

**Att bygga en fredskultur.** Föredrag den 25 aug. 2013, Väcka för Fred i Göteborg (tältprojekt i Fredsams regi).

Karin Utas Carlsson, barnläkare, fil.dr. pedagogik/konflikthantering.

Författare till *Lära leva samman: Undervisning i konflikthantering. Teori och praktik* (2001) samt *Violence Prevention and Conflict Resolution: A Study of Peace Education in Grades 4-6* (1999). Den senare finns i sin helhet på [www.tradet.org](http://www.tradet.org). *Lära leva samman* finns representerat av fem kapitel. *Hantera konflikter och förbygg våld* (2011) finns också presenterad på hemsidan. Boktips finns. Därtill rekommenderas *Livskunskap för livskvalitet* en antologi, redaktörer (2012): Utas Carlsson, K., Nordén, C. och Sevéus, V. Den behandlar ämnen inom livsåskådning, livskompetens och konflikthantering.

\*\*\*

Jag kommer att ta mycket av tiden till att tala om tänkesättet och avsluta kort med att ta upp arbete i skolorna. Arbete som bygger på det här tänkesättet, som finns med i mer eller mindre alla program.

*Mycket föll på plats för mig* när jag på Lärarutbildningen i Malmö i slutet av -80-talet träffade på *Resolving Conflict Creatively Program*, en lärarhandledning för arbete med elever från 5 till 12 års ålder. Jag hade slutat mitt arbete som barnläkare i öppen vård för att arbeta med fredsfrågan, och jag hade intervjuat 10-åringar om freds- och framtidsfrågor. Jag hade funnit att de här eleverna i viss utsträckning såg sambanden mellan global och lokal nivå, makro- och mikronivåerna. De såg att miljöförstöring och fattigdom leder till krig. En del engagerade sig också i de stora överlevnadsfrågorna. Men, hur var det, kunde de göra något, kunde jag göra något? RCCP kopplade samman mikro- och makronivåerna. Genom att förstå konflikter och orsaker till deras upptrappning kunde man lära sig att hantera konflikter på ett mer konstruktivt sätt, något som hindrade fastlåsnings som leder till svart-vit-tänkande och fiendebilder. Detta har man glädje av på alla nivåer. Det handlar om förhållningssätt, sätt att tänka, vilket påverkar känslor och beteenden. Mitt beteende påverkar ditt. Det blir spiraler. Onda spiraler kan förbytas till goda. Där, på Lärarutbildningen i Malmö, fick jag verktyg för mitt eget liv, privat och professionellt. Mitt ideella engagemang knöts till min professionella erfarenhet av arbete med människor psykologiskt, socialt och medicinsk. Jag var inte delad när jag sedan gick tillbaka till ett skolläkarjobb.

*Fotbollsspelaren Zidane* upprörde miljoner människor (han nämnde själv att drygt 2 miljarder såg det) när han inför publik och TV-kameror vände sig om och likt en tjur stötte huvudet i bröstet på den italienske spelaren Materazzi. Ja, han fick, som ni vet, rött kort, och fick alltså inte spela mer. Han blev utskämd sin sista fotbollsmatch på toppnivå, och han svek sitt lag inför avgörandet. Hörde ni hur han några dagar senare i TV förklarade sitt beteende? Materazzi hade dragit honom i tröjan och talat mycket nedsättande om hans mor och syster. Zidane förstod att han utgjort en dålig förebild för massor av barn och ungdomar som såg det, och han beklagade det djupt, **men han ångrade det inte för att om han inte hade gjort det han gjorde, hade motspelaren haft rätt i sina ytterst förolämpande anmärkningar om modern och system!** Så tydligt kommer sällan det en del kallar maktparadigmet fram. Det sättet att tänka ligger till grund för mycket ont och negativt i vår värld: Genom att ge igen, hämnas, upprätthåller jag min och familjens heder! **Om jag inte ger igen får den andra rätt!** Ont ska med ont fördrivas. Samma slags tänkande återfinns vi i konflikten i Mellanöstern och på andra ställen. Hämnaden! Vi ska ge igen! Vi hörde samma sak av Bush den 11 sept. 2001. Rätten till hämnd är accepterad. Det blev tydligt då – om inte förr.

**Dock är det så att våld föder våld.** Vi människor måste minska våldet och förtrycket för att minska lidandet i världen och i förlängningen förhindra vår egen undergång. Jag behöver bara hänvisa till kärnvapenhotet, den ojämlika resursfördelningen i världen, miljöförstöringen,

krigen, flyktingströmmarna. Det är bara genom att tänka nytt vi kan förändra oss själva och världen och minska lidandet.

**Jag har en vision** av en bättre värld – en fredskultur. Vi måste komma till rätta med maktlöshetskänslorna och hitta vår kraft. Då kan vi också ge kraft till andra. *'Empowerment'* handlar det om, ett svåröversatt begrepp som berättar om att hitta sin kraft och ge kraft. Jag ser det som två spiraler: Den ena drivs av maktlöshetskänslor, och ger maktlöshetskänslor. Den andra ger kraft. Först *ett par definitioner: Våld* ser jag som skada på människor (skadas naturen, skadas också människor), inte bara fysiskt våld. *Fred* är motsatsen. En fredlig värld innehåller mindre våld och förtryck, mer av kärlek och livskraft, mer utrymme för det vi vill ha och behöver men mindre girighet, mindre dans kring mammon, penningen. Det gäller att verka för en mindre orättvis fördelning av jordens resurser – också för vår egen skull. Mina spiraler handlar om våld och fred: Om jag inte har visioner om en bättre värld söker jag inte redskapen, och vet jag inte hur jag ska göra (om jag inte har redskapen, de goda erfarenheterna av konstruktiv konfliktlösning) då tror jag inte heller på en bättre värld. Jag saknar kraft till förändring. Jag sprider inte heller den till andra.

Om, å andra sidan, jag har goda erfarenheter av konstruktiv konflikthantering, eller transformering av konflikten, som man idag gärna kallar det, då känner jag mig mindre maktlös och jag har visioner, visioner som driver mig till att arbeta ännu mer, skaffa mig ännu bättre verktyg och erfarenheter, och jag ger kraft till andra samtidigt som jag hittar min egen.

Vi kan se det som ett kontinuum, en linje där maktlöshet finns på ena änden, kraft på den andra. Tänk efter, var hamnar du när det gäller ditt eget liv – åt maktlöshet eller mer åt kraft? Var hamnar du när det gäller de globala överlevnadsfrågorna - åt maktlöshetshållet eller å krafthållet? Det är möjligt att du känner mer maktlöshet när det gäller krigen och flyktingströmmarna än när det gäller ditt eget liv. Det ligger ett värde i att se sambanden mellan lokal och global nivå. Genom att handla för det jag tror på lokalt kan jag göra ringar på vattnet, påverka det stora skeendet, makronivån. Jag är övertygad om att vi har med oss vårt förhållningssätt, vårt sätt att tänka vad vi än sysslar med, och ska ta ställning till. ***Om vi har lärt oss att se andras perspektiv, om vi har lärt oss andra sätt att handla än att ge igen eller undvika konflikten (ge efter eller låtsas som inget), då kan vi slippa att tänka i hämnd och i stället skapa tillit; ge vänskap och kärlek i stället för att skapa fiender. Det gäller alla nivåer.***

Jag ska nu göra *en jämförelse mellan maktparadigmet och det som jag i min avhandling kallat för "det framväxande paradigmet"*, eller "det nya paradigmet". (En mer innehållsrik uppställning finns på [www.tradet.org](http://www.tradet.org), text i *Lära leva samman*, kap. 7 "Maktparadigmet ifrågasatt", ss. 106-108.)

Först *en definition av konflikt*. Konflikt är inte ont i sig. Det är nödvändigt för livet, för växt och för utveckling. Det är den destruktiva hanteringen av konflikter som är det negativa. Konflikt har definierats olika av olika författare. För barn räcker det att säga att det är när vi är osams, d.v.s. vi är inte överens och minst en av oss känner något negativt. Vi kan vara oroliga eller rädda för något. Under vår ilska ligger vanligen en annan känsla. Man kan också se konflikt som att minst två parter upplever att de inte samtidigt kan få sina behov tillfredsställda. Den andra hindrar dem, eller hotar dem. Vi kan även uppleva en inre konflikt, egna behov som vi upplever inte samtidigt kan bli tillgodosedda. Hittills har jag som tränare i konflikthantering sysslat med konflikt mellan minst två parter. Dock är det otvivelaktigt så att våra inre konflikter har stor betydelse. Grethe Nordhelle tar i sin bok *Mekling: Konfliktförståelse og konflikthåndtering* (2006) upp detta på ett fint sätt.

*I maktparadigmet däremot ser man konflikter som något negativt. Man talar t ex om konfliktförebyggande, och menar egentligen våldsförebyggande, och våld ser man i stor utsträckning som fysiskt våld, i sin förlängning krig.*

I maktparadigmet tänker man i strukturer och institutioner medan man i det nya paradigmet ser till individers grundläggande behov. Grupper består av individer och även om grupp-påverkan har sina egna lagar och är av stor betydelse, så handlar det ändå om gruppens individers behov. Grundläggande behov är förutom fysiska behov de psykosociala behoven såsom behov av trygghet och säkerhet, kärlek och tillgivenhet, känsla av eget värde, identitet, tillhörighet i gruppen, mening och förståelse, delaktighet m.m. Olika författare tar upp olika behov eller olika grupper av behov. Mycket är dock gemensamt.

Den australiensiske författaren John W. Burton har grundat det man kallar "*Human Needs Theory*". Han säger bl.a. att människans förmåga att anpassa sig är begränsad. När hon känner sig hotad i sina grundläggande behov och inte ser någon annan väg, tar hon till våld. För att skapa fred behöver människors grundläggande behov tillgodoses. **Målet är ett samhälle där människor inte är förtryckta och hotade.** Människans behov behöver tillgodoses i så stor utsträckning som möjligt. Här har vi alla en uppgift här och nu, hela tiden. När vi ser till människors behov - ser till andras lika väl som till våra egna - bidrar vi till att skapa en fredskultur. Burton ligger bakom mycket av det som jag har fört till det framväxande paradigmet. Han kallar det Set B, vilket står som alternativ till Set A, maktparadigmet. Även andra författare och praktiker som sysslar med konfliktlösning har ett tänkande som ligger inom det här alternativa paradigmet.

*I maktparadigmet ser man mikro- och makronivåerna som helt skilda, medan man i det nya paradigmet ser att de har mycket gemensamt. Det senare är en följd av att man ser till individer och deras tankar, känslor och behov i stället för till system. Att tänka i system behövs, enligt min mening, också – för att inte skapa förtryckande system, men det måste kopplas ihop med individernas behov, som aldrig får glömmas. Strukturer kan förändras. Det sker genom att människors tänkande och beteende förändras. Känslor och värderingar ligger också i vågskålen, men de kan påverkas genom tankar och erfarenheter.*

*Upptrappning av konflikter har mycket gemensamt antingen man befinner sig på makronivån (t ex mellan länder) eller mikronivån mellan små grupper eller mellan individer. En fördel med att se de här likheterna är att man upplever att man påverkar där man är ('empowerment' igen). Arbetar jag för en fredskultur, d.v.s mot våld (fysiskt och psykiskt) där jag är, påverkar jag också makrostrukturer, genom att människor utgör dessa makrostrukturer. Lär jag mig t ex tänka i olika perspektiv på mikronivån har jag det med mig på makronivån.*

I maktparadigmet anser man att problemet ligger i *människans natur* (krig är en följd av människans natur) och i brist på resurser och fel i strukturer. Tänker man att människan *måste* föra krig blir man maktlös. Det leder till passivitet. I det nya paradigmet ser man att det handlar om otillfredsställda mänskliga behov, brist på materiella resurser men inte brist på immateriella, alltså de psykosociala, behoven. *Här kan kakan bli större:* ju mer jag ser till människors behov av känsla av eget värde eller delaktighet eller tillhörighet, desto mer får jag tillbaka. Ett prosocialt beteende leder till ett prosocialt beteende, ett antisocialt leder till flera negativa handlingar. Likaväl som våld föder våld föder icke-våld icke-våld, vänskap vänskap etc.

I maktparadigmet ses den andra parten som motståndare medan man i det nya paradigmet tänker att den andra parten och jag/vi har *ett gemensamt problem* som vi tillsammans måste lösa. Vi skiljer på sak/beteende och person. Vi fördömer inte människor eller grupper. Vi ser också att ansvaret är alla parter, medan man i maktparadigmet tänker att det är den andras

ansvar. Där tillåter man också att kontakten mellan parterna bryts. Man tillåter och utnyttjar avskräckning, hot och tvång, medan man i det nya paradigmet ser att detta trappar upp konflikten och inte är effektivt p.g.a. att grundläggande behov hotas. Man bygger i stället tillit. Burton har gjort en stor insats genom att påvisa att *avskräckningspolitiken* inte stämmer överens med människans grundläggande behov, som hon försvarar på det sätt hon kan, även med våld när hon tror det behövs – något som makthavare ofta tyvärr inte insett - ännu. Människan, säger Burton, är inte fullständigt anpassningsbar. Hon kommer att ta till våld när hon upplever att inget annat hjälper när hennes grundläggande behov hotas.

I det nya paradigmet lägger man fokus på *underliggande intressen och behov* och fastnar inte i positioner, det parterna först säger att de vill ha (varför vill de ha detta?, vad ger det mer?). Man ser till att alla parter behov tillfredsställs så långt som möjligt för att få en hållbar, varaktig lösning. I maktparadigmet tänker man på egna fördelar och försöker vinna så mycket som möjligt för egen del, ofta med konsekvens att den andra är missnöjd och även efter ett avtal försöker bryta det vid första bästa tillfälle.

*Metoderna för konflikthantering* i maktparadigmet är domstolsutslag, skiljedom, medling, förhandling, och medlaren får använda makt att tvinga parterna. I det nya paradigmet arbetar medlaren opartiskt och underlättar för parterna att arbeta konstruktivt. Parterna lägger förslagen. Medlaren använder ej makt att tvinga parterna.

Jag nämnde tidigare att jag ser stora likheter mellan konflikter på mikro- och makronivåerna. Det gäller orsaker och upptrappning, sa jag, men också - som en följd av det – *nedtrappning och lösning*. När man *analyserar* situationen och problemet ser man på vad det är för något som kan ha bidragit till att situationen har uppkommit – hellre än att ge människor eller grupper skuld. Man tänker också över möjliga konsekvenser av olika alternativa handlingsvägar och tar hänsyn till möjliga kostnader, som brukar bli större om man använder sig av våld – större åtminstone på lång sikt.

Man sätter sig in i den andra partens *perspektiv och referensramar* och försöker få tillgång till sin empati. Det gör man bäst om man *bearbetar egna negativa känslor av vrede och hat*. Ett sätt är att tänka på vilka behov man har. Då kan man finna att det ligger känslor av sorg, oro eller besvikelse under, och då kanske man också utifrån detta lättare hittar handlingsvägar som inte trappar upp konflikten. *Empatiskt lyssnande* för att höra vad som ligger bakom i känslor och behov hos den andra är ett viktigt verktyg i konflikthantering antingen man är part själv eller medlare. Man lyssnar efter känslor och behov hos både den/de andra och sig själv. Man söker alternativ som inte hotar den andra och man utvärderar de olika alternativa lösningarna och söker en *vinna-vinna-lösning* som tillgodoser allas behov. *Så följer man upp*.

Detta fungerar kanske mest tydligt i konflikter på mikronivån, men samma tänkande används på makronivån: Bearbetandet av känslor, lyssnandet och *berättandet utan skuldbeläggning*. Kommunikationen – dialogen - utan skuldbeläggning. Perspektivtagningen, *alternativa, kreativa lösningar*. Man söker efter *underliggande intressen och behov* och skiljer dem från positioner, det parterna först säger att de vill uppnå. *Man hotar inte men försöker förstå*. Man aktar sig för att stänga in den andra parten i ett hörn. Rädsla och oro måste ersättas av tillit. Det gäller att öka förståelsen för varandras perspektiv; känslor och behov.

Skolan då! Ja, det är *skolans uppdrag att ge eleverna goda erfarenheter av konflikthantering*. Det är något de kommer att ha med sig hela livet. Det är viktigt att lärare – och föräldrar och andra vuxna ser att de är förebilder för de unga. Deras uppgift är alltså att i sitt agerande visa på den konstruktiva konflikthanteringen, ge de unga och sig själva och andra vuxna goda erfa-

renheter. I skolan kan man ge lektioner med en plan för träning i de här verktygen. Man kan också gripa tillfället i luften och hjälpa eleverna att hantera konflikter som uppstår. Här kommer skolmedling in. Lärare behöver lära sig medling, och eleverna gör det dels genom att de får uppleva medling dels genom träningsprogram. Jag ska återkomma till skolmedling nedan.

Richard Cohen (1995) har gjort följande konfliktpyramid:



Med detta vill han ha sagt att fokus bör läggas på det nedersta fältet, d.v.s. själv tillit, kommunikation, empati och samarbete. Det är grunden för den goda skolan – och det goda samhället. Emellertid inträffar det konflikter där man själv är delaktig. Det är en del av livet, och man behöver tränas i att hantera dem konstruktivt. Ju mer man kan desto lättare är det att ta tag i uppdykande problem i ett tidigt skede så att de aldrig hinner bli stora och svåra att hantera. Som vi sett hänger den goda konflikthanteringen på just kommunikationen och förmågan att ta flera perspektiv. Då behövs empati och det goda lyssnandet. Det handlar om att förändra vårt tänkande som idag ofta hamnar i skuld och skuldfördelning så att vi i stället stöttar och handleder eleverna i den svåra samlevnadskonsten. I stället för tillrättavinsning behöver vi visa till rätta, ge redskap, kärlek och förståelse.

Utbildning och träning behövs för alla: lärarutbildare, lärarstudenter, skolpersonal och inte att förglömma skolledning. Den senare är nödvändig för att det i skolan ska bli ett kontinuerligt, målmedvetet arbete som drar in fler och fler. Eftersom vi har ett inrotat tänkande i att tillrättavisa och berätta hur det ska vara, fostra, snarare än att ge redskap för livet och samlevnaden kommer det att bli en process som tar tid. Det blir samtidigt en träning i demokrati, delaktighet.

På skolorna arbetar man på olika sätt och ofta utifrån något program. I Sverige har Skolverket gått igenom en del program och haft synpunkter på enskilda delar i programmen. Man har inte velat rekommendera något särskilt program. I antologierna *Livskunskap i skolan* och *Livskunskap för livskvalitet* återfinns kapitel där företrädare skrivit om programmen men mest handlar det om tänke- och förhållningssätt. *Livskunskap för livskvalitet* (där jag själv är huvudredaktör) innehåller oerhört mycket information för att öka kunskaper och förmåga till konstruktiv konflikthantering till vilket jag räknar *främjande* av samarbete och goda relationer, *förebyggande* av destruktiv utveckling av konflikter och konstruktiv *hantering* av konflikter när de uppstår. Där finns både perspektiv från makro (global) och mikro (lokal) nivå. Skolan har ett uppdrag att träna elever till att bli goda samhällsmedborgare. Man talar om en värdegrund för skolan.

***Jag ser det som oerhört meningsfullt att fortsätta arbetet med att införa konstruktiv konflikthantering och medling i skolorna.*** För att detta ska ske måste obligatorisk utbildning av alla lärare genomföras på lärarutbildningarna. Också vidareutbildning av existerande skolpersonal behövs omgående. Skolledarna är nyckelpersoner. De måste dras in i arbetet. För att få

resurser är vi i behov av stöd på nationell nivå.

*I Sverige har riksdagen år 2005 beslutat att utbildning i konflikthantering ska bli obligatoriskt i lärarutbildningen. Nu, äntligen, i den nya lärarutbildningen kommer det in obligatoriska moment för träning av sociala relationer, konflikthantering och ledarskap. Det är oerhört viktigt att lärarutbildarna har och får goda kunskaper i detta för att verkligen ge lärarstudenterna redskap för sitt arbete ute i skolorna. Dessutom behövs fortbildning av lärare och andra vuxna på våra skolor. Här i Göteborg har man särskilt fastnat för Collaborative Problem Solving enligt Ross Greene. Här finns en verklig vilja till utveckling – och samarbete.*

***En fredskultur kan byggas på ett medvetet, konsekvent sätt!*** Det finns idag massor av kunskap om konflikters dynamik och om hur konflikter kan hanteras på ett konstruktivt sätt. Det gäller att sprida den här kunskapen. Teori och praktik hänger här så tydligt samman. Träning i konflikthantering passar som hand i handske med dramapedagogik. Rollspel i medling är ett exempel, forumspel, för att pröva olika vägar att hantera en konflikt, är ett annat. Värderingsövningar och dilemmasamtal är andra exempel på undervisningsmetoder. Listan kan göras mycket lång.

Karin Utas Carlsson, [karin.utas.carlsson@telia.com](mailto:karin.utas.carlsson@telia.com)  
[www.tradet.org](http://www.tradet.org)  
[www.larareforfred.se](http://www.larareforfred.se)