

United to End Racism

719 Second Avenue North • Seattle, Washington 98109 • USA
Telephone: +1-206-284-0311 • Fax +1-206-284-8429 • Email: ircc@rc.org
Internet: <http://www.rc.org/uer>

United to End Racism (UER) består av en grupp människor i olika åldrar som kommer från många olika länder och är hängivna arbetet med att eliminera rasismen i världen. Vi ser avskaffandet av rasismen som en självklar nödvändighet för mänsklighetens framtidskridande. Vi är engagerade i att eliminera rasism och vi stödjer andra gruppers strävan att uppnå detta mål.

UERs huvudsakliga arbete är att belysa den skada som rasismen orsakar individer och att på det personliga planet avlägsna dessa skador genom att använda de resurser och metoder som finns inom omvärderande parsamtal. Detta arbete leder till att stärka människors möjligheter att avbryta rasismen i det dagliga livet, att frigöra sig från dess påverkan, att ta ledarskap, att skapa relationer över rasgränser, att ta bort rasism från samhällets institutioner och att stödja andra personers och organisationers arbete för att stoppa rasismen. UER undersöker också rasismen i många av våra samhällens institutioner och uppmuntrar dess medlemmar att bli aktivt medvetna om den och hitta nya sätt att bekämpa rasismen. UER erbjuder både ett fortlöpande stödsystem som hjälper människor att hålla ut i sin strävan att eliminera rasism och effektiva verktyg för att eliminera rasism, som kan läras och brukas människor emellan.

Genom sitt arbete har UER utvecklat en ny och viktig förståelse om rasism och förhållandena mellan rasism och andra förtryck, som omfattar hur rasism och andra förtryck tvingas på oss människor, hur de skadar människor, hur dessa skador förs vidare från generation till generation, hur människor kan stå emot sådan skada och hur människor kan återhämta sig från den. Arbetet med att återhämta sig från de skador som rasismen resulterat i görs, på olika sätt, både av människor som tillhör grupper som utsätts för rasism och av människor som tillhör grupper som spelar förtryckande, rasistiska roller. UER har också utvecklat en förståelse för hur rasism införlivas av de som är utsatta; hur denna införlivade rasism fungerar inom den utsatta gruppen och gör gruppens arbete för att eliminera rasism svårare; och hur människor kan göra sig fri från denna införlivade rasism.

UER kommer till World Conference Against Racism (WCAR) med en delegation bestående av medlemmar från dess internationella gemenskap. UER kommer att lära av de erfarenheter som gjorts av andra organisationer som arbetar för att eliminera rasism, upprätta överenskommelser och förbund med dessa organisationer och skapa relationer på det personliga planet. För att erbjuda möjligheter att lära av UER's arbete kommer delegationen att hålla kurser, hålla i forum där WCAR's deltagare ges möjlighet att tala fritt om rasismen i sitt dagliga liv, dagligen erbjuda WCAR's deltagare stödgrupper och dela med sig av UER's kunskap, erfarenhet och praktik från arbetet med enskilda individer och grupper.

Grundläggande teori on omvärderande parsamtal

på vkeb "United to End Racism" bygger sitt arbete

Omvärderande parsamtal (också känt som Re-evaluation Counseling eller RC) ser alla människor som i grunden intelligenta, samarbetsvilliga och goda. Vi antar att det är naturligt för en människa att ha bra relationer med andra, att tänka väl, att handla klokt och framgångsrikt samt att njuta av livet.

Utifrån det synsättet handlar och samarbetar varje människa klokt, förutom när mönster som härstammar från känslomässiga blockeringar kommer i vägen. Det medfödda mänskliga beteendet ersätts då av irrationella handlingar, negativa känslor och misslyckat samarbete eller kommunikation. Dessa "stela mönster" är kvarlevor efter fysiska eller känslomässiga skador, många av dem från barndomen, från vilka vi aldrig helt och hållet repat oss. Mönstren blir aktiva på nytt när något i den rådande situationen påminner oss om tidigare tillfällen då vi farit illa.

De kvardröjande effekterna från tidigare tillfällen då vi skadats kunde, snabbt och för alltid, ha blivit avlägsnade när vi skadades, genom de naturliga förloppen för urladdning av känslor (till exempel genom att gråta, skratta och darra). Efter känslourladdning är en människa förmögen att tänka klarare och omvärdera det som hände när man for illa.

I stället har en del av den sociala fostran emot känslomässig urladdning som finns i vår kultur och som stelbent förmedlas till oss som barn ("Gråt inte", "Var en stor pojke" och så vidare), spelat med och hindrat frigörelse från våra blockeringar, vilket leder till en ökande uppsättning stela mönster och anspänning. Då vi blivit vuxna har detta allvarligt begränsat vår ursprungliga förmåga att få bra relationer med andra, att ha framgång och njuta av livet. Det har också hindrat våra framsteg mot ett samhälle som stöder alla människor till att blomstra i samverkande, respektfulla relationer.

Inom omvärderande parsamtal är den naturliga förmågan att återhämta sig från svårigheter återupptäckt. Det första villkoret är en lyssnare, medhjälpare, som är uppriktigt intresserad och som förblir avslappnad inför våra sinnesrörelser och som förstår hur processen med urladdning av känslor fungerar.

Många av våra blockeringar är resultatet av samhällsligt påtvingade stelheter som vi kallar förtryck (rasism är ett exempel). Varje vuxen i alla nu existerande samhällen har fostrats, genom att ha tvingats på stela mönster, till att fungera i roller som både förtryckt och förtryckare. (Till exempel kan samma person både vara förtryckt av rasism och i förtryckarrollen när det gäller kvinnoförtryck.)

Förtryck är inget oundvikligt, inget medfött hos oss människor. Det uppstår och verkar bara på grund av stela mönster. Ingen mänsklig varelse skulle gå med på att underkasta sig förtryck om inte ett mönster av sådan underkastelse tidigare hade kommit till stånd i samband med att människan farit illa. Ingen människa skulle någonsin gå med på eller medverka till att förtrycka en annan människa om inte ett stelt mönster tidigare hade kommit till stånd. Så snart dessa mönster är på plats påverkas vi lätt till att agera irrationellt och förtryckande mot andra, inklusive människor inom den egna gruppen, och till och med mot oss själva. (Människor förnedrar sig själva och personer från den egna gruppen endast då rasismen har blockerat dem till den grad att de omedvetet införlivat den.)

Individer kan frigöras från skador som rasismen, och andra förtryck, orsakat genom processen med känslourladdning. Denna återhämtning ger individer styrka att organisera och kämpa på ett sätt som är nödvändigt för att avskaffa rasismen i seder och bruk och i samhället.

Omvärderande parsamtal är en metod för att befria människor och samhället som helhet från stela mönster och på så vis återta ett helt intelligent sätt att fungera. Omvärderande parsamtal utförs genom att man två och två lyssnar och hjälper varandra till att befria sig från smärtsamma känslospänningar. På grund av att ingen ekonomisk ersättning utväxlas mellan dem som ger varandra uppmärksamhet i dessa par, kan vem som helst, oberoende av sin ekonomiska situation, använda omvärderande parsamtal.

Medlemmar i parsamtalsgemenskapen har arbetat med att eliminera rasism sedan sjuttioalet. För att påskynda arbetet med att sätta stopp för detta förtryck utsåg den internationella parsamtalsgemenskapen 1999 arbetet med att eliminera rasism till sin nyckelfråga. Inom parsamtalsgemenskapen deltar människor i temamöten och kurser där de utbyter parsamtalstid för att frigöra sig från rasismens påverkan. En del av dessa temamöten och kurser är riktade till personer med olika bakgrund. En del är för grupper med homogen bakgrund (personer med afrikansk härstamning, urinvånare o.s.v.)

Omvärderande parsamtal utövas för närvarande i nittiotvå länder. Ytterligare information om omvärderande parsamtal finns på United to End Racism's webbsida, <http://www.rc.org/uer>.

Copyright © 2001 The International Re-evaluation Counseling Communities. All rights reserved. Godkänd översättning av "The Basic Theory of Re-evaluation Counseling Upon Which the Work of United to End Racism Is Based" publicerad på UERs webbplats <http://www.rc.org/uer>. Översättningen är gjord av Roger Gustafsson.

