

NÅR BØRN OG UNGE HAR DET SVÆRT: DROP BERØRINGSANGSTEN - TAL MED DEM

Af Ida Koch, cand. psych.

De diskrete problembærere

Når børn og unge har det svært med deres forældre, med deres venner, i skolen eller med sig selv, kan de principielt bære disse problemer på to måder. De kan vise dem hørligt og tydeligt frem ved at være højtråbende, hårdtslående, kriminalitetsaktive eller asociale på andre måder. Eller de kan gå med problemerne mere stilfærdigt, trække sig væk og isolere sig. Nogle ville kalde disse måder henholdsvis udadrettet og indadrettet.

I 60'erne og 70'erne var det tydeligste tegn på, at et barn eller en ung ikke trivedes, at det lavede ballade, kriminalitet, hærgede og generede. Som bekendt har f.eks. børne- og ungdomskriminaliteten nu vist faldende tendenser i mange år. Er dette så et tegn på, at børnene/de unge trives bedre? Nej, det kan man ikke slutte. Vi andre, der er frie for de udadreagerende børn og unge, har det nok bedre, men det er noget andet.

Meget tyder på, at stadig flere børn og unge i dag bærer deres problemer på den stilfærdige måde. De går stille med dørene, når de synes, at livet er svært, de prøver at skjule det og lade som om, der ikke er noget galt. De prøver at holde masken, og bliver det for svært, er de tilbøjelige til at trække sig væk fra andres åsyn. De udebliver f.eks. en dag fra skolen, dropper nogle dage i klubben eller melder sig syg hos bageren, og kommer så tilbage, når de igen synes, at de kan leve op til forventninger og standarder. Vi kalder derfor de unges måde at bære deres vanskeligheder på for *diskret*. (Ida Koch og Torben Bechmann Jensen: Anonym rådgivning af børn og unge. Socialministeriets forlag, SIKON, 1999) Denne måde at være diskret eller blufærdig omkring det svære, også det helt almindeligt svære, ser vi som en bred tendens blandt tidens børn og unge, og altså ikke kun blandt de, der for alvor har det svært. Men det ligger i forlængelse af denne forståelse, at det barn eller den unge, der har flere og tungere problemer end de fleste, i udtalt omfang trækker sig væk, med risiko for ensomhed, isolation eller udstødning. Det kan f.eks. resultere i lange perioder, hvor de ikke kommer i skolen, i klubben eller andre steder, hvor der er mennesker. På sigt kan denne trækkesig-væk tendens resultere i alvorlige sociale handicaps og betydelig ensomhed og lidelse.

Som eksempler på alvorlige udtryk for de indadrettede lidelser er psykiske lidelser, såsom depressioner og spiseforstyrrelser og udtalt isolation og selvmordsadfærd. På alle disse områder er der sket en talmæssige alvorlig stigning de seneste 15 år.

En følge af præstationssamfundet

Hvorfor ser det sådan ud? Hvorfor går de unge mere stille med dørene både når de har det almindeligt svært, og når de har det ualmindeligt vanskeligt? Her er et - af sikkert flere - bud på en forklaring.

Der stilles meget store forventninger til store børn og unge i dag - ikke mindst i uddannelsessammenhænge. Der skal præsteres på det fagligt/boglige område. De skal klare sig godt, hvis de skal have en chance i fremtiden og kunne vælge nogenlunde frit. Store børn og unge er vældig opmærksomme på forventningspresset, og at de til stadighed bliver målt og vejret. Og mange er bekymrede for, om de er gode nok og kan leve op til kravene. De er meget opmærksomme på egne præstationer og mangel på samme, og en del er egentlig præstationsængstelige og fremtidsbekymrede: Er jeg god nok? Kan jeg klare mig?

Men i tillæg til, at de skal klare sig intellektuelt godt, stilles der også store sociale krav til dem.

Store børn og unge skal gerne kunne føre sig frem, have meninger, forholde sig selektivt og refleksivt til det, de hører og udsættes for. De stilles ustandseligt over for valg og situationer, som de skal tage stilling til. De skal være omstillingsparate og have mod, turde gå i krig med alskens opgaver og endelig skal de gerne kunne bevæge sig rundt i mellem mange forskellige sociale arenaer, hvor de på den ene side skal kunne tilpasse og begå sig, og samtidigt bevare følelsen af at "være sig selv". Det er noget af en opgave.

Så der skal præsteres hele vejen rundt. Samtidigt siges det igen og igen til børn og unge, at de "er centrum for deres egen udviklings- og læreproces", at de skal skabe sig selv, som man siger i dag.

Det dufter jo herligt af demokrati og selvbestemmelse, og der er da næppe heller nogen tvivl om, at det giver frirum og plads til de stærke og de ressourcerige børn og unge. De kan boltre sig mellem de mange muligheder, vælge og tilrettelægge. Men for de børn og unge, der er lidt usikre, ængstelige eller i tvivl om, hvad de vil, om deres egne ressourcer og kvaliteter og som måske til og med ikke har gode voksne at støtte sig til, kan ansvaret føles som en meget stor byrde. Man kan sige det samme på en lidt anden måde: Sådan som mulighedsbetingelserne lægges frem for børn og unge i

dag, indebærer det en risiko for en polarisering. Det indebærer chancer, og styrker de stærkes position, medens det indebærer risici og gør livet vanskeligere for de mere sårbare.

Fremtiden eller den unges egen skabelsesproces er blevet et individualiseret anliggende. Hver enkelt har selv ansvaret for processen og skal selv finde frem til mål og måder. Dette individualiserede ansvar for succes og fremgang rummer naturligvis så også dets bagside: et ansvar for processen, når denne mislykkes. Og det er da også sådan, den enkelte opfatter det: Det er min skyld, her havde jeg jo alle muligheder, men jeg brændte dem. Det er min skyld – mig, der ikke var god nok. Jeg duer ikke - og det er flovt.

De unge har i høj grad indoptaget "Den Amerikanske Drøm", serveret i bl.a. film, medier og uddannelsesinstitutioner: Du kan, hvad du vil - Du er din egen lykkes smed. Drømmen er et åg, når sociale, økonomiske og etniske forhold i virkelighedens verden så sandelig fortsat sorterer fårene fra bukkene. Dette er blot i dag langt mere tilsløret, end det var for blot 30 år siden. (Knud Illeris m.fl.: Ungdom, identitet og uddannelse, RUC, 2002)

I dette lys er det ikke mærkeligt, at børn og unge skjuler sig og trækker sig væk, når de har det svært, når de føler sig utjekkede og enten ikke kan hænge på det boglige eller det sociale præstationsræs. De lader som om, det hele går eller unddrager sig opmærksomhed, når de ikke kan holde den cool maske.

Hvordan har du det - samtalen

Diskretionen gør det selvsagt sværere for lærere og andre voksne omkring store børn og unge at opfange signaler på mistriivsel eller opgivenesshed. Og det gør det bydende nødvendigt, at de voksne, der har ansvaret for børn og unge, ikke bare går efter lyden af de støjende, men går efter det lidet hørlige, det tilsyneladende veltilpassede og at de lægger mærke til den for stilfærdige eller triste.

Jeg bliver ofte spurgt om, hvordan man taler med teenagere. Jeg undrer mig hver gang over dette spørgsmål, og når jeg nærmer mig emnet, oplever jeg gang på gang en betydelig berøringsangst hos voksne. Hvad gør man f.eks. som lærer, hvis man faktisk opdager eller fornemmer, at et barn eller en ung ikke har det så godt?

Mit helt umiddelbare svar er: Tro på din egen iagttagelse, del denne med pågældende og spørg, om du har set rigtigt. Det du dermed fortæller barnet eller den unge er: Jeg har lagt mærke til dig, jeg

bekymrer mig for dig, og jeg vil gerne vide, hvordan du har det. Hvis du har det skidt, vil jeg gerne hjælpe dig, hvis du vil have det.

Jeg får så ofte følgende reaktion: Jamen, hvad nu hvis der ikke er noget galt? Svar: Det gør ikke spor. Det er da bare godt, så tog du fejl, og kan sove trygt. Men du har vist din interesse, og det kan betyde, at barnet/den unge måske en anden gang opsøger dig og beder om hjælp.

Eller: Hvad nu hvis barnet/den unge synes, jeg blander mig eller bliver sur? Svar: Det tror jeg ikke på, han eller hun synes eller bliver, hvis du henvender dig på en ordentlig og omsorgsfuld måde, og er villig til at trække dig baglæns, hvis vedkommende ikke vil snakke med dig. Hvis du derimod insisterer på, at du ved, eller at du har ret i dine iagttagelser, på trods af at barnet/den unge siger noget andet, ja så fortjener du sådan set også, at vedkommende bliver sur.

Eller: Hvad nu hvis du har ret i dine iagttagelser? At Bettina, har det rigtig, rigtig dårligt. Måske så dårligt, at hun begynder at græde eller måske til og med fortæller, at mor og far er oppe at slås hver lørdag. Eller at Bettina synes, at livet er så forfærdeligt, at hun ikke længere vil leve det. Hvad skal du så gøre? Svar: Hvis Bettina begynder at græde, når du spørger hende, hvordan hun egentlig har det, er det dels nok fordi hun er ked af det, trænger til at nogen tager sig af hende eller blot græder, fordi nogen endelig har fået øje på hende. Det er et godt udgangspunkt for en betydningsmættet samtale. Hvis du så får betoelser om f.eks. forhold i hjemmet eller alvorlige oplysninger om pigens tilstand, så skal du vide, hvad du skal gøre. F.eks. hvordan du bedst kan hjælpe Bettina videre til den fornødne hjælp, eller hvem du kan spørge om det samme. I nogle tilfælde er det forældrene, der skal inddrages, i andre tilfælde er det de sociale myndigheder, der skal underrettes, i andre tilfælde er det måske en psykolog fra PPR. I mindre alvorlige tilfælde kan det være tilstrækkeligt, at du taler med Bettina nogle gange, og så er problemerne løst.

Men for at lærere og andre der har med børn og unge at gøre, således skal turde at 'gå til' børn eller unge, som synes at have det skidt, er det vigtigt, at de bibringes viden om, hvad der er at gøre godt med i det lokalområde, hvor de arbejder og lever. At de ved, hvad der findes af hjælpetilbud i kommunen, på institutionen osv. At de kender til visitationsprocedurerne. At de er orienteret om, hvad der findes af såvel gratis som betalingspligtige tilbud. Alle lærere på f.eks. en skole behøver ikke vide det, men alle skal vide, hvem de kan spørge. Det andet væsentlige er, at hver enkelt institution, f.eks. en skole eller en klub har en form for beredskabsplan i krisetilfælde. At personalet har en fælles holdnings- og handlingsplan over for børn og unge, der f.eks. mister en forældre, rammes af alvorlig sygdom, forsøger at tage livet af sig, osv. Hvis der findes en sådan plan, som

alle kender til, kan man undgå uhensigtsmæssige reaktioner såsom forsinkelser eller svigt over for den eller de nødstedte. Og personalet undgår selv at blive ramt af panik.

Børn og unge er bare mennesker

Nogle voksne, og det gælder både professionelle (såsom lærere og læger) og civile voksne (såsom forældre og naboer), er af den opfattelse, at man skal tale på helt særlige måder med børn og unge. Når jeg spørger, hvorfor de tænker sådan, får jeg ofte beskrivelser af især unge, som nogle særlig mærkelige eller sårbare mennesker - så særlige, så de næsten bliver artsfremmede. Nogle beskriver unge som uforståelige. De forstår ikke deres sprog og udtryk, deres handlemåde eller kultur, siger de. Når jeg så spørger, om de synes, de forstår andre voksne, så er svaret ofte, at det er lettere at forstå jævnaldrende. Så tænker jeg: Her er der nogle generaliseringer, der er på spil. Alle børn og unge gøres ens og uforståelige af voksne, medens alle jævnaldrende gøres ens og forståelige. Men begge dele er da helt forkert. Børn og unge mennesker er forskellige fra hinanden, ligesom voksne er det. Og mest af alt ligner vi hinanden. Vi kan alle tænke, forklare og udtrykke os, og vi har i bund og grund de samme følelser. Og hvis et andet menneske fortæller eller udtrykker noget for os, som vi ikke kan forstå, så må vi jo spørge: "Jeg forstår ikke helt, det du siger. Vil du ikke prøve at sige det på en anden måde eller forklare det for mig?" Det kan man sige til voksne, til unge og til børn. Hermed signalerer man: Vores samtale er vigtig. Jeg vil gerne forstå, hvad du siger, det er vigtigt og grundlaget for en god samtale. Jeg vil gerne have en dialog med dig, hvor vi forstår hinanden". Store børn og unge kan almindeligvis glimrende give udtryk for, hvad de tænker, hvad de føler, hvad der er sket, hvad de er bange for, osv. Og de kan forklare sig - også de tænker i årsagssammenhænge. Disse kan være pseudoforklaringer, præcist ligesom voksnes forklaringer kan være det, men alt i alt er det min erfaring, at børn og unge sjældnere kommer med søforklaringer og indpakninger end voksne. De taler faktisk ofte meget lige ud af posen, hvis de får muligheden for det.

Mere end nogensinde, ikke mindst grundet mange unges diskrete måde at have det svært på, er "hvordan har du det egentlig-samtalen" væsentlig. Den hvor den voksne byder op til en samtale om trivsel og ikke bare om formåen eller kunnen. Hvordan har du det sådan i det hele taget? Med kammerater, i skolen, derhjemme, med dig selv?

Den gode samtale

Når vi taler med andre mennesker, og det gælder således også med børn og unge, er det vigtigt, at vi iagttager de samme etiske spilleregler, som vi i øvrigt sætter højt i fortrolige samtaler med mennesker i det hele taget. Og her vil jeg da gentage, at børn og unge har de samme følelser som voksne, at de gerne vil behandles respektfuldt og omsorgsfuldt. Jeg synes også, det er vigtigt at huske på, at børn og unge almindeligvis har ligeså mange intellektuelle ressourcer som voksne. Det betyder, at der ikke er ret meget, de ikke kan forstå. Så vi kan med andre ord roligt behandle børn og unge i øjenhøjde - altså ligeværdigt, som medmennesker, der kan forstå, tænke og føle.

Den store forskel i en samtale mellem børn/unge og voksne er principielt, at voksne ofte, men ikke altid, ved en del mere, og oftest, men ikke altid, har mere erfaring. Desuden har voksne nogle forpligtelser over for børn og unge, der ikke gælder den anden vej.

Den bedste målestok for, hvordan vi skal samtale med og i det hele taget opføre os over for børn og unge er at tænke på, hvordan vi gerne selv vil behandles og mødes. De fleste af os vil vel gerne tag- es alvorligt. Vi vil gerne mødes af et menneske, der tror på det, vi siger. De færreste af os kan lide, at fortrolige og sårbare betroelser plapres videre til tredje person. De fleste vil vel også gerne høre den andens oprigtige mening og tanker om det, der bliver talt om - altså have såvel et medspil som et ærligt modspil. Og så er det dejligt at møde medmenneskelighed, omsorg, indlevelse og forståelse. Nogen gange vil vi gerne have et råd eller lidt information, især hvis vi ikke påtvinges at bruge rådet eller informationen på bestemte måder. Og så foretrækker de fleste af os at blive talt med og ikke til - endsige 'ned' til eller 'om'.

Sådan nogenlunde, tror jeg, de fleste af os voksne har det, og sådan har børn og unge det også.

Den gode samtale, uanset aldersforskelle, er for mig at se en samtale, hvor begge parter er kommet til orde, føler sig forstået, lyttet til og behandlet respektfuldt og kærligt. Den gode dialog er den, hvor begge parter er blevet klogere på den anden og på det parterne snakker om. Den gode dialog kan resultere i ny forståelse, nyt mod, en god plan og en fornemmelse af, hvordan man kan komme videre i livet eller med hinanden. (se også I. Koch: Fortrolighed mellem børn og voksne i Gyldendals bog om skolebørn, redaktion: F. Andersen og C-J. Bindslev, 1992 og I. Koch.: Når ungerne bli'r unge - et remix, Gyldendal, 2000)