

## IDENTITET OG SAMFUNN: MED RELASJONER SOM BÆREBJELKER

Folkehelsekonferansen  
Hamar, den 18.oktober 2022

Zemir Popovac, psykologspesialist  
Favne Psykologbistand  
zemir@favne.no

1

## INDIVID OG SAMFUNN

- Med individet i sentrum
- Individ = udelelig (*individuum*)
- Individ = samfunnets minste bestanddel?
  
- Individuer = en mobb, en horde... et samfunn?
- Relasjoner mellom individene som er det essensielle

2

## RELASJONER OG SAMFUNN

- Relasjoner er samfunnets minste bestanddel
- Bryter relasjonene sammen, bryter samfunnet sammen
- Kvaliteten på et samfunn gjenspeiler kvaliteten til relasjonene

3

## RELASJONER, INDIVID OG IDENTITET

- Relasjoner handler om mye mer enn å regulere et samfunn
- Relasjoner er byggesteiner i utviklingen av våre identiteter
- Individet er ingenting uten sine relasjoner
  
- Behovet for tilknytning og tilhørighet er kulturuavhengig og gjelder alle mennesker

4

## RELASJONER OG FOLKEHELSE

- Brudd i relasjonene:
  - Flukt

5



Flukt:

Brudd i relasjoner = tap av seg selv

6

## RELASJONER OG FOLKEHELSE

- Brudd i relasjonene:
  - Flukt
  - Ensomhet
  - Utenforskap
- «Uten andre, ingen meg»

7

## HVA GJØR RELASJONEN GOD?

- Betydningen av å ta imot kjærighet
  - Å oppleve seg som verdifull handler ikke bare om å ta imot
- Betydningen av å gi kjærighet:
  - Å oppleve seg som behøvd og nødvendig

8

## HVA KAN VI GJØRE?

- Løft blikket og se den andre
- Inkludering og sosial støtte
- Vise interesser for identiteter
- Skape arenaer der man kan oppleve seg behøvd og betydningsfull
- Folkehelse skapes ikke på fastlegens kontor, men i våre relasjoner til hverandre

9

Favne  
Psykologbistand

Zemir Popovac, psykologspesialist  
zemir@favne.no

10