**Integritet eller samarbete? Om vår centrala konflikt**

*Nedanstående tankar är hämtade främst från Jesper Juuls ovärderliga böcker om barn, vuxna och relationerna dem emellan. Varje nybliven förälder kan varmt rekommenderas läsa hans* ***Här är jag. Vem är du?*** *90 välskrivna och lättlästa sidor där varje ord vägts på guldvåg.*

Integritet: Personliga behov och gränser, mina djupaste värderingar, den jag är och vill vara. Samarbete: Att imitera, anpassa sig, för att få gruppens acceptans.

Alternativt konflikt mellan grupp/samhälle och individ, eller mellan originalitet och konformitet.

Hela vårt liv behöver vi ständigt väga vårt behov av att hävda vår integritet mot vårt behov av att samarbeta med andra. Detta existentiella predikament är den centrala konflikten i varje människas liv. Det är där vi lever vårt liv, det *är* vårt liv. I alla relationer och sociala sammanhang behöver vi ständigt försöka hitta rätt balans i denna konflikt mellan integritet och samarbete. Det är inte så enkelt att jag antingen samarbetar eller inte. Det handlar om *vad* jag samarbetar om, *på vilket sätt,* *med vem* och *av vilka skäl,* samt om vilka anpassningar samarbetet kräver av mig.Om samarbetet inte kräver att jag kompromissar med centrala övertygelser och behov är priset för anpassningen kanske inte så högt och jag kan då jag samarbeta utan att ta skada. I andra situationer behöver jag sälja ut min själ för att få andras acceptans och då gör jag förstås klokt i att avstå. Vare sig jag väljer att samarbeta eller inte betalar jag alltid ett pris för mitt val, och jag behöver alltså väga de olika kostnaderna mot varandra.

Konflikten ger smärta som tar sig uttryck i signaler/symtom. Det gör ont att anpassa sig och samarbeta mer än vad som är bra för ens integritet, men det smärtar *också* att av omtanke om min integritet *inte* samarbeta med andras förväntningar på mig. Konflikten alstrar smärta – i psykiatrins värld benämnt ”symtom” – och jag behöver förstå att lindandet är uttryck för en konflikt mellan mitt behov av att samarbeta och mitt behov av att bevara min integritet.

Barn befinner sig i samma predikament och har för det mesta tvingats ge upp sin integritet i konflikten. De är beroende av sina föräldrars och andra viktiga personers acceptans, välvilja och omsorg och väljer därför att samarbeta med dem trots smärtan. De har inte råd att förlora föräldrarnas ”kärlek” och anpassar sig därför till i stort sett vad som helst som begärs av dem. Barn mår för det mesta dåligt inte för att de är ouppfostrade asociala vildar utan för att de samarbetar för mycket och anpassar sig till sådant de inte far väl av. Målet för pedagogiken har i alla tider varit att få barn att samarbeta mer och bättre, och man har sällan förstått vilket pris barnet riskerar att få betala. Det förtjänar påpekas att en förskjutning mot större respekt för barnets integritet inte medför befrielse från smärta eftersom även värnandet av integriteten har ett pris, om än av annat slag. Moderna /curling/föräldrar vill att deras barn ska slippa uppleva smärtan i konflikten, men det är inte möjligt. Man kan inte vara tillsammans utan smärta.

Rubrikens fråga ovan är en falsk dikotomi. Det handlar inte om antingen/eller; svaret är integritet *och* samarbete. Vi behöver alla välja *vad* vi ska samarbeta om, *med vem,* *när,* *hur* och *varför.*Sådant som inte är viktigt för min upplevelse av integritet kan jag utan att ta skada välja att samarbeta om. Krav och förväntningar som strider mot mina övertygelser kan jag inte samarbeta med utan att skada min självkänsla och mitt välmående nu och på sikt. Att leva med integritet, utifrån mina djupaste värderingar, är en väg till självkänsla, självrespekt, tillfredställelse och lycka. Det kan också medföra en kostnad i form av andras ogillande, utanförskap, ensamhet och isolering. Integritet är sällan gratis.

Om jag vill må bra i livet gör jag klokt i att målmedvetet leta sociala sammanhang - vänner, äktenskap, arbetsplatser, föreningar - som uppskattar det som är kärnan i mig, det jag själv tycker är det bästa och mest värdefulla med mig, det jag är mest stolt över. Om jag finner människor som tycker om och vill umgås med mig precis som jag är kan jag få den kärlek jag behöver utanatt behöva göra våld på mig själv och mitt inre. Samtidigt gör jag *också* klokt i att lyssna uppmärksamt när människor jag vet bryr sig om mig och vill mig väl antyder att jag har drag och beteenden som de tycker är besvärliga att hantera och svåra att stå ut med. Det är inte alls fel – tvärtom – att syna sig själv i sömmarna och när anledning framkommer låta ändra sig så länge det är mitt eget val och inte bara någon annans önskemål.

*Michael Rangne*

*2025-03-09*