

## INTEGRITET ELLER SAMARBETE? OM VÅR CENTRALA KONFLIKT

*Integritet: Personliga behov och gränser, mina djupaste värderingar, den jag är och vill vara.*

*Samarbete: Att imitera, anpassa sig, för att få gruppens acceptans.*

Alternativt konflikten mellan **grupp/samhälle och individ**, eller konflikten mellan **originalitet och konformitet**.

Hela vårt liv måste vi ständigt balansera **konflikten mellan behovet av att hävda vår integritet och behovet av att samarbeta med andra**. Det är den centrala konflikten i varje människas liv, vårt grundläggande existentiella predikament. Det är där vi lever vårt liv, det ÄR vårt liv. Hela livet måste vi i alla våra sociala situationer oavbrutet försöka hitta rätt balans i denna konflikt; i alla våra sociala sammanhang och i alla våra relationer. Men det handlar inte bara om att samarbeta eller inte samarbeta, utan **om vad jag samarbetar om, på vilket sätt, med vem och av vilka skäl**.

Konflikten ger smärta som tar sig uttryck i signaler/symtom. Det smärta att behöva anpassa sig och samarbeta mer än vad som är bra för upplevelsen av integritet. Men det smärta också att pga sin integritet **inte** kunna samarbeta med gruppens önskingar och krav. Vi märker konflikten i form av symtomet/signalen/lidandet och behöver förstå att det är uttryck för en konflikt mellan vårt behov av att samarbeta och vårt behov av att hävda vår integritet.

Även barn lever i samma konflikt och har, åtminstone förr i tiden, vanligen fått ge upp sin integritet i den konflikten. För de väljer samarbete trots smärtan. De samarbetar oavbrutet, främst genom att imitera föräldrarnas inre och yttre. Så försök förstå signalen. Barn som mår dåligt gör det vanligen för att de samarbetar för mycket, inte för litet. De samarbetar ofta om vad som helst. Målet för hela pedagogiken har varit att få barn att samarbeta. (Curling)föräldrar vill att deras barn ska slippa uppleva smärtan i konflikten, men det är inte möjligt. Man kan inte vara tillsammans utan smärta.

**Svaret på rubrikens fråga? Integritet OCH samarbete! Välj medvetet VAD du ska samarbeta om, HUR och med VEM.** Saker som inte är viktiga för din upplevelse av integritet kan du utan att ta skada välja att samarbeta om, men sådant som står i strid med din integritet och dina värderingar kan du inte samarbeta med utan att det riskerar få konsekvenser för din självkänsla och ditt välmående nu och på sikt. Att leva med integritet, efter sina djupaste värderingar, är vanligen en väg till självkänsla, lycka och tillfredsställelse. Men det kan i fel sammanhang också medföra en kostnad i form av ensamhet och utanförskap – att värna sin integritet är sällan gratis.

Om du vill må bra i livet så leta medvetet sociala sammanhang - arbetsplatser, vänner, äktenskap, föreningar - som uppskattar just det som du själv tycker är det bästa och viktigaste med dig, det som är kärnan i dig och din integritet. Leta människor som gärna vill vara med just dig, just så som du är och vill fortsätta vara. Så att du kan få den kärlek du behöver *utan* att behöva göra våld på dig själv och ditt innersta.

**Men** var också beredd att lyssna när människor som du vet bryr sig om dig antyder att du har drag och beteenden som de tycker är jobbiga, svåra att hantera och att stå ut med. Det är inget fel alls att ompröva och ändra på sig själv och sina värderingar, bara det sker utifrån vad du själv tycker och alltså är **ditt** val, inte bara någon annans önskemål.

*Michael Rangne (med avsevärd inspiration av Jesper Juul), 2015-06-10*