

PÆDAGOGIK OG LIVSKVALITET

Hvordan skaber man de bedste muligheder for at opleve livskvalitet i den pædagogiske praksis? Det spørgsmål besvarer en ny bog, som også går til hverdagen og livet bredt set.

Anmeldelse ■ Af Ruth Thygesen

■ Peter Clausen og Sigrød Brogaard Clausen har skrevet en bog om livskvalitet, nydelse og lykke, set i forhold til pædagogisk arbejde, og præsenteret emnet, så det giver anledning til refleksioner over vores egen hverdag og livsform bredt taget.

Det er dejligt, når nogen har sat sig ind i et felt og gjort det tilgængeligt for andre i mere komprimeret form. Det har forfatterne gjort her, og man sidder tilbage med en væsentlig mere nuanceret forståelse af begreberne end før. Især at de betegner flygtige oplevelser, man ikke kan planlægge sig frem til at nå, på egne eller andres vegne, men kan muliggøre, eller det modsatte – i valg af livsform og pædagogiske og politiske tiltag.

Hensigten er at vise, ”hvordan nydelse og lykke kan forøge livskvaliteten i det pædagogiske arbejde, samtidig med at der skabes de bedste muligheder for børns, unges og voksnes udvikling og læring”. Der tages afsæt i Siri Næs’ beskrivelse af livskvalitet, som knyttet til, at mennesket er aktivt, har gode sociale relationer, en god selvfølelse og en grundstemning af glæde, lyst og velvære. I bogen skelnes mellem subjektive og objektive forudsætninger for livskvalitet, så også de ydre sociale, økonomiske vilkår inddrages.

Temaerne belyses ud fra et pædagogisk, psykologisk og filosofisk perspektiv, og empiri fra forskelligartede undersøgelser. Der inddrages erfaringer fra pædagogisk praksis – videnskabelig viden koblet med den erfaringsbaserede viden ses som det bedste grundlag for pædagogiske arbejde – og gives eksempler på børn, unges og voksnes individuelle oplevelser af ”det gode liv”, hvor ”nydelse” og ”lykke” er fælles træk.

Nydelse i flow eller forført af nydelse

Begrebet ”nydelse” knyttes til Csikszentmihalyis teori om flow – en tilstand, hvor virkelyst og fordybelse går op i en højere enhed, man glemmer sig selv, tid og sted, oplever nydelse og energi og er fuldstændig opslugt af det, man laver. Det kan være en mor, der læser for sit barn, eller børn, der er optaget af en leg ...

I bogen redegøres for forskellige aspekter af flow-teorien med kobling til andre fagbegreber og -vinkler, fx stress og læring. Flow opnås bedst i en situation, hvor udfordringer og færdigheder matcher hinanden optimalt. Man er motiveret indefra, på en selvforstærkende måde, så man tilskyndes til at ville opleve det igen. På den baggrund ses også mere destruktive aspekter af menneskers forhold til flow: at blive ”forført af nydelse”, fx ludomani.

Med inspiration fra flow-teorien kan ifølge forfatterne skabes optimale betingelser for trivsel, læring og udvikling: ”At skabe selvmotivation med flow, hvor nydelse, læring og udvikling gensidigt veksler med hinanden, kan anskues som et ideal for pædagogisk arbejde.”

Lykke – fra filosofi til ny forskning

Begrebet ”lykke” belyses ud fra nye og interessante vinkler, blandt andet et filosofisk perspektiv. Lykke beskrives som livets mål, fra græske filosoffer til ny forskning: ”I hvert eneste land, hvor forskerne har undersøgt lykke ved hjælp af spørgeskemaer, har svarerne sat lykke øverst på listen over deres vigtigste mål med livet.”

I den græske filosofi var der forskellige opfattelser af lykkebegrebet: ”Hedonisterne” (Epikur og Protagoras) sidestil-

lede lykke med ”nydelse”, mens Sokrates og Platon forstod lykke ud fra begrebet ”dyd”: at udfylde sin rolle i samfundet, herunder være succesrig. Særligt indtryk gør ”den hedonistiske nydelsestrædemølle”: dét paradoks, at forbedrede livsforhold kun kortvarigt forøger livskvaliteten, man vænner sig hurtigt til nye goder, sætter sine forventninger i vejret, og jagter fortsat nydelsen osv.

Clausen & Clausen skelner mellem lykke, tilfredshed og nydelse, hvor lykke er en dybere del af livskvaliteten, som involverer hele kroppen og eksistensen – en højdepunktsoplevelse. Lykkeoplevelsen kan komme både indefra, fx en følelse af taknemmelighed, kan opstå i dynamikken mellem mennesker, fx i kærlighedslivet, eller man kan gribes af ”det skønne” udefra, i naturen eller i kunsten. Lykkefølelse er uforudsigelig, kan ikke frembringes eller planlægges. Men der kan i arbejds- og familieliv skabes muligheder for oplevelser af lykkelige øjeblikke.

”Lykkeforskning” behandler spørgsmål som fx: Er der medfødte forskelle i menneskers oplevelse af lykke? Er der sammenhæng mellem rigdom og lykke? Er raske mennesker mere lykkelige eller lykkelige mennesker mere raske? (Ja, til sidstnævnte: lykkelige mennesker har det bedre, fysisk og psykisk end mindre lykkelige). Beskrivelsen af danskerne som ”verdens lykkeligste folk”, målt i konkurrence med 117 lande, men samtidig med den største vækst i brugen af lykkepiller illustrerer, hvordan uens fortolkninger af de centrale begreber inden for lykkeforskning kan føre til paradokser og modstridende resultater, hvilket i sig selv illustrerer værdien af bogens nærmere udfoldelse af livskvalitets- og lykkebegrebet.

Et godt selv værd ses som forudsætninger for at opleve livskvalitet. Selvet forstås ud fra Daniel Sterns teori, og Mogens Pahu’s skelnen mellem selv- og jeg-identitet: hvor selvet er ”den frie og utvungne livsudfoldelse”, hvorudfra mennesket mere frigjort kan være til som sig selv og opleve livsglæde end ud fra jegets mere målrettede livsform. Dette knyttes til en anerkendende forholdemåde i pædagogisk arbejde (Axel Honneth) og betydningen af oplevelse af mening, af positiv tænkning, optimisme og drømme – vs. det modsatte.

Livskvalitetspædagogik og trivselsøkonomi

Til sidst sættes livskvalitet og lykke ind i en samfundsmæssig og organisatorisk ramme, i Anthony Giddens’ perspektiv, og der gives anbefalinger i forhold til pædagogisk praksis. I forfatterens terminologi må man erstatte den uregulerede frie markedsøkonomi og voksende, tidsrøvende bureaukratisering med en ”trivselsøkonomi”, som reducerer stress og giver øget mulighed for nydelse og lykke i de pædagogiske institutioner, og give mulighed for ”livskvalitetspædagogik” frem for ”overvågningspædagogik” – hvor pædagogen med et ben på hver side af dørkarmen skal overvåge flest mulige børn.

Det er en spændende og inspirationsgivende bog, der både svarer på og efterlader mange spørgsmål og giver gode ideer også til supplerende læsning. Bogen er velegnet til studerende og andre, som arbejder med mennesker ud fra værdier som livskvalitet eller blot undres i hverdagen, fx i mødet med forskning i lykke og livskvalitet.

Nogle psykologiske teorier er mere udfoldede i forfatterens tidligere bøger, men sættes her ind i en ny sammenhæng. Bogen giver, som noget nyt, en oversigt over de forskellige aspekter af lykke og nydelse og kobler det til det pædagogiske felt.

Denne korte fremstilling, som en anmeldelse indebærer, yder ikke retfærdighed til de mange undersøgelser og teoretiske aspekter, der er i spil. Læs selv!

Ruth Thygesen

BOGDATA ■

Sigrid Brogaard Clausen og Peter Clausen: ”Pædagogik og livskvalitet – nydelse og lykke i arbejdet med børn og unge”. Hans Reitzels Forlag, 2010. 260 sider, 298 kr.

