



V. Jens Damkjær cand. pæd.
psych./læreruddannelsen VIA University
College, psykolog og tidl. Skoleleder

Dannelsespsykologi i teori og praksis



<https://www.istockphoto.com/search/2/image?phrase=pupils&excludenudity=true&alloweduse=availableforalluses&mediatype=photography>

Program

En skoleleders dilemmaer – starten på arbejdet med dannelsespsykologi og livsstyrke

Psykologisk teori - Dannelsesarbejdere mangler psykologisk viden om børns og unges udvikling – teori og refleksion ud fra LivsstyrkeModellen

Pause

Dannelsespsykologisk arbejde i praksis

Udblik til det videre arbejde



<https://www.istockphoto.com/photo/school-boys-walking-to-school-gm956777766-261243215>

Dannelse – hvad er det?

Dannelse er at overskride sig selv mod det større. En formning af selvet i retning af det almenmenneskelige, og en dannelse af smagen, det vil sige af dømmekraften for det almene

(Lars Geer Hammershøj, Asterix nr. 11, 2003)

Vi begærer det, vi føler, vil gøre os mere hele som mennesker, og afskyer alt det, der truer med det modsatte

(Lars Geer Hammershøj, Dannelse i uddannelsessystemet, Hans Reitzels Forlag 2017,47)

Dannelse handler grundlæggende om at blive menneske i og gennem samfund

(Lars Geer Hammershøj, Dannelse i uddannelsessystemet, Hans Reitzels Forlag 2017,31)

For at et system, et fællesskab eller et menneske kan blive levedygtigt, er det ikke nok, at det er tilpasningsdygtigt - det skal også være bæredygtigt, fordi bæredygtighed handler om at se helheden i både tid og rum, det vil sige at skabe grundlaget for fremtidigt liv

(Belling, Lone med Frandsen, Leif: *Bæredygtig dannelse*. Dafolo, 2017,165)



<https://www.istockphoto.com/photo/portrait-of-happy-lazy-little-girl-covering-head-with-book-and-smiling-to-camera-gm1213375869-352622041>

Dannelsespsykologi – hvad er det?

Dannelsens yderside

En fællesmængde af mentale forståelser, værdier, dyder, sociale leveregler, viden og færdigheder som samfundet ønsker, at den opvoksende generation skal tilegne sig for at udvikle sig til dannede mennesker.

Dannelsens yderside er normativ dvs. værdibaseret, både kontekstbundet, virtuel og global og udtryk for eksplicite og implicite magtforhold i sociale fællesskaber fx love, måder at holde skole på og traditioner.

Dannelsens inderside

Den måde et menneskebarns nervesystem udvikler sig på, og de krav om vitalisering et menneskebarns nervesystem stiller til de relationer, der skal forløse barnets neurale potentiale, så det kan dannes til et helt livsstærkt menneskeligt selv.

Dannelsesbånd

Når en dannelsesarbejder i sin relation til et barn eller ungt menneske kan forbinde dannelsens inderside og yderside på en vitaliserende måde således, at barnet eller den unge opbygger livsstyrke på vej mod at blive et helt menneske, er der tale om et dannelsesbånd.



<https://pixabay.com/da/>

Lov om folkeskolen

§ 18. Stk. 2. Det **påhviler skolelederen at sikre**, at det undervisende personale, der er tilknyttet klassen, planlægger og tilrettelægger undervisningen, så **alle elever udvikler sig fagligt og alsidigt, herunder socialt, og trives i skolens faglige og sociale fællesskaber.**



<https://pixabay.com/da/>

Lov om folkeskolen

§ 45. Stk. 2. Skolelederen leder og fordeler arbejdet mellem skolens ansatte **og træffer alle konkrete beslutninger vedrørende skolens elever.**

Lederens konkrete beslutninger vedrørende skolens elever inden for de mål og rammer og principper, som kommunalbestyrelsen henholdsvis skolebestyrelsen har fastsat, **kan ikke behandles af kommunalbestyrelsen.**

2. pkt. gælder ikke beslutninger truffet efter § 1 c i lov om elevers og studerendes undervisningsmiljø.



<https://pixabay.com/da/>

Det tværprofessionelle samarbejde og støtte til børn og unge

Det tværprofessionelle samarbejde er medvirkende til at **optimere indsatsen for børn og unge med behov for særlig støtte**. Det er derudover vigtigt, at de fagprofessionelle sikrer **inddragelse af barnets og den unges perspektiv**.

Socialstyrelsen [Det tværprofessionelle samarbejde — Vidensportalen på det sociale område](#)



<https://pixabay.com/da/>

Undersøgelsen ”Portræt af elever med særlige behov” er lavet blandt 70.000 elever i 13 kommuner af Nationalt Center for Skoleforskning og offentliggjort i juni 2017.

Undersøgelsen peger på, at **næsten hver fjerde elev i den danske folkeskole mistrives i sådan en grad, at der er behov for særlig støtte til at trives bedre og få mere ud af undervisningen.**

Niels Egelund, Thomas Nordahl, Ole Hansen, Pia Guttorm Andersen og Lars Qvortrup Portræt af elever med særlige behov - Supplerende undervisning og specialundervisning i 13 kommuner. Empirisk skole- og dagtilbudsforskning ncs #1 · 2017, Aarhus Universitetsforlag Nationalt Center for Skoleforskning



<https://pixabay.com/da/>

Vidensrådet for forebyggelse offentliggjorde en stor rapport i november 2020: "Mental sundhed og sygdom hos børn og unge i alderen 10 – 24 år". Denne rapport er den hidtil mest omfattende undersøgelse af, hvordan det ser ud med børns og unges mentale sundhed, mentale helbredsproblemer og psykiske sygdomme.

Rapporten viser en klart stigende mistrivsel på stort set alle parametre. Fx var andelen af **13-årige drenge der i 1984 oplevede at have et godt helbred 48%, mens kun 32% oplevede at have et godt helbred i 2018.**

For pigernes vedkommende oplevede stort set lige så mange som drengene at have et godt helbred med en andel på **47% i 1984, mens kun 24% af de 13-årige piger oplevede at have et godt helbred i 2018.**

<http://www.vidensraad.dk/content/mental-sundhed-og-sygdom-hos-b%C3%B8rn-og-unge-i-alderen-10-24-%C3%A5r-%E2%80%93-forekomst-udvikling-og>



<https://pixabay.com/da/>

Psyriske lidelsers forekomst

Sundhedsstyrelsens forebyggelsespakke "Mental Sundhed" fra 2012 angiver at **ca. 15% af alle børn i undersøgelsen har været i behandling for en psykisk lidelse, inden de fylder 18 år**, og der peges på, at **børn og unge med sociale og mentale problemer oftere har indlæringsproblemer og ofte har sværere ved at gennemføre skolegang og uddannelsesforløb.**

Et senere dansk studie, offentliggjort i JAMA Psychiatry viser i lighed med Sundhedsstyrelsen, at **omkring 15% af danske børn født mellem 1995 og 2016 er blevet diagnosticeret med en psykisk lidelse, før de fylder 18. år**. I alt 41.350 piger (14,5%) og 58.578 drenge (15,5%) har fået diagnosticeret en psykisk lidelse.

- Den hyppigste psykiske lidelse blandt piger var angst: 7,9 procent.
- Den hyppigste psykiske lidelse blandt drenge var ADHD (attention deficit hyperactivity disorder): 5,9 procent.

- <https://sciencenews.dk/da/status-saa-mange-boern-og-unge-i-danmark-faar-stillet-en-psykiatrisk-diagnose>



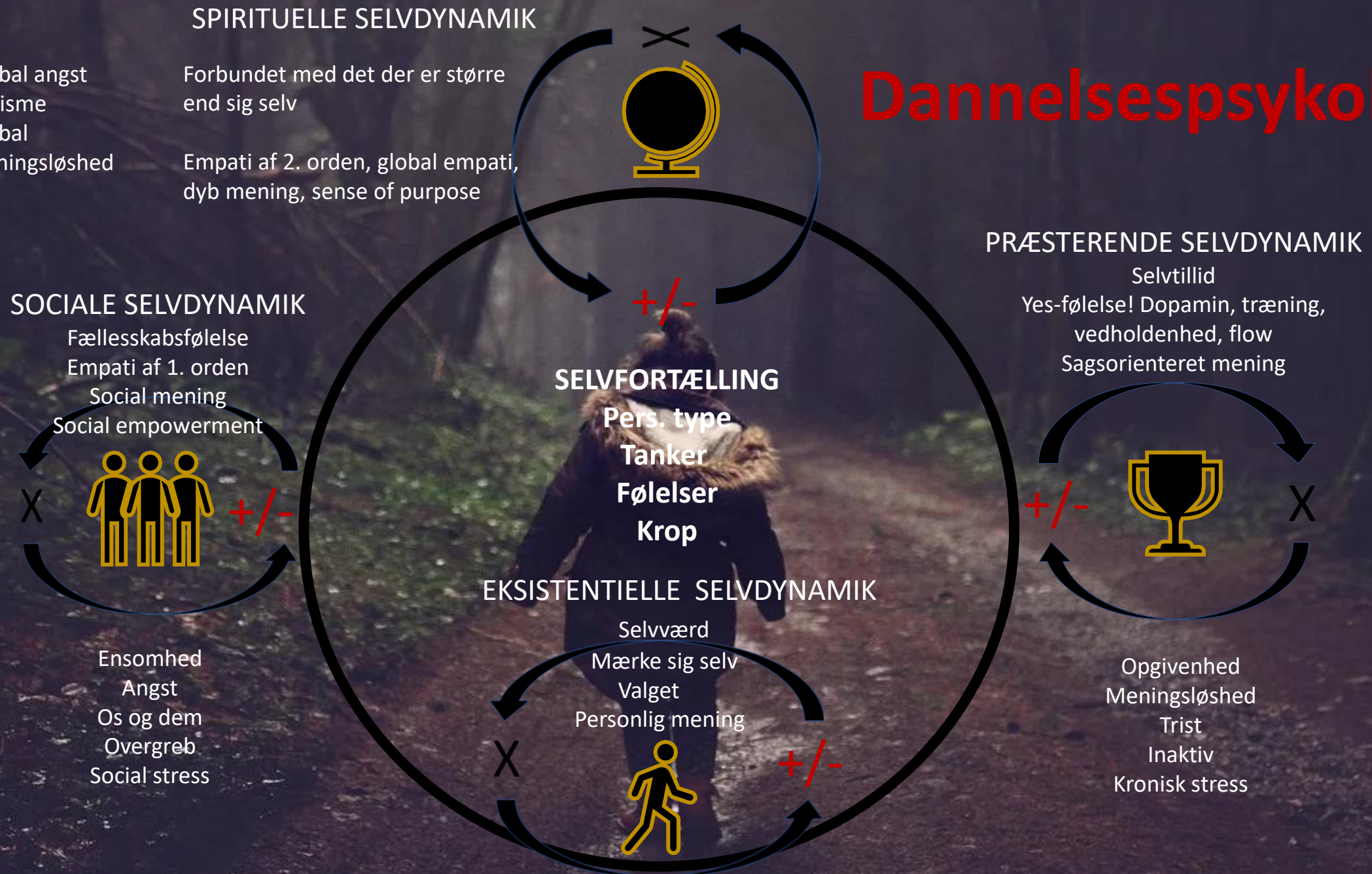
Hvordan danner vi børn og unge til **livsstyrke**?



Begrebet "livsstyrke" betegner det at have tilegnet sig og besidde livskraft og levedygtighed.

<https://ordnet.dk/ods/ordbog?query=livsstyrke>

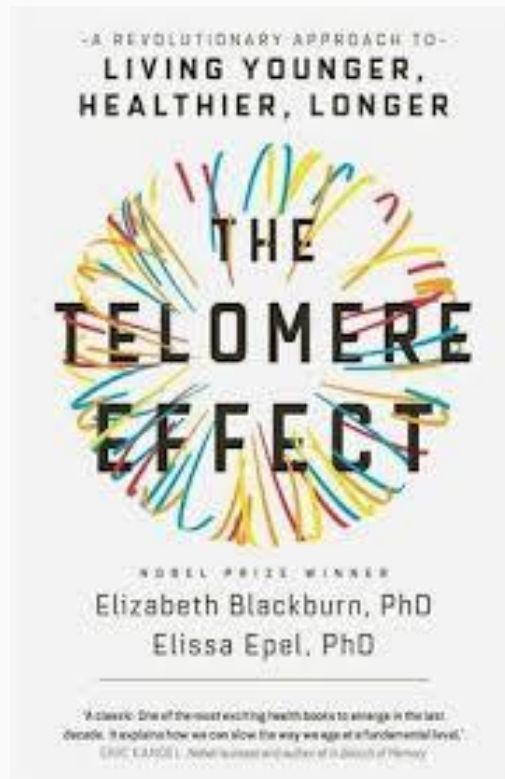
Dannelsespsykologi



Ensomhed, Angst, depression rådvild- og håbløshed, eksistentiel stress



Epigenetik og relationer



Mentale tilstande og negative tankemønstre der tenderer mod at forkorte telomerer (Blackburn 2018,101f):

- Kronisk stress
- Angst
- Depression
- Pessimisme
- "Mind wandering" dvs. det at have svært ved at være tilstede i nuet pga. af afledning af egne tanker og følelser
- Rumination dvs. uproduktive gentagne bekymrede tanker
- Undertrykkelse af uønskede tanker og følelser
- Uvenlig eller fjendtlig indstilling præget af vrede og gentagne tanker om, at man ikke kan have tillid til andre mennesker

SPIRITUELLE SELVDYNAMIK

Forbundet med det der er større end sig selv



SOCIALE SELVDYNAMIK

Fællesskabsfølelse



SELVFORTÆLLING

Følelser

Krop

EKSISTENTIELLE SELVDYNAMIK

Selvverd



PRÆSTERENDE SELVDYNAMIK

Selvtillid



WELL
DONE

Selvtillid



Selvtillid – Teori og forskning

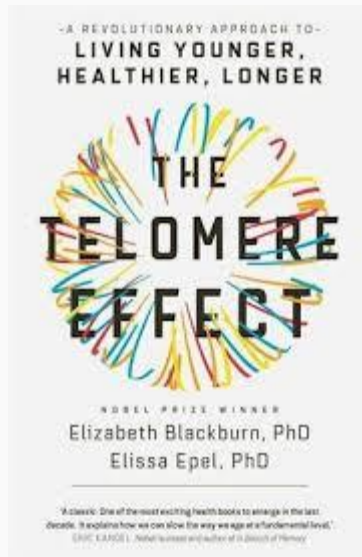
- **"Self-efficacy"** med en henvisning til Albert Banduras* forskning og OECDs anvendelse af begrebet forstået som elevernes tro på egne evner, og **elevernes tro på og særligt forventning om at kunne lykkes** med opgaver eller udfordringer (PISA 2018,167)
- **"Growth mindset"** der beskriver **elevens opfattelse af intelligens, som noget der kan udvikle sig over tid og forøges**, når de rette betingelser er tilstede. Begrebet er udviklet af psykologiprofessor Carol Dweck** og omhandler elevens grundfortællinger om sig selv og sin kapacitet til at lære. Elever med et growth mindset vil nå længere med deres læring og udvikling, end de elever, der tror, at intelligens er mere fastlåst (fixed) mindset (PISA 2018,167)
- **"Gritt" eller "Gnist"** på dansk. **En kombination af vedholdenhed og passion** er en betydende og måske afgørende forskel i forhold til, om vi som mennesker bliver i stand til at udrette noget særligt. (Duckworth, Angela 2017,18: *Gnist*. Gyldendal)
- **Mennesket har et grundlæggende behov for at føle sig kompetent** - (Richard Ryan & Edward Deci: *Self-Determination Theory and the Facilitation of Intrinsic Motivation Social Development and Wellbeing*. American Psychologist, January 2000,78) . (Ravn, Ib 2021,18f: *Selvbestemmelsesteorien*. Hans Reitzels Forlag)
- **"Flow og præstation gennem selvforglemmende aktiviteter"** (Csikszentmihalyi, Mihaly 1992: *Flow. The psychology of happiness*. Rider)

*(Bandura, A. (1990). Perceived self-efficacy in the exercise of personal agency. *Journal of Applied Sport Psychology*, 2(2), 128–163. <https://doi.org/10.1080/10413209008406426>).

**Carol Dweck revisits the "Growth Mindset", September 22, 2015 <https://portal.cornerstonesd.ca/group/yyd5jtk/documents/carol%20dweck%20growth%20mindsets.pdf>



Selvtillid – Teori og forskning



Mentale tilstande og resiliente tankemønstre der tenderer mod at mindske slid, vedligeholde eller opbygge telomerer:

- **Unitasking, dvs. det at gøre én ting ad gangen og fordybe sig**, og ikke gøre flere ting samtidigt. Unitasking er ofte forbundet med positive følelser og en mentalt selvforglemmende måde at være tilstede på, der også forbindes med psykologen Csikszentmihalyis begreb om at være i "flow".

Præsterende Selvdynamik

Selvtillid - Du oplever at lykkes med dine præstationer

Du opbygger livsstyrke i din præsterende selvdynamik gennem den psykiske energikilde, selvtillid, når du:

- oplever at præstere med succes
- glemmer dig selv i aktivitetsfordybelse og nyder det du laver (flow)
- øver dig og oplever, at du bliver bedre til at kunne det, du gerne vil blive dygtigere til.
- er sammen med mennesker, der støtter dig i at lykkes med dine præstationer

Du taber livsstyrke i din præsterende selvdynamik som manglende selvtillid når du:

- oplever at mislykkes med dine præstationer
- ikke oplever at lykkes med de aktiviteter, du engagerer dig i
- øver dig men oplever, at du ikke bliver dygtigere
- andre mennesker ikke støtter dig i at lykkes med dine præstationer



SPIRITUELLE
SELVDYNAMIK

Forbundet med det der
er større end sig selv



SOCIALE SELVDYNAMIK
Fællesskabsfølelse



PRÆSTERENDE SELVDYNAMIK
Selvtillid



SELVFORTÆLLING

Følelser

Krop

EKSISTENTIELLE SELVDYNAMIK
Selvværd



A person is running away from the camera down a city street. They are wearing a light-colored denim jacket, dark pants, a black cap, and sneakers. Their arms are raised in a celebratory or determined gesture. The street is lined with brick buildings, trees, and street lamps. A white van is parked on the right side of the street. The word "Selvværd" is overlaid in large red letters across the center of the image.

Selvværd



Selvværd – Teori og forskning

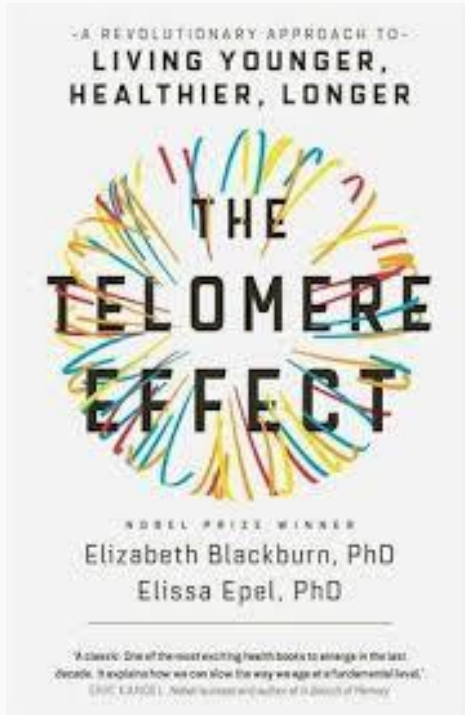
Jeg forstår selvværd som et **eksistentielt, psykisk immunforsvar**, der bl.a. giver styrke i situationer med modstand. Selvtillid forstår jeg som en kompetencespecifik bevidsthed om, hvad jeg kan (Psykolog Eva Kirketerp (2007): *Selvværd: Hvad er det værd? Psykolog Ny nr. 21*)

Mennesket har et grundlæggende behov for selvbestemmelse

(Richard Ryan & Edward Deci: *Self-Determination Theory and the Facilitation of Intrinsic Motivation Social Development and Wellbeing*. American Psychologist, January 2000,78) . (Ravn, Ib 2021,18f: *Selvbestemmelsesteorien*. Hans Reitzels Forlag)

Den personlige værdi hos det enkelte menneske er en kombination af mange faktorer, men **starter med den feedback, du har fået af dine nærmeste omgivelser**

(Oestrich, Irene. Professor og specialpsykologi i psykiatrien (2015,57): *Selvtillid og selvværd*. Dansk Psykologisk Forlag)



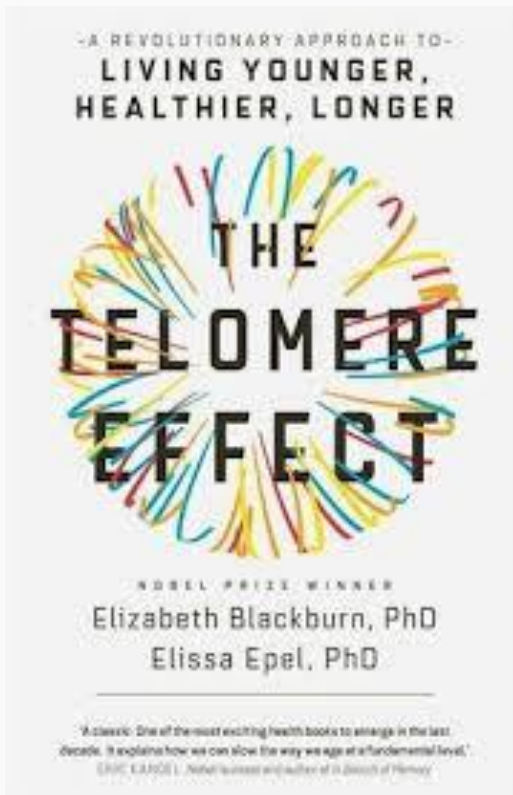
Selvværd – Teori og forskning

Mentale tilstande og resiliente tankemønstre der tenderer mod at mindske slid, vedligeholde eller opbygge telomerer:

Selvværd og værdibekræftelse. Præstationskrav kan opleves som negativ stress og være identitetsnedbrydende, hvis vi som mennesker forbinder for meget af vores identitet med det at lykkes med vore præstationer.

Gentagne negative tanker forbundet med frygt for ikke at præstere godt nok, kan øge oplevelsen af kronisk stress og dermed have en negativ effekt på længden af telomerer. **Laboratoriestudier viser, at et fokus på og arbejde med hvad der værdimæssigt har betydning for os, vil udvide vores identitetsoplevelser af at være noget mere og dybere en blot vore præstationer. Det at opleve at have værdi i os selv, gør det muligt at se stressende begivenheder på en mere udfordrende måde.**

At kunne identificere **personlig værdier aktiverer hjernens belønningscentre** og har, måske lidt **paradoksalt, vist, at kunne forbedre præstationer og give højere karakterer i test** (Blackburn 2018,97).



Selvværd – Teori og forskning

Mentale tilstande og resiliente tankemønstre der tenderer mod at mindske slid, vedligeholde eller opbygge telomerer:

- **Medfølelse overfor sig selv (self compassion).** Mennesker med kapacitet til at være medfølelende overfor sig selv, udviser en **lavere mængde af stresshormoner, når de bliver udsat for stress.** Mennesker med medfølelse overfor sig selv kan i højere grad **distancere sig til og udholde negative tanker og følelser** dvs. lade tanker og følelser komme og passere, uden at identificere sig med dem. (Blackburn 2018,19).

Eksistentielle Selvdynamik

Selvværd - Du oplever at have værdi præcis som dig

Du opbygger livsstyrke i din eksistentielle selvdynamik gennem den psykiske energikilde, selvværd, når du:

- kender dine personlige værdier og føler glæde ved at stå ved dig selv
- kan lytte til din krop og dine følelser som vejledere til at sige "ja" og "nej"
- føler glæde ved at skabe mening i dit liv gennem gode valg
- tænker positivt om dig selv
- kan være alene uden at være ensom
- har gode relationer, du kan dele dine eksistentielle tanker med.

Du taber livsstyrke i din eksistentielle selvdynamik som lavt selvværd, når du:

- ikke kan mærke hvad det er værdifuldt, meningsfuldt eller godt for dig
- ikke står ved dine værdier i samværet med andre mennesker
- bliver overvældet af angst for det livet måtte bringe fx døden
- mangler relationer, du kan dele dine eksistentielle tanker med



SPIRITUELLE
SELVDYNAMIK

Forbundet med det der
er større end sig selv



SOCIALE SELVDYNAMIK
Fællesskabsfølelse



PRÆSTERENDE SELVDYNAMIK
Selvtillid



SELVFORTÆLLING

Følelser

Krop

EKSISTENTIELLE SELVDYNAMIK
Selvværd



A group of five people are captured in silhouette, running through a large, curved metal structure that resembles a tunnel or a large pipe. They are moving from left to right, towards a bright, open area that appears to be a body of water and a distant shoreline under a cloudy sky. The people are in various dynamic poses, suggesting movement and effort. The word "Fællesskabsfølelse" is overlaid in large red text across the lower half of the image.

Fællesskabsfølelse



Fællesskabsfølelse - Teori og forskning

*Det er ikke mængden men graden af socialitet, der får mig til at lancere **menneskedyret som det hypersociale dyr**. Menneskedyret kan simpelthen slet ikke lade være med konstant at tænke socialt; at fortolke alt omkring sig i sociale termer og forstå verden ud fra sociale motiver* (Jill Byrnit (2007,107): *Mennesket - Det hypersociale dyr*. Dansk Psykologisk Forlag)

Menneskets nydelse af socialt samvær er helt fundamental. Fravær af nydelse har betydning for lidelser som depression, kronisk smerte og spiseforstyrrelser.
(Morten L. Kringelbach (2008,14): *Den nydelsesfulde hjerne*. Gyldendal, København)

Decentrering - som mennesker holder vi altid lidt af de andre menneskers liv i vore hænder, som vi står i relation til (Knud Ejler Løgstrup: *Den etiske fordring*. (Udgive første gang 1956), KLIM, 2010)

"Frygten for at fejle" som en betydende faktor for skolepræstationer, da **det at fejle kan opleves som skamfuldt** eller som udtryk for en mangel på bestemte kompetencer eller evner. Det oplevede niveau af frygt bestemmes både af, hvor høj en risiko eleven oplever, der er for nederlag i forbindelse med en opgave eller en aktivitet, og hvor store evt. negative konsekvenser et nederlag bedømmes til at kunne få (PISA 2018,163).

Gruppedynamisk har mennesket brug for **en vis grad af fælles orden for at trives og arbejde godt (time, task and territory)**. Falder denne orden fra hinanden **stiger angsniveauet og "os-og-dem grupperinger"** opstår typisk som kamp/flugt-grupper, afhængighedsgrupper eller kærlighedsgrupper (Åse H. Lading og Bent Aa. Jørgensen (red), (2010): *Grupper – Om kollektivets bevidste og ubevidste dynamikker*. Frydenlund). (Andreas Bonnevie, Wilfred R. Bion (2002, 3. oplag): *Erfaringer i grupper og andre artikler*. Hans Reitzels Forlag)



Fællesskabsfølelse - Teori og forskning

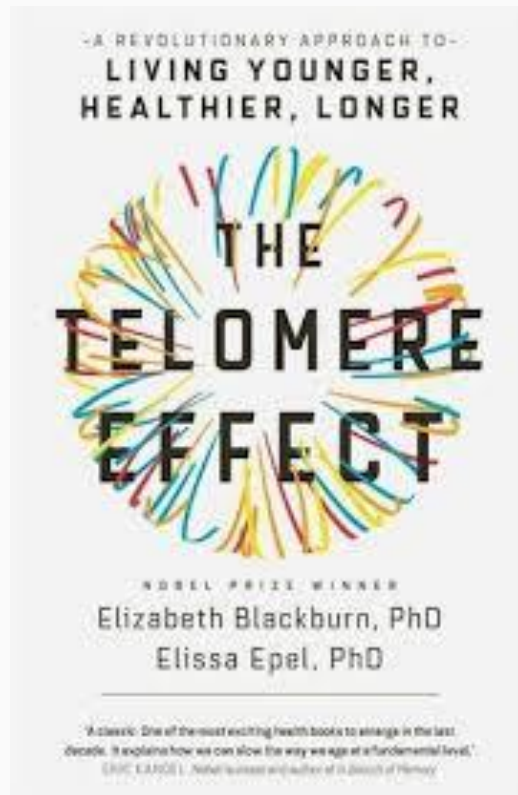
Forskningen i skolevægtring peger på, at **skolens store fokus på præstationer er en væsentlig medvirkende årsag til at flere og flere børn ikke kommer i skole.**

De skolevægrende elever er også bekymrede for hvordan skolekammeraterne vil reagere, når de står i klassen igen. **De skolevægrende elever er bange for, hvad klassekammeraterne kan finde på at sige til dem.**

(Trude Havik, Oplæg om forebyggende indsats mod fravær – og tidlige tiltag. Dafolokonference 12.11.2019. Trude Havik er førsteamanuensis i pædagogisk psykologi ved Læringsmiljøsenteret ved Universitetet i Stavanger)

Børns Vilkår og TrygFonden har udarbejdet en rapport omkring børns og unges oplevelse af ensomhed, og hvilke konsekvenser det kan have at opleve sig ensom som barn og ung. Rapporten bygger på samtaler på BørneTelefonen samt en spørgeskemaundersøgelse foretaget blandt 2.465 skoleelever i 5. og 8. klasse. Rapportens resultater viser, at **7 pct. ofte føler sig ensomme, og hos 19 pct. forekommer følelsen en gang i mellem.** Rapporten peger også på, at **ensomhed har konsekvenser i og med ensomme børn og unge ofte ikke trives, og at de oftere klarer sig dårligt i skolen.**

(https://bornsvilkar.dk/ensom/?gclid=EAIaIQobChMIv9Pwsc_75gIVyYGyCh184gU5EAAYASAAEglyZfD_BwE)



Fællesskabsfølelse - Teori og forskning

Mentale tilstande og resiliente tankemønstre der tenderer mod at mindske slid, vedligeholde eller opbygge telomerer:

- **Forældre kærlighed.** Et studie peger på, at når forældre viser hinanden kærlighed smitter denne kærlighed af på relationerne i familien og derfor også på relationer til børn i familien. **Børn af forældre, der viser hinanden kærlighed, tenderer mod at have længere telomerer** (Blackburn 2018,318)

Sociale Selvdynamik

Fællesskabsfølelse - Du oplever positive følelser som en del af et "vi" i en gruppe af mennesker

Du opbygger livsstyrke i din sociale selvdynamik gennem den psykiske energikilde, fællesskabsfølelse, når du:

- oplever, at du er sammen med andre mennesker om noget fælles meningsfuldt
- oplever at andre mennesker anerkender dig, for det du kan og bidrager med til fællesskabet (livsstyrke gennem selvtillid)
- oplever at andre mennesker anerkender dig, for det menneske du er som en betydningsfuld del af fællesskabet (livsstyrke gennem selvværd)
- glædes ved at hjælpe andre til mere livsstyrke

Du taber livsstyrke i din sociale selvdynamik som fravær af fællesskabsfølelse, når du:

- oplever, at det I er sammen om ikke giver mening eller strider imod dine værdier
- oplever, ikke at blive anerkendt for det du kan, og det du er
- oplever, at andre overskrider dine grænser



SPIRITUELLE SELVDYNAMIK

Forbundet med det der er større end sig selv



SOCIALE SELVDYNAMIK

Fællesskabsfølelse



SELVFORTÆLLING

Følelser

Krop

EKSISTENTIELLE SELVDYNAMIK

Selvverd



PRÆSTERENDE SELVDYNAMIK

Selvtillid



A photograph of a dirt path winding through a forest in autumn. The trees are covered in vibrant red and orange leaves, and the ground is covered in fallen leaves. The path leads into the distance, creating a sense of depth. The text "Dyb livsmening" is overlaid in white, sans-serif font in the lower-middle part of the image.

Dyb livsmening



Dyb livsmening, forbundet med noget større end sig selv - Teori og forskning

William James udgav i 1902 bogen "De religiøse erfaringer" hvor han finder, at mystikoplevelserne har fire karakteristika:

- De er uudsigelige
- De har stor autoritet/myndighed for dem der oplever dem
- Oplevelserne er af forbigående karakter
- Oplevelserne kan ikke kontrolleres

William James anfører, at sådanne **mystiske oplevelser er af afgørende betydning og beriger folks liv på måder, der ikke kan beskrives, men som må beundres, fordi de har bragt mange gode resultater med sig for menneskeheden** (La Cour, Peter: "*Religionspsykologi forfra*". Psykologisk Set. Årgang 31, nummer 93, juni 2014, e-bogsudgave)

Edward Robinson, leder af en enhed i Oxford, der studerer menneskers religiøse oplevelser, gennemgår **ca. 5000 voksnes beretninger og finder, at det er et typisk træk i disse beretninger, at de går tilbage til oplevelser, disse voksne havde som børn** (David Hay med Rebecca Nye: "*The spirit of the Child*", Jessica Kingsley Publishers 2006)



Dyb livsmening, forbundet med noget større end sig selv - Teori og forskning

Det er en befrielse at gå ind i noget, som er større end mig selv. Derfor er det enormt meningsfuldt for mig at være aktivist

(Citat: Selma Montgomery, 15 år og klimaktivist i Fridays For Future) *Vi vil ikke bare stjæle jeres røde bøffer, vi vil ændre verden.* Artikel i Politiken d. 21.04.2021, side 6 under "Tema": Klimaaktivisme.

Alle kendte kulturer gennem mange årtusinder har forholdt sig til forestillinger om, at mennesket er, eller kan være, forbundet med noget livgivende større end dem selv.

(Jakob Egholm Feldt, professor mso i global historie på Roskilde Universitet og Mikael Rothstein, religionshistoriker og lektor på Syddansk Universitets Institut for Historie. http://denstoredanske.dk/Sprog,_religion_og_filosofi/Religion_og_mystik/Primitiv_religion/religion. <https://videnskab.dk/kultur-samfund/har-kulturer-uden-religion-nogensinde-eksisteret>

I 2006 blev **The International Association for Children's Spirituality** grundlagt af forskere og uddannelsesfolk fra store dele af verden med følgende målsætninger:

- At fremme forskning og praksis i relation til børns spiritualitet
- At fremme effektiv kommunikation og distribution af information mellem dem som er involveret i forskning og praksis med fokus på børns spiritualitet
- At fremme børns spiritualitet som et vigtigt uddannelsesmæssigt fokus i en bredere kontekst (<https://www.childrenspirituality.org/about/>)



Dyb livsmening, forbundet med noget større end sig selv - Teori og forskning

*Oplevelsen af forbundethed med noget større end sig selv udmønter sig ofte i **sociale handlinger og medfølelse med alle levende væsener*** (Ken Wilber 2016,100: *Ukuelighed og nåde*. I AM/KLIM). (Aldous Huxley 1944,38: *The perennial philosophy*. Harper Perennial Modern Classics)

*Det var en overraskelse for mig, at naturen spiller sådan en stor rolle for de medvirkende, men det giver jo så god mening, at vi som mennesker har behov for at forbinde os med noget, der er større end os selv. **Jeg tror, naturen bliver et billede på noget åndeligt, som vi måske ikke er i kontakt med så tit, fordi religion ikke fylder så meget længere***

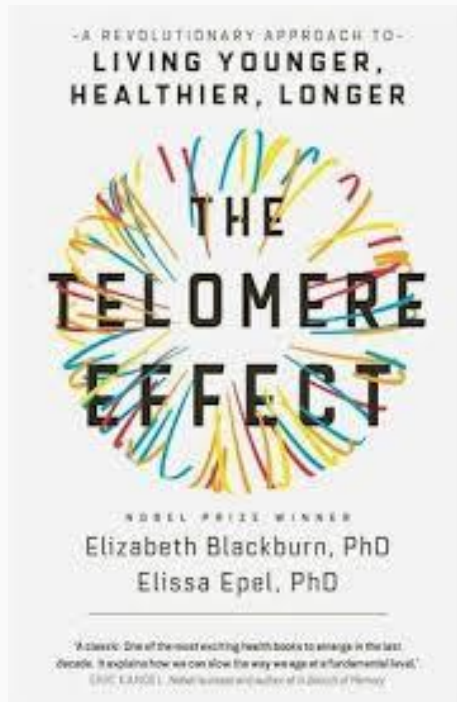
(Stine Buje i et interview i Politiken 20.01.2019 om sin udgivelse: "Bogen om livet – hvad uhelbredeligt syge kan lære dig om at leve", Peoples Press 2018)

En undersøgelse "Danskernes brug af grønne områder - i et sundhedsperspektiv" offentliggjort i 2005 peger på, at **jo tættere vi bor på grønne områder, jo mindre stressede er vi**. Undersøgelsen pegede tillige på, at **mange oplever at komme i dyb kontakt med dem selv, føler ro og harmoni og at grønne områder tilfører energi**.

(Karsten B. Hansen & Thomas Sick Nielsen, Natur og grønne områder forebygger stress, Skov og Landskab, 2005,22)



Dyb livsmening, forbundet med noget større end sig selv - Teori og forskning



Mentale tilstande og resiliente tankemønstre der tenderer mod at mindske slid, vedligeholde eller opbygge telomerer:

Livsformål (purpose in life), der giver en personlig oplevelse af at være en del af noget større end sig selv. **Mennesker med en klar fornemmelse af at have et livsformål, udviser en mere resilient stresshåndtering** i laboratorietest dvs. udviser større modstandskraft overfor negativt stressende påvirkninger.

Forskning peger også på, at **mennesker med et livsformål har et mere velfungerende immunsystem, lavere risiko for at få et slagtilfælde, mindre bugfedt, lavere insulinfølsomhed og en tendens til at passe godt på sig selv** fx gå til læge i tide (Blackburn 2018,115f).

Spirituelle Selvdynamik

Dyb livsmening - Du oplever dig forbundet med noget skabende større end dig selv

Du opbygger livsstyrke i din spirituelle selvdynamik gennem den psykiske energikilde ,dyb livsmening, når du:

- mærker, at noget i dig selv er forbundet til alle andre mennesker, naturen og alt som er i en fælles kærligt skabende større kraft – det nogen kalder Gud
- oplever spontane øjeblikke i din dagligdag fyldt med lykke og taknemmelighed for livet
- oplever særlige inspirationer til at udvikle eller beskæftige dig med noget bestemt
- udøver skabende bæredygtige handlinger, både sammen med andre mennesker og når du laver noget for dig selv på job, i familien eller i fritiden



Du opbygger ikke eller taber livsstyrke i din spirituelle selvdynamik, når du:

- Ikke forholder dig til den spirituelle selvdynamik i dit selv
- Oplever, det der er større end dig selv som livstruende fx i form af klimaangst eller generel angst for, hvordan livet og verden vil udvikle sig

SPIRITUELLE SELVDYNAMIK

Forbundet med det der er større end sig selv



SOCIALE SELVDYNAMIK

Fællesskabsfølelse



SELVFORTÆLLING

Følelser

Krop

EKSISTENTIELLE SELVDYNAMIK

Selvverd



PRÆSTERENDE SELVDYNAMIK

Selvtillid





Fra teori til praksis - CASE

Et forældrepar møder op på skolelederkontoret og ser tydeligvis bekymrede ud. Rundt om bordet sidder en lærer, en pædagog, en koordinator for skolens pædagogiske vejlederteam, en psykolog fra kommunens Pædagogiske Psykologiske Rådgivning og mig som skoleleder.

Dialogen mellem skole og hjem er god, og mødet er kommet i stand efter ønske fra både lærere, pædagoger og forældre. Der er en fælles forståelse for, at barnet er i mistrivsel, og at der ønskes hjælp.

Forældrene fortæller, at de ser et barn, der ikke har lyst til at komme i skole, og at morgenerne kan være lidt svære i forhold til at blive klar til skoledagen og møde til tiden. Forældrene oplever også, at det kan være en kamp at støtte barnet i at lave lektier hjemme. Nogle gange reagerer barnet med gråd og vredesudbrud, og det bliver kun til ganske lidt fagligt arbejde. Lektielæsningen er sjældent en god oplevelse for hverken barn eller forældre.

Forældrene oplever også, at barnet ikke rigtigt er sammen med sine gamle kammerater i fritiden længere, og at barnet er begyndt at søge nye kammeratskaber, som forældrene ikke nødvendigvis oplever, er godt for barnet at være sammen med.

Lærerne fortæller, at de oplever eleven som et dejligt barn, men de fortæller også, at der er faglige udfordringer. Særligt på det sidste, hvor eleven helt synes at have mistet interessen for det faglige, og er begyndt at forstyrre undervisningen.

Pædagogerne fortæller også, at de oplever barnet som et dejligt barn, men at barnet synes at have forandret sig. Tidligere legede barnet godt med de andre børn i frikvartererne og i skolens fritidsordning, men nu kommer barnet mere og mere i konflikt med de andre børn. Både pædagoger og lærere fortæller, at de begynder at se, at de andre børn vælger barnet fra, både i gruppearbejde i skolen og i legerelationerne i frikvartererne og om eftermiddagen i skolens pasningsordning.

Efter runden ser forældrene ikke bare bekymrede ud, som da de kom. Nu ser de også kede af det ud med en snert af både vrede og handlingslammelse.

En af forældrene tager ordet og siger, at det hårdt at høre på, og at det jo ikke kan passe, at barnet skal have det sådan i skolen. De fortæller, at de er nervøse for, hvordan det skal gå deres barn. De fortæller også, at de oplever, at deres barn mangler selvtillid eller selvværd, og at vi da sammen må kunne gøre noget, for at barnet kommer til at trives bedre.



Når et barn taber livsstyrke – Livsstyrkeanalyse

Ser vi på dannelsesfortællingen, med dannelsespsykologiske briller, får vi øje på et barn, der i høj grad ser ud til at tabe psykisk energi i sine relationer, og derfor desperat kæmper for at lade op igen. En oplevelse som forældrene synes at give udtryk for med deres italesættelse af, at barnet mangler selvtillid eller selvværd. Selvom forældre sjældent kan sætte helt præcise ord på hvad der menes med selvværd og selvtillid, så synes forældrene at fornemme, at deres barn er i en mangelsituation.

Oplevelsen af at blive valgt fra af sine venner, tærer hårdt på psyken, og det bliver ikke bedre af flere og flere gange at komme i konflikt med sine venner (tab af fællesskabsfølelse). Det er heller ikke rart at træde ind i et klasseværelse og gå i gang med sin læring, hvor oplevelser af ikke at kunne slå fagligt til fylder mest (tab af selvtillid). Det bliver igen ikke bedre af at komme hjem, og skulle fortsætte med at arbejde med det, der opleves som fagligt svært (fortsat tab af selvtillid). En situation der blot forværres, når relationen til forældrene, der skulle støtte barnet, tilmed er konfliktfyldt og krævende (tab af fællesskabsfølelse, og yderlige tab af selvværd ved ikke at blive set og tilmed tab af selvtillid, ved igen ikke at slå fagligt til).

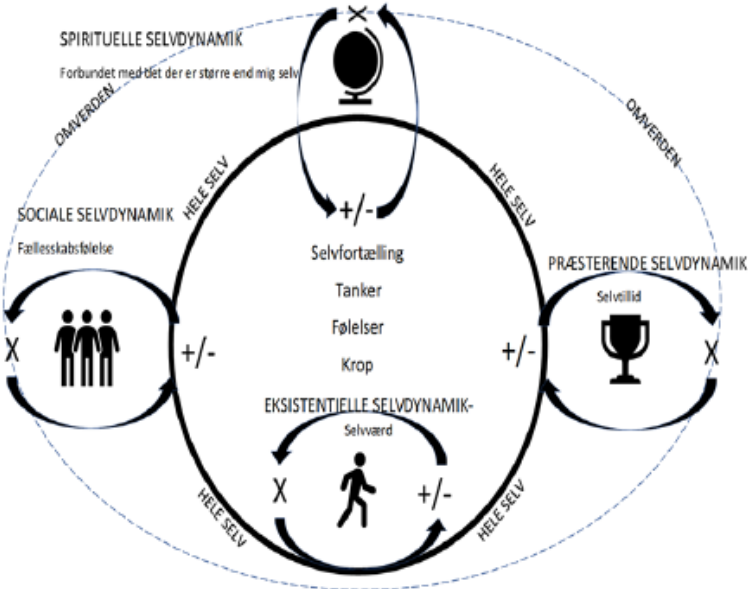
Barnets relationer til lærere og pædagoger bliver mindre livsstyrkende, efterhånden som lærerne må vejlede barnet mere og mere til at opføre sig roligt i undervisningen (tab af fællesskabsfølelse ved at være på vej ud af et "klasse-vi", og tab af selvværd ved ikke at opleve sig set), og pædagogerne må hjælpe barnet ud af konflikter (tab af fællesskabsfølelse).



SPIRITUELLE SELVDYNAMIK	
+ Livsstyrke	- Livsstyrke

SOCIALE SELVDYNAMIK	
+ Livsstyrke	- Livsstyrke

LIVSSTYRKEMODELLEN



Præsterende selvdynamik	
Eksistentielle selvdynamik	
Sociale selvdynamik	
Spirituelle selvdynamik	
Samlet score +/-	

PRÆSTERENDE SELVDYNAMIK	
+ Livsstyrke	- Livsstyrke

EKSISTENTIELLE SELVDYNAMIK	
+ Livsstyrke	- Livsstyrke



<https://pixabay.com/da/photos/skulpturer-bronze-lyt-til-tal-2209152/>

**Samarbejdsprojekt i næste skoleår
søges fx team**

Oplæg

Tak for I lyttede så pænt 😊

Jens Damkjær, jensdamkjaer@gmail.com
tlf.: 40834193