

# KONTRUKTIV KONFLIKTHANTERING

## Workshop utifrån Pat Patfoorts likvärdighetsmodell

Kajsa Svensson, Fredens Hus Göteborg. Den 15 oktober 2019.

Kajsa Svensson är teaterpedagog och beteendevetare. Hon driver InterAct som arbetar med mångfaldsfrågor, interkulturell kompetens och konflikthantering på arbetsplatser.

Kajsa:

Så här började det för min del. Jag var fredsvolontär, efter kriget i Kosovo år 2000 och mötte Alberto L'Abate, en italiensk professor som arbetade med ickevåldsmetoder. Han hade länge arbetat för fred och demokrati tillsammans med föreningar för kosovoalbanerna före krigsutbrottet. Det blev en serie träningar för intresserade som del i försoningsarbetet mellan serber och kosovoalbaner. OSCE (Organisationen för Säkerhet och Samarbete i Europa) var med och finansierade personal och lokalanställda. Pat Patfoort bjöds in som tränare.

Jag hade tidigare inte mött Pat och fick nu lära mig metoden. Jag var ganska imponerad av henne. Hon levde som hon lärde: lyssnade och inkluderade med mildhet och var samtidigt tydlig och fast med egna åsikter och behov. Hon sökte det som var viktigt, mjuk och med principfasthet utan att kränka andra.

Metoden heter MmE-modellen där M står för Major (överläge), m för minor (underläge) och E för equivalence, dvs likvärdighet. Jag ska strax berätta mer.

Det finns olikheter mellan oss människor. Åsiktsskillnader också. De här olikheterna och åsiktsskillnaderna är en tillgång om vi hanterar dem konstruktivt, något den här modellen lär ut.

Vi människor har en underliggande drivkraft till överlevnad. I detta ligger energi. Den kan leda till destruktiva (våldsamma) eller konstruktiva (ickevåldsliga) handlingar. Det handlar om val. Pat beskriver våld och ickevåld. Våld leder till eskalationer av våld. Det är viktigt att känna till vardagsvåldet. Jag kommer nu att beskriva tänkesättet litet snabbare än vad Pat brukar göra.

Självbevarelsesdriften yttrar sig som ilska eller aggression. Vi vill gärna känna att vi är litet bättre och det leder till överlägespositioner (Major) och underlägespositioner (minor). Låt oss ta ett exempel. Dottern till mamman som sagt att hon ska sluta med sin I-pad: "Du är djävligt jobbig, mamma". Mamman: "Jag har inte lust att vara en jobbig skitmamma. Då tar jag din platta!" Dottern blir arg och kastar något i golvet. Den här upptrappningen kommer från självbevarelsesdriften att inte vara i underläge. För att det inte känns önskvärt att vara i underlägesposition sätter sig ofta människor i överlägesposition istället.

Det finns flera sätt att trappa upp (eskalera) konflikter. Den som är i underläge försöker komma i överläge och trycker då ned den andra parten som kommer i underläge och i sin tur försöker trycka ned den som nu är i överläge. Det händer även att det blir en kedjereaktion där någon som upplever sig i underlägesposition sätter sig i överlägesposition mot en tredje person. Helt enkelt tar ut sin frustration på någon annan.

Fråga: Är det ett maktspråk?

Kajsa: Det räcker med upplevelsen att känna sig i underläge, nedtryckt. Det behövs inte att jag talar till dig från maktposition eller att du kränkt mig på något sätt.

P: Det är alltså upplevelsen.

Kajsa: Ja, våra roller ger oss inte givet över- eller underläge. Rollerna lärare och elev behöver inte i sig ge över- respektive underläge.

P: En SD-person kan känna sig förtryckt av invandrare.

Kajsa: I så fall blir den i underlägesposition och försöker komma i överläge.

F: Om jag känner mig angripen och inte svarar utan håller tyst men känner mig sårad eller arg?

Kajsa: Att vara tyst kan också ses som kritik.

Vi fortsätter: Personen B blir frustrerad av att känna sig i underläge och vill komma i överläge. Hon går till sin syster: "Vad du är jobbig". Man får en kedja av reaktioner och tar ut den på någon annan. Vi ser det i grupper, t ex i skolan. Jag kan vara i en sådan kedja av upptrappning utan att veta om det.

Det finns ytterligare en väg att gå när man hamnar i minor (underläge) förutom att ge igen på motparten eller ta ut sin frustration på en helt annan person. Man kan vända det emot sig själv i ett självskadande beteende. Även här kan det bli en kedja av upptrappning men riktad emot en själv, inåt. Exempel: Du säger på jobbet något negativt till mig och jag tänker: "Du har nog rätt och jag är inkompetent...". Det här kan vara en del av ett mobbningskeende. Den utsatte tar över det nedvärderande den får höra. Jag ser det här också i mildare former av självskadande beteende.

F: Man dra sig undan t ex när andra fikar.

Kajsa: Allt är våld. Pat säger att man inte lätt kan säga vad som är mer eller mindre våld. När hon såg detta blev det viktigt för henne att tidigt se hur vi kan hjälpa varandra. Det vi säger och det vi inte säger kan vara våld.

S: Det vi inte säger ser jag nog som värst. Det är svårt att kunna bemöta det.

M: Hur ser man på konflikter mellan länder i Pats modell?

Kajsa: Det hinner jag inte tala om idag men det är samma mekanismer.

A: När vi kommer från olika kulturer kanske vi inte känner till vad som ligger under ytan, vad som sårar. Jag har ett exempel: Någon klickar med tungan och jag förstår inte eller missförstår vad det betyder.

F: Hur gör man i stället för att hamna i upptrappning?

Kajsa. Hur man gör i stället ska jag komma in på men liksom Pat menar jag att vi måste känna igen de här mekanismerna. Vi ska i grupparbeten jobba utifrån hennes modell med ekvivalens, likvärdighet (förkortat E i modellen). E betyder inte att vara lika (equal) utan likvärdig, ekvivalent. Vi behöver möta människor på en nivå som är likvärdig, inte utifrån överläge (Major, M) eller underläge (minor, m). Vi nämnde att under tankar, känslor och beteenden ligger vår självbevarelsedrift. Det gäller att hantera konflikter likvärdigt, med ickevåld i stället för våld. Då tänker vi: Vad ligger under ytan? Det kallar Pat för fundament. Ståndpunkter är något annat. Under dessa, djupare ner, finns byggstenar som är grunden för min ståndpunkt. Det kallar hon fundament. Det handlar om behov, vanor, värderingar, känslor (ofta rädsla).

M: Kan det vara tidigare upplevelser?

Kajsa: Ja, absolut. I Pats modell gör man två tabeller: jag vill och jag vill inte. Under varje överskrift skriver man fundamenten. Låt oss säga att det handlar om en konflikt där den ena parten vill börja i tid på ett möte och den andra kommer för sent. Då blir det tabellerna *Jag vill börja i tid* respektive *Jag vill inte börja i tid*. Det är parternas positioner.

Fundamenten till ”Jag vill börja i tid”: Jag behöver förutsägbarhet, jag är van att börja i tid, det är viktigt att börja i tid för att visa respekt för de andra, jag känner mig stressad när vi börjar sent, jag har behov av att det går långsamt, alltså att vi inte ska skynda oss i början.

Fundamenten till ”Jag vill inte börja i tid”: Jag har behov av att hinna allt innan jag åker med bussen, jag har behov av att bli respekterad, de är viktigt för mig att stanna upp och prata med någon som jag möter, jag känner mig instängd av allt tider jag ska passa, jag behöver flexibilitet.

Vi tittar på vad det finns för behov och värderingar i perspektiven. Först av allt behöver vi finna ut vad konflikten handlar om. Här behöver vi vara noggranna. Vi behöver dessa verktyg att analysera konfliktsituationen. Vi kan först tänka för oss själva och sedan ta hjälp av andra. Det gäller att hitta det som är motstridigt i konflikten. Pat gav mycket tid till att hitta motsättningen och sedan fundamenten. Det är lättast att börja tänka på fundamenten för den sida i konflikten som ligger närmast ens egen situation.

Att beskriva fundamenten innebär en stor skillnad mot Major/minor-tänkandet som leder till eskalering/upptrappning. Fundamenten berättas i form av jag-budskap på så sätt att jag talar om mig själv. I våldsmodellen talar jag om de/den andra med ett *du*: Du borde ändra dig, du ska alltid/aldrig...

Stegen:

1. Vad handlar konflikten om?
2. Vad är fundamenten? Ge dem i form av jag-budskap
3. Kommunicera med varandra, lyssna!
4. Oftast paus för att låta saker sjunka in.
5. Leta efter lösningar. Dem hittar vi i fundamenten. Det gäller att hitta lösningar som båda parterna kan känna är okej för dem. Vi hoppar gärna direkt in i lösningsförslag utan att lyssna färdigt eller ta fram flera förslag. I skolan är det här en stor utmaning.

Därefter gjorde vi en gruppövning utifrån den här mallen:

1. Inventera konfliktsituationer. Det kan vara barn/vuxen eller vuxen/barn.
2. Välj en situation som intresserar flera.
3. Formulera IAG VILL.... Och JAG VILL INTE.....
4. Börja med den person som ni känner er närmast. Fyll kolumnen med fundament. När det känns ”färdigt” gå vidare och arbeta med den andra personens fundament och fyll kolumnen .

## UNDBIK

## ANVÄND

Du-budskap

JAG-budskap t ex:

Allmänna sanningar t ex: det går inte

Jag tror inte att det går, jag är rädd för att.....

Det är viktigt....

För mig känns det viktigt att ....

Det är ett faktum....

Verben Jag vill/måste/vet

Jag tror/känner/ behöver etc

Vi delades i grupper om 2-4 personer, gjorde gruppövningen och samlades till avslutande samtal. Det blev ett livligt, uppskattat möte.

Kajsa gav följande referenser:

Patfoort, Pat (1995). *Uprooting violence. Building nonviolence. From nonviolent upbringing to nonviolent society*. Freeport: Cobblesmith.

Patfoort, Pat (2001). *I want. You don't want. Nonviolence education*. Freeport: Cobblesmith.

**På svenska:**

Patfoort, Pat (2011). *Konflikthantering enligt MmE-metoden*. Kapitel 6 i Hakvoort, I och Friberg B (red.): *Konflikthantering i professionellt lärarskap*. Malmö: Gleerups.

Karins tillägg:

I [www.laraforfred.se](http://www.laraforfred.se) kan man söka på Pat Patfoort och finna flera ingångar. Störst och viktigast är <https://www.laraforfred.se/litteratur/konflikthantering/nonviolent-education-pat-patfoort>.

Där finns i sin tur länk att klicka direkt till ett avsnitt *Upptäckning och våldsutveckling enligt Pat Patfoort* i

Utas Carlsson, Karin & Rosenberg Kimblad, Anette (2011). *Hantera konflikter och förebygg våld: Förhållningssätt och färdigheter. Teori och praktik i skola och fritidshem*. Jonstorp: KSA, Konfliktlösning i skola och arbete.

Vid pennan Karin Utas Carlsson