



Somaja Nooris tale ved Graduation af Udtaler

Taler

Somaja Noori
Bestyrelsesmedlem i Dansk
Flygtningehjælp Ungdom

Dato

26. maj 2024

Sted

Autopoul, Hejrevej 31, KBH NV

1 Hvorfor er følelser vigtige?

En pakke med 24 års personlige oplevelser, kaotiske situationer og en rutsjebane af følelser, der kommer mellem overgangen fra ung til voksen.

5

Jeg er resultatet af et regnestykke, der er udgjort af mine oplevelser og erfaringer - ligesom du er udgjort af dit regnestykke. Ligesom vi alle er. Og det er et regnestykke, der aldrig ender. Der bliver lagt til og trukket fra gennem hele livet.

10 Som mennesker er vi i konstant udvikling. Udviklingen skabes gennem refleksioner, spejlinger og et ønske om forbedring i vores liv.

Da jeg var yngre følte jeg, at jeg bekymrede mig for meget, når jeg reflekterede meget over fortidens scenarier.

15

Med andre ord: Jeg overtænkte.

Det ville oftest bringe nogle sårbare emner, oplevelser og ubehagelige følelser op i mig. Men det var en nødvendighed, da det var første skridt i min ligning.

20

Jeg har altid tænkt ind i følelser som ord. Hvert ord i min optik holder på en specifik følelse. Jeg tror det er noget der ligger i min bevidsthed, fordi jeg har lært det helt fra da jeg var barn.

25 Jeg husker især min tid i børnehaven, hvor vi skulle lære de forskellige følelser at kende. Dette gjorde vi bl.a. igennem farver og billeder. Måske kan I her nikke genkendelse til dette fra jeres barndom.

Vi lærte at navigere os emotionelt i forskellige scenarier ved at sætte ord på

hvordan vi havde det, vi blev dog også rettet på, hvis de ord og reaktioner vi satte på eller havde omkring vores følelse var forkerte.

35 Vi lærte hvordan, hvornår, hvorfor og hvad vi skulle føle - og desværre også hvornår en følelse var rigtig og hvornår den var forkert.

Vi blev opdraget til at følge normerne for, hvornår man viser hvilke følelser.

40 Jeg forstår godt at man kan have brug for nogle rammer omkring følelser og følelssprog - men hvad gør man så når man står i situationer, hvor det man føler ikke passer ind i rammen?

Da “det er jo ik’, sådan jeg skal have det”.

45 Vi undskylder oftest for at føle nogle følelser, da der er sat en norm fra samfundet.

Her valgte jeg at trække fra i min ligning.

50 Når jeg kigger på mine jævnaldrede oplever jeg ofte at den “forkerte følelse” bliver tabubelagt.

55 I min optik har generationen af unge ikke den samme form for selvindsigt og selvforståelse som tidligere generationer. Det er komisk på nogle punkter, da der er mere fokus på individet end nogensinde før. Og alligevel ikke.

60 Følelser er, hvad gør os unikke som mennesker. Det er netop vores følelser som vi bruger til at udtrykke os med, adskille os med og sammenligne os med. Derfor er det vigtigt at vi tør føle, tør mærke og tør sige de følelser vi har i os. Mange gange er det ikke følelsen vi sidder med som er forkert, men den reaktion vi modtager eller giver, til personen overfor os.

65 Jeg er resultatet af et regnestykke, der er udgjort af mine oplevelser og erfaringer. Et resultat der uendeligt og altid vil ændre facit igennem årene.

Jeg har aldrig været god til matematik, men en ting jeg er god til er følelser - og det har jeg lært at være stolt over, og det samme burde du. Du skal aldrig undskylde for hvordan du har det, men du skal sætte ord på det.

70

Dette er mit facit lige nu, hvad er dit?

Mange tak

75

Kilde

Manuskript tilsendt af taler og udgivet af Danske Taler med tilladelse fra taler.

Kildetype

Digitalt manuskript

80

Tags

Agitationstale

URI

<https://www.dansketaler.dk/tale/somaja-nooris-tale-ved-graduation-af-udtaler>

85

90

95

100

105