

Sosial smerte

Signe Sollien Andresen

Elin Okkenhaug Bratland

Sosionomer, Sørlandet Sykehus Arendal

We all need to
belong in life

**”Sosial smerte er en følelse
knyttet til det å bli utstøtt fra et
sosialt felleskap”**

Alv A. Dahl i boka ”Sosial angst og smerte”

Hvordan kan den sosiale smerten se ut?

- Bekymringen
- Relasjonell
 - Isolasjon
 - Endrede roller
 - Tap
- Økonomisk/praktisk
 - Levekår

Hva kan vi møte den sosiale smerten med?

- Tid til fortellingen
- En litt annen måte å spørre på...
 - Bekymringen og betydningen
 - Tidligere mestringserfaringer
- En litt annen måte å lytte på...
- Realempati
- Sårbarhet som styrke

Kvart menneske er som ei øy, som kjent.
Så det må bruer til. Uendeleg mange slags bruer.
Naturleg nok har vi lært den bygningskunsten grundig.
Det fins finare bruer enn ord over til andre,
men berre i den rette, sjeldne stunda.
Den lydlose stunda når alt står stille
for ikkje å gå i stykker, medan den minste rørsle
er ei gåve på same tid - då er ord ubrukelege.
Eller når ein fingertupp langs ein arm er
som springande bruer av gull.
Likevel: tusen gonger oftare er ordet bru.
Eit under av ei bru.

Eit under av ei bru – Tarjei Vesaas