



Ansvar og forandring

frihed

A photograph of a yellow car with a severely damaged front end, showing crumpled metal and exposed internal components. The car is parked on a surface, and the background is slightly blurred, showing some text like 'ashtests' on a wall. A large, semi-transparent white circle is overlaid on the left side of the image, containing text and a list of bullet points.

Fra frihed til ansvar

-
- At være menneske er at have frihed til at tage et ansvar på sig
 - At være et sundt menneske er at tage et ansvar på sig
 - Man kan blive syg af at have for lidt ansvar (tomhedsfølelse og meningsløshed)
 - Man kan blive syg af at have for meget ansvar (udmattelse og stres)

Ansvar giver mening i livet

- Uden at tage et ansvar får man ikke betydning for andre mennesker
- At have et ansvar gir oplevelsen af at have betydning for nogen
- Man kan ikke være en god ven uden at ville påtage sig et ansvar
- Hvis du vil forandre verden til et bedre sted må du påtage dig et ansvar
- Et ansvar kræver en indsats. At forandre verden kræver meget.
- At kritisere dem, der tager et ansvar på sig og forsøger at forbedre verden, kræver ingenting.



Det er besværligt at være god

Aristoteles



Ansvar og forandring

Mod til forandring

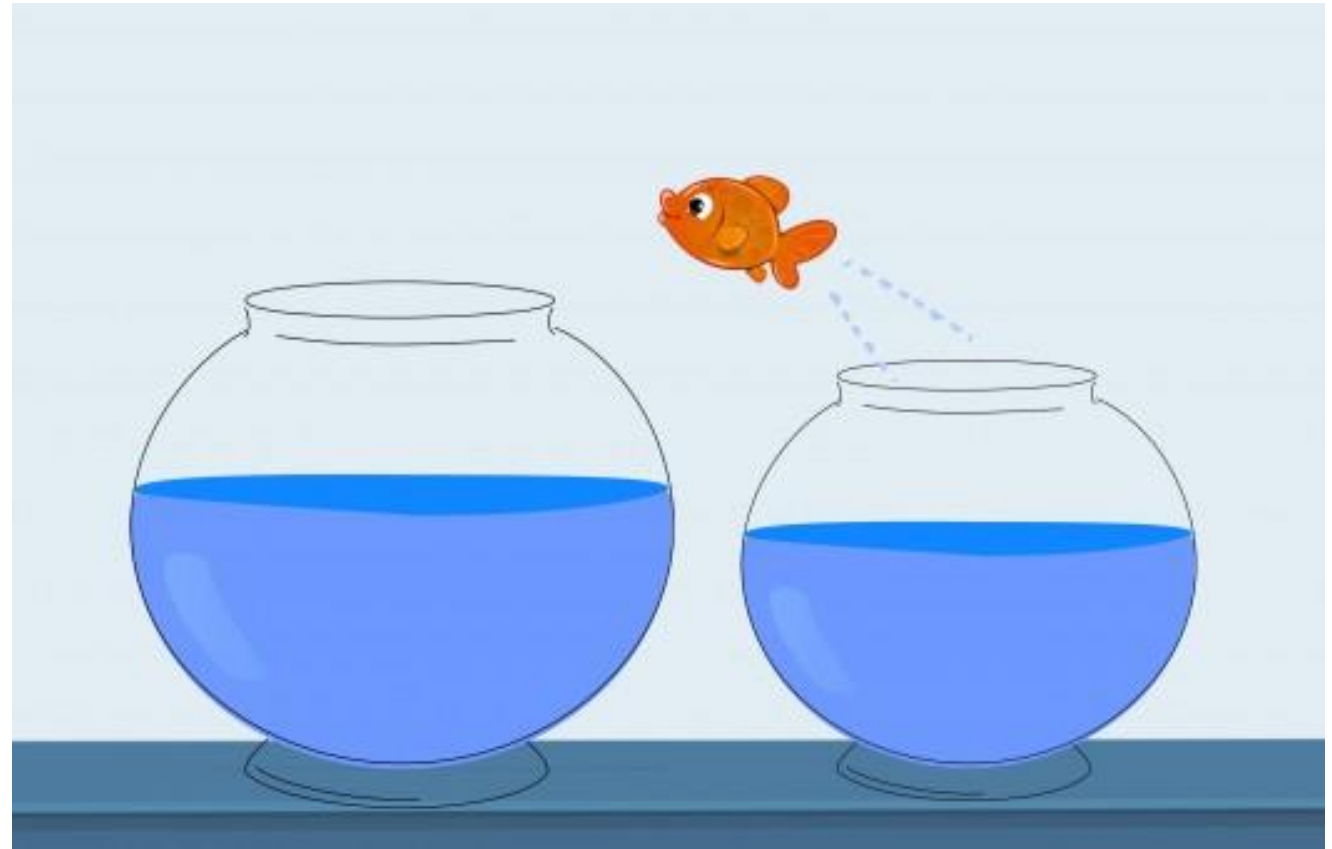
Det kræver mod at
tage et ansvar på sig
og forandre verden

Mod er en af de fire klassiske kardinal-
dyder:

- Visdom
- Retfærdighed
- Mod
- Selvbeherskelse

Hvad har mod med disse ord at gøre?

- Fri-modighed
- Sagt-modighed
- Tål-modighed
- Lang-modighed



Mod og angst – mål og modstand

- Idealer gør modet til forandring målrettet og meningsfuldt
- Hvor får du dine idealer og mål i livet fra?
- Hvad hjælper imod modløshed, når man oplever modstand og forhindringer på vej imod målet?
- Det er helt normalt at opleve angst, når man påtager sig et ansvar og er på vej mod et krævende mål. – Hvorfor?



Angst - Fortrolighed

Det ukendte skaber angst:

- Katastrofetanker
- Fremtiden er ukendt
- Kriminalitet, krig, klimakrise
- Angst er helt normalt, men kan blive til en sygdom

Det kendte skaber tryghed og fortrolighed:

- Familien, det genkendelige, traditioner
- Sanseoplevelser af verden og nature
- At holde fast i idealer og holdninger





Ansvar og forandring

Skyld og ære

At være menneske er at være skyldig

- Alle mennesker forandrer verden ved at gøre godt eller ondt, eller ved at begå fejl eller være heldig eller ved at fremme ligegyldighed ved at gøre ingenting
- "Et menneske har aldrig med et andet menneske at gøre, uden at det holder noget af dets liv i sine hænder." (citater af K E Løgstrup)



Samvittighed

- Skyld er et livsvilkår, som følger af at være menneske og have et ansvar for sig selv, de andre og verden
- Skyld er både positiv ros og ære og negativ ris og vanære fra andre og fra ens egen samvittighed
- Hvor kommer samvittighedens stemmer fra?
- Skyld er en sund følelse, men man kan have både en overdreven og ødelæggende skyldfølelse og en manglende skyldfølelse (psykopati)
- Hvordan kan skyld ophøre?

