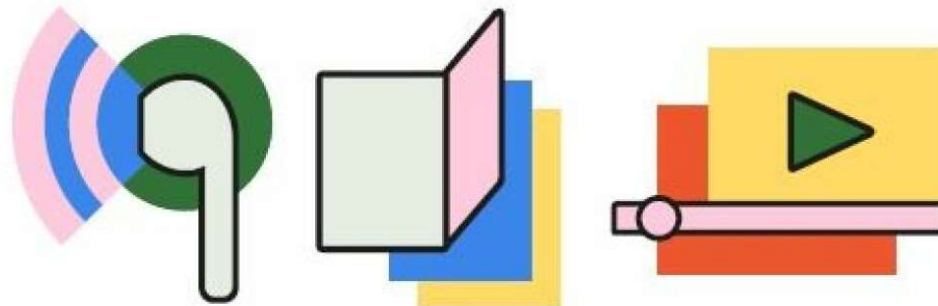


Anmeldelse:



## "Arv og miljø"-diskussionen i et nyt lys

Banebrydende forskning i barnets første livsmiljø fortæller os, at indre motivation, personligt talent og robusthedstræning kun udgør få af byggestenene til det fundament, der hjælper et menneske til at klare alvorlig modgang.

Heidi Friberg Christophersen

PUBLICERET Onsdag 09. marts 2022 - 10:27 SENEST OPDATERET Torsdag 10. marts 2022 - 14:21



Så er der ny forskning på banen! Det er uoverskueligt at gengive alt i Dion Sommers nye bog om resiliensbegrebet, men hvad mange af os tidligere har lært om arv og miljø og om udviklingspsykologi, kan vi godt glemme.

Det er ikke nyt, at resiliens og sårbarhed kan overføres gennem generationer, men tidligere mente man, at traumerne blev videreført som en ikkegenetisk "negativ social arv" via forældrenes direkte påvirkning af deres børn, for eksempel gennem mangel på omsorg. Denne videreførelse sker også, men begrebet transgenerational kobles nu direkte til vore geners virkemåder og får dermed en helt ny drejning. Det handler om arvelige påvirkninger i en helt anden forstand end den klassiske darwinistiske forståelse, hvor kun mutationer tæller. Epigenetiske studier dokumenterer nemlig, at en opvækst i enten berigede eller belastede miljøer påvirker og ændrer generne direkte ved at "tænde" eller "slukke" for dem.

Vi lærer i denne nye bog, at helt fra fostertilstanden udvikler vi vore hjerner, og modstandsdygtighed grundlægges, længe før vi bliver født. Vi arver vores psyke fra vores forældre, men vi kan også selv påvirke vort arvemateriale i en positiv retning. Som det pointeres: Hvis du synger i kor eller udøver musik (hvilket er miljøaktiviteter), da "tændes" nogle gener, som sætter gang i produktionen af endorfin i hjernen. Det forklarer, hvorfor man bliver "løftet i sindet" af musikalsk udfoldelse. Det samme gælder for sex, motion, teateroplevelser og sportslig udfoldelse.

Det handler blandt andet om, at vi skal lære at fremme et nyt professionsbegreb: miljøgenetisk resiliensfremme. Ved bevidst skabelse af beskyttende faktorer (miljøpåvirkninger) kan vi direkte påvirke geners udtryk. Alt, hvad vi oplever, har betydning for hjernens vækst og funktion. Stress i graviditeten og ubehandlet psykisk lidelse igangsætter epigenetiske processer. Nogle miljøpåvirkninger "slukker" og andre "tænder" vi for eksempel ved kvalificeret omsorg. Miljøgenetikken (der bygger på epigenetikken) betegner de nærmest svimlende perspektiver i at skabe resiliens dér, hvor den ikke er fra fostertilstanden.

Derfor er tidlig indsats vigtigt, da det er muligt gennem en sundhedspædagogisk indsats at "tænde" for udsatte børns (og også voksnes) gener. Miljøindsatsen aktiverer hjerneprocesser, der reducerer stress og samtidig skaber nye nerveceller i hjernen. Hermed multipliceres de kommunikationsmønstre, der ligger under

### Fakta:

Resiliens - Fra robusthed til en dynamisk forståelse

Forfatter: Dion Sommer

148 kroner

144 sider

Samfundslitteratur



ANNOUNCE:

**TAG DIN  
FAGLIGHED TIL  
DET NÆSTE  
NIVEAU**

PROFESSIONERNES BEGREBER

DION SOMMER

**RE  
SILI  
ENS**

FRA ROBUSTHED TIL EN  
DYNAMISK FORSTÅELSE

Samfundslitteratur

ANNOUNCE:

**SKAL DINE ELEVLER LUFTE?**

**ACTIVE FOREST**

**Go Monkey**

- SÅ KOM UDENFOR I GOMONKEYS LANDSDÆKKENDE KLATREPARKER OG FÅ EN SJOV DAG MED MASSER AF GRIN...

Psst! Vi har specielle mængderabatter for skoler og institutioner

**gomonkey.dk**

og miljø, som vi tidligere har gjort det. Vi skal nu acceptere, at de uventede empiriske fund og iagttagelser kan omstøde selv den mest elskede teori og dens fagbegreber. Ord som "mælkebøttebarn", "mønsterbryder" og "det robuste barn" hører ikke hjemme i den faglige begrebsværktøjskasse på professionsuddannelserne eller i en professionspraksis.

Dion Sommer skriver, at coronapandemien lærte ham, hvorfor det slet ikke er nok, at individet er resilient og galvaniserer sig, for det er kun samfundssystemer og fællesskaber, der kan håndtere en sådan krise, og et nyt begreb som "samfundssind" dukkede op. Hans ambition med bogen har været at skrive en komprimeret "up to date"-fagbog om resiliens, der forklarer begrebet i sin historiske kontekst. Bogen gennemgår fire forskellige forskningsparadigmer, hvor den nyeste om epigenetik er så epokegørende anderledes, at det er noget, der skal læses grundigt og langsomt for rigtigt at kunne indlejre sig i et nyt børnesyn. Epigenetikens nytænkning af resiliens forklarer, hvordan forældres og endog bedsteforældres traumatiske oplevelser kan nedarves gennem deres børn til deres børnebørn. Samtidig er hans budskab, at test- og præstationsskolen på mange måder fremmer stress og mistrivsel, og det går ikke væk, hvis vi blot lærer eleverne at kunne "håndtere" disse stressorer gennem karakterstyrke og positiv tænkning. Som han skriver:



"Så tænk engang: Hvad nu hvis denne signifikante risikofaktor – den politisk skabte stressproducerende danske folkeskole – forsvandt med et trylleslag? Og det lærende fællesskab trådte i stedet? Så vil stressniveauet falde. Der vil hurtigt ske en bedring af elevernes trivsel og positive tanker omkring at gå i skole. Pointen er: Når den kontekst, individet er indlejret i, ændres, så ændres sindsstemningen. Man skal ikke gå den anden vej rundt".

### Hvordan skaber skolen resiliens?

Kronik

Virkelig effektiv forebyggelse og intervention kræver tværprofessionelt samarbejde. Dion Sommer påpeger, at kommunerne skal afsætte tid og økonomi til, at tværprofessionelle team kan arbejde resiliensfremmende. Resiliens skal ikke reduceres

til stereotyper, fordi kronisk stress skaber fysiske og psykiske skader på ufødte fostre, nyfødte, spædbørn og i den tidlige barndom.

Lad os ønske og håbe, at denne viden bliver almen viden. Det her skal råbes så højt, at vi ikke giver for mange stressorer videre til vore børne- og oldebørn.

ANMELDELSER

PÆDAGOGIK

ABONNER PÅ TAGS



Seneste anmeldelser

#### Poetisk billednovelle om digitale krænkelser

'Bjørnen' er en fortælling om at sætte grænser i en grænseoverskridende teenageverden fuld af sexismen og magtteknikker. Carli er lige begyndt i 1.g og inviteres til puttemiddag, eller fest, af 3.g'erne fra gymnasiet. Allerede her ved nogle, at det nok ikke vil blive den romantiske, dejlige aften, som Carli håber. For puttemiddagen lever op til alle de værste fordomme og erfaringer om den slags middage.

#### Fra hverdagssprog til skolesprog

Skal naturfag være et sprogfag? Hvordan skaber vi sammenhæng mellem sproget i og uden for skolen? Hvordan gør vi eleverne naturfagligt kompetente?

#### Kærlige, poetiske beretninger om 50 års dansk litteratur

Anne-Marie Mai sprudler i denne bog af begejstring i sit forsvar for læsning af litteratur på læserens betingelser og viser metoder, der lægger vægt på at bruge litteraturen i netværk.

## FRISKE MORGENNYHEDER FRA FOLKESKOLEN.DK ALLE HVERDAGE

E-mail-adresse

Tilmeld

Ved tilmeldingen siger du ja til et dagligt nyhedsbrev inkl. annoncer på hverdage (og yderst sjældent et ekstra ved afgørende nyt på skoleområdet) samt accepterer Folkeskolens håndtering af persondata. Du kan når som helst framelde dig eller ændre til en ugentlig opdatering.