

En dag med resonans i Svendborg

*Hvad er resonans mellem mennesker?
Hvordan føles det, og hvad kan vi
bruge det til i vores hverdag?
Guldsalen i Svendborg lagde d. 3.
november hus til resonansprojektets
deltageres fælles udforskning af dette –
krydret med en tur i biografen og et
ægte resonerende band...*

03. november 2011

Musikken spiller, og kaffen står parat, da busserne ved 10-tiden ankommer til den store gule bindingsværksbygning. De har været af sted fra tidlig morgen fra byer spredt rundt om Danmark. Høje Tåstrup, Fredericia og Odense. Vi er i Svendborg, nærmere bestemt Svendborg Kulturhus, Guldsalen – en prægtig sal med højt til loftet, guldborder på væggene og et tæppe af rødt velour, der dækker for en scene i den ene ende af salen. Deltagerne pibler ind i, og langsomt fyldes rummet med snak og vibrationer fra de spændte mennesker.

Bernhard byder velkommen og præsenterer dagsprogrammet, hvorefter bandet – en cello, et klaver, en bas-og-rytme-mand og to sangere – inviterer alle

til at synge med på ”Regnvejrsdag i november”, som er blevet delt ud på papir på stolene. ”Jeg vil male dagen rød, me den sidste roses glød...” Så er stemningen sat. Farverne fra alle versene danser i luften, og vi er måske flere, der kommer til at tænke på spørgsmålet: ”Hvordan ville du male dagen i dag? Hvilken farve?”

Bandet spiller flere stemningsmættede strofer, og imens vandrer deltagerne rundt og kigger på en billedudstilling, der er blevet sat op i dagens anledning. Billederne er taget af fotograf Tina Harden og udtrykker alle på den ene eller anden måde ”resonans mellem mennesker”. Salen summer af indtryk og bevægelse. ”Sorg er hjemløs kærlighed”, siger én, da hun ser på ét af fotografierne. ”Frank



og Casper er for meget”, ”Måske vasker damerne tøj”, ”Hundene er dobbeltgængere, eller er det omvendt?” Senere bliver der skrevet ord på plakater, der ligger ved siden af billederne – ord, der kendetegner billederne, og forslag til titler på dem.



”At svinge sammen”

”At svinge sammen” er temaet for den næste korte fællessnak. Hvad vil det sige at svinge sammen? ”Hvad har I at sige om det at svinge sammen?”, spørger Bernhard. Der er mange stemmer, der byder ind: ”Det er som en fantastisk summen, når man svinger sammen”, siger én. En anden mener, at det skaber spontanitet og gør forskelle ligegyldige. En tredje mener, at resonansen har et evolutionært mål, da socialitet er afgørende for overlevelsen, og en mindre diskussion går på, om man kan lære at svinge sammen - om resonans kan opbygges, når den ikke er der fra starten.

Lasse husker os på, at vi ikke kun er her for at tale om resonans, men også for at opleve den med hinanden. En diskussion, der svinger, siger han, forudsætter, at der ikke er nogen ordstyrer. ”Vi må kigge på alle dem, vi snakker til. Ikke kun os, der står for arrangementet. Og så behøver vi ikke række hånden op, men vi kan fornemme, hvornår der er plads til at sige noget”, foreslår han til forsamlingen. Hans ord gør hurtigt deres virkning. Nærværet vokser, og det mærkes, at der er noget på hjerte i salen.

Og hvad skal der så til for at resonans opstår? ”Det er vigtigt at møde hinanden åbent og uden fordomme. Med nysgerrighed”, er ét bud. ”Jeg tror, at når man svinger sammen, så er det fordi, man har en delmængde af én selv til fælles”, var et andet.

Det blev i debatten klart, at det er vigtigt at have rum for ærlighed om, hvorvidt man føler, man svinger med hinanden.

Medarbejderen har fx brug for at få at vide, hvis borgeren ikke føler, at han eller hun svinger med vedkommende. Det er vigtigt at skabe en opmærksomhed på det, en kultur for at kunne sige til og fra og en enighed om, at det er ok, at man ikke svinger med alle. Det betyder ikke, at der er noget galt, hvis man ikke har kemi.

Sidst, men ikke mindst, var der efterspørgsel på, hvad præcist det dér resonans defineres som. *"Er det bare det, vi i min ungdom – i de fede 68'ere – kaldte for "fede vibrationer"?"* Dette blev startskuddet til næste punkt på programmet.

Hvad er resonans? Lars Lorentzon fortæller..

"Når vi skaber en relation med et andet menneske, opstår et gensidigt flow imellem os", fortæller Lars Lorentzon, manden bag *"Vredens pedagogik"*, en bog om resonans mellem mennesker. *"Vi får umiddelbare indtryk og skaber meninger om den anden på denne baggrund"*. Lars beskriver levende resonans som denne følelse af, at man ønsker at nærme sig et andet menneske.

Fornemmelsen af, at man bare MÅ kende denne person og en stor lyst til at være i selskab med denne person. Selvom vi nogle gange forestiller os det modsatte, så er denne tiltrækning af en person oftest gengældt. *"Vi behøver ikke at være så bange for, om den anden person kan lide os, for resonans er gensidig"*.

Ifølge Lars opstår resonansen muligvis, fordi de livserfaringer, som ligger i os, griber fat i hinanden og kommunikerer med hinanden – helt ubevidst. Fx har Bernhard noget livserfaring som Lars gerne vil kende til. Han



vil udfordres og lære af Bernhards livserfaringer, og derfor er der en stor lyst til at have ham i sit liv. *"Det liv, vi møder, bliver en del af os selv. Og det bliver en del af det, vi signalerer til hinanden. Vi tiltrækkes muligvis af mennesker, som vi har nogle livserfaringer til fælles med. Vi kan mærke det uden ord."*

I forhold til resonans på botilbud mellem borger og medarbejder siger Lars: *"Hvis man i behandlingsøjemed indgår i en relation med dissonans, så har det negativ indflydelse på begge parter. Behandleren får det dårligere, og klienten eller beboeren på bostedet får det dårligere. Omvendt får begge parter det bedre, hvis der er resonans. Når der er god resonans, får den professionelle også noget fra borgerne. Den professionelle skal ikke bare give. Det handler om gensidig vinding. Begge parter skal have noget ud af samværet"*.

Lars husker os i øvrigt på, at man sagtens kan blive vred på mennesker, som man har meget

resonans med. Skænderier kan være med til at udvikle én selv og relationen.

Emil fra Lønneberg

Efter frokost går vi over i biografen på den anden side af gaden. Her toner Emil fra Lønneberg frem på skærmen, og vi ser et klip, hvor Emil støder på borgmesterens søn. I filmen lyder det: *"Når to drenge på præcis samme alder møder hinanden, så tændes der et lys i deres øjne"*.



Lars optræder herefter som tegnefilmsfigur, hvor han bl.a. fortæller, at Emil fra Lønneberg handler om, hvordan man bliver menneske. At man bliver menneske gennem relationerne – gennem relationen til faren og relationen til moren. Emil har både brug for at blive mødt med kærlighed, med raseri over de drengestreger, han gør, og med en vis ligegyldighed for hans problemer.

Dagen slutter af med en fælles opsamling på, hvad resonans har at gøre med psykisk

arbejds miljø. Det bliver tydeligt, hvor vigtig relationen til kolleger og ledere er, samt hvordan man kan arbejde med at fremme resonans på arbejdet, så arbejdsmiljøet bedres: *"Det at tage imod nye medarbejdere kan være en måde at skabe god grobund for resonans"*. Der bliver ligeledes peget på, at resonansen faktisk hænger sammen med, hvor effektiv man er på sit arbejde: *"At man har en god resonans er afgørende for, at man føler sig accepteret og for at føle sig normal. Og dette påvirker ens effektivitet og fornemmelsen af at man lykkes som menneske"*.

Maja Lindemann Sørensen