

Udveksling mellem selv og andre i udvekslingsfeltet

➤ VED PSYKOLOG RASMUS H. HANSEN

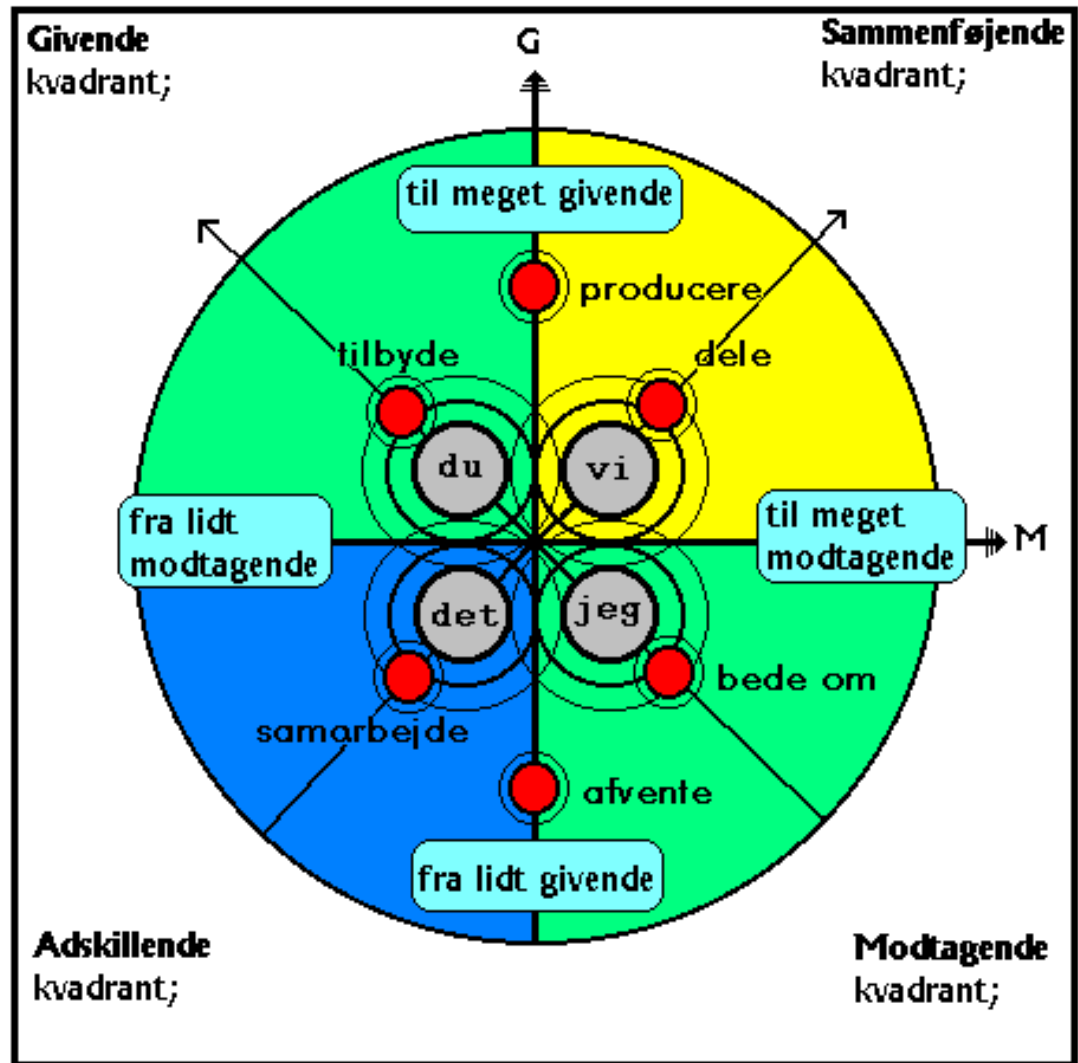
Anvendelse

- ❑ Udvekslingsfeltet kan bruges som redskab til at identificerer udveksling mellem mennesker
- ❑ Det kan træne og fokusere empatisk bevidsthed omkring egen og andres udveksling generelt og i udfordrende sammenhænge

Udvekslingsformen

- ❑ Er karakteriseret ved både et modtagende og givende aspekt
- ❑ Er klart defineret ved relationen mellem disse spekter
- ❑ Fx har det "appellerende" borger behov for at *modtage* noget (trøst, støtte) og han *giver* med "våde øjne" udtryk for dette.
- ❑ Fænomenologisk model: Det oplevelige i subjekt - objekt relationer

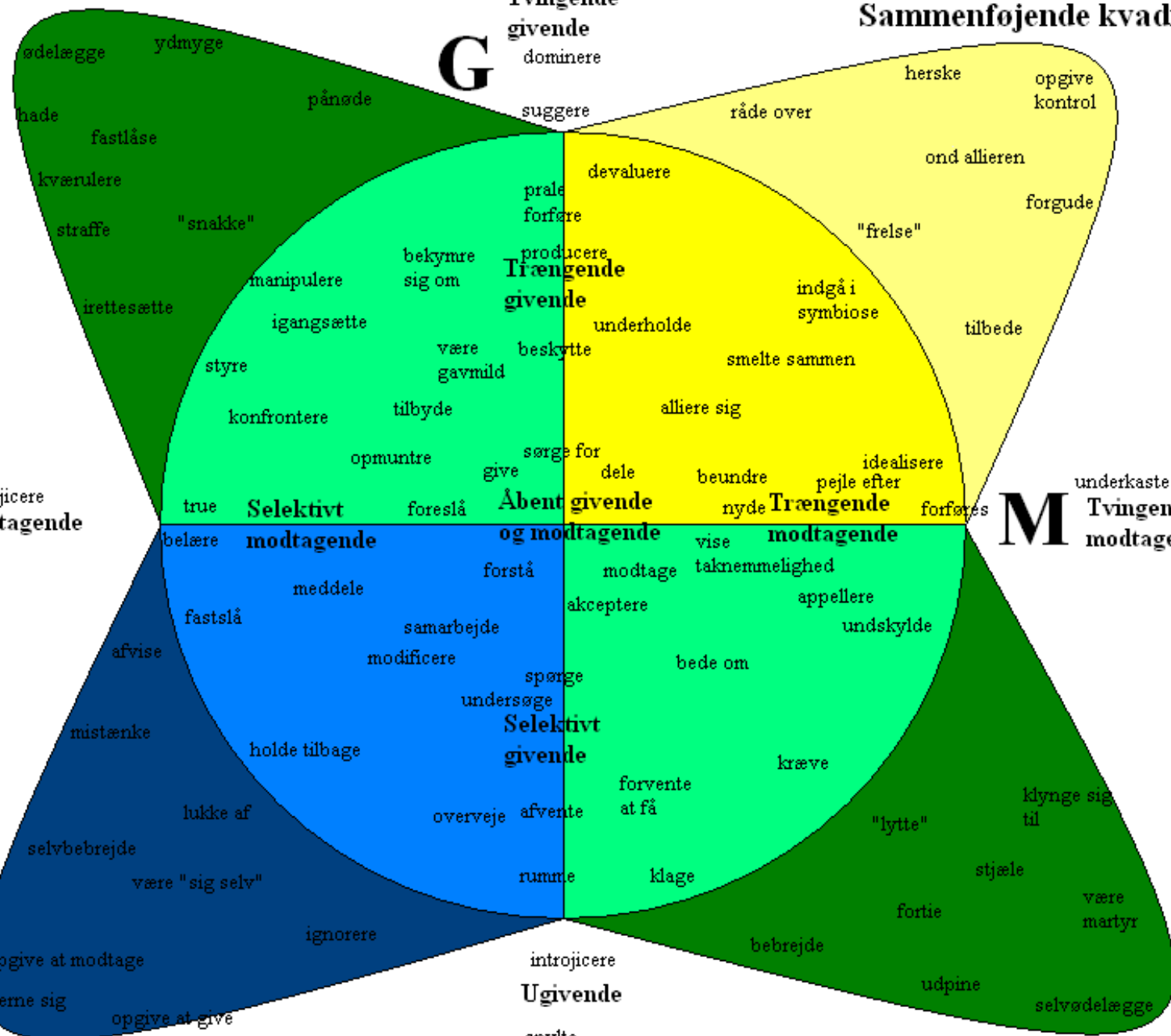
Udvekslingsfeltet



Givende kvadrant

Tvingende givende
dominere

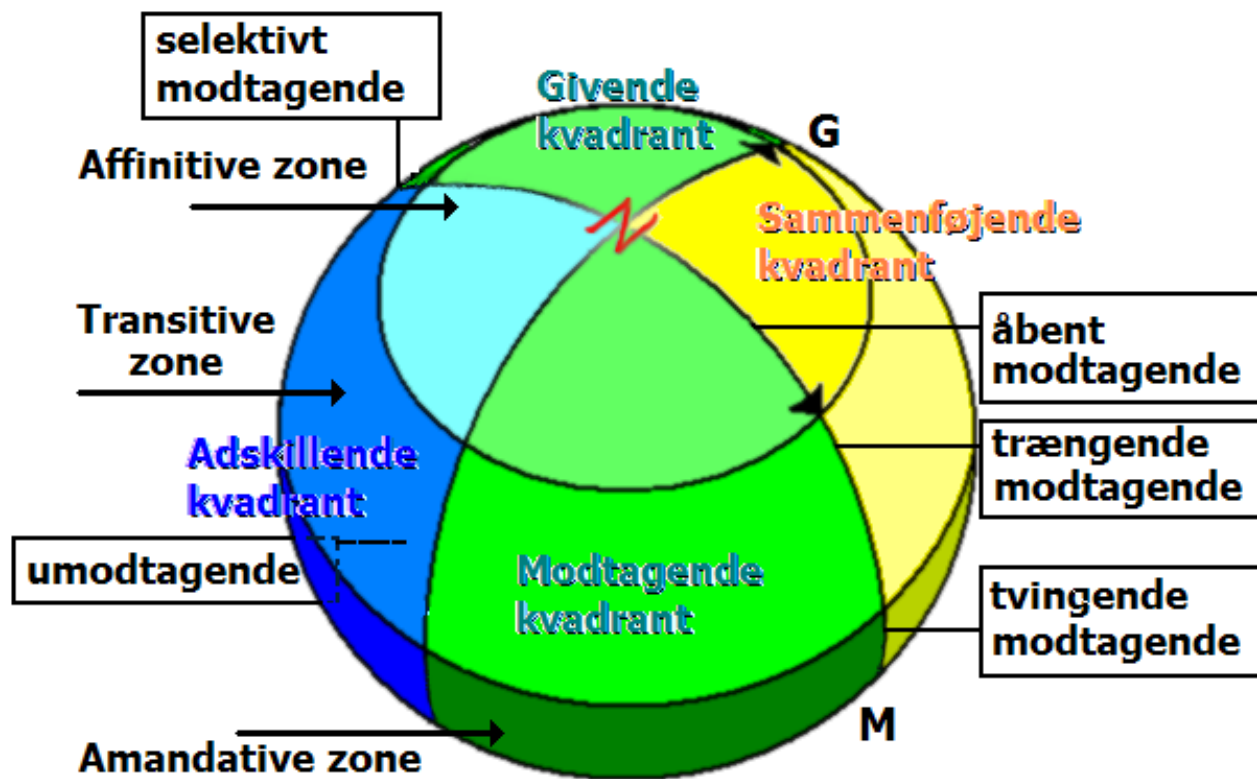
Sammenføjende kvadrant



Adskillende kvadrant

Modtagende kvadrant

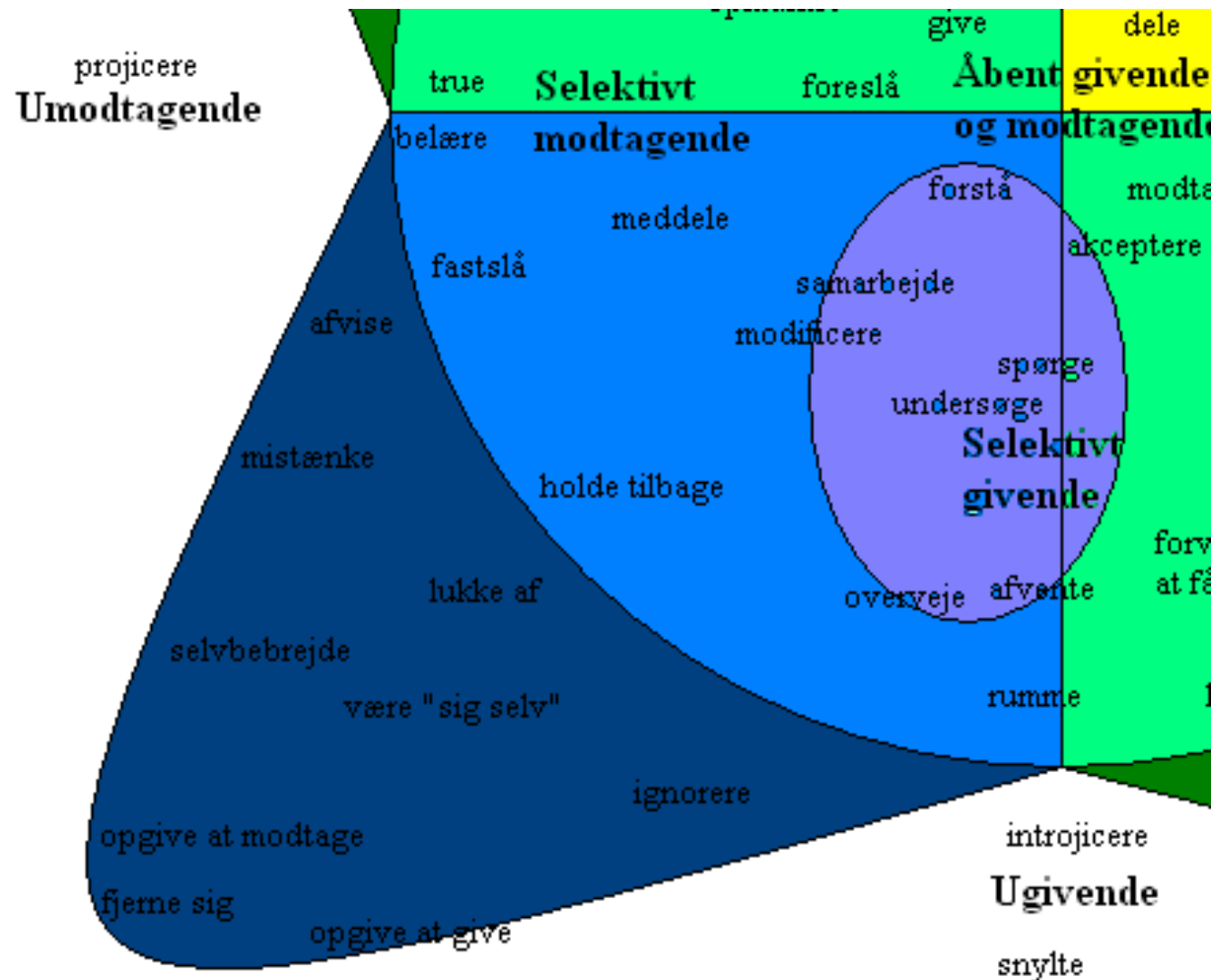
Udvekslingsfeltet i sfærisk udgave (Globus)



Et interpersonelt perspektiv

- ❑ Personligheden er dannet i udveksling med andre mennesker
- ❑ Personlighed defineres, som det område af udvekslingsfeltet, der er mest karakteristisk for personen i nære relationer
- ❑ Personlighedens grundlægges i de tidlige tilknytningsrelationer

Under- søgende udveksling (I)



Adskillende kvadrant

Undersøgende udveksling (II)

- Undersøgelse og forståelse af den andens perspektiv og livsverden
- Er ofte en forudsætning for at kunne give andre noget relevant
- Udvekslingsformer som: Forstå, spørge, undersøge, acceptere, samarbejde, afvente, overveje

Undersøgende udveksling (III)

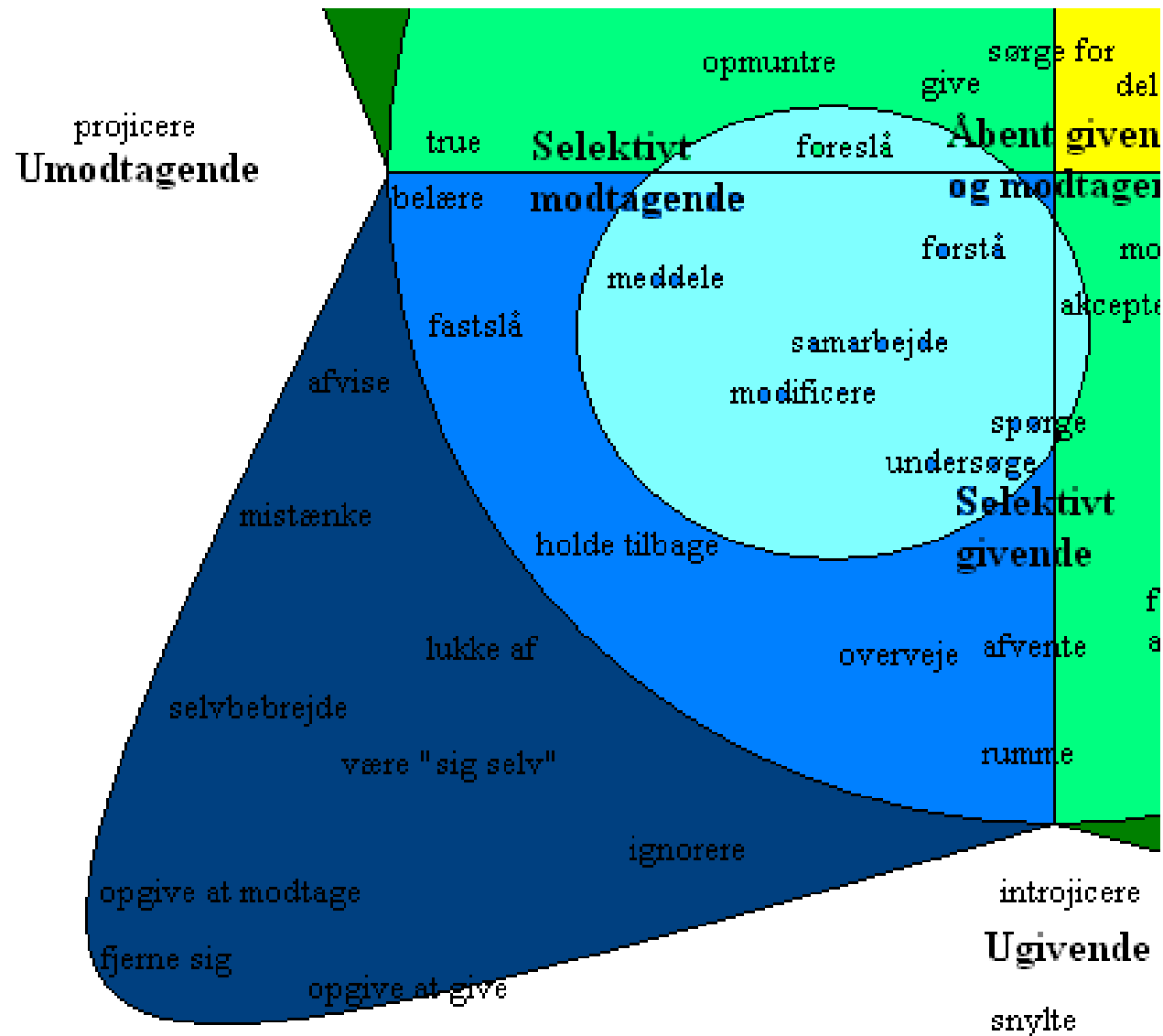
Faldgruber

- Ugivende, snyltende
- Passivitet og utydelighed

Muligheder

- Viser interesse
- Giver indsigt
- Giver indblik i den andens livsverden

Faktuel udveksling (I)



Faktuel udveksling (II)

- ❑ Saglig, neutral, anonymt, rationel argumentation
- ❑ Fx undersøgelse, statistik, facts, teori, regler & love
- ❑ Udvekslingsformer som: Rådgive, vise indsigt, samarbejde, modificere, forstå, meddele, lære fra sig, foreslå

Faktuel udveksling (III)

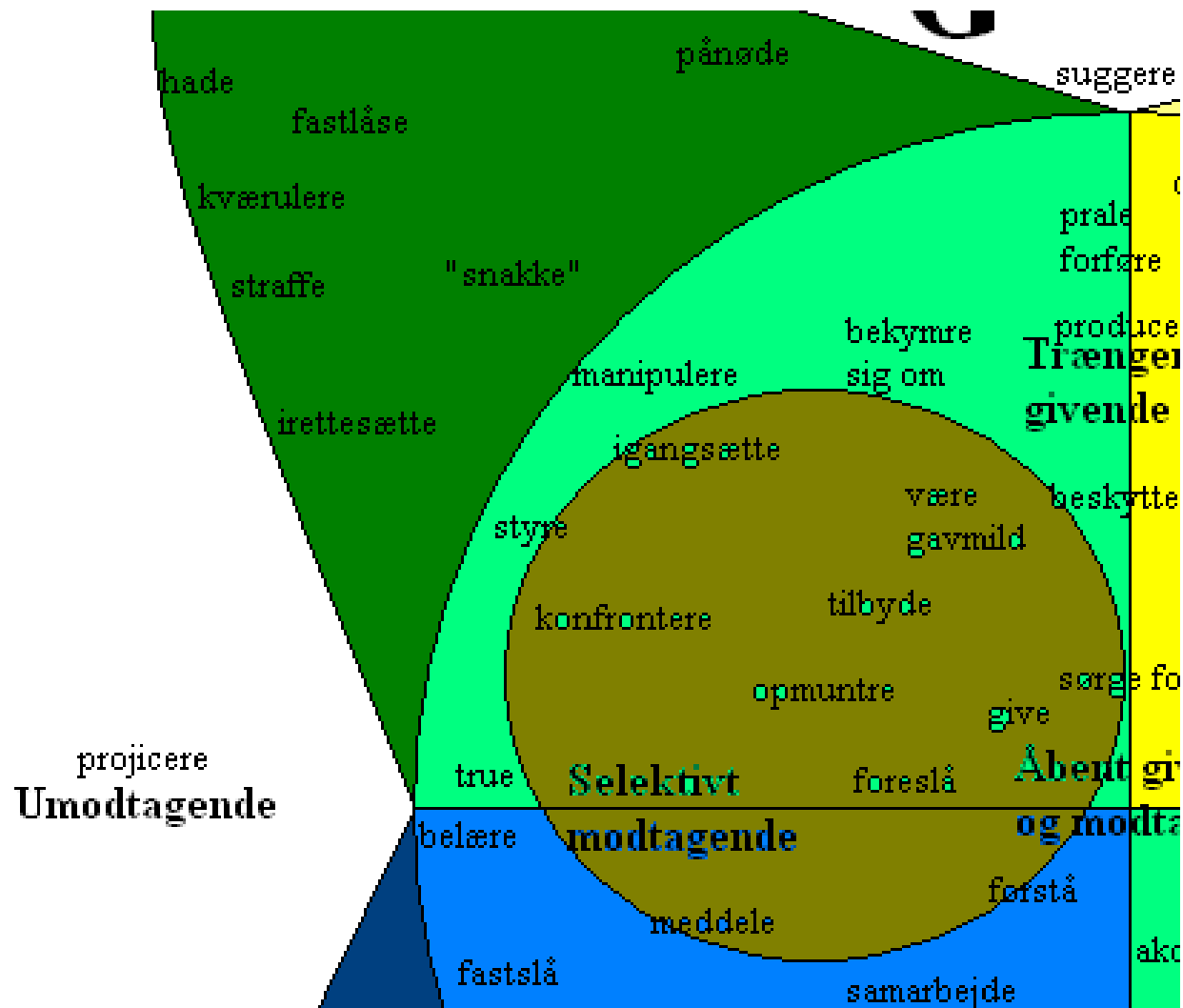
Faldgruber

- Kedeligt, anonymt
- Borgeren bliver fjern
- Risikerer at blive belærende og bedrevidende

Muligheder

- Overbeviser trodsige borgere
- Virker seriøst og sagligt

Styrende udveksling (I)



Styrende udveksling (II)

- Ansvarstagen ift. borgeren
- Fx handlingsforslag, initiativer, tilbud, forslag, støttende foranstaltninger
- Udvekslingsformer som: Igangsætte, styre, konfrontere, tilbyde, hjælpe, opmuntre, være gavmild, give, foreslå

Styrende udveksling (III)

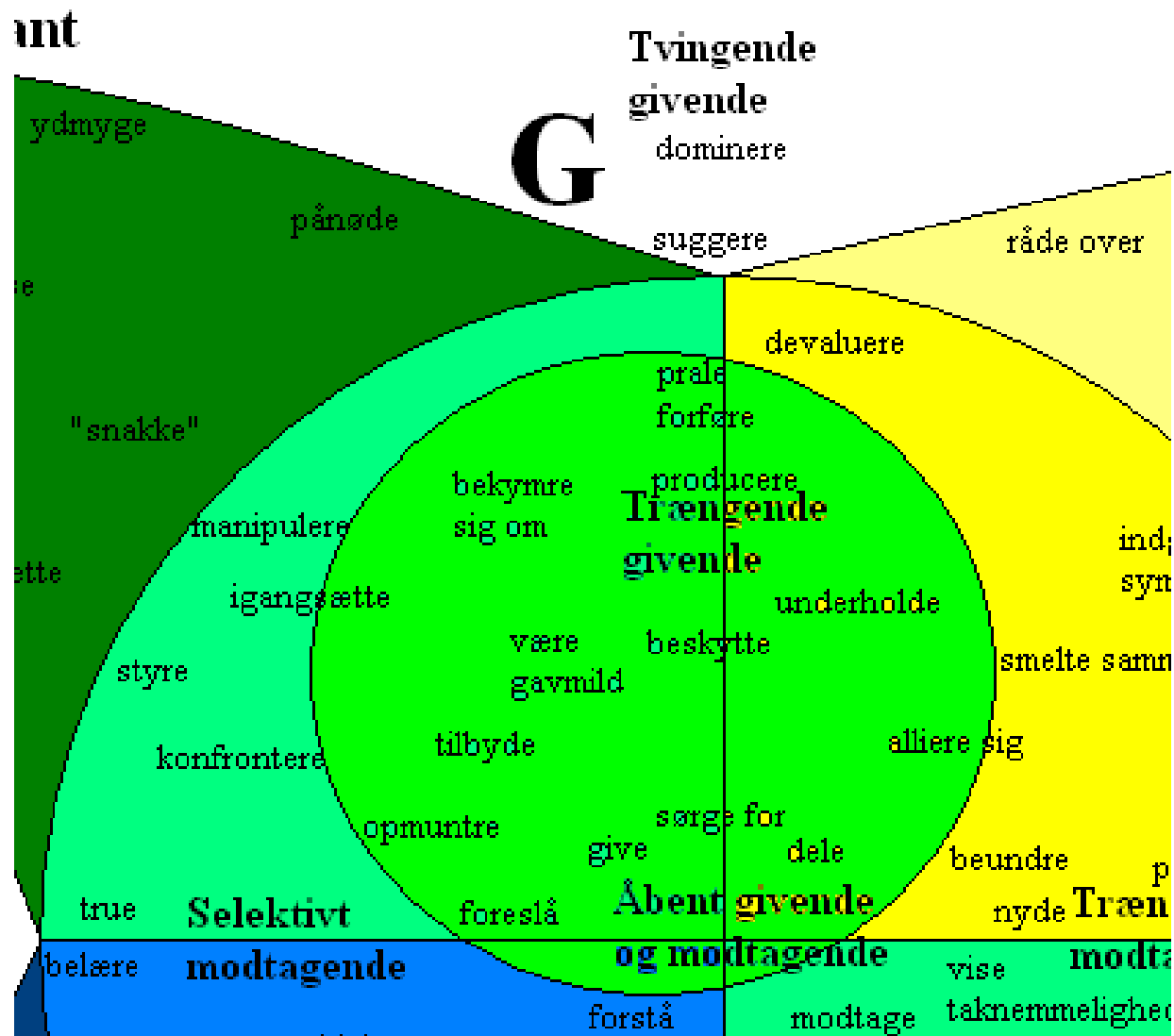
Faldgruber

- Kan tromle andre
- Kan blive irettesættende og kværulerende
- ”Tom snak” ude af kontakt med modtageren

Muligheder

- Giver fremdrift og forandring
- Ansvarstagen og initiativ

Karismatisk udveksling (I)



Karismatisk udveksling (II)

- Karisma, engagement, glæde, jokes, humor, værdiladet ordvalg, patos
- Udvekslingsformer som: Inspirere, underholde, forføre, producere, bekymre sig om, beskytte, være gavmild, tilbyde, opmuntre, sørge for

Karismatisk udveksling (III)

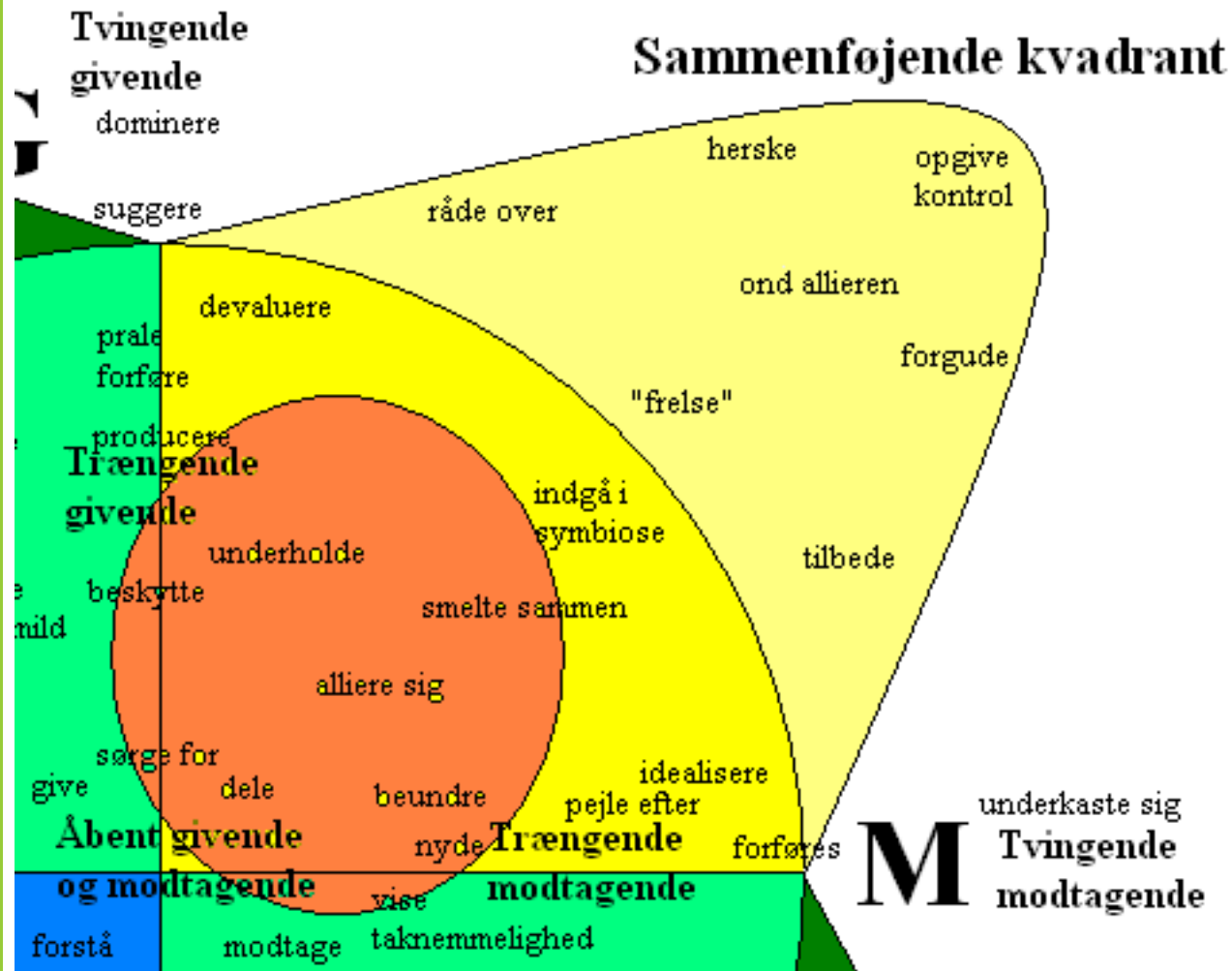
Faldgruber

- Usaglig, useriøs
- Patetisk (højtideligt / selvfed)
- Dominerende, pånødende, ydmygende, råder over andre

Muligheder

- Giver energi og motivation
- Er vedkommende og involveret

Inderlig udveksling (I)



Inderlig udveksling (II)

- Følsomt nærvær, følelsesudtryk og udbrud
- Udvekslingsformer som: Dele, alliere sig med, sørge for, beundre, smelte sammen, underholde, beskytte

Inderlig udveksling (III)

Faldgruber

- Symbiotisk omklamrende
- For "frelst"
- "Føleri"

Muligheder

- Alliancebyggende, tilknytning, commitment
- Nærhed, kontakt, fortrolighed, nærvær

Forskellige typer udveksling

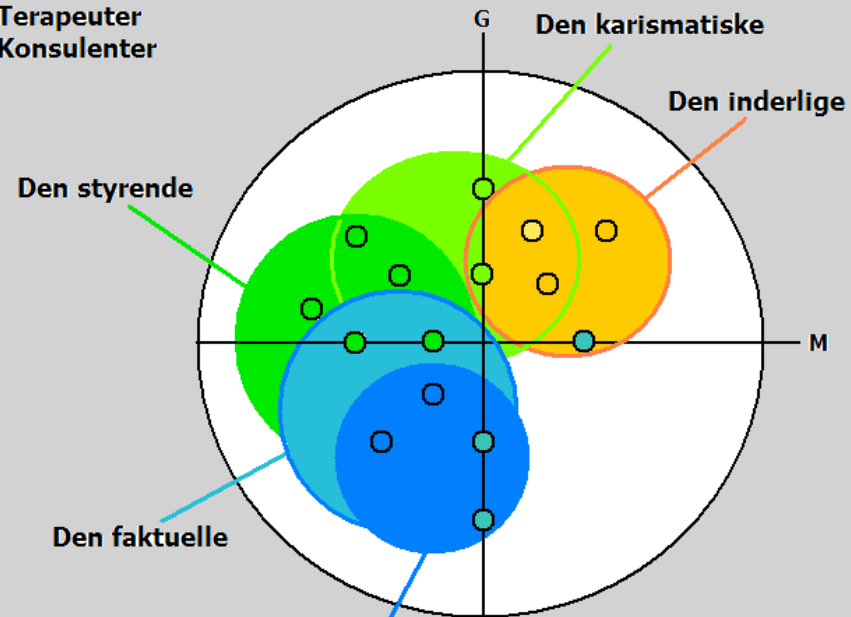
Forskellige typer af formidlere:

Undervisere

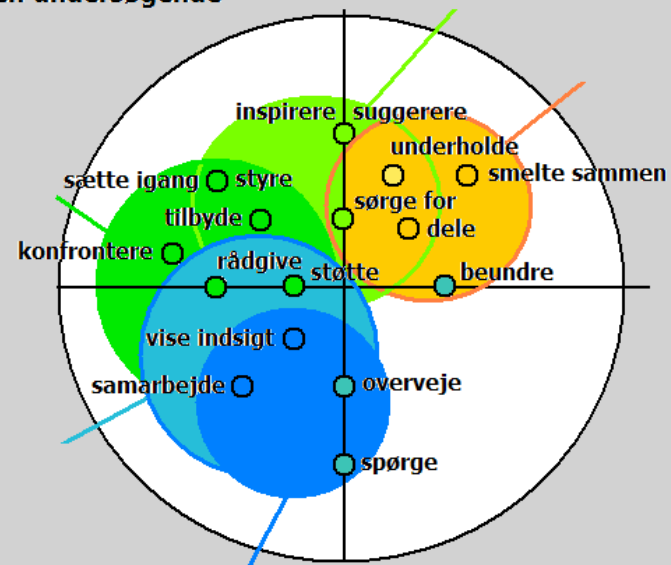
Ledere

Terapeuter

Konsulenter



Den undersøgende

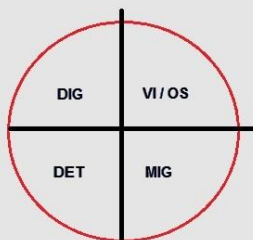


UDVEKSLINGSFELTET PERSONLIGHED - KARAKTERTRÆK

OBJEKTIVT GIVENDE KVADRANT

Ydre nærhedszone og forandringszone: Selektivt modtagende og trængende givende. Afknytningszone: Umodtagende og tvingende givende

OPLEVELSESORIENTERING I NÆRHEDSZONE (DET AFFINITIVE)



Ydre nærhedszone og forandringszone: Selektivt givende og modtagende. Afknytningszone: Ugivende og umodtagende

SVAG SELVFØLELSE

SVAG SELVFØLELSE VISER SIG SOM TILBAGETRÆKNING MOD DET BLÅ, BL.A. PÅ GRUND AF TRUENDE OPLEVELSER I DE YDRE DELER AF DE ØVRIGE KVADRANTER. SNARERE END POLARISERING OPTRÆDER AMBIVALENS OG TVIVL OG GENERELT ET LAVT SELVVÆRD.

OBJEKTIVT ADSKILLELSE KVADRANT

I midten af nærhedszonen er man åben, både hvad angår det modtagende (egne behov) og det givende (den andens behov). I den givende kvadrant er man modtagende i forhold til den andens behov og i modtagende kvadrant giver man info om egne behov. Det er her selvfølelse, selvværd og oplevelse af samhørighed er funderet i positiv følelsesmæssig udveksling

GIVENDE

OBJEKTIVE ASPEKT

OBJEKTIVT ASPEKT

UMODTAGENDE

OBJEKTIVT ASPEKT

OBJEKTIVT ADSKILLELSE KVADRANT

SUBJEKTIVT SAMMENFØJENDE KVADRANT

SUBJEKTIVE ASPEKT

OBJEKTIVT ASPEKT

OBJEKTIVT ASPEKT

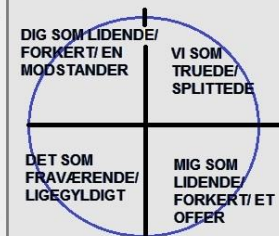
SUBJEKTIVT MODTAGENDE KVADRANT

SPLITTELSE

SPLITTELSE I SELVET SVARER TIL EN INDRE POLARISERING I DEN GULE KVADRANT OG DE YDRE DELE AF DET MODTAGENDE OG GIVENDE FX: SADISTISK - MASOCISTISK, BEDRE END - VÆRRE END, GRANDIOS - FORTABT, RETHAVERISK - SKYLDIG, FANATISK - VILJESVAG, HAEFULD - SELVHADENDE. SELVVÆRDS-PROBLEMER GIVER POLARISERING ISÆR I NÆRE RELATIONER

Ydre nærhedszone og forandringszone: Trængende modtagende og/eller givende (delende). Afknytningszone: Tvingende givende/modtagende (ambivalens, tvivl).

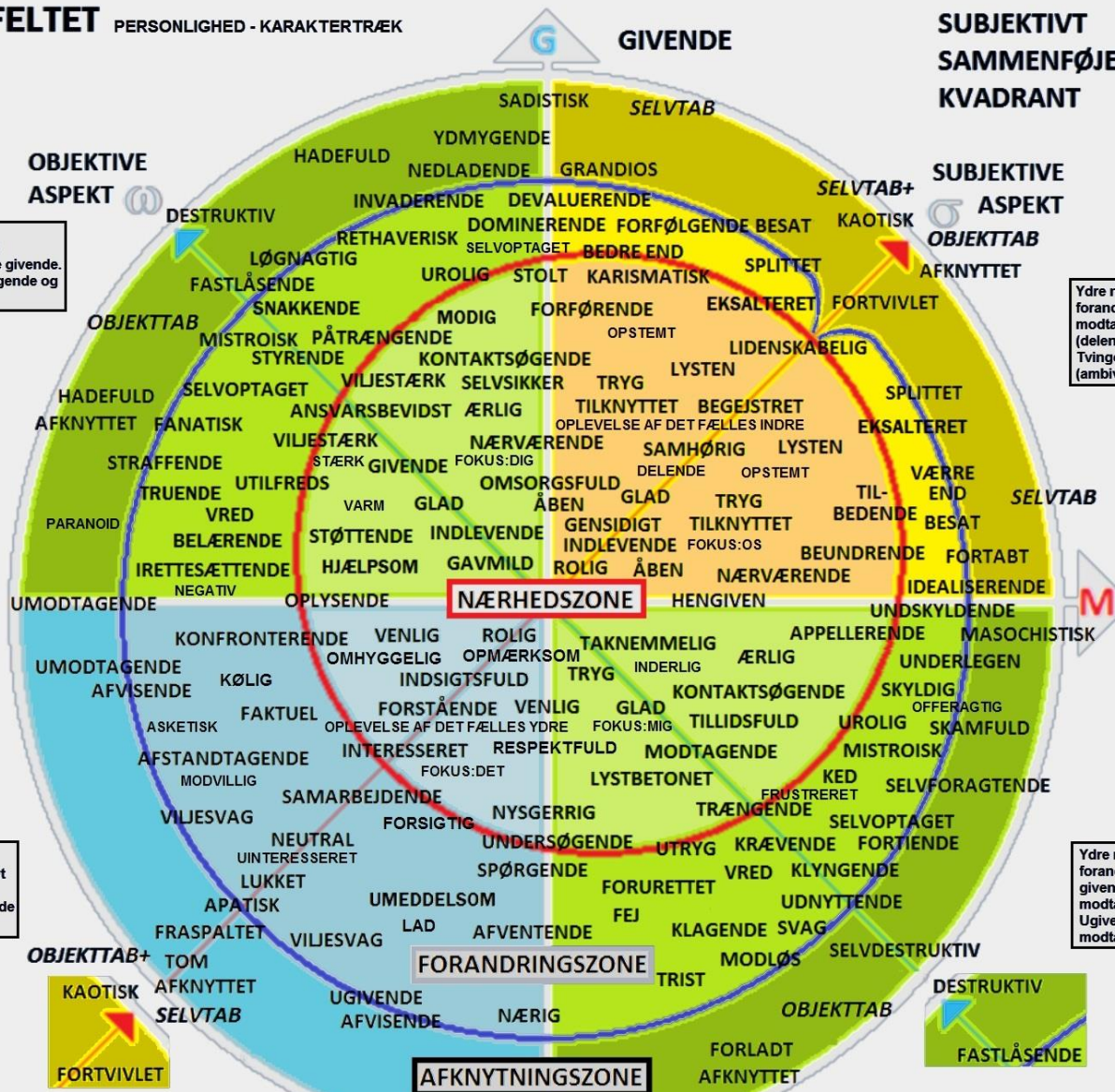
OPLEVELSESORIENTERING I FORANDRINGS- (TRANSITIV) OG AFKNYTNINGSZONE (AMANDATIV)



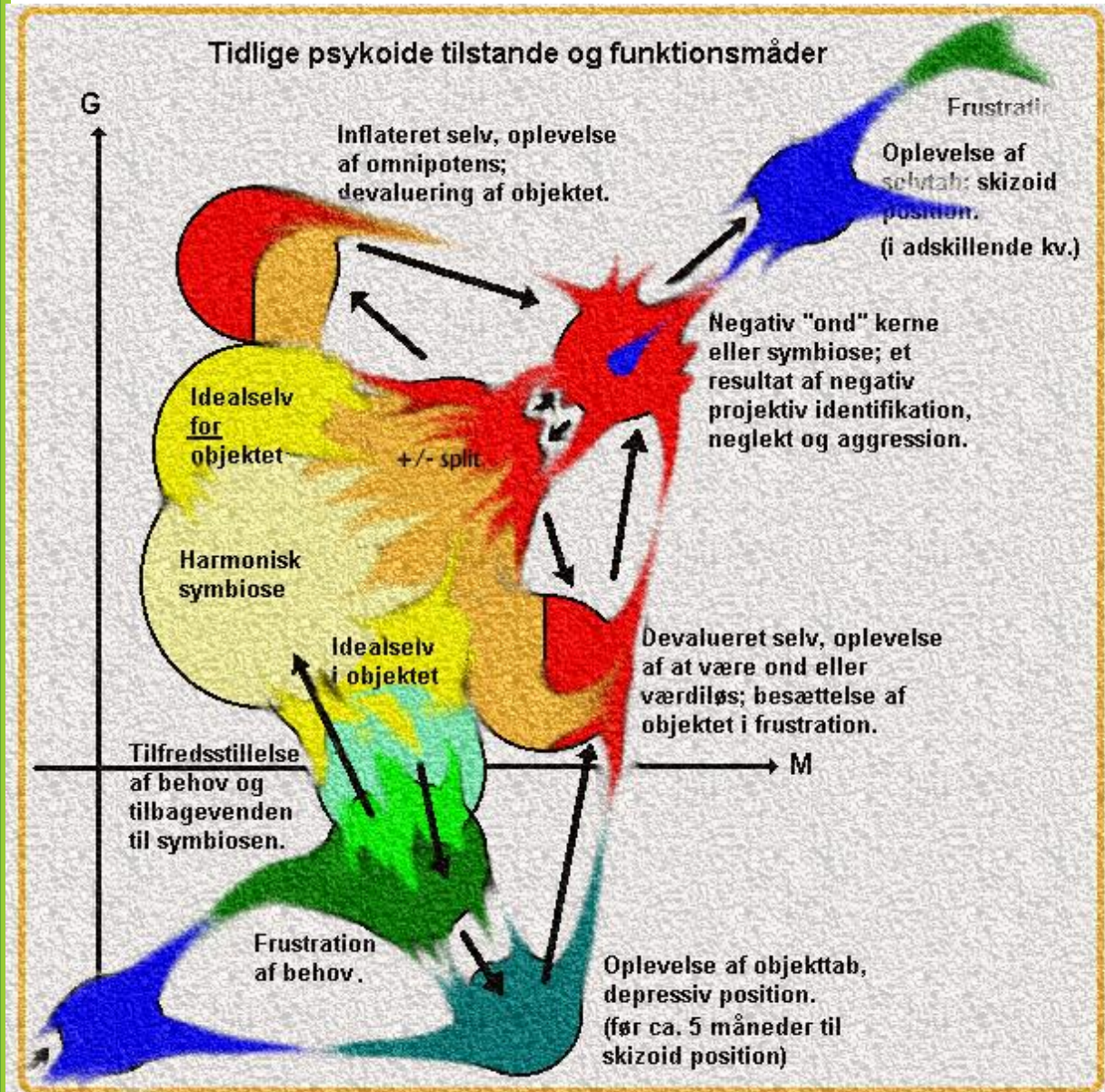
Ydre nærhedszone og forandringszone: Selektivt givende og trængende modtagende. Afknytningszone: Ugivende og/eller tvingende modtagende

POLARISERING

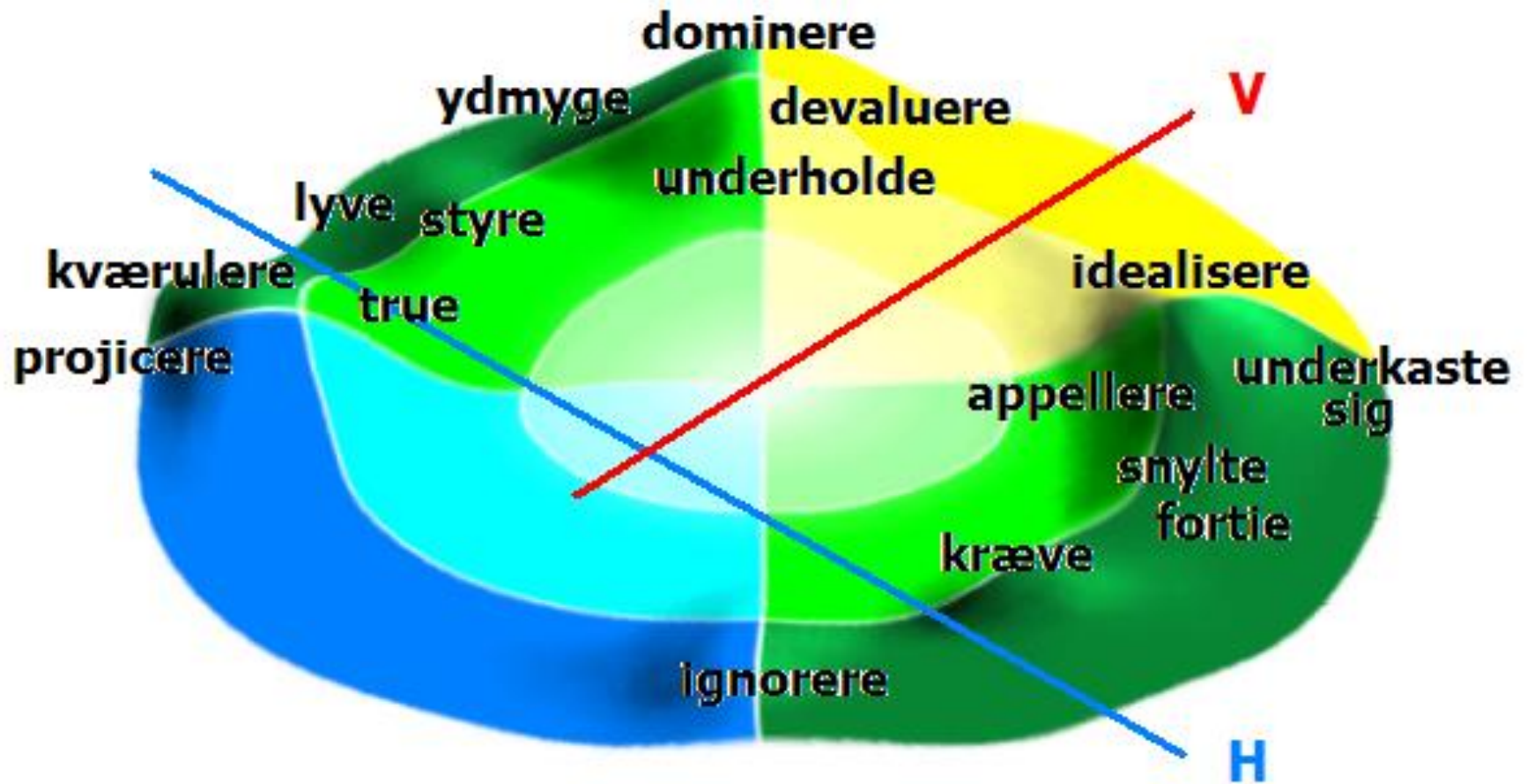
POLARISERING MELLEML TO MENNESKER I EN NÆR RELATION SVARER TIL SPLITTELSE I SELVET HOS DE TO, HVOR MAN TYPISK ANGRIBER DET HOS DEN ANDEN, SOM MAN IKKE VIL VÆRE VED HOS SIG SELV, MEN SOM HOS DEN ANDEN OPLEVES SOM EN KILDE TIL SVIGT, URETFÆRDIGHED ECT.



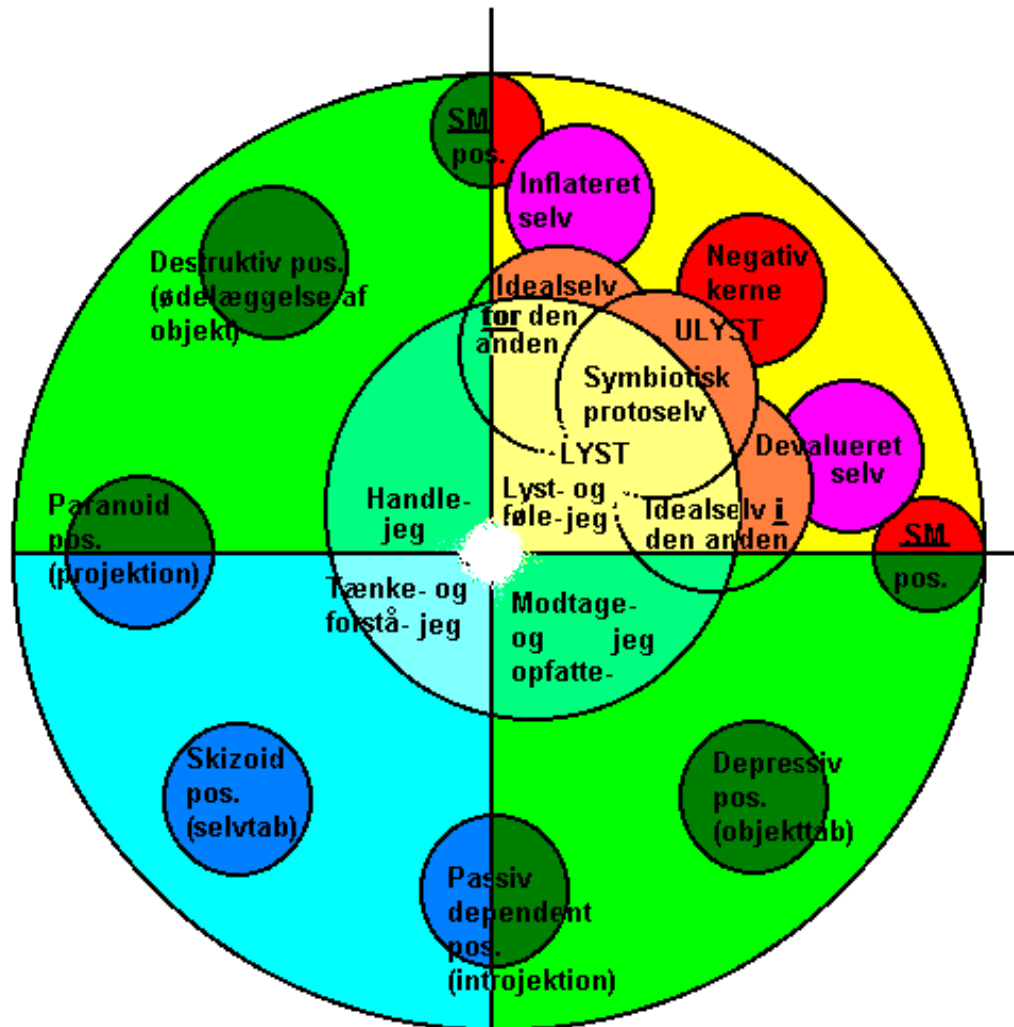
Tidlig udvikling og neglekt



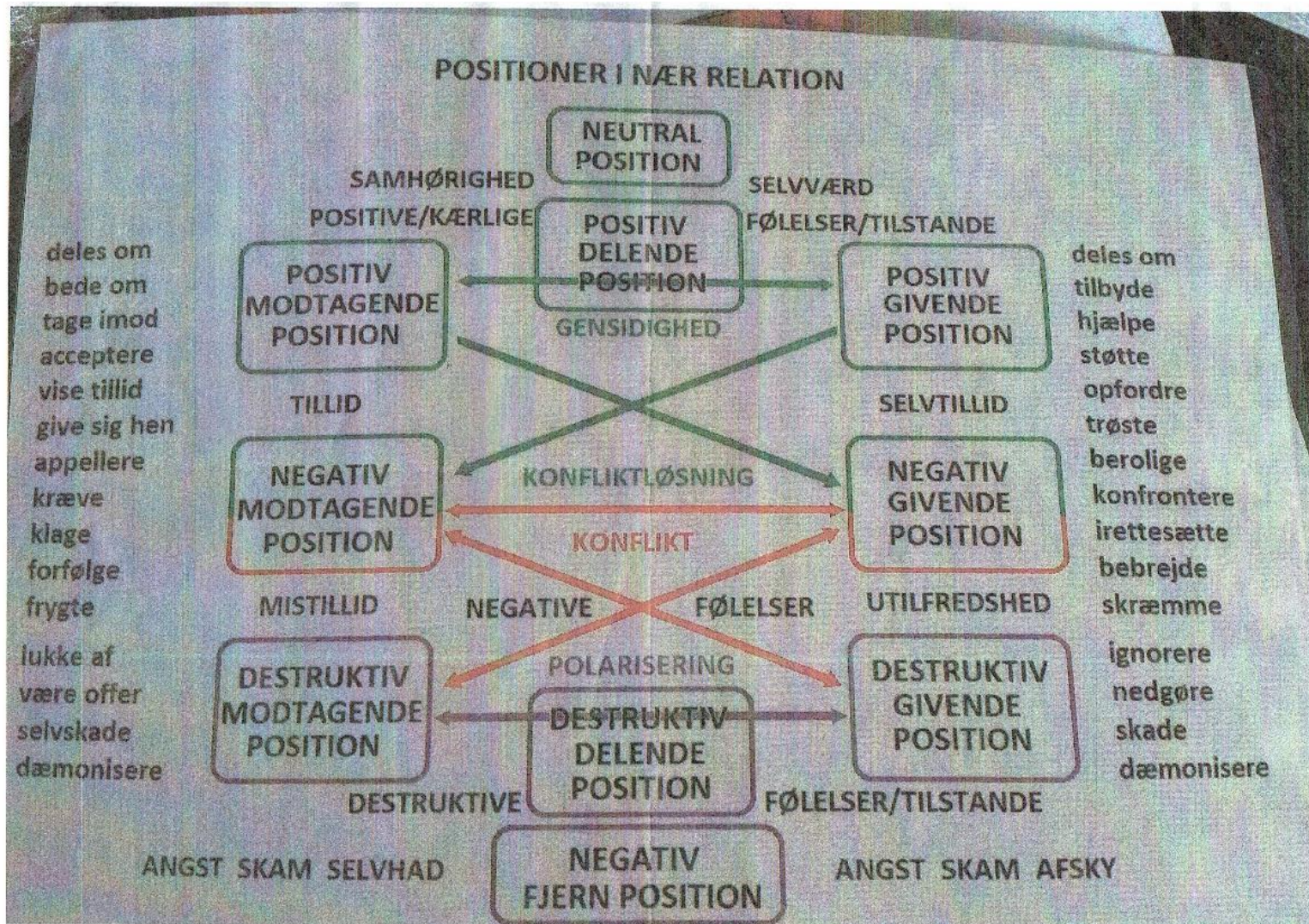
Borderline (histrionisk type)



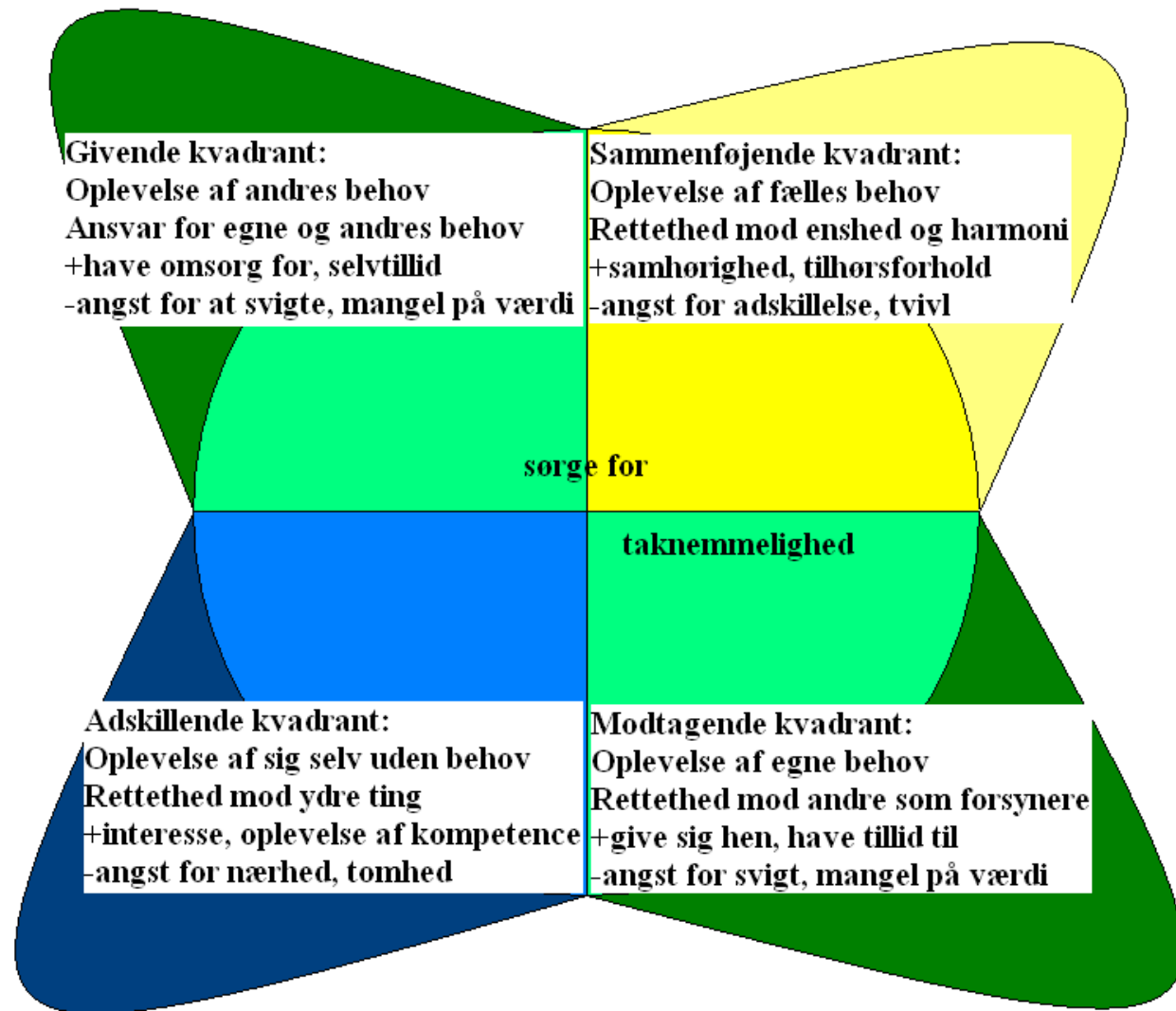
Vertikalt og horisontalt split



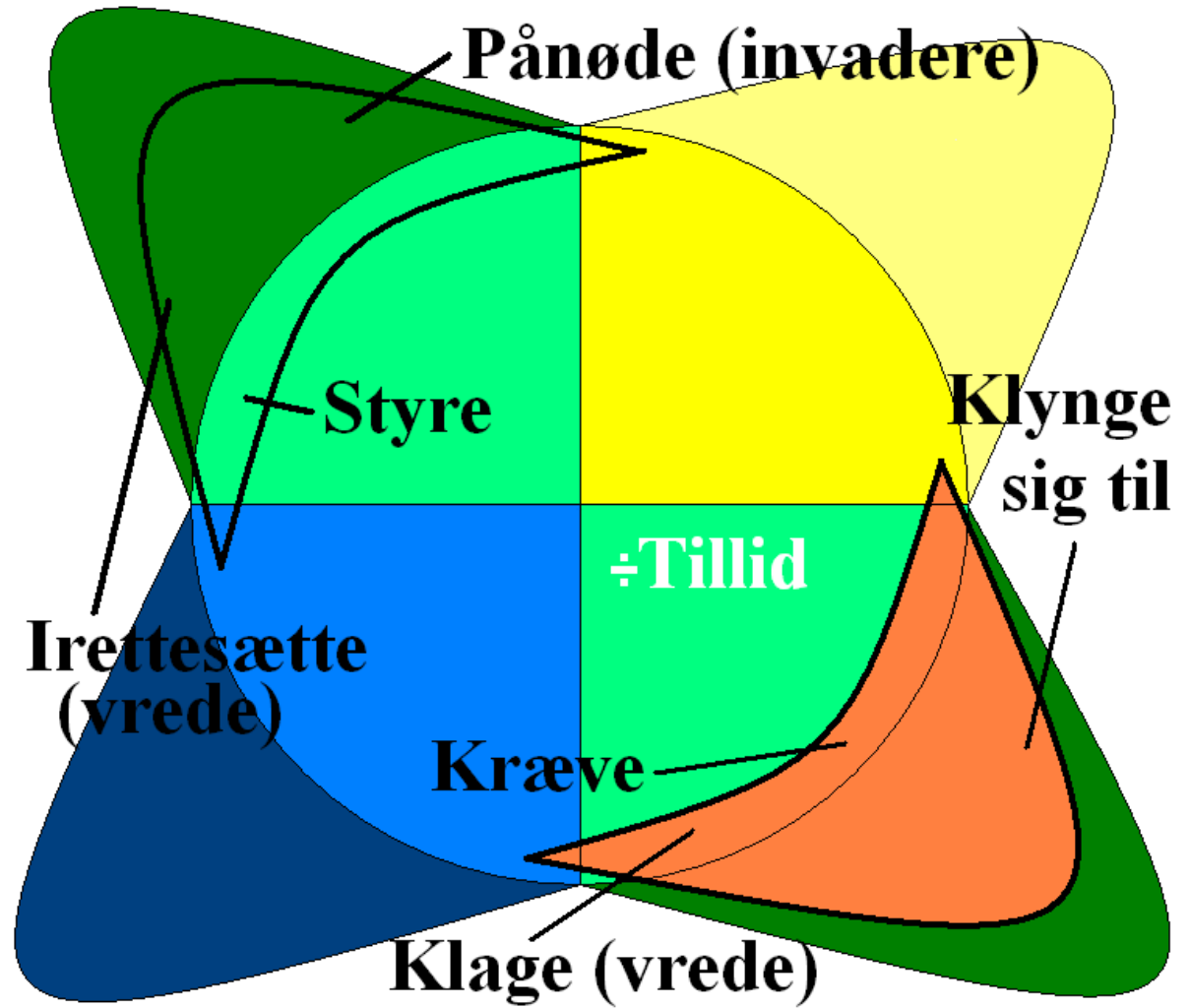
Polarisering



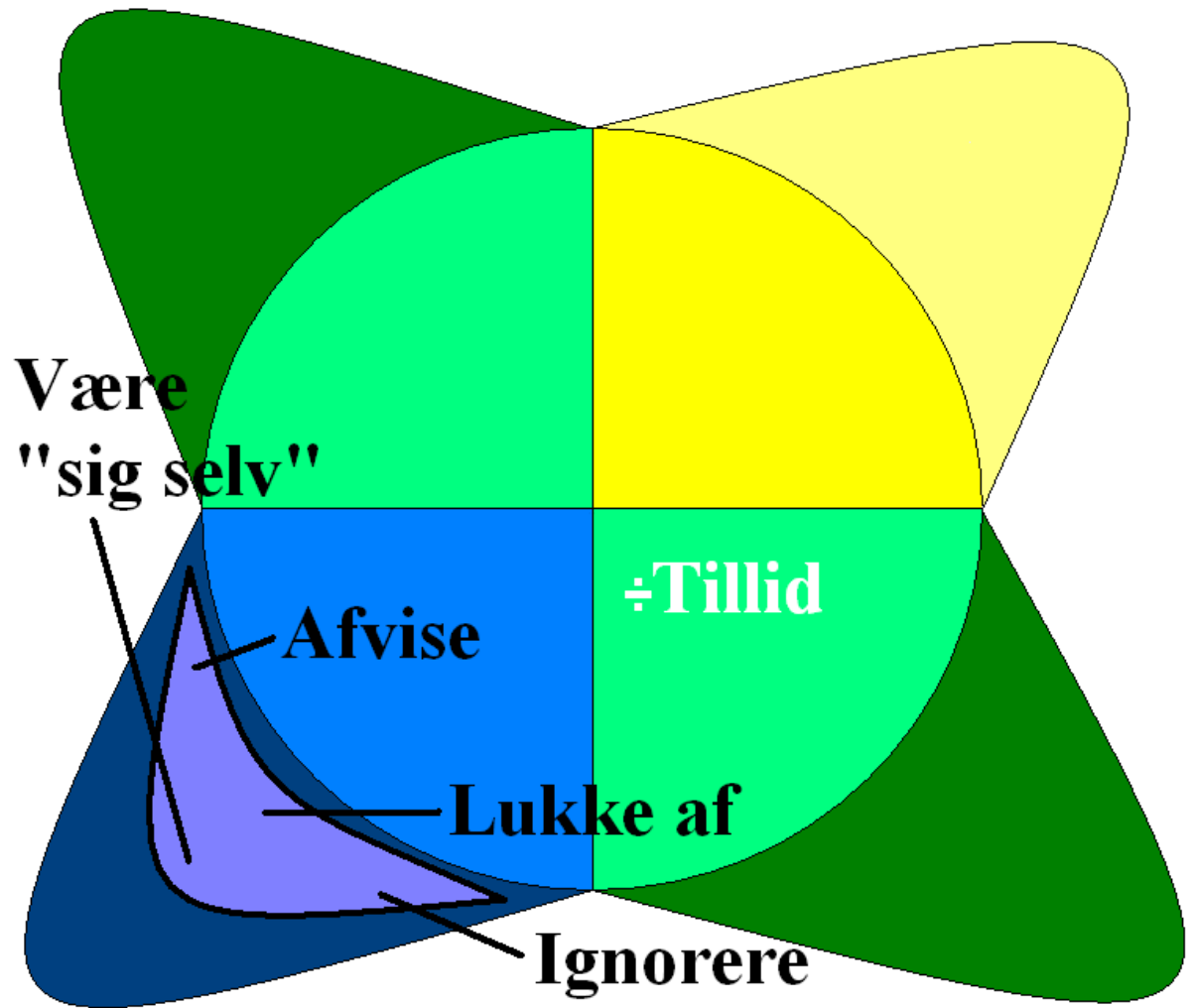
Barrierer for central udveksling



Ambivalent /
klyngende
tilknytning



Undvigende tilknytning



Des-
organiseret
tilknytning

