


FRA VUGGE TIL KRUKKE

FRYD OG FRISKBRYGGET TE

Efter en uge med influenza sidste vinter slog det mig pludselig, at mine døtre er de tætteste på til at passe og hjælpe mig, når jeg bliver syg og gammel. Det havde jeg måske egentlig vidst hele tiden, men lige dér forstod jeg det følelsesmæssigt. Selv om jeg havde feber og ondt i halsen, var jeg opfyldt af en nærmest himmelsk fryd, fordi 14-årige Maite serverede friskbrygget te, og 17-årige Jakobe satte vasketøj over og spurgte, om der var mere, hun kunne gøre for mig.

Omsorg indebærer, at vi omsætter en kærlig indstilling til konkret handling, der hjælper og bevarer og beskytter den anden. Det var skønt for mig at mærke mine børns omsorg, ikke mindst fordi jeg i næsten to årtier har brugt meget af min energi på at give dem omsorg. Når de skulle skiftes som etårige, have bundet snørebåndene som treårige og have hjælp med lektierne som 13-årige. Derfor var det saligt at opleve rollerne vendt om for en stund, og det gjorde mig stolt at se, hvordan mine døtre gav omsorgen tilbage.

Det er en af omsorgens magiske egenskaber, at den fornyer sig selv, og det gør den for øjnene af mig, når



mine piger giver omsorg tilbage og tager omsorg med sig videre som søskende, venner og kærester. Vi modtager og giver omsorg i en nærmest uendelig cyklus i vores tætteste relationer.

Omsorgen mellem mennesker er så fundamental, at vi kan have svært ved at få øje på den. Den blander sig med kærlighed, sex, arbejde, pligt og normer. Der er omsorg i høflighed og hensyn, når vi rejser os for at give sædet til en ældre dame i bussen, eller når vi løber efter en cyklist, der har tabt sin handske. Hvert eneste menneske, vi møder, er kommet hjælpeløst til verden og har modtaget omsorg for at overleve, udvikle sig, trives og selv give omsorg videre til andre. Den erfaring har vi til fælles med alle andre mennesker og alle andre pattedyr – og selv om vores behov for omsorg er mest bydende hos spædbørn og småbørn, har vi brug for omsorg hele livet, både som modtager og giver.

Omsorg er det, vi gør for at hjælpe andre med at bebo verden så godt som muligt, som den amerikanske filosof Joan Tronto siger. Det kan være i det små, når min opmærksomme afdelingsleder Charlotte bemærker, at jeg ser lidt bekymret ud. Eller i det store, når min veninde Kristina nu på 12. døgn våger søvnløst over sin mor, der er på vej herfra. Men omsorgen optræder ikke kun i enkeltstående handlinger. Den kendetegner vores relationer meget mere gennemgribende.

Ser vi på et menneskes liv, tilbyder vores familie og samfund omsorg fra vugge til krukke. Sundhedsplejersken besøger familien, allerede før barnet er født, og siden samarbejder forældre med pædagoger i vuggestuer

og børnehaver, indtil lærere og idrætstrænere kommer ind i billedet. I voksenlivet tager familiemedlemmer, venner og kolleger sig af hinanden, mens sygeplejersker og læger hjælper, hvis sygdom rammer os. Og SOSU-hjælpere passer os, hvis vi får behov for hjemmepleje eller plejehjem.

Netop fordi den følger os livet igennem og er så vigtig for, om vi trives, er det centralt at forstå, hvad omsorg handler om, hvordan vi udvikler den, og hvordan den optræder i forskellige relationer og livsfaser.

STEWARDESSENS FORMANING

I efterårsferien sad jeg ved siden af min toårige niece på vej hjem i flyet fra en ferie på Mallorca. Jeg spidsede derfor ører, da stewardessen over højtaleren mindede os om, at vi passagerer altid skal huske at tage vores egen iltmaske på, før vi hjælper andre med deres. Det fik vi heldigvis ikke brug for i løbet af de tre timer i luften over Europa, men eksemplet demonstrerer behovet for at passe på os selv, før vi kan passe på andre.

Det er logisk nok, at jeg skal kunne trække vejret for at hjælpe masken på lille Marianne, men alligevel minder kabinepersonalet os om det ved starten af hver eneste flyvetur. Det vidner om, at vi kan stå i relationer, for eksempel til små børn, hvor omsorgen for den anden er vigtigere end omsorgen for os selv.

Grundlæggende er der da også fire former for omsorg, som jeg foreslår i min bog *Omsorg i pædagogisk arbejde* fra 2023, nemlig egenomsorg, andenomsorg, fællesomsorg og verdensomsorg. For at overleve og sikre

næste generation har vi mennesker altid måttet passe på os selv først, som iltmasken i flyvemaskinen minder os om. Men egenomsorgen er ikke kun vigtig i nødsituationer, og de fleste af os skaber derfor nogle frirum til egenomsorg i hverdagen.

Når min yogalærer Lisa lægger et blødt tæppe under mit hoved og spørger mig, hvad jeg vil fokusere på denne gang, er det kun mig selv og min computertrætte krop, jeg skal forholde mig til. Halvanden time hver tirsdag forkæler jeg mig selv med yoga, og det bedste er, når Lisa synger en sang for os til sidst. Sangen lyder, som kom den fra en anden verden, og det at røre mig og siden lytte til sangen, overgivet og modtagende, genopfylder mig med energi. Uanset om det er en fodboldkamp, en tur i biffen eller en travetur i naturen, er egenomsorgen nemlig nødvendig for, at vi kan trives og selv give omsorg videre til andre.

DEN GYLDNE HVALP

Omsorg for den anden er det, vi typisk forbinder med fænomenet omsorg – når vi er opmærksomme, hjælper, støtter, plejer, trøster eller opmuntrer andre. Andenomsorgen udspiller sig i alle tænkelige relationer, men den er mest udtalt i familielivet og måske særligt mellem forældre og børn. Den behøver dog ikke kun at omfatte mennesker.

Mange betragter således kæledyr som en del af familien, og vi er da også både beredvillige og generøse omsorgsgivere over for vores kælnede kat og mimrende marsvin. Det forstod jeg aldrig selv, før vi fik hund. Vi

anskaffede os en goldendoodle ved navn Sui for seks år siden som et fælles familieprojekt. Selv om vi forberedte os længe, var jeg alligevel overrasket over den følelsesmæssige rutsjetur, da jeg fik den gyldne hvalp i favnen. De første døgn stod jeg på stikker dag og nat og begyndte det slidsomme arbejde med at lære den om livet i vores verden på tredje sal i byen.

Alt, hvad den gjorde, var besværligt, forkert eller ulækkert. Den tisede på tæpper, bed i sko, sprang i ansigtet på folk og spiste skrald på gaden. Alligevel var den så nuttet, blød og skøn, at det helt tog pipper fra mig. De dage hensatte mig i en genkendelig følelse af at være nybagt forælder og besat af at få styr på rytmer og renlighed.

Den amerikanske filosof Donna Haraway kalder de mennesker og dyr, vi omgiver os med, for forbundne arter. Vi bor ikke bare side om side, men lever livet sammen, i en verden, vi deler. Jeg frygter da også for den dag, Sui ikke er her mere, netop fordi den er blevet en del af min nærmeste familie.

OTTE GENERATIONER FREM

Vi passer ikke kun på vores familie, men også på de øvrige fællesskaber, vi indgår i. Fællesomsorgen er alt det, vi gør for en gruppe, som vi selv er en del af, for eksempel når vi træner basketholdet i den lokale idrætsforening eller bager kage til spejderne på lejrtur.

Ifølge Center for Frivilligt Socialt Arbejde bidrager mere end hver tredje dansker med tid, engagement og forpligtelser i frivilligt arbejde, som er en form for fæl-

lesomsorg. I lokalsamfundet, i vuggestuer og skoler, i naboskab og i klubber er vi alle afhængige af, at nogen vil give noget i sagens eller fællesskabets ånd uden nødvendigvis at få andet til gengæld end glæden ved at gøre det.

Endelig passer vi også på vores livsgrundlag, hvilket verdensomsorgen handler om. Verdensomsorg indebærer at tage vare på naturen og beskytte dens dyr og planter og deres levesteder til lands, til vands og i luften. Det har vi i vesten forsømt siden den industrielle revolution. Derfor er verdensomsorg blevet akut relevant i dag, fordi vi for første gang som art faktisk truer den natur, vi og alle andre er afhængige af for at trives og overleve.

Den tysk-canadiske omsorgsetiker Hans Jonas anførte allerede i bogen *Answarets princip*, først udgivet i 1979, at mennesket er forpligtet over for naturen på en ny måde grundet den teknologiske udvikling. Det er ikke nyt, at vi sætter aftryk på verden i kampen med og mod naturen for at overleve og forbedre vores levevilkår. Vi har altid ofret verdensomsorg for egenomsorg, andenomsorg og fællesomsorg, når vi har forsvaret os mod kulde, sult og rovdyr. Men det er først i den teknologiske tidsalder og i kombination med den høje befolkningstilvækst, at vores brug af jordens ressourcer er blevet et overforbrug, der truer livsgrundlaget for alle andre levende væsner.

Ved en konference i Oxford om børns trivsel mødte jeg en kvinde ved navn Lora Catches. Hun blev født og voksede op i lakota-reservatet i Wyoming, og nu arbejder hun for at genoprette sit folks skikke og kultur i

reservatets skoler og børnehaver. Et kendetegn ved den politiske kultur hos lakota-folket er, at de tænker otte generationer frem, når rådet af ældste træffer beslutninger. Det er en tidshorisont og en rækkevidde for etikken, vi er meget fjernt fra i den vestlige verden i dag.

De fleste oprindelige folk er kendt for at se sig selv som en del af en større sammenhæng i tid og sted i og med naturen. Derfor har de omtanke for de kommende generationer og passer på ikke at bruge flere ressourcer, end naturen kan nå at genoprette. I vores velstillede vestlige samfund har vi derimod udviklet en kultur, hvor vi ser os selv som hævet over og modstillet naturen. Koblet med forbrugsvaner, der overstiger, hvad naturen selv kan gendanne, er verdensomsorgen trængt tilbage. Med klimakrisen er vi kommet i den paradoksale og kritiske situation, at vi, der ellers tænker så kortsigtet, må indse, at vi påvirker andres livsvilkår i mange generationer frem.

IKKE KUN ROSÉ

Ideen om de fire omsorgsområder er baseret på en bred og inkluderende måde at forstå omsorg på, blandt andet inspireret af Joan Tronto. I bogen *Caring democracies* fra 2013 forklarer hun, hvordan omsorg som indstilling, livssag eller lønarbejde er helt central for, at vores personlige relationer, fællesskaber, samfund og demokratier kan fungere.

Når vi skal bevare og beskytte naturen, yde bistand til ulande, mægle mellem krigsførende lande og hjælpe flygtninge til et liv i sikkerhed, står egenomsorg, fælles-