

Verdenstilblivelse - Verdensbillede

Eksistentielle dimensioner

08-04-2016

EFT-inst.- ©Vibeke Dylhcrone

1

Eksistentielle dimensioner

Polariteter

Fundamentale eksistentielle strukturer, som kan fortolkes som:

- Balancer
- Dilemmaer
- Konflikter

08-04-2016

EFT-inst.- ©Vibeke Dylhcrone

2

Eksistentielle dimensioner

- Frihed - Nødvendighed
- Mening - Meningsløshed
- Tidslighed - Evighed
- Eksponering - Selvbeskyttelse
- Inklusion - Eksklusion
- Adskilthed - Forbundethed

Eksistentielle grund-
dilemmaer

08-04-2016

EFT-inst.- ©Vibeke Dylhcrone

3

Eksistentielle dimensioner	Sikkerhed	Uvished
	Accept	Forkastelse
Polariteter	Apati	Bekymring
	Tilknytning	Adskillelse
Eksistenspændinger	Balance	Ekstremer
	Forandring	Stilstand
	Kontrol	Frigørelse
	Anstrengelse	Lethed
	Fremtid	Fortid
	Sundhed	Sygdom
	Fornuft	Intuition
	Idealisme	Status Quo
	Arbejde	Fritid/leg
	Egocentri	Anden-fokus
	Ensomhed	Selskabelighed
	Tillid	Mistro

08-04-2016

EFT-inst.- ©Vibeke Dyhrerone

4

Eksistentielle dimensioner

Eksistentielle polariteter er kvalitative.

Ex: Travl – Stresset
 Travl – Doven
 Travl – Lammet
 Travl – Fri
 Travl – Passiv

08-04-2016

EFT-inst.- ©Vibeke Dyhrerone

5

Eksistentielle dimensioner

Frihed – Nødvendighed

Det nødvendige ved mennesket:
 DNA, kroppen, aldring, køn, biologi.

Vi fødes ind i en given familie, et givent miljø, et givent samfund i en given kultur på et givent tidspunkt i historien.

Nødvendighed er den umiddelbare konsekvens af forbundethed

08-04-2016

EFT-inst.- ©Vibeke Dyhrerone

6

Eksistentielle dimensioner

Nødvendigheden giver sig udslag i:**Vaner, Normer, Regler, Love, Pligter:**

Giver tryghed, fordi vi føler vi har kontrol over tilværelsen.

Tryghed i afmagten – jeg er befriet for ansvar og skyld.

Jeg kan undskylde mig.

08-04-2016

EFT-inst. - ©Vibeke Dyhrone

7

Eksistentielle dimensioner

Frihed giver sig udslag i:

Bevisthed om, at verden er et **åbent** sted dvs. ting kan ske, alt er ikke på forhånd givent.

Jeg kan forholde mig frit til en hver given situation, jeg har muligheder og altid et **valg**.

Frihedens pris er ansvar, skyld og usikkerhed.

Jeg er ikke ansvarlig for de muligheder, jeg har fået, men for det jeg bruger/ikke bruger dem til.

Mine handlinger retter sig mod fremtiden, som jeg ikke kender, ikke kan kontrollere.

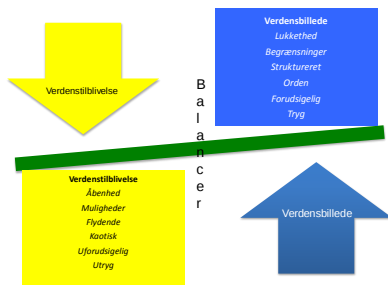
Friheden er den umiddelbare konsekvens af Adskiltheden.

08-04-2016

EFT-inst. - ©Vibeke Dyhrone

8

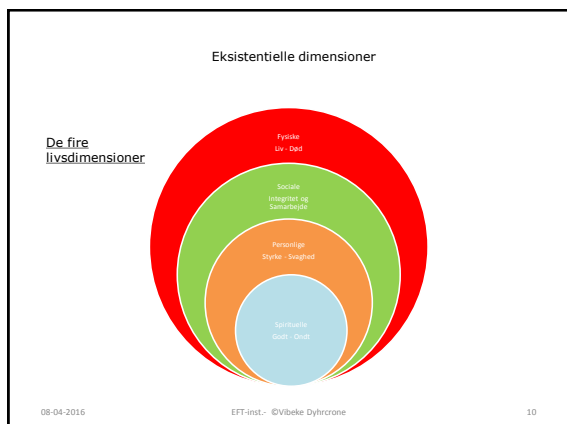
Eksistentielle dimensioner



08-04-2016

EFT-inst. - ©vibeke Dyhrone

9



EFT

- Behag - Smerte
- Sult - Mæthed
- Ophidselse - Apati
- Begær - Afsky
- Sundhed - Sygdom

Den fysiske dimension

Liv - Død

Tilfredsstillelse - Afsavn

Vedrører bl.a. Kroppen, ens hjem, landskab, klima, mad, naturen.

08-04-2016 EFT-inst.- ©Vibeke Dylhcrone 11

Eksistentielle dimensioner

- Accept - Afvisning
- Selvhævdelse - Ydmyghed
- Anerkendelse - Fordømmelse
- Beundring - Misundelse
- Had - Kærlighed

Den Social dimension

Integritet og Samarbejde Adskilthed - Forbundethed

Vedrører bl.a. ens relationer til venner, kolleger, familie, selvtillid, præstationer osv.

08-04-2016 EFT-inst.- ©Vibeke Dylhcrone 12

Eksistentielle dimensioner

- Identitet - Frihed
- Usikkerhed - Selvfølelse
- Overlegenhed - Mindreværd
- Fantasi - Fornuft
- Tilbagetrækning - Fleksibilitet

Den Personlige, psykologiske dimension

Styrke - Svaghed

Opfyldt - Udtømt

Vedrører bl.a. ens fantasi, oplevelse af identitet, selvværd, drømme og længsler.

08-04-2016 EFT-inst.- ©Vibeke Dyhrone 13

Eksistentielle dimensioner

- Mening - Meningsløshed
- Beslutsomhed - Resignation
- Håb - Desillusion
- Tro - Fornuft
- Harmoni - Kaos
- Formål - Tomhed

Den Spirituelle dimension

Godt - Ondt

Afklarethed - Fortvivlelse

Vedrører bl.a. ens værdier, det man tror på, mening, formål.

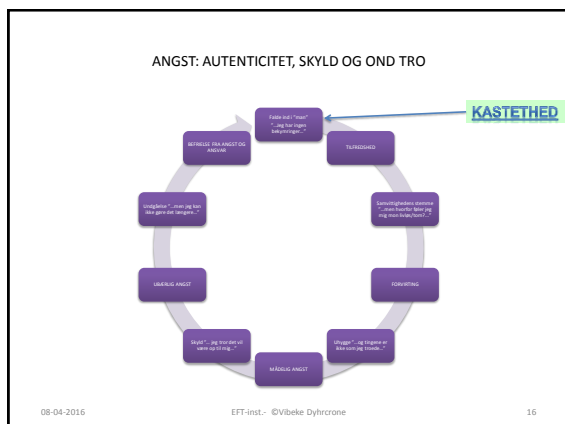
08-04-2016 EFT-inst.- ©Vibeke Dyhrone 14

Eksistentielle dimensioner

- Fysiske grundantagelse, fx: "Mine børn vil ikke dø før mig."
- Sociale grundantagelser fx: "Mine nære relationer har altid en særlig kvalitet."
- Psykologiske grundantagelser fx "Jeg får aldrig gjort tingene sådan som jeg gerne vil."
- Åndelige/etiske grundantagelser, fx: "Mennesker vil blive straffet, hvis de gør noget ondt."

Eksistentielt vedrører alle antagelser eksistensens grundvilkår. Det gælder:

08-04-2016 EFT-inst.- ©Vibeke Dyhrone 15



Eksistentielle dimensioner

Mening – Meningsløshed

Der findes ikke nogen på forhånd, objektivt givne mening med tilværelsen.

Mennesket er grundlæggende meningssøgende/skabende.

Eksistentielle dimensioner

Mennesket er afhængig af at kunne skabe mening:

Forudsætningen for at kunne orientere sig, strukturelt og værdimæssigt, at kunne skabe overensstemmelse mellem mål og handling.

Uden mening: Handlingerne bliver tomme, ligegyldige, oplevelse handlingslammelse, mistet orientering, ikke at kunne leve fremadrettet.

**Eksistentielle
dimensioner**

Mening gør det muligt
for mennesket
at have en oplevelse af
sammenhæng.

- Hvem og Hvad, jeg er.
- Hvem og hvad, de andre er.
- Hvordan verden er skruet
sammen.

08-04-2016

EFT-inst.- ©Vibeke Dylhede

19

Eksistentielle dimensioner

08-04-2016

EFT-inst.- ©Vibeke Dylhede

20
