspirere både tænkning og praksis hos mange, der oplevede, hvordan det relationelle menneskesyn giver mening i deres daglige arbejde.

I 2015 fik Jonas Norgaard Mortensen lyst til at samle og formidle en del af de mange spirende ideer og praksisformer, som den nye fremstilling af personalismen medførte. I samarbejde med journalist Karen Lumholdt udgav han antologierne *Det personlige samfund* og *Det relationelle menneske*. Disse antologier samlede tanker og erfaringer fra 48 forfattere, tænkere og praktikere, der havde erfaret personalismens meningsfulde inspiration i alt fra uddannelse, arkitektur og ældrepleje til konfliktmægling, innovation og ledelse.

Blandt bidragsyderne til antologien *Det personlige samfund* var psykologerne Finn Godrim og Else Marie Bech fra Institut for Relationspsyko-

i PERSONALISME – RELATIONEN I CENTRUM

I samfundsdebatten er det ofte de to store „ismer“, socialismen og liberalismen, der bliver navigationspunkter – er man mest til individuelle eller kollektive løsninger?

Men der findes en mellemvej, som ikke bare tager det bedste fra andre ideologier, men i sig selv er et filosofisk sammenhængende hele. *Personalismen* er et menneskesyn, som er næsten ukendt, til trods for at det har haft væsentlig indflydelse på verdenshistorien. Det danner grundlag for FN's erklæring om menneskerettigheder og har inspireret fyrtårne som *Martin Luther King* og *Desmond Tutu*.

Personalismens menneskesyn

Mennesket er et relationelt væsen, der har brug for et tæt og engageret samspil med sine medmennesker, i større eller mindre fællesskaber, for at trives og udvikle sit potentiale.

Mennesket er et engageret væsen, der udfolder sig ved i frihed at tage ansvar for sit eget liv, men også for sine medmennesker i de nære fællesskaber og for hele samfundet.

Mennesket har en iboende værdighed, der aldrig kan relativiseres eller formindskes, og som dets medmennesker og samfundet ikke må undertrykke eller krænke.

logi, der skrev kapitlet: „Med relationen som fundament“. I kapitlet gennemgås det, hvordan samfundets sundhedsfaglige tilgang til det lidende menneske er stærkt individualistisk og i langt højere grad burde imødekomme menneskets relationelle fundament. For Finn Godrim, Else Marie Bech og alle de andre medarbejdere hos Institut for Relationspsykologi gav det meget mening at videregive de relationelle psykologiske perspektiver, idet denne tilgang gennem mange år havde stået som fundamentet for deres arbejde med både terapi, uddannelse og udviklingsprojekter.

Sammen med Annette Groot og Jørgen Rønsholdt havde Finn Godrim og Else Marie Bech allerede udgivet to bøger om den relationelle tilgang, nemlig bøgerne *Relationspsykologi – i praksis* (2013) og *Fortællinger om relationspsykologi* (2015). Disse bøger omhandlede, hvordan pædagoger, lærere, psykologer og andre relationsprofessionelle kan gøre op med ti-

dens individualistiske tilgang og i stedet tilbyde børn og voksne sunde og udviklende relationer. Bøgerne beskrev, hvordan udviklende møder kan funderes på en Relationel bevidsthed, en Anerkendende tilgang, et Resourceorienteret fokus, evnen til at Reflektere samt en Teoretisk opkvalificering. Tilsammen blev denne tilgang kaldt RARRT.

Allerede gennem arbejdet med antologien blev det tydeligt, at personalismens menneskesyn havde et nært slægtskab med tænkningen hos Institut for Relationspsykologi. Værdifællesskabet førte til mere samarbejde – og i slutningen af 2015 kulminerede dette samarbejde i en sammenslutning; Jonas Norgaard Mortensen blev direktør hos Institut for Relationspsykologi.

Første del af rejsen var dermed ovre, og en ny fælles rejse blev planlagt: Der havde længe været tale om et værdifællesskab og en gensidig genkendelse og inspiration mellem personalismen og Instituttets relationelle tilgang, men hvordan ville det se ud, hvis man bragte dem sammen i en samlet tilgang? En personalistisk relationel psykologi?

Første projekt på denne rejse opstod som følge af, at *Det fælles bedste* var udsolgt, og efterspørgslen efter endnu et oplag var stigende. Og når

i INSTITUT FOR RELATIONSPSYKOLOGI

Institut for Relationspsykologi er et landsdækkende og privatejet psykolog- og konsulentfællesskab. Instituttet arbejder ud fra en relationel tilgang til pædagogik, psykologi og ledelse.

Institut for Relationspsykologi tilbyder privatpersoner, erhvervsvirksomheder og offentlige myndigheder psykologisk ekspertise, foredrag, organisations- og ledelsesudvikling og konsulentforløb. Der afholdes kurser og uddannelser over hele Danmark og flere årlige konferencer. Dertil producerer Instituttet publikationer om relationelle tilgange samt bidrager til forskning på området.

Instituttet har afdelinger i Odense, Roskilde, Aarhus, Skive og Viborg.

Institut for Relationspsykologi har sit fokus på de relationelle samspil og de mange udviklingsmuligheder, den relationelle bevidsthed åbner for den enkelte og for gruppen.

denne bog skulle genudgives, åbnede der sig muligheden for, at den kunne suppleres med et efterskrift om relationel psykologi.

Denne opgave, der skulle løses i et samarbejde mellem Jonas Norgaard Mortensen, Finn Godrim, Annette Groot og Else Marie Bech, syntes ved første øjekast at være overskuelig og nem. Men ret hurtigt medførte opgaven nye spændende – og indimellem vanskelige – udfordringer. Som når to helt forskellige mennesker flytter sammen og pludselig stiller spørgsmålstejn ved alle hinandens vaner, begyndte vi at stille hinanden spørgsmål som: „Hvorfor praktiserer I terapi på netop den måde?“, „hvilken tænkning baserer denne praksis sig på?“, „hvordan begrundes I dette menneskesyn?“ osv.

Gennem mange møder blev der stillet spørgsmål til både psykologien og personalismen, som vi ikke selv havde stillet før. Mødet mellem to forskellige traditioner kastede lys på aspekter og vaner, som forekom selvfølgelig indeni for grænserne af hver tradition. Vi blev inspirerede, forvirrede, genlæste gamle bøger, fandt ny litteratur og forskning og søgte råd hos en række tænkere og praktikere. Det var også i denne proces, vi inviterede ph.d. og forsker Dorte Toudal Viftrup med i refleksions- og skriveprocessen, for at bogen også blev velfunderet i de videnskabsteoretiske og eksistentielle aspekter. Dorte Toudal Viftrup var allerede godt kendt med personalismens menneskesyn, idet hun også havde bidraget med kapitlet: „Psyisk sundhed som relationsevne“ i antologien *Det relationelle menneske – Personalisme i perspektiv*.

Det var noget af en rejse, men sikke en gave, det samtidig var – gennem et år – at fordybe sig i relationelle psykologiske og personalistiske perspektiver.

Vi kom helt sikkert klogere ud på den anden side. Klogere på tilgange og klogere på hinanden. Mange tilgange blev styrket og slået fast, mens enkelte perspektiver og praksisformer blev taget op til revision. Heldigvis tydeliggjorde processen, at vi virkelig delte værdier og tilgange – og samtidig blev der skabt en synergi, der skabte nye fælles perspektiver og ideer.

Gennem denne proces skrev vi efterskriftet til *Det fælles bedste*. Efterskriftet blev dog længere og længere, og pludselig stod vi faktisk med en selvstændig bog. Vi valgte stadig at udgive *Det fælles bedste* med et nyt efterskrift – dog kun med en udvalgt og kort del af den bog, du nu læser.

Denne bog præsenterer tanker og erfaringer, der er opstået i forsøget

på at samle den relationelle psykologi og den personalistiske tilgang. Vi oplever selv, at perspektiverne i bogen er meget meningsfulde og anvendelige. Samtidig ved vi godt, at bogen er udtryk for endnu et stop på rejsen. Der er planlagt mange nye projekter og bøger, mange nye fælles rejser, der nok viser sig ligeså uforudsigelige som den her beskrevne. De kommende bøger vil uddybe og praksisforankre perspektiverne, der beskrives her. De fleste perspektiver vil nok blive styrket og nuanceret, mens enkelte måske vil blive revideret. Vi vil ikke låse os fast på bestemte ideer, men holder hele tiden døren åben for, at der er perspektiver, vi endnu ikke er blevet introduceret for – og teorier, der kan nuancere vores nuværende forestillinger.

Vi er dybt taknemmelige for den fælles rejse, som denne bog beskriver. Det er vores håb, at du også må finde inspiration i bogens perspektiver. Allermest håber vi, at den må inspirere dig til at se relationernes afgørende vigtighed – og ansvaret og mulighederne, der gemmer sig her.

Tværfaglige forhindringer

I ønsket om at udvikle og praktisere en psykologi med relationelle, personalistiske værdier støder vi ind i flere forhindringer, der viser sig at have rødder i psykologiens historie og kulturelle anvendelse. Vi gør op med disse forhindringer og introducerer som alternativ en værdibaseret psykologi, der tør beskæftige sig med det gode fælles liv.

I denne bog beskrives den relationelle psykologi, som den ser ud, når den funderer sig på et personalistisk menneskesyn. Når to forskellige tilgange på denne måde bringes sammen, åbner der sig mange nye spændende perspektiver og refleksioner. Samtidig støder vi også ind i nogle tværfaglige forhindringer, der opstår i perspektivering af to traditioner med forskellig baggrund og referencerum.

Som vi skal se, har psykologien traditionelt et iboende individualistisk dna, ligesom den gerne anviser metoder og midler, men ikke sætter værdier og mål. Dertil fungerer meget psykologi ud fra en antagelse om, at svaret på små og store udfordringer findes i den enkeltes psyke.

Det bliver derfor tydeligt, at der er behov for et opgør med visse forestillinger, der har vundet stor udbredelse inden for psykologien, sådan som den ofte fremstilles og anvendes. Der er behov for udviklingen af en relationel og værdimæssigt funderet psykologi, og dette projekt vil vi folde ud i relation til personalismens menneskesyn.

Denne bog skal ikke betragtes som en udtømmende beskrivelse af en relationel psykologi. Derimod skal den læses som nogle fagligt funderede refleksioner, der afspejler vores rejse på vej mod beskrivelsen af psykologiske perspektiver, der er relationelt og værdimæssigt funderede.

Første forhindring: Psykologiens individualistiske rodnet

Psykologien praktiseres i dag oftest som en disciplin, der i både forskning, behandlingspraksis og menneskesyn funderer sig i en individualistisk opfattelse af den menneskelige udvikling. For at se, hvordan psykologien er havnet i denne individualistiske position, vil vi først se på psykologien i et historisk perspektiv.

Ser man på definitionen af psykologi, henvises man til de to græske ord: psyché (sjæl) og logos (læren om). Oprindeligt defineres psykologi derved som „læren om sjælen“. En definition, der stammer fra den græske oldtid, hvor den græske filosof Aristoteles (384-322 fvt.) skrev bogen: „Om sjælen“, der ofte betegnes som verdens første bog om psykologi. Psykologien har altså sjælen som sit oprindelige genstandsfelt (Jacobsen, 2008).

Dette genstandsfelt betyder i praksis, at den aktuelle kulturelle og religiøse begrebsliggørelse af det sjælelige har en stor betydning for, hvordan

i ARISTOTELES

Aristoteles (384-322 fvt.) var en græsk filosof og elev af Platon. Disse betegnes begge som grundlæggere af den vestlige filosofi. Aristoteles grundlagde i 334 fvt. den filosofiske skole, Lykeion, som indeholdt det første videnskabelige bibliotek. Han bidrog med mange filosofiske refleksioner vedrørende bl.a. etik, fysik, logik, politik, økonomi og retorik til Vestens verdensopfattelse.

Aristoteles anses som den første, der anvender begrebet psyché (sjælen) i en videnskabelig filosofisk diskussion. Han mente, at alt levende havde en sjæl, men at det kun var menneskets sjæl, som bestod af et fornuftselement, altså et rationelt logisk tænkende individ med et sjælsniveau over dyrene. Først over 2000 år senere opstod psykologien dog som selvstændig videnskab, adskilt fra filosofien, da Wilhelm Wundt i 1879 grundlagde det eksperimentelle psykologiske laboratorie, hvor sjælen som filosofisk entitet ikke længere udgjorde omdrejningspunktet for udforskningen af mennesket.

man definerer og rammesætter psykologiens fokus. Og netop det sjælelige er et meget kompliceret begreb, idet det trækker tråde til både religiøse, eksistentielle, biologiske og filosofiske spørgsmål. Både i middelalderen, renæssancen og i oplysningstiden er spørgsmålet om sjælen, dens natur, sammensætning og rækkevidde, et af de mest omdiskuterede og velbeskrevne emner (Haaning, 2003).

” Synet på menneskets sjælelige eller psykiske funktioner har dertil tendens til at følges hånd i hånd med tidens teknologiske udvikling. Derfor var menneskesynet i første halvdel af det 20. århundrede præget af industrialismens mekaniske tænkning. Forskningen centrerede sig omkring sammenhængen mellem stimulus og respons – og muligheden for at forudsige menneskets adfærd gennem tilrettelagte omgivelser. Den tids psykologiske retning kaldtes behaviorisme, et udtryk for at det var adfærd, det menneskelige output, der var af særlig interesse.

I anden halvdel af det 20. århundrede var det særligt computer- og informationsteknologien, der formede synet på menneskets funktioner, hvorfor mennesket i højere grad blev betragtet som et autonomt og selvforvaltende system, der aktivt bearbejdede mening. Samtidig skete der

en „materialisering“ af menneskets indre, mentale processer, der tidligere havde været omgærdet af mere mystik og ubegribelighed (Nielsen & Tanggaard, 2011).

Dette syn på mennesket, hvor de mentale funktioner betragtes som et informationssystem, præger stadig menneskesynet og psykologien i dag. Særligt den kognitive psykologi, der har fokus på netop hjernens proces-

i BEHAVIORISME OG KOGNITIV ADFÆRDSPSYKOLOGI

I 1920 udviklede den amerikanske psykologiprofessor John B. Watson og hans elev, Rosalie Rayner, grundlaget for en ny måde at anskue mennesket på. Denne nye retning, behaviorismen, distance-rede sig fra de hidtidige forsøg på at definere, hvordan mennesket fungerede og rettede opmærksomheden mod stimulus og respons, hvilket legitimeredes gennem forsøgene med Lille Albert. Den knap etårige Albert blev sat til at lege med en rotte, mens en pludselig, høj lyd skulle undersøge, om man kunne indlære en angst for rotter ved at parre Alberts forskrækkelse med synet af rotten. Et forsøg, der – efter nutidens normer – må karakteriseres som ganske uetisk. Behavioristerne interesserede sig ikke for mentale processer eller for psyken, der betragtedes som en „black box“, der alligevel ikke kunne klarlægges på videnskabelig vis. Derimod kunne menneskets konkrete respons på forskellige typer stimuli undersøges, og denne associering af input og output blev genstand for mange eksperimenter med både mennesker og dyr.

De første spadestik til den kognitive psykologi blev taget i 1950'erne af psykiateren Aaron T. Beck og psykologen Albert Ellis. De dannede en tænkning, hvor rationelle følelser og fri association/automatiske tanker udgjorde en stor del af forståelsesrammen. Denne tænkning lagde grunden til den i dag meget anvendte kognitive adfærdspsykologi, der særligt har fokus på kognitioner (tankemønstre og -strukturer), adfærd og følelsesregulering.

Den kognitive adfærdsterapi er, ifølge evidensbaseret forskning, ofte en pålidelig og succesfuld metode til behandling af stress, angst og depression. Dog kan denne metode virke overfokuseret på de psykologiske værktøjer, mens den mangler opmærksomhed på den effekt, som relationen mellem psykolog og klient har på terapiens udfald og klientens selvforståelse.

ser som årsagen til – og det mulige behandlingsrum for – psykiske lidelser, har en dominerende plads i vestlig psykologisk videnskab og praksis.

Udgangspunktet, når den traditionelle psykologi analyserer – og intervenserer i forhold til de mentale processer – er langt overvejende en individualistisk person- og udviklingsforståelse. En individualistisk tilgang, der kan genfindes i både udviklingspsykologien og den klassiske psykoanalyse.

Udviklingspsykologiens individualistiske menneskesyn funderer sig bl.a. på den schweiziske psykolog Jean Piagets (1896-1980) udviklingsteorier, hvori menneskets udvikling betragtes som en gennemgang af biologisk betingede og universelle stadier, som på forudbestemt vis udfolder sig, såfremt omgivelserne ikke bremser deres udvikling (Berk, 2003; Christensen, 2008). Det individualistiske menneskesyn genfindes ligeledes i den klassiske psykoanalyse, hvor eksempelvis den britiske psykoanalytiker Donald W. Winnicott (1896-1971) repræsenterer en essentialistisk forståelse, hvor selvet er en unik indre kerne, der er givet forud for menneskets møde med verden (Jørgensen, 2002).

Billedet kan egentlig sammenlignes med en blomst, der bærer hele sin fremtid i et enkelt frø og udfolder dette forløb, hvis jord-, lys- og næringsforholdene er de rette. På samme måde beskrev disse fase-teorier, hvordan menneskebarnet blev født med fremtiden skrevet ind i sine arveanlæg – en fremtid der nok kunne blive understøttet eller bremset af de nærmeste omsorgspersoner, men udviklingens retning og kvalitet var i stor udstrækning fastlagt på forhånd.

Selvom forståelsen for barnets udvikling indenfor moderne pædagogik og psykologi fokuserer på sociale og relationelle processer, tager tilgangen til disse dimensioner typisk udgangspunkt i det individuelle barn og viderefører dermed arven fra den tidlige udviklingspsykologi:

Det sociale anskues og prioriteres med afsæt i, hvordan det giver mening for det enkelte barn, forstået på den måde, at det er det enkelte barns egen interesse i at indgå i relationer til udvalgte andre børn, der forsøges understøttet, ligesom man fortsat kan tale om at tage udgangspunkt i nærmeste udviklingszone osv. Dette bliver i dag i udpræget grad forsøgt knyttet til en forståelse af det enkelte barns position. Parallelt med at man i folkeskolen pålægger lærerne at etablere undervis-

ningsdifferentiering og at tage udgangspunkt i den enkelte elev, kan denne pædagogiske tænkning i høj grad siges også at have gjort sig gældende inden for daginstitutionsfeltet, hvor enhver daginstitution gør en dyd ud af at markere, at 'her hos os tager vi udgangspunkt i det enkelte barn' (Kampmann, 2004, p. 526).

Dette fokus på personers mentale processer, parret med udviklingspsykologiens – og den vestlige kulturs – udprægede individualistiske udviklingsforståelse, betyder, at psykologien længe har anlagt et individualistisk og kognitivt syn på mennesket.

Den anerkendte britiske sociolog Nikolas Rose (født 1947) beskriver psykologien som en individualiserende videnskab, der oprindeligt blev skabt for at kortlægge det menneskelige sind ud fra formålet at kunne beregne og styre det. Psykologien iscenesatte mennesker som individer med dybe, indre psykologiske rum og tilbød en sprogprogram af psykologiske begreber, herunder depression, stress, angst, ADHD osv., som den enkelte kunne forstå sig selv og sin adfærd ud fra. Rose (1998) konstaterer, at der er sket en individualisering og en psykologisering af mennesket, der fungerer konstituerende for den menneskelige væren.

I praksis betyder denne psykologisering og individualisering, at de fleste menneskelige og mellem-menneskelige problemer anses for at stamme

i PSYKOLOGIENS INDIVIDUALISTISKE MENNESKESYN

I den psykologiske verden antages ofte en overvejende individualistisk person- og udviklingsforståelse, som indebærer et stærkt fokus på individuelle kvaliteter, identiteter eller karaktertræk, mens relationelle og situationelle faktorer ofte får mindre opmærksomhed.

Dette individualistiske menneskesyn kommer bl.a. til udtryk i udviklingspsykologien, baseret på Jean Piagets (1896-1980) udviklingsteorier, hvori udviklingen fremstilles som en biologisk betinget proces, som omgivelserne kan fremme eller hæmme – men ikke kvalitativt forandre. Dette perspektiv kan genfindes i den klassiske psykoanalyse, hvor selvet betragtes som en individuelt unik, indre kerne.

fra indre psykiske problemer i den enkelte persons psyke, der derfor først må diagnosticeres og derefter behandles med medicin og/eller individuel terapi.

Første forhindring, når vi ønsker at sammenholde psykologien og personalismen, er altså psykologiens individualistiske rodnet, der anlægger et andet perspektiv på menneskets udvikling end personalismen. Der hvor personalismen betragter udviklingen som et relationelt fænomen, har psykologien rødder i en tradition, der fremstiller den menneskelige udvikling som en forholdsvis selvstændig og individuel proces, der blot behøver støttende omgivelser for at udfolde sig i de forventede stadier.

Anden forhindring: En videnskab uden værdier

I sonderingen af psykologiens forenelighed med de personalistiske principper, støder vi snart på endnu en forhindring. I ønsket om at sammenholde de personalistiske værdier med psykologiens egne værdier, kan vi snart konstatere, at psykologien – når den praktiseres inden for en naturvidenskabelig ramme – i sig selv ikke indeholder dybere værdier eller mål for menneskets trivsel og udvikling. Nok beskæftiger psykologien sig indgående med, hvordan man bedst muligt afhjælper psykisk lidelse, dog uden klart at forholde sig til lidelsens formål og spørgsmålet om værdierne i og for „det gode liv“.

Psykologiens formål er primært at opnå en tilstand, hvor man undgår psykisk lidelse eller ubehag. Dette formål er sjældent forankret i et større værdisystem. For eksempel ser vi i dag en psykologisk terapi, som ofte kun relaterer sig til den enkeltes individuelle værdier om „det gode liv“.

Psykologiens mangel på eksplicite mål og værdier for „det fælles gode liv“ har en ganske indlysende årsag: I psykologiens besværlige kamp for at blive opfattet som legitim videnskabelig disciplin – en kamp, der nok forventes, når man vil sætte „sjælen i laboratoriet“ – har det været afgørende at tegne en skarpt naturvidenskabelig faglighed, der ikke var farvet af iboende ideologiske eller religiøse værdier (Hastrup, 2006). I jagten på videnskabelig neutralitet har psykologien derfor traditionelt undgået at beskæftige sig med moral og spørgsmålet om rigtigt og forkert (Lenler, 2004).

Tyskeren J.F. Herbart (1776-1841), som ofte betegnes som grundlægge-

ren af pædagogikken som videnskab, har legitimeret pædagogikkens eksistens, netop med henvisning til psykologiens værdi-tomme status:

„Pædagogikken som videnskab afhænger af *praktisk filosofi* (dvs. etik) og *psykologi*. Den første viser os opdragelsens og dannelsens mål, den anden viser os vejen, midlerne og forhindringerne.“ (Sprogøe, 2008, p. 76).

Og her peger Herbart på en vigtig pointe i forhold til den traditionelle forståelse af psykologien, nemlig at den systematisk kan undersøge og fremsige lovmæssigheder og sammenhænge omkring det menneskelige sjæleliv, men ikke bærer på nogen retning, værdier og dermed svar på eksistentielle spørgsmål.

Dette betyder ikke, at denne videnskab så bliver „værdiløs“ i den forstand, at den er nytteløs eller ikke repræsenterer en brugbar værdi. Det betyder derimod, at psykologien – når den bringes ind i det naturvidenskabelige felt, hvor livet blot betragtes som en organisk proces – ikke kan anvise mål, men derimod oplister metoder, formodede sammenhænge og forhindringer mod mål og værdier, der i forvejen er opstillet.

Den danske filosof og teolog Knud Ejler Løgstrup (1905-1981) pegede allerede i 1938 i artiklen *Tanke og Handling skal være eet* på samme problematik omkring psykologiens ikke-engagerende status:

„Det karakteristiske for tre saa dominerende Discipliner som de nævnte: Historie, Psykologi og Erkendelsesteori er jo netop, at de er rent beskrivende. De engagerer ikke. Det betyder ikke, at de er lette. Tværtimod de er subtile, umaadelig omfattende og stiller overmenneskelige Krav til lidenskabsløs Upartiskhed“ (Løgstrup, 2017, p. 21).

Kort sagt er psykologiens anden forhindring, når den ønskes bragt sammen med personalismen, at den sjældent bærer værdier for det gode liv og for menneskelig sundhed. Dette afkald på iboende værdier har været en omkostning ved at opnå legitimitet som naturvidenskabelig disciplin. Netop på dette punkt står personalismen og psykologien derved langt fra hinanden, idet personalismen funderer sig i klare, radikale værdier, mens psykologien overlader spørgsmålet om værdier til det enkelte menneske.

Tredje forhindring: Illusionen om, at eksistentielle svar findes i dig selv

Tidligere i historien – og inden for den tidsramme, hvori personalismen voksede frem – blev mange problemer læst og forsøgt løst inden for en teologisk ramme. Man henvendte sig til Gud og til kirken, når spekulationer og livsomstændigheder var alvorlige, smertelige, eksistentielle – og omhandlede selve livets mening. Præsten var den magtfulde, den vise og den, der kunne agere mellemmand, når man ønskede at forstå Guds mening med den smerte eller de omstændigheder, livet rummede.

I både den græske antik og i kristendommen – to traditioner, der begge har grundlagt fundamentet for vores tænkning om sjælen – eksisterer der i sjælen en vertikal forbindelse eller stræben mod det guddommelige. I begge traditioner fremstilles en polaritet mellem den guddommelige „øvre“ verden og den jordiske, dyriske menneskeverden. Sjælen ønsker at forbinde sig med sit oprindelige hjemsted, at skabe enhed, en akt, der kan medføre forandring og forvandling (Haaning, 2003).

I dag har vi – i mange henseender – kappet forbindelsen mellem det sjælelige og „de øvre lag“. Undersøgelser viser, at danskernes tro faktisk ikke er reduceret de seneste 30-40 år, men til gengæld har troen ændret markant karakter. Den er blevet individualiseret og er derved blevet et personligt og privat anliggende, som kun i ringe grad praktiseres i fællesskaber. Dette ses særligt i bevægelsen fra en fælles religiøs tro, som den enkelte og fællesskabet udledte livsværdier fra, mod en individualiseret „spirituel“ tro, hvor den enkelte selv udleder individualistiske værdier for sit liv. På tilsvarende vis er troens domæne reduceret fra at have haft sammenhæng med økonomiske og samfundsmæssige spørgsmål, til kun at blive bragt i spil i forhold til individuelle og eksistentielle tematikker. De autoritære elementer, fx præstens, kirkens og Guds magt og bedømmelse, er i høj grad fravalgt, mens troen praktiseres som en del af den enkeltes selvudvikling (Andersen & Lüchau, 2011).

Samtidig er den enkeltes vertikale forbindelse til autoriteter i familie, fag og samfund i høj grad reduceret. Det moderne menneske har frigjort sig fra ærke-autoriteter og sine traditionelle rødder, skriver den danske historiker Henrik Jensen (2006) i bogen: „Det faderløse samfund“. Han forklarer, hvordan tiden med vertikal orientering er afløst af en stærk kri-

tik mod det autoritære, mod vertikaliteten. En pligtkultur er erstattet af en rettighedskultur.

Og sammen med de mistede vertikale forbindelser mistes også forbindelsen til forestillingen om en etik, der kan fremstilles uafhængigt af det enkelte menneskes følelser. Den skotske moralfilosof Alasdair MacIntyre beskriver, hvordan det senmoderne menneske udtrykker en karakteristisk emotivisme, hvor den enkeltes følelsesmæssige reaktioner bliver det afgørende kriterium, der adskiller det rigtige fra det forkerte. Vi havner derved i en situation, hvor det principielt er umuligt at foretage objektive adskillelser mellem rigtigt og forkert (Jørgensen, 2002).

I praksis betyder denne emotivisme, at individets følelser vægtes tungere end moralske krav eller ansvar – et fænomen, vi også møder i nyhedsdækningen, eller som vi hver især udlever, når vi insisterer på, at skolelæreren eller pædagogen varetager vores barns følelser højere end omsorgen for egen – eller gruppens udvikling og trivsel.

Man kan sige, at vi har mistet de vertikale forbindelser, der både bragte identitet, selvforståelse, etik og retning til den enkeltes liv. Nu står den enkelte så alene – og må finde svarene i sig selv, i sin egen sjæl.

Og netop den enkeltes ansvar for at finde egne svar vægtlægges allerede i institutionsalderen – og op gennem skolen, hvor ansvaret for egen læring og udvikling synes at være en af de kvaliteter, der prioriteres højest:

Der har inden for de senere år generelt været en udbredelse af pædagogiske arbejds- og aktivitetsformer, hvor det er det enkelte barn, der pålægges ansvaret for egen læring og udvikling: barnet skal skabe sine individuelle 'spor', formulere sine individuelle interesser og nysgerrigheder, lære at ekspliciterer sine egne individuelle følelser, udvikle sin egen individuelle måde at håndtere sine ønsker og valg på, påtage sig ansvar for, hvordan det som individ har sin andel af konflikterne og dermed også for løsningen af konflikten, føre sin personlige og individuelle logbog eller porte folio, formulere sig omkring forventninger til og konkret planlægning af egne individuelle læreprocesser (Kampmann, 2004, p. 527).

I forsøget på at finde indre svar får psykologien en vigtig plads som den videnskab, der kan fortolke sjælens sprog uden brugen af religiøse, ideologi-

ske eller politiske vertikalforbindelser. Med sjælen som centrum er psykologiens metoder til realisering og optimering af det sjælelige eller psykiske potentiale vundet stærkt frem. Psykologien er blevet fortolkningsramme for alskens menneskelige og eksistentielle fænomener, ligesom psykologiens egne begreber og diagnoser er blevet allemandseje (Rose, 1998).

Sjælen, der tidligere var rum for en åndelig forbindelse, er i sig selv blevet katedralen for åndelige oplevelser og eksistentielle svar, og psykologien bliver derved den nye bibel, der anviser, hvordan sjælens sprog skal fortolkes.

Psykologen bliver vejleder for både løsning af problemer, men i lige så høj grad for optimeringen af det gode liv. Positivpsykologien har haft de bedste forudsætninger i en tid med stærk interesse for selvrealisering og har udfoldet sig som en disciplin, der beskæftiger sig med at forstå, udrede og optimere menneskelige styrker og ressourcer. Der er sket en psykologisering af menneskelige fænomener båret af en forståelse, der siger: Find værdierne i dig selv – og brug psykologiens metoder som hjælp.

Et faktum, som få af „sjælens opdagelsesrejsende“ er opmærksomme på, er, at nok rummer psykologien et fantastisk metode- og forståelsesapparat, men, som nævnt i forrige afsnit, rummer den traditionelle psykologien ingen værdier uden for det enkelte individ. Den forholder sig ikke til, hvorvidt det er etisk rigtigt at fordybe sig i en egocentreret livsrejse, eller om effektivitet og mental optimering er ønskværdige kvaliteter. Hvordan skulle den overhovedet kunne det, når den slet ikke forholder sig til spørgsmålet om „værdierne i det gode liv“? I stedet spørger psykologen: „Hvad, føler du selv, er det rigtige?“, og fremviser professionelt sin objektivitet, der ikke kan svare på, hvad den rigtige vej er for dig.

Men det er hårdt arbejde for den enkelte at føle „indad“ for at opdage og skabe værdierne for sit eget liv. Derfor suppleres det indad skuende perspektiv med en anden side af psykologiens metode- og forståelsesapparat, nemlig forskningen. Der er tendens til en individualistisk anvendelse af forskningen som en retnings- og værdiskabende faktor i den enkeltes liv (Brinkmann, Petersen, Holte Kofod & Birk, 2014). Den enkelte tilegner sig viden fra psykologisk forskning og bruger så denne viden til at skabe sig individuelle værdier. Disse værdier er dog stadig individualistisk forankrede. Det bliver den enkeltes eget ansvar at tilegne sig viden på et område og derefter tilpasse sine værdier den viden.

Man kan sige, at udviklingen har medført en mulighed for frigørelse – både fra de religiøse forpligtigelser og fra arbejdets træleri. Men oplevelsen af pligt er ikke sluppet – den har bare forflyttet sig. Fra pligten overfor Gud og næsten, til pligten til selvrealisering, selvoptimering og selvudvikling. Til at finde sin helt egen unikt personlige vej, anvist af sjælens svar, vejledt af psykologiens metoder og uafhængig af andres mening og indvirkning.

Den polske sociolog Zygmunt Bauman pointerer, hvordan menneskets identitetsproblem tidligere lignede pilgrimmens: „Hvordan skal jeg nå hen til målet?“, mens det nutidige menneskes identitetsproblem ligner vagabondens: „Hvor skal jeg gå hen?“ (Frello, 2012).

Målet ligger nemlig ikke i kortene og forestillingen om, at enhver kan vælge mellem et uendeligt antal muligheder er en illusion, der lever i bedste velgående. Mennesket er med andre ord ikke længere undertrykt, nok snarere „indertrykt“.

Men denne søgen indad i eget sind og mavefornemmelser, gerne med selvhjælpsbøger ved hånden, i ønsket om at finde svar på livets store spørgsmål, viser sig gerne at slå fejl. Som psykologiprofessor Svend Brinkmann (2014a) siger: „(...) svaret er ikke inde i dig selv. Der er ikke noget derinde. Kun organer.“

Når dette er sagt, er det naturligvis ikke sådan, at kroppen og sindet intet godt har at sige os. Maven fortæller os tydeligt, når vi er sultne og øjnene, når vi er trætte. Tilsvarende viser vreden os, hvornår vi oplever os uretfærdigt behandlet, og tristheden os, hvor afgørende kærligheden er. Vores krop, følelser og mentalitet rummer mange vigtige oplysninger, men følelserne kan ikke konsulteres som en overmenneskelig guru, der kender livets dybere mening og fremtidens muligheder.

Et hurtigt kig rundt i samfundet viser da også med al tydelighed, at projektet ikke fungerer.

Flere end nogensinde før har psykiske problemer og kan ikke klare arbejdsmarkedet. Selvskade, spiseforstyrrelser, angst, depression og stress rammer mange, og økonomien kan ikke bære at tage sig af og skåne alle disse mennesker. En gigantindustri af psykofarmaka, terapi, coaching mv. skal redde situationen, men synes kun at behandle symptomerne.

Sammen med tabet af de vertikale forbindelser, har også de horisontale forbindelser til fællesskaberne lidt et knæk. Det indadvendte selvudviklingsprojekt har skabt distance til den anden.

Som Bauman siger, betyder disse postmoderne livsstrategier, at de menneskelige relationer fragmenteres, og der skabes en distance til den anden, som bliver et objekt for æstetik – snarere end moralsk evaluering (Frello, 2012).

Psykologiens individualisering har – sammen med de tabte vertikale forbindelser – skabt en dyb ensomhed og en afmagt, når den enkelte opdager, at uden forbindelser mister man den identitet og den selvforståelse, som vokser ud af mødet med den anden. Og så mister man sig selv.

Psykologiprofessor Carsten René Jørgensen (2002) opsummerer præcist situationen:

Psykologiseringen, emotionaliseringen og den evige jagt på autenticitet er udtryk for en ny indadvendthed, hvor det enkeltstående menneske søger en indre hjemstavn efter de store fortællingers sammenbrud og den udbredte desillusionering omkring mulighederne for at opbygge et bæredygtigt fællesskab. Ægthed, følelser og autenticitet kommer til at fungere som kompas for stabil navigeren i en fragmenteret, kaotisk og foranderlig verden (p. 120).

Tredje tværfaglige forhindring mellem psykologien og personalismen er altså psykologiens søgen efter eksistentielle svar i det enkelte individ. I en tid, hvor både vertikale og horisontale forbindelser er stærkt reduceret, forsøger mennesker at finde svar i sig selv – ved hjælp af psykologiens metoder. Som modsætning til denne tilgang finder personalismen eksistentielle svar uden for det enkelte menneske. I filosofien, teologien, i historien – og i særdeleshed i relationer og værdier.

Løsning: En psykologi med relationelle værdier og relationelle svar

Der er behov for at nyfortolke psykologien. Psykologien rummer fantastiske muligheder for at forklare fænomener og anvise meningsfulde retninger, når den bringes ind i et univers, hvor der er mod til en eksplicit stillingtagen til det gode og meningsfulde fælles liv. Hvor værdimæssige og etiske overvejelser ses som en forpligtigelse snarere end som et symptom på manglende objektiv og psykologfaglig professionalisme.

Derfor giver det mening for os at beskrive en psykologi, der funderer sig i en relationel udviklingsforståelse og en personalistisk værdiorientering.

Samtidig kan vi allerede nu sige, at vi nok kan støde nogen ved at adskille os fra den traditionelle psykologiske relativitet og værditomme objektivitet:

- Vi præsenterer en værdibåret psykologi.
- Vi mener, at det gode liv funderer sig i visse almenmenneskelige og naturlige dimensioner, der rækker ud over den enkeltes individuelle følelser og oplevelser.
- Vi tror på, at fællesskabet må funderes på eksplicite etiske mål, der navigerer og giver retning til den enkeltes livsbane.
- Vi funderer perspektiverne i et relationelt menneskesyn.

Bogen funderer sig på det personalistiske menneskesyn, og kapitlerne er struktureret efter de tre nøgleværdier i personalismen, således at der først er fokus på menneskets *relationelle* konstitution, dernæst på menneskets *engagement* og til sidst på menneskets *værdighed*.



PERSONALISME OG PSYKOLOGI: TRE FORHINDRINGER OG ÉN LØSNING

En relationelt og værdimæssigt funderet psykologi, udfoldet ud fra det personalistiske menneskesyn, vil i denne bog udfordre tre forhindringer:

1. Psykologiens individualistiske rodnet
2. En videnskab uden værdier
3. Eksistentielle svar findes ikke i det enkelte individ

Vi adskiller os fra den traditionelle psykologiske relativitet og værditomme objektivitet:

- Vi præsenterer en værdibåret psykologi.
- Vi mener, at det gode liv funderer sig i visse almenmenneskelige og naturlige dimensioner, der rækker ud over den enkeltes individuelle følelser og oplevelser.
- Vi tror på, at fællesskabet må funderes på eksplicite etiske mål, der navigerer og giver retning til den enkeltes livsbane.
- Vi funderer perspektiverne i et relationelt menneskesyn.

Det relationelle menneske

Mennesket lever i relationer, udvikles gennem relationer og dannes i kraft af relationer. Selvom vi så nemt glemmer det, er relationerne nøglen til et meningsfuldt og sundt liv. Derfor er det også helt afgørende, at vi gives og giver hinanden muligheden for at deltage i livgivende fællesskaber.

Et af de mest omfattende psykologiske studier i historien har gennem 75 år undersøgt 724 amerikaneres liv for at finde opskriften på „det gode liv“. Studiet blev udført af Harvard Medical School og blev påbegyndt helt tilbage i 1938, hvor der blev udvalgt 724 teenagedrenge. Halvdelen skulle til at påbegynde en uddannelse på Harvard, mens den anden halvdel kom fra et meget fattigt slumkvarter i Boston.

Ved studiets start blev drengene spurgt, hvordan de kunne opnå et lykkeligt liv. En stor del svarede, at rigdom og berømmelse var vejen til et lykkeligt liv – et svar, de fleste mennesker gentager, når man stiller det samme spørgsmål i dag.

De kunne dog ikke have taget mere fejl.

Studiet viser klart og tydeligt, at opskriften på det lange og lykkelige liv utvetydigt er gode relationer. Projektlederen Robert Waldinger konstaterer afklaret, at „gode relationer holder os i live, mens ensomhed slår os ihjel“ og årsagen er, at ensomheden er giftig. Mennesker, der lever isoleret fra andre, er mindre lykkelige, ligesom deres overordnede sundhed og hjernefunktion forringes hurtigere. Disse mennesker lever dertil et kortere liv (Waldinger, 2016).

Hvad er baggrunden for, at mennesket kan karakteriseres som relationelt? Hvorfor er relationerne altafgørende for både den psykiske og den fysiske sundhed og trivsel?

De fleste kan – ud fra egne erfaringer – konstatere, at gode relationer er vigtige for et menneskes trivsel og livskvalitet. Dertil, at et menneskebarn naturligvis både skabes i en relation og er afhængig af relationer til omsorgsgivere gennem en del år.

I dette kapitel vil vi forklare, hvorfor menneskets relationer kan beskrives som langt mere end blot kilden til gode fælles oplevelser og midlet til barnets overlevelse og opdragelse. Relationer er kernen i menneskets konstitution. De er drivkraften til udvikling, muligheden for læring og essensen i oplevelsen af trivsel.

Relationer er menneskets element, og hvert eneste menneskelige møde skriver sig ind i kroppens celler, sjælens minder og fremtidens muligheder (Ritchie, 2010). ”

Vi vil først se på den relationelle udvikling fra et biologisk og neuropsykologisk perspektiv, for derefter at bevæge os videre over i eksistens-, kultur- og relationspsykologiske betragtninger.



Om forfatterne



Else Marie Bech er autoriseret psykolog og har medvirket til at skrive en mængde bøger, artikler og kronikker, der alle handler om relations- og udviklingspsykologi. Hun har dertil været fagredaktør på antologien „Professionel kærlighed“ (2014), hvor en række førende fagfolk præsenterer forskellige tilgange til temaet: Følelser i det professionelle arbejde.

Hun arbejder til daglig i Institut for Relationspsykologi, hvor hun har klienter i terapi og deltager i Institutets kommunikationsarbejde. Else er optaget af relationernes betydning for menneskers trivsel, udvikling og læring – et tema, der lægger fundamentet for hendes arbejde med både terapi og kommunikation.

Else er gift og mor til tre skønne piger. Hun bor i et hus, hvor tre generationer er samlet – og nyder det nære samvær med familien.



Dorte Toudal Viftrup er autoriseret psykolog, ph.d. og ansat som forsker (postdoc) ved Forskningsenheden for Almen Praksis på Syddansk Universitet. Hun er en del af Nordisk Netværk for Forskning i Tro og Helbred (www.faith-health.org), som er ledende indenfor udvikling og optimering af eksistentiel omsorg i Norden. I hendes forskning er hun særligt optaget af meningskabelse, åndelig-eksistentiel omsorg og relationel sundhedspsykologi.

Dorte er optaget af relationer som eksistentielt fænomen og personalismens værdi- og menneskesyn, og hvordan disse udfordrer samfund, forskning, psykologi og det enkelte menneskes livsverden og livsførsel. Hun mener, at målet med både forskning og psykologisk terapi er at forbedre livsbetingelserne for det enkelte menneske og for fællesskabet. Dette bør gøres med udgangspunkt i personalismens betoning af menneskers relationer, værdighed og engagement. Hun samarbejder med Institut for Relationspsykologi og andre forskere for at skabe viden om psykologiens møde med personalismens menneskesyn samt de praktiske implikationer

af dette møde. Dorte er tilknyttet Institut for Relationspsykologi som foredragsholder, underviser og klinisk psykolog.



Finn Godrim har en baggrund som folkeskolelærer og er i dag autoriseret psykolog samt godkendt som specialist og supervisor i klinisk psykologi.

Inden Finn i 2001 startede som privatpraktiserende psykolog, var han leder af et PPR kontor og blev her optaget af at udvikle professionelle relationskompetence som et modtræk til en stigende tendens til at diagnosticere og beskrive vanskeligheder som værende iboende det enkelte barn. Som stifter af Institut for Relationspsykologi beskæftiger Finn sig hovedsageligt med supervision og ledelse- og organisationsudvikling ud fra et relations- og ressourcerorienteret udgangspunkt, ligesom han gennem foredrag, bog- og artikelskrivning fortsat forsøger at udvikle og udbrede relationspsykologien.

Privat har Finn for flere år siden fejret sølvbryllup og nyder samvær med familien.



Jonas Norgaard Mortensen har i mange år været engageret i værdidebatten om menneskesyn og samfundsværdier. Han er optaget af relations betydning for eksistens, individ og samfund og har arbejdet med feltet som kommunikationschef i foreningslivet, partisekretær i det politiske og regionsleder i Mellemøsten.

I 2012 udgav Jonas Norgaard Mortensen bogen „Det fælles bedste“, som ud fra personalismens radikale betoning af menneskers relationer, værdighed og engagement kalder til en kulturrevolution mod systemstyring, vækst-fetish og væren-sig-selv-nok mentaliteten. Bogen er siden udkommet i flere oplag og på engelsk som „The Common Good“.

I 2015 udgav Jonas antologierne „Det personlige samfund. Personalis-

me i praksis“ og „Det relationelle menneske. Personalisme i perspektiv“, hvor en række førende fagfolk giver deres bud på, hvilke praksisser og perspektiver personalismens beskrivelse af mennesket giver for relationel velfærd.

I 2017 udgav Jonas bogen „Personalismens idéhistorie. En akademisk undersøgelse“ samt skrev forord til genudgivelsen af K.E. Løgstrups „Tanke og Handling skal være Eet. Personalismen i Frankrig“ sammen med Tænketanken Cura.

Jonas er i dag en aktiv foredragsholder, arbejder både nationalt og internationalt med personalisme og er direktør for Institut for Relationspsykologi.



Annette Groot er autoriseret psykolog med godkendelse som specialist i klinisk psykologi og supervisor. Hun har siden studiet været optaget af et psykodynamisk og et humanistisk ståsted for professionelle i arbejdet med andre mennesker.

Annettes passion for at udvikle og styrke professionelle relationskompetence startede, da hun som læreruddannet konsulent inden for specialområdet erfarede, at pædagogikken ofte tager afsæt i en behavioristisk tilgang, hvor den anden bliver betragtet ud fra et individualistisk og diagnostisk fokus. De vigtige relationer bliver ofte overset, og derfor blev Annette optaget af, sammen med de professionelle, at skabe et relationelt fundament i samarbejdet med børn, unge og deres forældre.

Annette har siden 2002 arbejdet som selvstændig psykolog, hvor professionelle relationskompetence og ressourcefokus har været i fokus, både i foredrag, efteruddannelsesforløb og supervisionsforløb for forskellige faggrupper.

Annette arbejder også med terapi og har mangeårig terapeutisk erfaring ud fra en psykoterapeutisk forståelsesramme, hvor essensen er mødet mellem klient og terapeut – en dyb interpersonel kontakt, hvori forandring og udvikling sker.

Navneregister

Alasdair MacIntyre, p. 27
Albert Ellis, p. 21
Alenka Zupancic, p. 67
Anne-Lise Løvlie Schibbye, pp. 86, 88
Annette Groot, pp. 12, 14
Aristoteles, pp. 19, 20
Berit Bae, p. 86
C. G. Jung, pp. 123, 124
C. S. Lewis, pp. 55, 56, 120, 123
Carsten René Jørgensen, p. 22, 27, 30
Christopher Hood, p. 100
Christopher Lasch, p. 53
Colin Kirkwood, p. 87
Craig Haney, pp. 109, 110
Curtis Banks, pp. 109, 110
Daniel Stern, p. 42
Desmond Tutu, p. 12
Donald Alan Schön, p. 94
Donald D. Winnicott, p. 22
Dorte Toudal Viftrup, p. 14
Edward E. Sampson, p. 82
Else Marie Bech, pp. 11, 12, 14
Emmanuel Levinas, pp. 11, 108, 111
Emmanuel Mounier, pp. 42, 44, 47, 64
Finn Godrim, pp. 11, 12, 14
Gabrel Marcel, pp. 42, 44, 47
George Herbert Mead, p. 92
Hannah Arendt, p. 72
Henrik Jensen, p. 26
Irvin Yalom, pp. 119, 126
J. B. L. Knox, p. 43
J. F. Herbart, p. 24, 25
Jakob Skov, p. 98

Jean Paul Sartre, pp. 43, 112, 126
Jean Piaget, p. 22, 23
Johann Hari, pp. 49, 50
Johann wolfgang von Goethe, p. 92
Johannes Sløk, p. 129
John B. Watson, p. 21
Jonas Norgaard Mortensen, pp. 11, 13, 14
Jørgen Beckmann, p. 70
Kari Martinsen, pp. 77, 78, 81, 118
Karsten Hundeide, p. 76
Kenneth Gergen, p. 41, 42, 107, 108
Knud Ejler Løgstrup, pp. 25, 40, 56, 57, 61, 70, 71, 78, 81, 82, 129
Lev Semonovitj Vygotskij, p. 92
Lille Albert, p. 21
Louise Klinge, p. 97
Martin Buber, pp. 11, 42, 47, 52
Martin Heidegger, pp. 112, 123
Martin Luther King, p. 12
Nadja Pass, p. 69
Narcissus, p. 54
Nietzsche, p. 124
Nikolas Rose, p. 23
Per Schultz Jørgensen, p. 45
Peter Kemp, p. 123
Philip George Zimbardo, pp. 109, 110, 111, 113
Platon, p. 20
Robert Waldinger, p. 35
Rosalie Rayner, p. 21
Rudolf Otto, p. 123
Ruth Dixon, p. 100
Sigmund Freud, p. 47
Stanley Milgram, p. 74
Svend Brinkmann, pp. 29, 39, 40, 55, 56, 64, 106, 118, 119
Søren Hertz, p. 48
Søren Kierkegaard, pp. 40, 93, 112, 114, 115, 116, 118, 119

Thor Nørretranders, p. 75
Victor Frankl, pp. 92, 124, 125
Wilhelm Wundt, p. 20
William James, p. 80
Zygmunt Bauman, pp. 29, 30
Aaron T. Beck, p. 21

Begrebsregister

Adfærd, pp. 20, 21, 23, 48, 52, 53, 55, 61, 65, 71, 73, 76, 83, 92, 95, 98, 109, 110, 111, 113, 114, 119, 137
ADHD, p. 23
Affektiv, p. 85
Africanisering, pp. 64, 71, 109
Afpersonalisering, pp. 61, 63, 64, 69, 71, 72, 90, 107, 108, 109, 111, 113, 114, 122, 124, 125
Aktualisering, p. 70
Alzheimers, p. 39
Anerkendelse, pp. 54, 72, 84, 86, 88, 89, 90, 99, 105
Anerkendelsesbegreb, pp. 86, 88, 116
Anerkendende, pp. 13, 84, 86, 87, 90
Angst, pp. 21, 23, 29, 48, 112, 126
Angstfyldt, p. 97
Antisociale, pp. 109, 110
Antologien, pp. 11, 13, 14, 69, 75
Arbejdsprocesser, p. 97
Arenaer, pp. 42, 108
Arveanlæg, p. 22
Automatiske tanker, p. 21
Barndomsrelationer, p. 117
Behaviorisme, pp. 20, 21
Bevidsthed, pp. 13, 45, 86, 84, 89, 92, 93, 96, 112, 118, 119, 122, 123, 130
Bevidsthedsmæssige, p. 131

Biologi, pp. 39, 52, 75
 Biologisk, pp. 20, 23, 35, 39, 75, 77, 79, 101, 138
 Biomoralitet, p. 67
 Bureautisering, p. 63
 Byråd, p. 62
 Coaching, p. 29
 Cura Personalis, p. 105
 Dehumanisering, pp. 109, 110, 111
 Deindividualisering, p. 110
 Del-identiteter, p. 42
 Demokratiet, p. 62
 Depression, pp. 21, 23, 29, 39, 48, 66, 97
 Devalueres, p. 106
 Diagnoser, p. 28
 Diagnosticering, pp. 24, 47, 48
 Digitalisering, p. 63
 Diskriminering, p. 109
 Egengruppen, p. 109
 Egenskaber, pp. 37, 38, 41, 79, 80, 82, 111, 115, 123
 Egocentreret, pp. 28, 75, 82
 Eksistensfilosofien, p. 112
 Eksistentielle, pp. 14, 20, 26, 28, 30, 32, 67, 90, 106, 108, 112, 115, 119, 120, 124, 126, 127, 128, 129, 132, 138, 139
 Elske, pp. 47, 70, 105, 115, 116, 119, 125
 Elskede, pp. 55, 119, 125
 Elskelig, pp. 93, 115
 Elsker, pp. 55, 115, 119
 Elsket, pp. 93, 125
 Emotionaliseringen, p. 30
 Emotionelle, pp. 38, 87, 109, 111
 Emotioner, p. 48
 Emotivisme, p. 27
 Empati, pp. 45, 61, 75, 76, 77, 78, 79, 82, 138
 Empatisk, pp. 76, 77, 85, 98, 101
 Engagement, pp. 31, 46, 49, 59, 61, 62, 63, 64, 66, 68, 69, 75, 80, 82, 97, 98, 99, 101, 111, 113, 122, 137, 138
 Engagere, pp. 11, 12, 25, 56, 59, 61, 62, 63, 64, 67, 68, 71, 75, 79, 81, 87, 97, 98, 99, 101, 125, 137
 Erfaringsdannelse, p. 38
 Erkendelsesteori, p. 25
 Etik, pp. 20, 25, 27, 57
 Etisk, pp. 28, 31, 32, 40, 73, 78, 101, 119, 137, 138
 Evolutionære, p. 77
 Faseteorier, p. 22
 Filosofi, pp. 20, 25, 30, 40, 43, 57, 61, 115, 123
 Filosofisk, pp. 12, 20, 40, 57, 95, 112, 122, 139
 Forandringsparat, p. 38
 Forbrugersamfundet, pp. 39, 64, 101
 Fortolkningsramme, pp. 28, 49
 Fremmedgrupper, p. 110
 Fremmedgørelse, p. 52
 Frigørelse, pp. 29, 53
 Fysik, p. 20
 Fællesoplevelserne, pp. 44
 Fællesskab, pp. 12, 13, 26, 29, 30, 31, 32, 33, 36, 45, 46, 48, 50, 61, 62, 65, 66, 67, 68, 69, 75, 79, 80, 81, 83, 86, 97, 98, 99, 101, 105, 113, 132, 138
 Følelser, pp. 21, 27, 29, 30, 31, 32, 65, 70, 75, 77, 85, 86, 87, 88, 89, 90, 91, 93, 94, 97, 115, 116, 117, 118, 119, 120, 121, 131, 132, 137, 138
 Følelsesmoralitet, p. 67
 Følelsesmæssig, pp. 27, 38, 70, 78, 87, 116, 117, 118, 123, 129, 131, 132
 Følelsesregulering, p. 21
 Genetiske, p. 37
 Globalisering, p. 63
 Gruppeidentiteter, p. 109
 Gruppepres, p. 109
 Gud, pp. 26, 29, 122, 126
 Guddommelige, p. 26

Hjerneceller, p. 77
 Idealistisk, pp. 92, 121
 Identificere, pp. 41, 73, 109, 111, 117
 Identifikation, pp. 41, 85, 108, 109, 110
 Identitet, pp. 27, 30, 39, 40, 41, 42, 46, 52, 54, 55, 71, 80, 87, 92, 101, 107, 108, 112, 117, 125
 Identiteter, pp. 23, 42
 Identitetsproblem, p. 29
 Identitetskabende, p. 54
 Ideologisk, pp. 24, 40, 120
 Individ, pp. 20, 27, 28, 30, 32, 43, 48, 53, 107, 108, 112, 119, 120, 137
 Individer, pp. 23, 46, 51, 53, 70
 Individet, pp. 27, 36, 74, 79, 84, 86, 103, 106, 111, 113, 119, 120, 126, 127, 138
 Individualisering, pp. 23, 26, 30, 53, 121
 Individualisme, pp. 52, 69, 79, 120
 Individualistisk, pp. 11, 12, 13, 19, 22, 23, 24, 26, 28, 32, 43, 48, 52, 53, 56, 67, 70, 79, 137
 Individualitet, p. 79
 Individuel, pp. 24, 70, 71, 79
 Individuelle, pp. 12, 22, 23, 24, 26, 27, 28, 31, 43, 49, 62, 105, 107, 110, 112, 119, 132
 Individuelt, pp. 23, 87, 95, 112, 119
 Industrialismens, p. 20
 Industrisamfund, p. 98
 Intention, pp. 113, 121
 Intentionelle, p. 37
 Intentioner, p. 92
 Interpersonelle, pp. 82, 86, 90
 Intersubjektivitet, p. 85
 Intimitetszone, p. 76
 Intrapsykiske, p. 42
 Introspektion, p. 39
 Iversyge, p. 99
 Karaktertræk, pp. 23, 53
 Kategorisering, pp. 53, 109
 Kognitioner, p. 21
 Kognitive adfærdspsykologi, p. 21
 Kognitive psykologi, p. 21
 Kognitive, pp. 36, 38
 Kognitivt, p. 23
 Kollektiv, pp. 12, 41, 52, 107
 Kommercialisering, p. 63
 Kommunikation, pp. 38, 46, 86, 98, 129, 130
 Kommunikationsprocesser, p. 131
 Kommunikative, p. 37
 Kompetence, pp. 36, 38, 39, 85, 96, 97, 99
 Kompetenceudvikling, p. 40
 Komplexitet, pp. 44, 46
 Konformitet, pp. 73, 109
 Konkurrencesamfund, pp. 68, 127
 Konkurrencestat, p. 67
 Kontakt, p. 46
 Kontinuitet, p. 46
 Kreative, pp. 62, 97
 Kreativitet, pp. 62, 95, 97
 Kristendommen, p. 26
 Kultur, pp. 17, 19, 23, 35, 36, 39, 40, 52, 53, 54, 55, 83, 92, 129, 131
 Kulturelle, pp. 19, 37, 55, 68, 105, 117
 Kærlighed, pp. 54, 115, 116, 117, 118, 119, 120, 125, 137
 Kærligheden, pp. 29, 54, 61, 77, 115, 116, 118, 121, 125, 138
 Kærlighedsdefinition, p. 118
 Kærlighedsfordring, p. 119
 Kærlighedsforståelse, pp. 114, 119
 Kærlighedsfølelsen, p. 117
 Kærlighedstænkning, p. 116
 Liberalismen, p. 12
 Livskrise, pp. 44, 128
 Livskvalitet, pp. 35, 75
 Livsperioder, p. 44

Livssituation, pp. 73, 105
 Livsstrategier, p. 30
 Livsværdier, pp. 26, 112
 Livsytring, pp. 78, 79, 81
 Logik, p. 20
 Logisk, pp. 20, 117
 Logos, p. 19
 Lydighed, p. 74
 Lykeion, p. 20
 Læring, pp. 27, 35, 36, 40, 45, 65, 68, 70, 80, 84, 85, 93, 95, 96, 97, 138
 Læringsmulighederne, p. 36
 Magt, pp. 26, 9154, 63, 78, 91, 109, 110, 114, 125, 129
 Magtforhold, p. 46
 Magtfulde, p. 26
 Magtmisbrug, p. 46
 Magtposition, p. 129
 Materialisme, p. 43
 Medfølelse, pp. 77, 78, 116
 Medicin, p. 24
 Menneskelighed, pp. 56, 71, 72
 Mentaliseringsdiskurs, p. 101
 Mentaliseringsevne, pp. 85, 87
 Mentalitet, pp. 29, 39
 Metafysik, p. 43
 Metarefleksiv, pp. 124, 135
 Metodebegreber, p. 77
 Metoder, pp. 19, 21, 28, 29, 96, 25, 28, 29, 39, 40, 53, 86, 93, 96
 Mistrivsel, pp. 44, 47, 48, 54, 61, 64, 71, 137, 138
 Moral, pp. 24, 57, 67, 78, 110
 Moralsk, pp. 27, 30, 40, 63, 66, 67, 69, 73, 78, 79, 80, 81, 82, 83, 106, 114, 118, 119, 125, 129
 Motivation, pp. 37, 52, 68, 73, 97
 Motiveret, pp. 48, 65, 97, 118, 119
 Motoriske, p. 38
 Narcissistiske, pp. 53, 54, 117, 137
 Natur, pp. 62, 71, 75, 78, 79, 105, 121, 122, 124, 128
 Naturvidenskabelig, pp. 24, 25
 Nerveceller, p. 38
 Neurobiologiske, p. 38
 Neurologisk, pp. 38, 39, 76, 93, 97, 130, 137
 Neuropsykologisk, p. 35
 New Public Management, p. 100
 Omsorgsadfærd, p. 116
 Omsorgsarbejde, p. 118
 Omsorgsgivere, p. 35
 Omsorgspersoner, pp. 22, 37
 Omstillingsparat, p. 48
 Ondskab, pp. 72, 73, 109, 111
 Ondskabsfuld, pp. 73, 111
 Ontologi, p. 75
 Ontologiske, p. 113
 Paradigmeskift, p. 37
 Perception, p. 53
 Perceptuelle, p. 38
 Person, pp. 41, 42, 43, 47, 56, 73, 88, 99, 105, 106, 107, 108, 115, 116, 130
 Personalismen, pp. 11, 12, 13, 14, 24, 25, 26, 30, 31, 56, 61, 62, 63, 80, 81, 105, 106, 121, 126
 Personalismens menneskesyn, pp. 12, 14, 19, 105, 108, 121
 Personalistisk definition, p. 48
 Personalistisk forståelse, p. 48
 Personalistisk menneskesyn, pp. 19, 86, 87, 121
 Personalistisk optik, p. 125
 Personalistisk tradition, p. 42
 Personalistisk værdiorientering, p. 31
 Personalistiske forståelse, pp. 79, 80
 Personalistiske menneskesyn, pp. 11, 31, 32, 89, 111, 113, 121
 Personalistiske perspektiver, p. 14
 Personalistiske principper, p. 24

Personalistiske tilgang, p. 15
Personalistiske tænkere, pp. 42, 47, 122
Personalistiske tænkning, pp. 11, 61
Personalistiske værdier, p. 24
Personen, pp. 42, 43, 47, 65, 70, 76, 78, 80, 95
Personer, pp. 11, 22, 23, 36, 37, 52, 53, 62, 71, 72, 74, 76, 83, 87, 101, 131
Personlighed, pp. 42, 47, 54, 59, 61, 62, 67, 80, 87, 101, 127, 137
Personlighedsmæssige, p. 37
Personlighedsstyrede, p. 55
Personlighedstræk, pp. 52, 55, 109, 110
Personskaber, p. 47
Pligtkultur, p. 27
Politik, p. 20
Politiske, pp. 28, 107, 127
Positivpsykologien, p. 28
Postmoderne, p. 30
Potentiale, pp. 12, 28, 36, 62, 67, 69, 81, 84, 91, 105
Prosociale, pp. 61, 80, 81, 82, 83, 101
Psyché, pp. 19, 20
Psyke, pp. 19, 21, 24, 124
Psykisk, pp. 11, 20, 22, 24, 28, 29, 35, 47, 48, 49, 70, 75, 82, 107, 110, 127, 128, 137
Psykoanalyse, p. 22
Psykofarmaka, p. 29
Psykologi, pp. 11, 13, 14, 15, 17, 19, 20, 21, 22, 23, 24, 25, 27, 28, 29, 30, 31, 32, 39, 40, 42, 47, 56, 62, 79, 80, 81, 82, 83, 86, 106, 107, 108, 111, 112, 113, 114, 115, 119, 120, 121, 122, 123, 124, 126, 127, 137, 139
Psykologisering, p. 23, 30
Psykologiske, pp. 12, 14, 21, 23, 31, 32, 35, 45, 97, 106, 107, 108, 109, 113, 117, 123, 124, 137, 139
Pædagogikken, p. 25
Pædagogisk, pp. 23, 84, 86, 93, 95, 96, 118
Quiet Rage, p. 111

Refleksion, pp. 19, 20, 81, 84, 85, 86, 94, 95, 101, 105, 115, 119
Reflektere, pp. 13, 53, 73, 78, 85, 89, 92, 95, 96, 105
Reflekteret, pp. 73, 79, 84
Relation, pp. 11, 19, 35, 4546, 64, 65, 87, 88, 91, 99, 106, 113, 116, 120, 121, 122
Relationel, pp. 13, 14, 19, 31, 36, 39, 41, 42, 45, 46, 49, 66, 70, 81, 83, 84, 86, 95, 96, 105, 106, 107, 108, 111, 113, 114, 120, 121, 122, 127, 137, 138, 139
Relationelle menneskesyn, pp. 11, 42, 95, 96, 113
Relationelle psykologi, pp. 12, 14, 15, 19, 56, 62, 79, 80, 121, 139
Relationelle, pp. 12, 13, 14, 17, 19, 22, 24, 31, 32, 33, 35, 36, 38, 39, 42, 44, 45, 46, 47, 48, 49, 52, 53, 54, 62, 63, 64, 66, 67, 70, 75, 77, 79, 80, 82, 83, 84, 85, 86, 87, 89, 91, 93, 95, 96, 97, 107, 108, 111, 113, 120, 125, 131, 137, 138, 139
Relationer, pp. 13, 22, 30, 33, 35, 36, 37, 38, 40, 43, 45, 46, 47, 48, 49, 50, 51, 52, 54, 55, 61, 62, 63, 64, 65, 69, 75, 77, 79, 80, 81, 83, 84, 86, 87, 88, 89, 91, 92, 93, 94, 95, 101, 117, 125, 127, 138, 139
Relationeres, p. 43
Relationerne, pp. 15, 33, 35, 45, 46, 48, 66, 101, 127, 137
Relationsdannelse, p. 45
Relationsdisponible, p. 43
Relationserfaringer, p. 38
Relationsevne, p. 14
Relationskompetence, pp. 85, 96
Relationspsykologi, pp. 12, 13, 40, 79, 81, 83, 84, 85, 93, 96, 127
Relationspsykologisk, pp. 35, 42, 79, 84, 86, 97, 107, 108, 117
Relationsensitive, p. 43
Religionsfænomenologien, p. 123
Religiøse, pp. 20, 24, 27, 29, 66, 105, 122, 123, 124, 128, 129
Respons, p. 20
Ressourcefokus, pp. 84, 91, 93
Ressourceorienteret, pp. 93, 97
Ressourcer, pp. 28, 39, 82, 92, 94, 105
Retorik, pp. 20, 106, 107
Retrospektiv, p. 94

Rettighedskultur, p. 27
Sameksistens, p. 63
Samfund, pp. 11, 26, 40, 43, 47, 48, 53, 61, 62, 63, 64, 69, 92, 100, 101, 103, 106, 111
Samfundet pp. 12, 29, 37, 39, 40, 56, 62, 64, 65, 66, 67, 68, 73, 82, 83, 103, 105, 106, 107, 109, 113, 121, 132, 137, 138
Samskabelser, p. 133
Samskabelsesprocesser, p. 44
Samskabende, p. 68
Samskabt, p. 61
Samskabte, p. 44
Selvafgrænse, p. 87
Selvafgrænsning, pp. 86, 87, 88, 89
Selvbestemmelse, pp. 97, 105
Selvet, pp. 22, 40, 55, 80, 88
Selvfornemmelse, p. 40
Selvforståelse, pp. 21, 27, 30, 44, 52, 53, 80, 84, 90, 99
Selvfølelse, p. 54
Selvhad, p. 49
Selvlærende, p. 48
Selvopdagelse, p. 39
Selvopfattelse, p. 41
Selvoplevelse, pp. 41, 52, 55, 84, 87, 92, 107, 117
Selvoptimering, pp. 29, 40, 70
Selvrealisering, pp. 28, 29, 39, 40
Selvrealiseringsideologi, p. 39
Selvrefleksion, p. 87
Selvskade, p. 29
Selvudviklende, p. 40
Selvudvikling, pp. 26, 29, 40, 52
Selvudviklingsprojekt, p. 30
Senmoderne, pp. 27, 53
Sind, pp. 23, 29, 80, 105
Sjæl, pp. 19, 20, 27, 80
Sjælelige, pp. 19, 20, 26, 28

Sjæleliv, p. 25
Sjælen, pp. 19, 20, 24, 26, 27, 28, 35, 105, 132
Sjælsniveau, p. 20
Skizofreni p. 66
Sociale, pp. 11, 22, 36, 37, 38, 39, 42, 45, 50, 51, 53, 61, 72, 80, 81, 82, 92, 108, 113, 117, 129
Socialiseringsproces, p. 37
Socialismen, p. 12
Socialkonstruktionistiske, p. 107
Socialkonstruktivistiske, p. 80
Socialpsykologi, pp. 74, 109, 110, 111
Socialt, pp. 37, 39, 42, 46, 66
Spejlneuroner, pp. 75, 76
Spiseforstyrrelser, p. 29
Stanford Prison Experiment, pp. 108, 110, 112
Stimuli, p. 21
Stimulus, p. 20
Stress, pp. 21, 23, 29, 48, 97, 99
Styringsmekanismer, p. 43
Supramening, pp. 124, 127
Sympati, p. 117
Tankemønstre, p. 21
Teknologi, pp. 20, 43
Teologi, pp. 26, 30, 115
Teoretisk, pp. 13, 14, 95
Teori, pp. 15, 46, 80, 84, 86, 92, 95, 96, 124, 125
Teoriforståelser, p. 96
Terapi, pp. 12, 14, 24, 29, 126
Tilknytning, pp. 49, 50, 51, 79, 117, 137
Tilknytningsalternativer, p. 51
Tilknytningspsykologien, p. 117
Trivsel, pp. 24, 27, 35, 45, 47, 49, 52, 56, 62, 70, 75, 77, 80, 83, 84, 85, 93, 97, 101, 127, 128
Udviklende, pp. 13, 38, 43, 47, 49, 66, 75, 90, 94, 95, 96

Udvikling, pp. 19, 20, 22, 24, 27, 29, 35, 36, 37, 38, 39, 40, 42, 44, 45,
47, 49, 52, 53, 61, 70, 77, 80, 83, 84, 85, 86, 88, 92, 93, 95, 96, 97,
98, 99, 101, 111, 137, 138

Udviklingsfaser, p. 37

Udviklingsforståelse, pp. 22, 23, 31, 86, 136

Udviklingsmuligheder, pp. 13, 36

Udviklingsmæssige, p. 39

Udviklingspotentiale, p. 36

Udviklingsproces, pp. 36, 39, 44

Udviklingsprojekter, p. 12

Udviklingspsykologien, pp. 22, 23, 37, 54

Udviklingsteorier, p. 22

Udviklingstrin, p. 37

Udviklingszone, p. 22

Uengagerede, pp. 64, 71

Uetisk, p. 21

Umenneskeliggøre, pp. 71, 101

Umenneskeliggørelse, pp. 69, 109, 138

Uværdig, pp. 105, 133

Valgfrihed, p. 74

Velfærdsstaten, p. 67

Velfærdssystem, p. 67

Velfærdsydelser, p. 67

Videnskabsteoretisk, pp. 14, 83

Videnssamfund, p. 98

Vrede, p. 49

Værdi, pp. 25, 65, 66, 85, 91, 105, 106, 107, 108, 129, 131, 132

Værdibaseret, pp. 17, 61, 111, 112

Værdier, pp. 14, 17, 24, 25, 26, 28, 30, 31, 32, 56, 80, 94, 95, 98, 112,
114, 115, 117, 119, 120, 121, 132, 137, 139

Værdifuldt, p. 42

Værdige, p. 106

Værdighed, pp. 12, 105

Værdigt, p. 11

Værdimæssige, pp. 19, 31

Værdiskabende, p. 28

Værdisystem, p. 24

Zone for intimitet, p. 76

Zonen for nærmeste udvikling, p. 92

Økonomi, pp. 20, 29, 46

Økonomiske, pp. 26, 115, 127

Ånd, pp. 33, 105, 121, 122, 128, 138

Åndelig, pp. 28, 122, 124, 125, 127, 128, 132, 133, 138