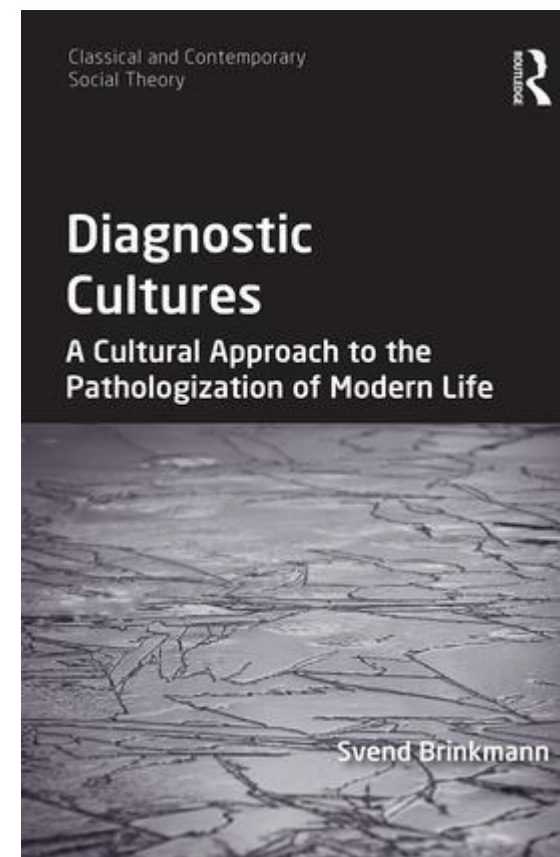
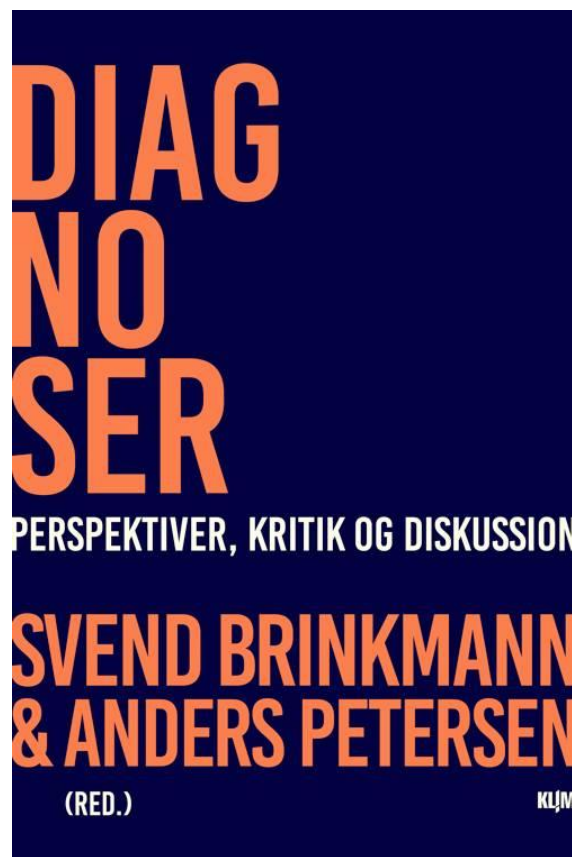
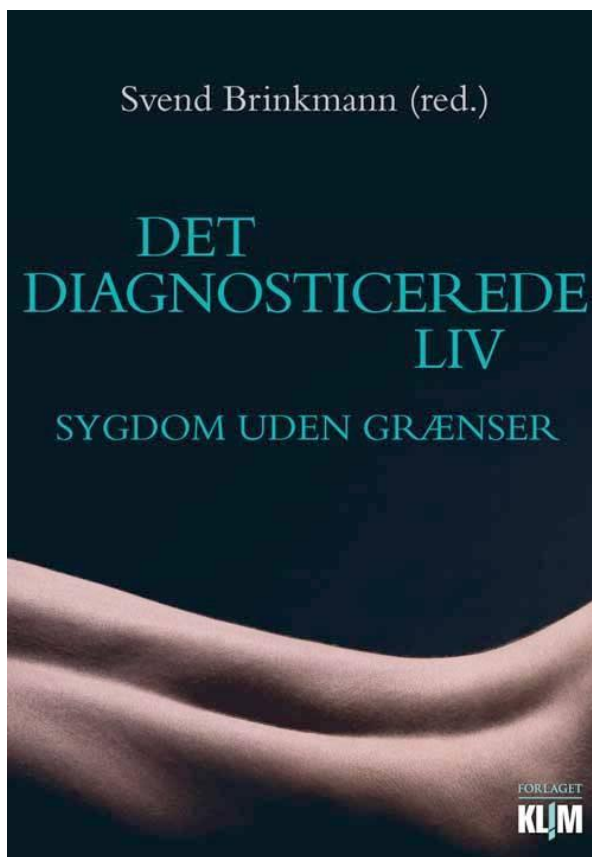


# Et meningsfuldt hverdagsliv

Svend Brinkmann, Cand. Psych., PhD, Professor  
Institut for kommunikation og psykologi  
Aalborg universitet

[svendb@hum.aau.dk](mailto:svendb@hum.aau.dk)

## Baggrundslitteratur



## Forskningsmæssig baggrund I: Projektet ”Diagnostic Culture”

### **Forskere:**

Svend Brinkmann  
Anders Petersen  
Ester Holte Kofod  
Mette Rønberg  
Mikka Nielsen

### **Centrale fokuspunkter:**

Diagnosekultur  
Diagnosers betydning i livet  
Diagnoser som behandling og/eller som  
problem  
Patologisering

## Forskningsmæssig baggrund II: Sorgens kultur

### Forskere:

Svend Brinkmann

Luca Tateo

Alfred Sköld

Ester Holte Kofod

Anders Petersen

Ditte Winther-Lindqvist

Peter Clement Lund

Allan Køster

Brady Wagoner

Anne Suhr

Ignacio Brescó

Mikkel Krause Frantzen

## Forskningsmæssig baggrund III: PLACES

### **Forskere:**

Svend Brinkmann

Rasmus Birk

Peter Clement Lund

Sebastian Tobias-Renstrøm

### **Centrale fokuspunkter:**

Situeret sygdomsteori

Økosociale nicher

Cases: ADHD og angst

## Samfundsmæssige megatendenser – trusler mod mening?

- **Individualisering**
- **Instrumentalisering**
- **Social acceleration**
- **Patologisering:** Når noget, der tidligere blev betragtet som et almindeligt menneskeligt problem eller en simpel afvigelse fra en norm, bliver gjort til en diagnosticerbar sygdom eller forstyrrelse, der kræver behandling

Hvad er meningen?

- **Ydre struktur** – aktiviteter med iboende værdi
- **Indre erfaring** – resonans

Sammenlign med sprogets mening

# Hvad gør mennesker lykkelige?

## *Happiness in Different Activities (fixed effects regression model)*

Happy (0–100) Activities (in rank order)	Coefficient	t
Intimacy, making love	14.20	(44.4)
Theatre, dance, concert	9.29	(29.6)
Exhibition, museum, library	8.77	(25.0)
Sports, running, exercise	8.12	(45.5)
Gardening, allotment	7.83	(22.8)
Singing, performing	6.95	(17.5)
Talking, chatting, socialising	6.38	(75.2)
Birdwatching, nature watching	6.28	(11.4)
Walking, hiking	6.18	(37.0)
Hunting, fishing	5.82	(3.98)
Drinking alcohol	5.73	(54.0)
Hobbies, arts, crafts	5.53	(22.5)
Meditating, religious activities	4.95	(11.2)
Match, sporting event	4.39	(15.2)
Childcare, playing with children	4.10	(19.4)
Pet care, playing with pets	3.63	(17.1)
Listening to music	3.56	(27.6)
Other games, puzzles	3.07	(11.1)
Shopping, errands	2.74	(25.1)
Gambling, betting	2.62	(2.82)
Watching TV, film	2.55	(36.3)
Computer games, iPhone games	2.39	(18.4)
Eating, snacking	2.38	(37.1)
Cooking, preparing food	2.14	(22.0)
Drinking tea/coffee	1.83	(18.4)
Reading	1.47	(13.3)
Listening to speech/podcast	1.41	(9.62)
Washing, dressing, grooming	1.18	(11.5)
Sleeping, resting, relaxing	1.08	(11.4)
Smoking	0.69	(3.16)
Browsing the Internet	0.59	(6.13)
Texting, email, social media	0.56	(5.64)
Housework, chores, DIY	-0.65	(-6.59)
Travelling, commuting	-1.47	(-16.2)
In a meeting, seminar, class	-1.50	(-9.01)
Admin, finances, organising	-2.45	(-14.2)
Waiting, queueing	-3.51	(-22.7)
Care or help for adults	-4.30	(-7.75)
Working, studying	-5.43	(-44.0)
Sick in bed	-20.4	(-67.9)



## Diagnoser som meningsskabende mediatorer af personers selvforhold

- Diagnosen som *tingsliggende* mediator
- Diagnosen som *forklarende* mediator
- Diagnosen som *selvbekræftende* mediator
- Diagnosen som *undskyldende* mediator

## Fem fortolkninger af lidelses- og diagnoseekspansionen

1. Der er simpelthen flere end før (den *samfundsmæssige* forklaring)
2. Vi er bare bedre til at erkende det (den *officielle* forklaring)
3. *Big Pharma* – henimod *Pharmageddon*? (den *kritiske* forklaring)
4. Den psykiatriske omformning af ubehaget (den *kultur-historiske* forklaring)
5. Ændret diagnostisk praksis (den ubetvivleligt *sande* forklaring)

## Giver diagnoserne tunnelsyn?

- Diagnoser er **øjebliksbilleder** og kan gøre det vanskeligt at se **muligheder!**
- Vi kan (alt for) hurtigt se mønstre i adfærd! Det gælder om også at se sprækkerne, **ændringspotentialerne**. Fx er børn med ”særlige behov” i virkeligheden børn under ”særlige omstændigheder” (af-individualisering af problemerne).
- Det gælder om at skabe **tro på muligheder i menneskers miljøer** for at de kan spejle sig i denne tro og udvikle sig!
- Mennesker gør det bedste, de formår – problemadfærd er kompenserende. Bekymringskulturen rundt om mennesker fører let til mere compensation. Enhver støtte må arbejde på at overflødiggøre sig selv!

(Synspunkter lånt fra psykiater Søren Hertz)

## Respekt og despekt – kort sagt

- Hvis man slår på folk, der er faldet, så bliver de afmægtige (skabelse af hjælpeløshed) (DESPEKT<sup>1</sup>)
- Hvis man ærer folk, der er faldet, så bliver de liggende (offer- og klientgørelse) (DESPEKT<sup>2</sup>)
- Hvis man tilbyder en hjælpende hånd til folk, der er faldet, så kan de rejse sig op (RESPEKT)