



---

**Title:** ”Hvad siger din mavefølelse dig?”

**Author(s):** Henrijete Malou Elmkjær

**Source:** CHARA – Journal of Creativity, Spontaneity and Learning, Vol. 2, No. 1 (2011)

**Pages:** 693-695

**Published by:** <http://www.chara.dk>

**Stable Url:** <http://www.chara.dk/artikler/20110113.pdf>

**Digitized:** march 25, 2011

---

#### Terms and Conditions of Use

Your use of the CHARA Journal archive indicates your acceptance and CHARA’s terms and Conditions of Use, available at <http://www.chara.dk/information/terms.pdf>. CHARA’s Terms and Conditions of Use provides, in part, that unless you have obtained prior permission, you may use content in the CHARA Journal archive only for your personal, non-commercial use.

Please contact the publisher regarding any further use of this work at [redaktionen@chara.dk](mailto:redaktionen@chara.dk). Each copy or any part of a CHARA publication must contain the same copyright notice that appears on the screen or printed page of such publication.

CHARA is a not-for-profit organization founded in 2009. We work to create new knowledge on Creativity, Spontaneity and Learning and to build a common research platform that promotes the discovery and use of these resources. For more information on CHARA please contact [redaktionen@chara.dk](mailto:redaktionen@chara.dk).

---

CHARA is collaborating with The Royal Library of Denmark to preserve and extend access to CHARA - Journal of Creativity, Spontaneity and Learning.

---



# Hvad siger din mavefølelse dig?

*Af Henrijete Malou Elmkjær*

*Hvad er kreativitet egentlig, og hvori kan den feminine og maskuline forskellighed ligge, hvis der er nogen? Får vi kreativiteten i fødsels gave - i bogstaveligste forstand - som spirituelt menneske, eller kommer den til udtryk og udvikles gennem opdragelse; hvis ja - hvordan? Bliver piger opfordret til at være mere kreative end drenge og er det forskellige former for kreativitet?*

Mine overvejelser vil jeg se lidt nærmere på hér, ud fra mit arbejde som coach & healer, min nysgerrighed og de eksisterende samfundsnormer.

Engang troede jeg, at det at være kreativ var når kvinder var dygtige til at sy og strikke - altså udelukkende kvinder - og det at bruge hænderne. Det var i 1970'erne. Sådan hænger det heldigvis ikke sammen: Mænd er selvfølgelig også kreative og at være kreativ handler jo ikke kun om at bruge hænderne. Dét er vel i virkeligheden fortrinsvist skridt nr. to, afhængigt af, hvad det handler om; der er jo ingen begrænsninger for kreative udfoldelser.

At kunne være kreativ i tankegang og handling er, som jeg ser det, at kunne give slip, mand som kvinde. Slippe egoets begrænsninger med dets mulige frygt og styring og være i nuet. Dermed gives plads til nye tanker og ideer, uanset hvad de måtte handle om, store eller små. Ganske enkelt, at "tænke ud af boksen". Det er selvfølgelig ikke i den forstand en sandhed (findes der én sandhed?).

Bliver vi som børn opdraget til at være kreative?

Ja, det gør vi til en vis grad. I folkeskolen handler det mest om håndarbejde og sløjd. Hvor kreativt dét er, kan diskuteres, da rammerne som regel ér sat for timerne, og børnene ikke selv får lov til at bestemme ret meget. Finder drengene en anden måde at løse opgaver på eller bygge/skille noget ad, så kan de få at vide, at det er forkert, og at de nu er "for kreative".

Som forældre har vi heldigvis mulighed for selv at styrke vore børn kreativt og lære dem, at der ikke er noget, der er "kun for piger" eller "kun for drenge" eller, at allerede fundne løsninger er endegyldige og det eneste rigtige.

Piger og drenge er forskellige, og de lærer på forskellige måder. Og alligevel kan man ikke generalisere på den måde, for indenfor kønnene er der også forskel, individerne imellem: Nogle piger har mere fat i deres maskuline sider og nogle drenge mere i de feminine sider. Skal kreativitet udvikles og fremelskes kan det måske ske ved, at man bliver tilskyndet til det, at det helt lille barn bliver forstået, set og anerkendt, som den hun er og derved få selvværd nok til at kunne og turde tænke nye tanker og udtrykke kreativiteten, hvordan den end måtte være. Som samfund, forældre, og lærere skal vi være rummelige, og sætte pris på mangfoldigheden. Uanset om det kan være svært og kan provokere vor egen begrænsning og egen kreativitet. De kreative evner må ikke "misbruges" - det vil sige, at blot fordi det er kreativt så er det nødvendigvis ikke positivt.

I dag synes jeg man ofte ser, at mange mennesker først finder deres kald eller passion som voksne/ældre. Det kan være som udøvende kunstner; at skrive, rejse, male, at åbne en butik, følge en passion - hvad som helst, der er ingen begrænsninger for muligheder - kun vore egne. Mange "opdager" også først hér den spirituelle verden. Måske er det efter en personlig livsudfordring, hvor vi er nået til et sted, hvorfra der ingen anden vej er end at skifte retning. Samfundet "dikterer" nogle roller og retningslinjer, sagte som usagte, og vi vil, specielt som unge, gerne passe ind.

Mange arbejdspladser kan i dag ikke rumme kreativiteten, og dermed det enkelte individ. Vi skal helst "passes ind i nogle dertil indrettede kasser", omstille os, og glemme alt om os selv, vores spiritualitet og kreativitet...imens vi er på arbejde, hvor vi jo er de fleste af vore vågne timer. Mon ikke alle ville vinde mest ved en anden og både mere fleksibel og individuel tilgang som muligt?

Der må ændringer til, og det tror og håber jeg vil komme. Der sker mange ændringer på verdensplan i øjeblikket, dét er alle klar over efterhånden og vi vil også gerne følge med. Er mænd opdraget sort/hvidt mht. mænd og kvinders roller, så kan det nok være svært for dem at vælge at blive håndarbejds lærere for eksempel. Måske er det svært i det hele taget at få tanken, men vi ser det; ligesom kvinder kan vælge at blive murere. Når jeg tænker på for eksempel, en "kreativ direktør" er det mere en mand, som mine tanker ledes hen på til dette job end en kvinde. (F.eks. mht. økonomi har vi jo oplevet en del gange, at mænd kan være meget kreative.) Mon ikke det i de kommende generationer vil blive mere accepteret og udbredt, hvis vi bliver bedre til at integrere både vore feminine og maskuline sider?

I mit arbejde, som coach bl.a. med kostvejledning, siger jeg ofte, at personen skal mærke efter i egen krop, for at finde svar: "Hvad fortæller din mavefornemmelse dig?" - 9 ud af 10 kvinder véd, hvad jeg mener, kan mærke efter, og svare. For mænd er det lige omvendt: Hér er det kun 1 ud af 10 der forstår spørgsmålet.

Man kan lave nogle øvelser for at finde ud af, hvor svaret sidder i kroppen, og hvordan det mærkes. Det hjælper på forståelsen. At være i kontakt med egen krop og sind, er vigtigt, for at være et helt menneske. Mænd siger generelt, at de kan lide mine opskrifter, for eksempel, at de er sat i system - i kasser - hvor det for kvinder ikke er lige så vigtigt.

Ved healing handler det om, at være til stede i nuet, man behøver ikke tro på det, man skal blot udelukkende slappe af - tage imod. Her er mænd, i lige så stor grad som kvinder, gode til det, og nogle gange faktisk bedre til at slappe af end kvinder. Om det er fordi at de er bedre til at være ét sted af gangen, kunne være en mulighed.

Om der er forskel på kreativitet og kønnene, det er jeg i tvivl om... Jeg tror, at der er rigtig meget, blandt andet også arv og miljø, der er med til at afgøre, hvordan og hvorvidt det enkelte menneske tænker kreativt og handler på det.

Hvordan kan du tænke og handle kreativt - for din egen livskvalitet, for samfundet og familien?