

MOGNA SOM VUXEN 15 oktober 2019 16:00

En allt komplexare värld ställer krav på ökad mognad

Utveckling och mognad kopplas oftast till barn – och ungdomsåren. Men vi fortsätter att växa som människor hela livet. I en bok beskriver Malmöforskaren Kristian Stålné vuxenlivets olika stadier utifrån egna, omvälvande erfarenheter.



Maria Werner

Följ



Högre utbildning syftar till att de studerande ska lära sig tänka mer komplext, förklarar universitetslektor Kristian Stålné, som i dag tillämpar vuxenutvecklingsperspektiven inom forskning i högskolepedagogik, ledarskap och inomhusmiljöer. Bild: Julia Lindemalm

Vi föds, växer upp och går i skolan. Blir könsmogna, myndiga och flyttar hemifrån. När vi mer eller mindre klarar att stå på egna ben betraktas vi som vuxna, men betyder det att vi är färdigutvecklade som människor?

Nej, enligt forskningsfältet vuxenutveckling finns ingen tydlig gräns mellan barn och vuxen. Tänkandet, identiteten, världsbilden och livsmeningen är i ständig förändring mot komplexare nivåer. Skiftena mellan olika stadier är lika viktiga som de under barndomen.

– Vi pekar inte någonstans, utan kan utvecklas när det gäller exempelvis omdöme, förmåga att ta olika perspektiv, visdom och långsiktighet ända tills vi börjar tappa olika förmågor i 70-80-årsåldern, säger Kristian Stålné, 45 år och universitetslektor i byggt teknik vid Malmö universitet.

Han är medgrundare till forskningsnätverket European society for research in adult development och har skrivit boken "Vuxen men inte färdig".

Människor utvecklas olika snabbt. Ofta omärkligt, men ibland mer dramatiskt.

– Många tuffar på, blir äldre, byter jobb, skaffar barn, tänker på ett nytt sätt och sedan är det inte mer med det. Men personlig utveckling är inte alltid trevligt, det kan också innebära jobbiga kriser. Vi har ett psykologiskt immunförsvar mot förändringar, som gör att vi reagerar med obehag och ångest.

Så var det för Kristian Stålné, som upplevde ett tydligt skifte i trettioårsåldern. Fram till dess hade hans liv varit relativt okomplicerat. Efter studenten flyttade han till Lund för att läsa teknisk fysik. Trots tuffa studier flöt allt på. Han trivdes med den inrutade vardagen och stimulerades av att prestera på flera plan.

– Det var en härlig känsla att få riktigt bra på en tenta eller när allt klaffade perfekt på en lydnadstävling med hunden.

Men forskarutbildningen gick trögare. Den nya friheten var hämmande. Plötsligt fanns inga färdiga svar och lösningar. Inspirationen försvann och självkänslan sjönk. När han närmade sig slutet på avhandlingen blev det mentalt tvärstopp.

Några ord från dåvarande sambon blev en ögonöppnare: "Jag älskar dig ändå". Han insåg att hans livsmening och självkänsla var kopplad till prestation, vilket blev ett problem när han misslyckades.

För att förstå sig själv bättre och hitta ny motivation började Kristian Stålné intressera sig för psykologi och filosofi. Sökandet ledde till en existentiell kris.

– Saker och ting bara öppnade upp sig. Jag fick inte ihop det. Marken försvann under fötterna.

Men när han satte sig in i teorierna om vuxenutveckling blev livet plötsligt begripligt.

– Jag insåg att jag inte behövde vara lycklig. Livet går ut på att utvecklas och växa som människa. Det är normalt att förändras och inte veta vad man vill med sitt liv. Det finns ingen utstakad väg och kriser är inte nödvändigtvis av ondo. Nu kunde jag släppa taget.



Insikten om att livet inte går ut på att vara lycklig var förlösande för Kristian Stålne. Men det krävdes en högre grad av mental mognad för att nå den. Bild: Julia Lindemalm

Under några år hade Kristian Stålne "transformerats". Nya lärdomar och livserfarenhet hade fört honom framåt. Och han hade i grunden förändrat sin förståelse, sin syn på världen och sig själv.

Han hade gått från "expertstadiet" till "självbestämmandestadiet" och sedan vidare mot högre stadier i sin personliga utveckling (se fakta nedan).

Nya perspektiv på tillvaron leder inte nödvändigtvis till att du blir en lyckligare eller bättre människa, betonar Kristian Stålne.

– Men på det hela taget tror jag att utveckling är mer bra än dåligt.

Är mental mognad beroende av ålder?

– Ålder ger livserfarenhet, vilket är en nödvändig beståndsdel i personlig utveckling. Det är svårt att hitta någon på de högsta stadierna under fyrtio år.

Men att du levt längre betyder inte per automatik större mognad.

– Mitt favoritexempel är de två senaste presidenterna i USA. Det är stor skillnad i hur Barack Obama och Donald Trump resonerar, tar hänsyn till olika perspektiv och uttrycker sig.

Vårt allt mer komplexa samhälle med globala utmaningar och snabba förändringar ställer högre krav på människor. Men alla hänger inte med, enligt Kristian Stålne.

– Vi blir varse våra begränsningar. I sociala medier kan vi väldigt tydligt se hur människor resonerar mer eller mindre komplext.

Vi måste låta saker ta den tid de tar och stötta människor där de befinner sig.

Kunskap om personlig utveckling är viktig inom många områden, till exempel utbildning och rekrytering. Men det går inte att pressa fram mognad, förklarar Kristian Stålne.

– I vår kultur ses utveckling nästan enbart som något fantastiskt. Som att vi bara blir bättre ju längre vi kommer. Men vi kan tappa fotfästet. Det behövs en viss stabilitet i samhället. Vi måste låta saker ta den tid de tar och stötta människor där de befinner sig.

Diskussionen om betygen i skolan är ett bra exempel på när krav och förmåga inte alltid går hand i hand, anser Kristian Stålne.

– Jag har egna barn och ser hur kunskapskraven kan vara alltför höga i relation till barnens mognad. Det kan gå för långt med att resonera, reflektera och analysera.

Det kan vara frestande att försöka forcera fram en mental uppgradering, men glöm vanliga böcker och kurser i personlig utveckling. Vill du verkligen jobba på att se världen med nya ögon är Kristian Stålnes råd att utbilda dig, byta miljö, skaffa dig många informationskällor och ge dig i kast med olika utmaningar.



Kristian Stålne varnar för att dumpa klimatkrisen på nästa generation. Komplexiteten i frågan kan framkalla ångest, något han själv har känt av: "Vi måste verkligen fundera på hur vi undervisar om detta i skolan utan att elever tar på sig för stort ansvar att förändra." Bild: Julia Lindemalm

Kriser av olika slag, som separationer och sjukdom, får oss också att växa, men är samtidigt något vi ju helst vill undvika.

– Främsta källan till personlig utveckling är när det inte går som man tänkt sig. Jag tycker att man bara ska hänga med. Vi har hela livet på oss och behöver inte ha bråttom.

Var befinner du dig i dag?

– Jag har nått strategistadiet. Under lång tid tog jag mig själv och mitt arbete på väldigt stort allvar, det gör jag inte längre. Jag har blivit bättre på att hantera växlingar i livet och tänker mer i termer av balans.

– Min kognitiva utveckling har också gått före den socioemotionella. Jag har släpat efter när det gäller relationer med andra människor, men börjar komma ikapp.

Olika stadier av mognad

Hur långt har du kommit i din mentala utveckling? Indelningen i olika stadier baseras på flera olika aspekter av mognad: Hur komplext vi kan tänka. Vår förmåga till självreflektion. Hur vi förstår de större sammanhang vi ingår i, som relationer, ideologier och samhälle. Och vad vi tycker är meningsfullt att sträva efter.

Oppurtunist - ser livet som en strid där det gäller att slå till först.

Utgår från egna behov och önsknings. Har svårt att ta in vad som är rätt och fel. Kan vara manipulativ och sakna förmåga att känna ansvar eller skuld. Bristfällig självinsikt. Tänkandet är begränsat till enkla och konkreta resonemang. Fakta är det man kan se och ta på. Behöver tydliga spelregler i samhället.

Konformist - värnar den sociala gemenskapen och ordningen.

Vill leva upp till familjens eller gruppens förväntningar. Bli sedd, bekräftad och respekterad av alla. Typiskt i tidig ungdom då grupptillhörigheten är viktig. Ifrågasätter inte normer och regler. Stereotyp världsbild och människosyn. Lyssnar till auktoriteter som föräldrar, lärare, politiska eller religiösa ledare. Kan generalisera och se enkla samband. Finner mening i sociala sammanhang.

Expertorienterad - värderar expertis och att ha rätt högre än gemenskap.

Här befinner sig de flesta, omkring 40 procent, i befolkningen. Ser på världen i termer av orsak och verkan. En god problemlösare så länge som det finns givna svar. Har svårt att se större sammanhang. Förmåga till abstrakt tänkande och kan i viss mån forma en egen åsikt och argumentera för den. Kan ha en överdriven tro på den egna övertygelsen. Lyssnar endast till en ännu större expert på samma område. Vill skilja ut sig ur gruppen och gå sin egen väg.

Självbestämmande - utvecklar individen i samklang med samhället.

Samhällets stöttepelare. Uppfattas som idealet för hur människor bör fungera i vår moderna värld. Fullt utvecklad förmåga till analytisk tänkande, hantering av komplexa problem, källkritik, objektivitet och att skilja sak från person. Lutar sig mot vetenskapen, men inser att det ständigt kommer nya rön. Är rationell och kan prioritera mellan olika mål. Förväntas kunna bestämma över och ta ansvar för sitt eget liv, men samtidigt bidra till en sund utveckling för samhället. Att vara en bra människa ger livet mening. Hälften av befolkningen bedöms ha kommit hit eller längre.

Självgranskande - kliver ur och granskar system och sig själv.

Här finns individualisterna och systemkritikerna. Kan se flera olika perspektiv och vet att det inte finns något objektivt rätt eller fel. Är medveten om hur kultur och ideologier präglar oss. Ser intellektets och logikens begränsningar. Läger större vikt på känslor och upplevelser. Försöker hitta sig själv genom ett inre sökande bortom roller, kultur och ideal. Betraktar personlig utveckling som en process utan slutpunkt. Vill vara fri och oberoende. Ofta entusiastisk och inspirerande.

Strateg - stöder människor, system och kulturer i deras transformationer.

Kan leva sig in i olika perspektiv och föreställningsvärldar. Menar att identitet och tänkande formas av uppväxt, omgivning och tidigare generationer. Ser att allt – samhälle, relationer och det egna jaget – är i ständig förändring. Strävar mot självförverkligande, men hjälper också andra att växa. Uppfattar att individen både är i konflikt med och beroende av samhället. Kan verka för ett tänkt, bättre samhälle. Ser svårigheter och utmaningar som normaltillstånd. Van att finna egna vägar och sammanhang.

Källa: "Vuxen men inte färdig. Vuxenutveckling – stadier av komplexitet och mening" av Kristian Stålné.

FAKTA

Kristian Stålné

Ålder: 45 år.

Bor: I Lund.

Gör: Civilingenjör i teknisk fysik, teknologie doktor i byggnadsmekanik, universitetslektor i byggteknik vid Malmö universitet. Medgrundare till forskningsnätverket European society for research in adult development. Tillämpar vuxenutvecklingsperspektiven inom forskning i högskolepedagogik, ledarskap och inomhusmiljöer.

Familj: Två barn, 13 och 10 år, samt partner och bonusbarn, 8 år.