

BARN I NORGE 2015

UNGDOM OG PSYKISK HELSE



UNGDOM OG PSYKISK HELSE



BARN I NORGE 2015

Årsrapport om barn og unges psykiske helse

Vi har alle et voksenansvar.
Et ansvar for å passe på.
For å tilby en trygg hånd når det trengs.
For å være voksne for barn.

vfb.no

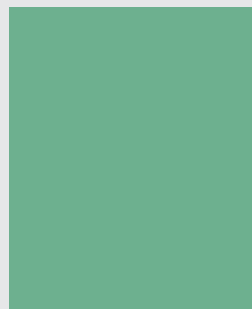
Utgiver: VOKSNE FOR BARN

Ansvarlig redaktør: Randi Talseth
Redaktør: Birthe Bratvold
Redaksjonsutvalg: Grete Gjertsen, Jan Steneby, Ina Nergård, Karin Källsmyr og Nina Grindheim
Design &
Grafisk produksjon: Lill-Ann Ellegård, Grafisk Form as
Fotografi/illustrasjon: Bo Mathisen
Trykkeri: Møklegaards Trykkeri AS

ISBN 978-82-92488-47-8 (trykk)
ISBN 978-82-92488-48-5 (PDF)

INNHold

Forord	6
Av Generalsekretær Randi Talseth	
Psykiske plager blant ungdom	8
Av Mira Aaboen Sletten	
Ungdom på feil sted?	26
Av Per Egil Mjaavatn og Per Frostad	
De må like meg for å jobbe med meg!	40
Av Reidun Follesø	
Grep om framtida	54
5 unge historier	
Foreldrekraften – en undervurdert ressurs	84
Av Bente Hasle	



FORORD

De nasjonale Ungdata-rapportene har gjennom flere år vist at de fleste ungdommer i Norge er fornøyd med livene sine, har gode relasjoner til foreldre og venner og har et positivt syn på fremtiden. Samtidig har vi de siste årene sett en økende bekymring for psykiske helseplager blant unge.

Barn i Norge 2015 Ungdom og psykisk helse går i dybden på årsakene til ungdoms psykiske plager. Hva spiller inn og er viktig for en god eller dårlig psykisk helse? Hva sier ungdommen selv – og hvilke råd vil de gi som eksperter på egne liv?

Barn i Norge 2015 belyser temaet fra flere vinkler som er viktige innspill både til helsetjenesten, barnverntjenesten og skoleverket. Ungdom og psykisk helse har vært et sentralt fagområde for Voksne for Barn gjennom flere år, blant annet gjennom mange henvendelser fra usikre og bekymrede foreldre med store barn og i våre møter med ungdom som sliter i hverdagen.

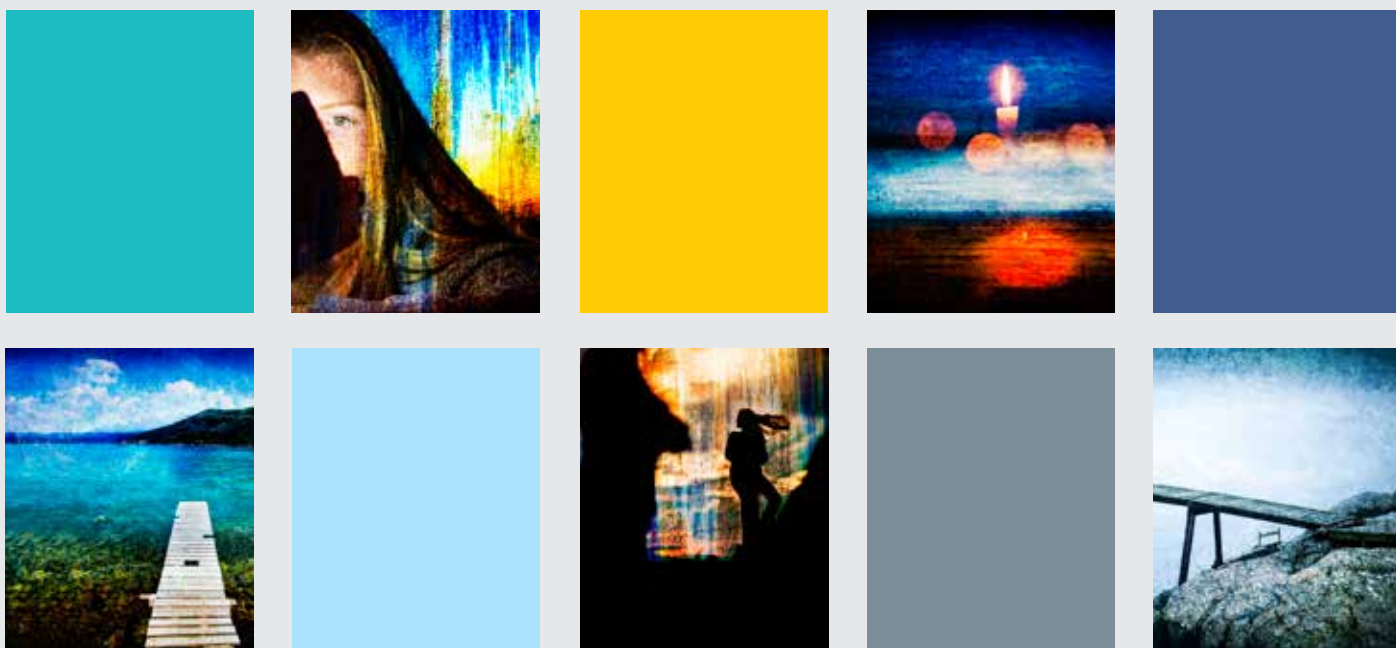
Data fra Ungdata-rapporten 2014 viser at fortellingen om «de flinke pikene» som strever på stadig flere arenaer, utfordrer gamle sannheter. Kjennetegn ved ungdom med flest psykiske plager, er foreldre med dårlig råd og lav utdanning,

problematiske hjemmeliv i form av fraværende foreldre eller konfliktfylte relasjoner og at materielle og strukturelle forhold fortsatt har betydning for unges psykiske helse.

Undersøkelser blant elever på 1 vgs viser at det sosiale miljøet er viktigst for elever med svake resultater. Blant disse føler jentene seg oversett av lærerne, og guttene opplever mest ensomhet på skolen – og de tenker i sterkeste grad på å slutte. Ungdommen føler at de er på feil sted. Skolen må derfor komme elevene i møte. Det er skolen som svikter elevene – og ikke elevene som svikter skolen.

Hva kan bidra til at overgangen fra barn til voksen i barnevernet blir bra, og hva skal til for at unge i barnevernet skal finne sin plass i arbeidslivet? Basert på ungdoms egne erfaringer er gode møter som anerkjenner de unge, en nødvendig, men ikke tilstrekkelig betingelse. De unge må også anerkjennes som medlemmer av et sosialt fellesskap, eller et lokalsamfunn. Deres kunnskap må etterspørres, slik at de kan bidra til et større fellesskap i kraft av seg selv.

Kan helsetjenesten samhandle bedre med foreldre når en ungdom har en alvorlig psykisk sykdom? Sentrale faktorer er at behandlerne i møte med foreldrene må anerkjenne



foreldrekjærligheten, bidra til at de får realisert retten til medvirkning og inkludere foreldre og ungdom i dialoger i utredning og behandling i et solidarisk fellesskap slik at de sammen med behandlerne danner et team rundt den unge pasienten.

Hvordan er det å bli voksen når oppveksten har bydd på noen ekstra utfordringer? Fem ungdommer med tøffe erfaringer tidlig i livet presenterer hva som har vært vanskelig – og hva som har hjulpet. Ulike skjebner – men likevel to ting felles, de fikk tidlig erfaring med å ta vare på seg selv uten den voksenstøtten et barn skal ha og deres søken etter et bedre liv. En av de fem er en enslig mindreårig asylsøker fra Afghanistan og hans møte med det norske samfunnet etter å ha vært på reise i åtte måneder. Ifølge UDI er det ventet 5 000 unge enslige asylsøkere til Norge i løpet av 2015. Historien fra den afghanske asylsøkeren viser behovet for å prioritere denne gruppen høyt i bosettingsarbeidet når det gjelder omsorg, helseutfordringer, oppfølging, skole og aktivitetstilbud.

En styrket satsning på forebygging av psykiske problemer hos ungdom, vil kunne gi store samfunnsmessige gevinster og økt livskvalitet og mulighet til livsutfoldelse for den enkelte. Vi håper denne rapporten både gir ny kunnskap og nye

perspektiver som kan medvirke til å gi ungdom god oppvekst.

En stor takk til alle bidragsyterne i rapporten; artikkelforfattere, journalister, fotograf Bo Mathisen, designer Lill-Ann Ellegård, språkvasker og korrekturleser Dag B. Gundersen og referees Berit Grøholt og Mette Ystgaard.

Årets rapport er den 16. i rekken, og artiklene står for artikkelforfatternes egen regning.

Randi Talseth





MIRA AABOEN SLETTEN har doktorgrad i sosiologi og er forsker II ved seksjon for Ungdomsforskning ved NOVA, Høgskolen i Oslo og Akershus. Sletten har forsket på ulike temaer knyttet til barn og ungdoms oppvekstsituasjon, med særskilt fokus på levekårsproblematikk, utdanning og sosial deltagelse blant jevnaldrende. Sletten var NOVAs prosjektleder for Ungdata fra 2011 til 2014 og tilhører fremdeles forskergruppen som jobber med disse undersøkelsene på NOVA.

PSYKISKE PLAGER BLANT UNGDOM

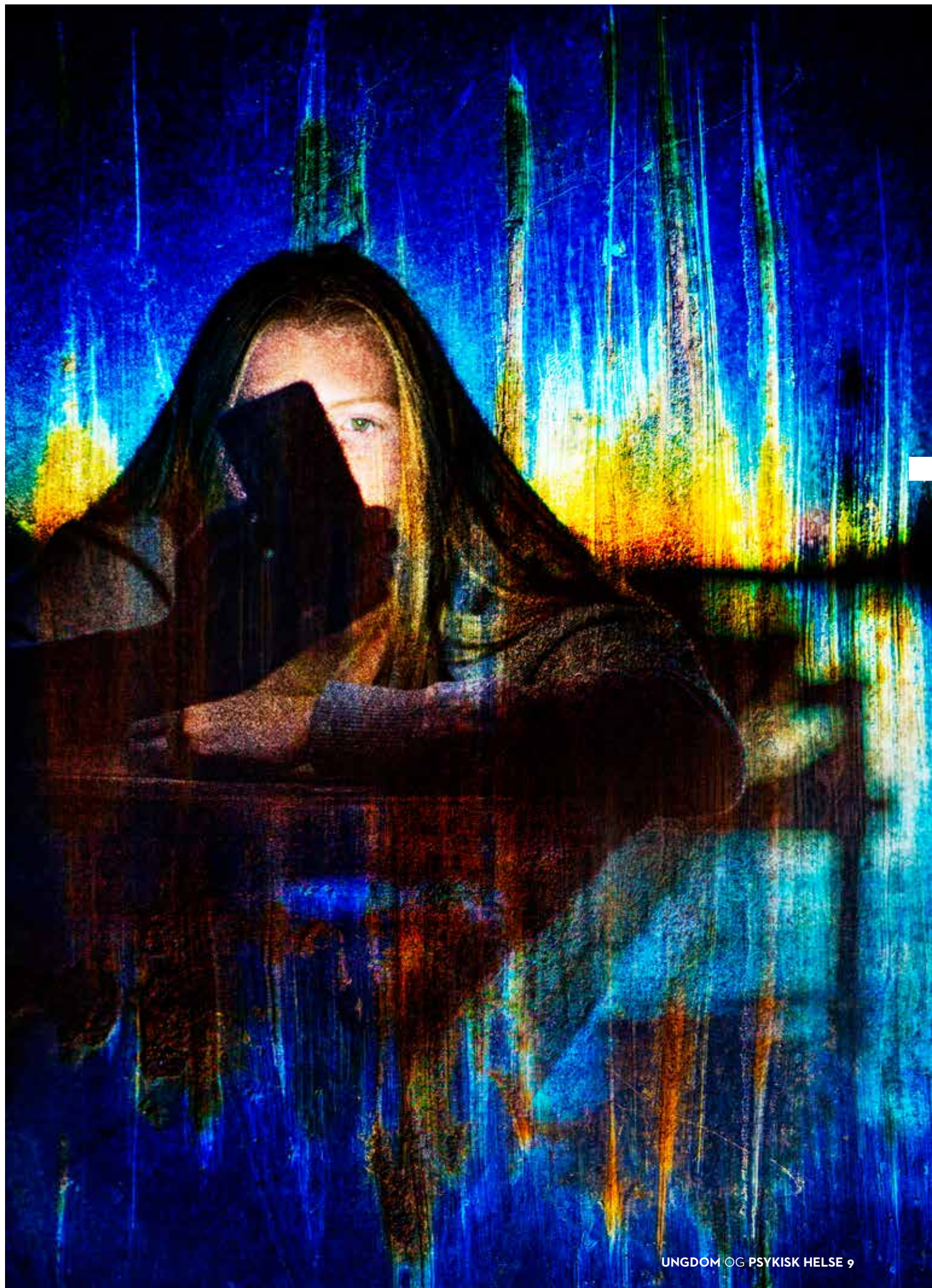
SOSIALE FORSKJELLER OG HISTORIEN OM DE FLINKE PIKENE

Ungdom flest i Norge er fornøyd med livet sitt, de er aktive, har gode relasjoner til foreldre og venner og har et positivt syn på framtiden (NOVA 2015). Samtidig har vi de siste årene sett en økende bekymring for psykiske helseplager blant unge.

Studier både fra de skandinaviske landene (Henriksen mfl. 2012; HagQuist 2010; von Soest & Wickstrøm 2014), og fra andre vestlige land har vist en økning i andelen unge jenter som rapporterer om slike plager de siste 20 til 30 årene (Se Bor mfl. 2014 for en oversikt). I den offentlige debatten har vi særlig sett en bekymring for «de flinke pikene» som strever på stadig flere arenaer – en generasjon unge med alle muligheter, som stresser seg syke i jaget etter å prestere både i skole og fritidsaktiviteter, samtidig som de skal trene, se bra ut og være aktive sosialt. Fortellingen om «de flinke pikene» utfordrer gamle sannheter. Mens det er vanlig å finne en tydelig sosial gradient i helse – at svak helse er relatert til ressursfattigdom og andre problemer i hverdagen – oppfattes det å være «flink pike» som en ny type helserisiko som kanskje særlig rammer de ressurssterke. Eksistensielle og relasjonelle faktorer knyttet til økende individualisering framstilles i mange tilfeller som en mer alvorlig trussel mot ungdoms helse, enn materielle og

strukturelle forhold (f.eks. Eckersley 2011).

Hvis psykiske helseplager blant ungdom i økende grad handler om individualiserte krav til prestasjoner på skole- og fritidsarenaen, betyr det at denne typen helseplager i liten grad er betinget av ungdommenes sosiale bakgrunn? Artikkelen har to formål. For det første undersøkes sammenhengen mellom psykiske helseplager og ungdommens sosioøkonomiske bakgrunn (familieøkonomi og foreldrenes utdanning). *Er det slik at ungdom fra familier med god økonomi og et høyt utdanningsnivå rammes like ofte av psykiske plager som ungdom i familier med færre ressurser? Er det en forskjell mellom typiske stressplager og andre plager?* For det andre undersøkes mulige forklaringer på en eventuell sammenheng. Analysene er basert på data fra 80 kommunale spørreskjemaundersøkelser blant ungdom gjennomført i regi av Ungdata i 2014. I tillegg til spørsmål om psykiske plager inneholder undersøkelsene



opplysninger om vennskap og mobbing, om konfliktnivået i familien og foreldrenes involvering i fritiden, og på spørsmål om fysisk aktivitet og tid brukt til skjermaktiviteter. Det er et mål med artikkelen å undersøke i hvilken grad slike forhold bidrar til å forklare eventuelle sosiale forskjeller i psykiske plager blant ungdom.

SOSIALE HELSEFORSKJELLER I UNGDOMSTIDEN

I helseforskning er det vanlig å finne en tydelig sosial gradient i helse. Jevnt over er det slik at jo høyere man befinner seg i det sosioøkonomiske hierarkiet, desto bedre er helsen (Dahl mfl. 2014).

Samtidig har det vært vanlig å hevde at graden av sosial ulikhet i helse er mindre i ungdomstiden enn i andre aldersgrupper. Dette har blitt forklart med at ungdom er i en overgangsfase der de orienterer seg bort fra foreldrehjemmet og gjør egne valg i forhold til utdanning og yrke. Uavhengig av sin familiebakgrunn mottar de mange av de samme impulsene – i skolesettingen, i samhandling med jevnaldrende og gjennom ulike ungdomskulturer (f.eks. West 1988, 1997; Adler & Ostrove 1999).

Nyere oversiktsstudier konkluderer imidlertid med at det finnes tydelige sosiale forskjeller i helse også blant ungdom (Goodman 1999; Starfield, Riley Witt and Robertson 2002; Moor mfl. 2015). Om en gradient kan identifiseres, avhenger riktignok av hvilke helseutfall som studeres. Det er ikke grunnlag for å konkludere entydig i forhold til utfallsmål som alvorlige kroniske lidelser eller det å utsettes for skader samlet sett. Hvilke typer skader ungdom utsettes for, varierer derimot

systematisk med sosial bakgrunn (Starfield, Riley Witt & Robertson 2002; Dikken & Popham 2012). Det er likevel særlig når det gjelder *subjektive helsemål og helseatferd*, at forskning har identifisert en klar sosial gradient i retning av at ungdom fra høyere sosiale lag har bedre helse og en mer helsefremmende atferd (Moor mfl. 2015; Richter, Moor & Lenthe 2012; Holstein mfl. 2009).

De fleste studier av subjektiv helse og helseatferd blant unge i Norge er basert på spørreskjemadata. Spørsmål om subjektiv helse omfatter da både mer generelle vurderinger av helsen og spesifikke spørsmål om forekomst av psykiske og fysiske plager. Denne typen studier viser at subjektive helseplager er mer utbredt blant unge jenter enn gutter, og at omfanget av plager øker utover i tenårene for begge kjønn, men i størst grad for jentene (f.eks. Grøtvedt & Gimmetstad 2002; Wichstrøm 1999). Når det gjelder sosial ulikhet i helse, viser for eksempel den norske varianten av studien «Helsevaner blant skoleelever» (HBSC) en stabil sammenheng mellom sosioøkonomisk bakgrunn¹ og ungdoms rapportering av psykosomatiske plager (HBSC Symtpn Check List²) siden 1994 (Moor, Richter, Ravens-Sieberer, Elgar & Pfofner 2015). Det samme stabile mønsteret viser HBSC-studien for helseatferd. Ungdom fra familier med en lavere sosioøkonomisk posisjon kommer dårligere ut både når det gjelder fysisk aktivitet, frokostinntak og røyking (Wold, Torsheim, Samdal & Hetland 2005; Samdal, Bye, Torsheim, Fismen, Haug, Smith & Wold 2012).

Tidligere studier gir altså grunn til å forvente en sosial gradient i subjektive helseplager blant ungdom. I Ungdata blir ungdommene bedt om å oppgi hvor ofte de i løpet av den

¹ I HEVAS brukes som et samlemål (FAS) på materielle statusindikatorer (antall biler, eget soverom, ferier med familien det siste året, antall PC-er i hjemmet.

² Hodepine, magevondt, nakkesmerter, følt deg nedfor (trist), vært irriterabel eller i dårlig humør, følt deg nervøs, søvnproblemer, svimmelhet.

siste uka hadde vært plaget av følgende: «Følt at alt er et slit», «hatt søvnproblemer», «følt deg ulykkelig, trist eller deprimert», «følt håpløshet med tanke på framtida», «følt deg stiv eller anspent», «bekymret deg for mye om ting». Svaralternativene var: «Ikke plaget i det hele tatt», «Lite plaget», «ganske mye plaget» og «veldig mye plaget». De seks spørsmålene er ment å fange opp depressivt stemningsleie eller depressive symptomer. Spørsmålene er hentet fra skalaene Hopkins Symptom Checklist (Derogatis 1982; Derogatis, Lipman, Rickels, Uhlenhuth & Covi, 1974) og Depressive Mood Inventory (Kandel & Davies, 1982)³, og denne varianten er tidligere brukt i Ung i Norge-undersøkelsene (se f.eks. Wichstrøm 1995, von Soest og Wichstrøm 2015). I analysene undersøker vi om omfanget av plager varierer i forhold til familieøkonomi og foreldrenes utdanningsnivå. I tillegg undersøkes variasjoner på enkeltspørsmål. Er det slik at mer stressrelaterte plager, som *søvnproblemer* eller *å føle at alt er et slit*, har en annen sammenheng med sosial bakgrunn enn for eksempel det å være *trist og nedstemt*?

MILJØFAKTORER OG SOSIAL ULIKHET I PSYKISKE HELSEPLAGER

I forskningslitteraturen er det relativt stor enighet om at psykiske plager utvikles i et komplekst samspill mellom genetiske, biologiske og miljømessige faktorer hos den enkelte (Mathiesen, Karevold & Knudsen 2009). Studier har vist en ikke ubetydelig arvelighet i forekomsten av alvorlig depresjon (Sullivan, Neale & Kendler 2000; Kvaem og Wichstrøm 2007). Samtidig er de fleste teorier om årsaker til psykiske vansker varianter av en stress-sårbarhetsmodell (Wichstrøm 2006). Vi blir født med et visst nivå av sårbarhet, som påvirker mestringskapasiteten når vi utsettes for miljømessige

forhold i form av utfordringer eller stress. Det er videre vanlig å konkludere med at miljømessige faktorer har størst innvirkning på mildere plager blant barn og unge, mens genetiske faktorer har sterkere innvirkning på risikoen for å utvikle mer alvorlige og kroniske forløp (Mathiesen, Karevold og Knudsen 2009; Knudsen, Mathiesen & Mykletun 2010).

Miljømessige årsaker handler om konteksten ungdom lever i, samhandling med andre mennesker, holdninger og normer. Det finnes per i dag relativt mye forskning som viser en sammenheng mellom ungdoms hjemmemiljø, relasjoner til jevnaldrende og egen deltagelse i risikoatferd. Når det gjelder betydningen av ungdoms hjemmemiljø, viser studier at konfliktfylte forhold i hjemmet, psykiske lidelser hos foreldre og liten grad av sosial støtte øker risikoen for utvikling av psykiske lidelser (Mensah & Kiernan 2010; Beardslee mfl. 1998). Myklestad og kollegaer (2012) viser videre ved hjelp av data som kombinerer opplysninger fra ungdom og deres foreldre, at sosial støtte fra jevnaldrende og det å bruke tid med jevnaldrende i fritiden virket beskyttende, mens både denne studien og tidligere studier konkluderer med at vedvarende mobbing eller plaging fra jevnaldrende er en sterk prediktor for psykiske plager (Ystgaard 1997, Kalttilala-Heino mfl. 1999; Hartberg & Hegna 2014). Longitudinelle studier viser videre at ungdoms egen deltagelse i risikoatferd, som norm og regelbrudd samt rusmiddelbruk, øker sannsynligheten for at de utvikler depressive symptomer (von Soest 2012; Nock mfl. 2006; Marmorstein mfl. 2010).

Det er grunn til å anta at omfanget av risikofaktorer i miljøet eller konteksten rundt de unge varierer en del i forhold til sosial bakgrunn. Selv om studier viser en sammenheng mellom

³ Skalaene består i utgangspunktet av et langt større antall spørsmål. Tidligere studier har vist at også kortere varianter av skalaene har svært god validitet (B. H. Strand, Dalgard, Tambs & Rognerud 2003; Tambs & Moum 1993).

sosioøkonomisk bakgrunn, risikofaktorer og psykiske helseplager, er det imidlertid ikke gitt *hvordan* sammenhengene oppstår, og hva sosioøkonomisk bakgrunn – isolert sett – betyr. Tidligere forskning har definert tre forhold som særlig viktige, substansielle forklaringer på *hvordan* sosial ulikhet i helse oppstår; materielle faktorer (tilgang på materielle goder og fysiske levekår), psykososiale faktorer (f.eks. stressfaktorer og lite sosial støtte) og atferdsfaktorer (f.eks. røyking, matvaner, fysisk aktivitet) (Dahl mfl. 2014). Også i litteraturen om sosiale helseforskjeller blant barn og unge går hovedskillet mellom forklaringer som peker på at materielle forhold i seg selv påvirker helsen, forklaringer som viser til de belastningene det å ha knappe ressurser påfører familielivet (familiestresshypotesen) og forklaringer som viser sosiale forskjeller i helseatferd.

Familiens tilgang på *materielle ressurser* kan for det første påvirke ungdoms helse direkte gjennom foreldrenes mulighet til å gjøre investeringer som har betydning for barnas helse (f.eks. i boforhold, kosthold og helsetjenester) (Linver, Brooks-Gunn & Kohen 2002). I en norsk og nordisk kontekst er familiens investeringsevne kanskje særlig relevant i forhold til de begrensningene dårlig råd kan sette for ungdoms deltagelse og inklusjon blant jevnaldrende. Barn og unge som vokser opp i fattige familier forteller ofte om en situasjon der knapp økonomi gjør det vanskelig å delta i sosiale fritidsaktiviteter som koster penger, samtidig har de fleste opplevd mobbing og utestengelse fordi de ikke kan kjøpe forbrugsgoder som gir status i jevnaldtermiljøet (f.eks. Harju 2008; Tvetene 2001; Thorød 2008). Også kvantitative studier har vist en sammenheng mellom familieøkonomi og sosial deltagelse blant jevnaldrende (Sletten 2010). Samtidig er mobbing eller utestengning fra jevnaldrende, som nevnt, en

sterk prediktor for psykiske plager blant ungdom (Ystgaard 1997; Kaltilala-Heino mfl. 1999; Hartberg & Hegna 2014).

Familieøkonomi kan også få betydning for ungdoms helse mer indirekte gjennom *psykososiale faktorer* som innvirker på barnas helse. Argumentet er at økonomisk stress både påvirker foreldrenes psykiske helse og konfliktnivået i familien. Dette får igjen betydning for foreldrenes overskudd når det gjelder å støtte, samt muligheten til å følge opp barnas utvikling. Dermed kan barn i familier med knappe ressurser få problemer, ikke bare direkte gjennom familiens mangel på ressurser, men også indirekte gjennom den effekten dårlig råd har på relasjoner mellom foreldre og barn. En slik forklaring kalles ofte *familiestresshypotesen* (Coger, Coger, Elder, Lorenz, Simons & Witbeck 1992; Solantaus, Leinonen & Punamaki 2004).

Den siste typen forklaringer viser til *kulturelle forskjeller i oppdragelsespraksis* og er i mindre grad rettet mot å forklare konsekvenser av økonomisk fattigdom. Det er særlig innenfor en kvalitativ forskningstradisjon at klasserelaterte oppdragelsespraksiser har vært utforsket (se Stefansen 2007 for en gjennomgang av litteraturen). Et sentralt bidrag er Anett Lareaus (2003) kvalitative studie av amerikanske familiers hverdagsliv. Hun argumenterer for at foreldrenes klassebakgrunn påvirker barnas hverdagsliv og deres aktiviteter i fritiden gjennom foreldrenes oppdragelsespraksis. Middelklasseforeldrene utøver en «intensiv foredling» (concerted cultivation)⁴. Gjennom intens oppfølging og strukturering er målet å hjelpe barna med å nå sitt potensial som mennesker. Arbeiderklasseforeldrenes praksis følger i større grad «ideen om naturlig utvikling» (natural growth). Foreldrene ser det ikke som sin oppgave å detaljstyre barnas skolegang og fritid,

⁴ De norske oversettelsene er hentet fra Stefansen 2007.

og muligheten for frilek uten overvåking fra foreldrene er større. Moralisering over arbeiderklasseforeldrenes utøvelse av foreldreskapet er ikke Lareaus prosjekt. Gitt at middelklasseforeldre i større grad (enn foreldre fra arbeiderklassen) styrer barna mot en helsefremmede fritid og skjermer dem mot negative opplevelser, tilbyr hennes beskrivelser likevel en modell for å forstå hvordan atferdsfaktorer kan bidra til sosiale forskjeller i helseutfall.

På mange områder er forskjellene mellom sosiale grupper i samfunnet mindre i Norge enn mange steder ellers i verden. Forskning viser likevel klassespesifikke mønster også i norsk ungdoms fritid. For eksempel deltar ungdom fra middelklassen noe oftere enn ungdom med arbeiderklassebakgrunn i idrett (Seippel mfl. 2011). Samtidig er ungdom fra lavere sosiale lag overrepresentert blant de som bruker mye tid på stillesittende fritidsaktiviteter foran en skjerm (Frøyland mfl. 2010).

Kort oppsummert har tidligere forskning identifisert vedvarende mobbing eller plaging fra jevnaldrende som en særlig sterk prediktor for psykiske plager. Dette kan gi grunn til å anta at *familienes investeringsevne* – i seg selv – får betydning for psykiske helseplager gjennom de begrensninger knapp økonomi setter for ungdoms deltagelse og inklusjon blant jevnaldrende. Videre gir familiestresshypotesen grunn til å anta at ungdom fra lavere sosiale lag oftere får psykiske plager fordi økonomisk stress kan bidra til konflikter og lav grad av oppfølging fra foreldrene. Endelig kan klassespesifikke fritidsmønstre bidra til sosiale forskjeller i ungdomshelse, hvis det er slik at foreldre fra lavere sosiale lag i mindre grad styrer barna mot en helsefremmede fritid. Sentrale spørsmål i de påfølgende analysene blir derfor om følgende variabler kan forklare eventuelle sosiale forskjeller i psykiske helse

blant ungdom: posisjon i jevnaldermiljøet (utsettes for mobbing, mangler nære venner), grad av konflikt i hjemmet, grad av involvering fra foreldrene, fysisk aktivitet og tidsbruk til skjermaktiviteter.

DATA

Datamaterialet i artikkelen er hentet fra 80 kommunale spørreskjemaundersøkelser blant ungdom gjennomført i regi av Ungdata i 2014⁵. Ungdata er et pågående forskningsprosjekt administrert av NOVA i samarbeid med syv regionale kompetansesentra for rusfeltet (KoRus). Hvert år gjennomfører rundt 100 kommuner og fylker en spørreskjemaundersøkelse blant ungdom i sitt område. Det er kommunene og fylkene selv som tar initiativ til gjennomføringen, og dataene brukes aktiv i lokalt plan- og utviklingsarbeid. NOVA står som eier av dataene, og oppbevarer dem i en nasjonal database som brukes til forskning og utviklingsarbeid både av NOVA, KoRus og av eksterne forskere. Ungdataundersøkelsene gjennomføres både på ungdomstrinnet og i videregående. I denne artikkelen brukes svar fra ungdomsskoleelever.

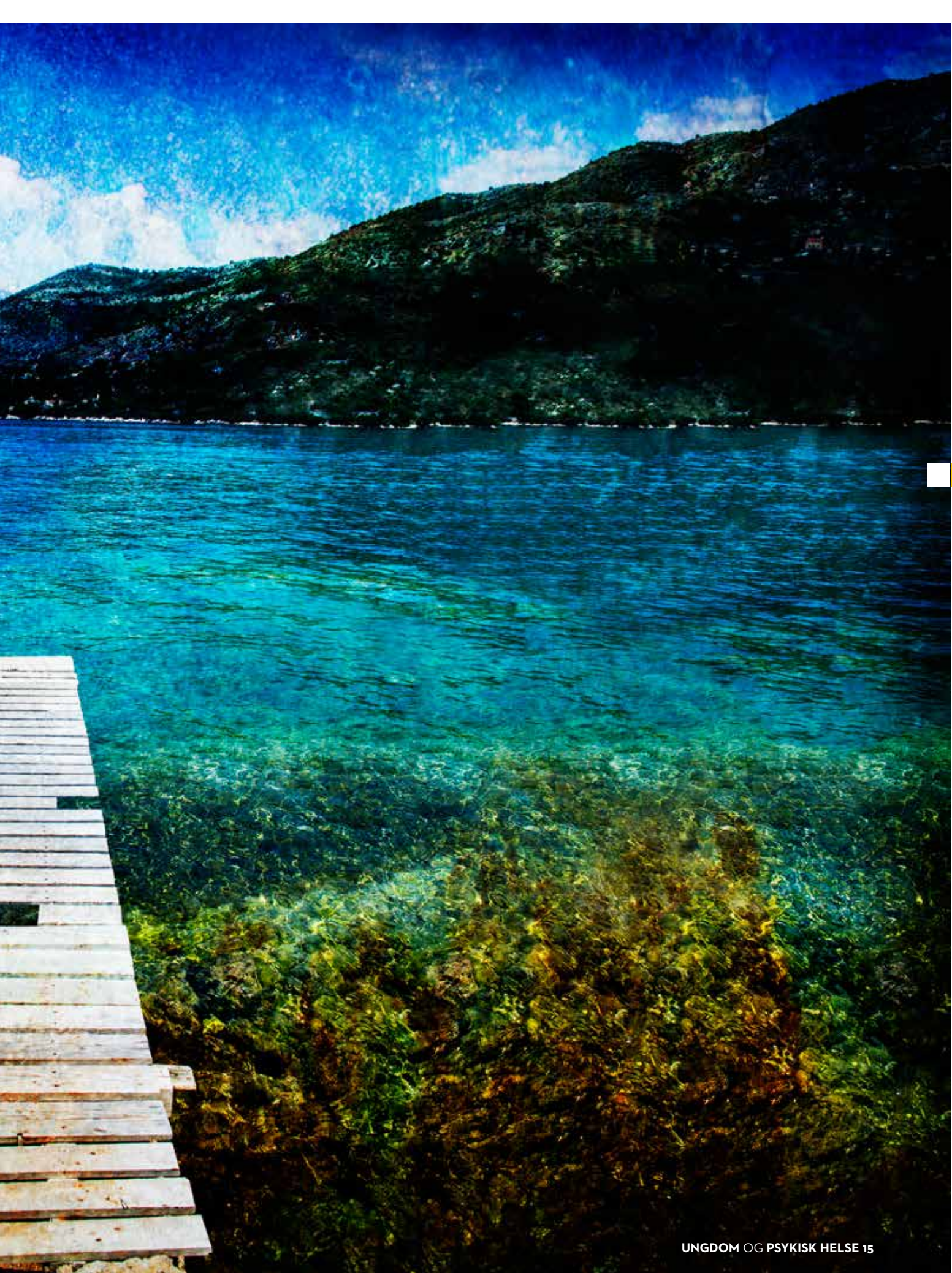
Det er grunn til å tro at Ungdata-undersøkelsene gir et rimelig representativt bilde av ungdom i Norge totalt sett. Datamaterialet består av store, mellomstore og små kommuner fordelt på alle landets fylker. Analyser av kjennetegn ved kommunene som deltok i 2014 sammenlignet med situasjonen for landet totalt, viser at sentrale kommuner er noe overrepresentert på bekostning av mindre sentrale kommuner, og at kommuner med få innbyggere er noe underrepresentert.⁶ Skjevhetene er imidlertid ikke store. Små kommuner vil dessuten gjennom sitt lave antall ungdommer i mindre grad enn de store kommunene påvirke totaltallene.

⁵ Se NOVA 2015.

⁶ «Ungdata – metode og dokumentasjon», hentet fra <http://www.ungdata.no/id/27432.0>



GJENNOM INTENS OPPFØLGING
OG STRUKTURERING ER MÅLET
Å HJELPE BARNA MED Å NÅ SITT
POTENSIAL SOM MENNESKER.



SENTRALE VARIABLER

Sosioøkonomisk bakgrunn: Som regel benyttes informasjon om foreldrenes inntekt, yrke og utdanning som markører for økonomiske og kulturelle ressurser i familien. Ungdata inneholder ikke opplysninger fra foreldrene om inntekt, yrke og utdanning. For å indikere *kulturelle ressurser* i familien har ungdommene blant annet fått spørsmål om foreldrenes utdanningsnivå (om far og mor har utdanning ut over videregående opplæring eller ikke). For å beskrive familiens *økonomiske situasjon* brukes både et subjektivt og et objektivt mål. Det subjektive målet er basert på et spørsmål om ungdommenes opplevelse av familiens økonomi: Har familien din hatt god eller dårlig råd de to siste årene? Ungdommene kunne velge mellom fem svaralternativ: 1) vi har hatt god råd hele tiden, 2) vi har stort sett hatt god råd, 3) vi har verken hatt god eller dårlig råd, 4) vi har stort sett hatt dårlig råd, 5) vi har hatt dårlig råd hele tiden. Som et mer objektivt mål på familiens økonomiske ressurser er det laget et samlemål (0–6) basert på fire spørsmål fra The Family Affluence Scale (FAS): «Har familien din bil?» («Nei» = 0, «Ja, en» = 1, «Ja, to eller flere» = 2), «Har du eget soverom?» («Nei» = 0, «Ja» = 1), «Hvor mange ganger har du reist et sted på ferie med familien din i løpet av det siste året?» («Ingen ganger» = 0, «En gang» = 1, «To»/mer enn to» = 2) og «Hvor mange datamaskiner har familien din?» («Ingen»/«En» = 0, «To» = 1, «Tre eller flere» = 2). Et tall nær 6 på skalaen indikerer god økonomi, mens et tall nær 0 indikerer svak familieøkonomi.

Tabell 1 – Fordeling etter foreldrenes utdanning og to mål på familiens økonomiske situasjon.

Foreldre utdanning etter VGO	Ingen	En	Begge		
%	15	23	62		
N	3961	6179	16262		
FAS-samlemål (0–6)	0–2	3	4	5	6
%	2	5	14	32	47
N	449	1417	4199	9552	14307
Dårlig/god råd	Dårlig råd hele tiden	Stort sett dårlig råd	Verken eller	Stort sett god råd	God råd hele tiden
%	2	4	35	18	41
N	469	1187	10657	5474	12549

Tabell 1 gir samlet informasjon om fordelingen på de tre målene. Både det objektive og det subjektive målet på familieøkonomi identifiserer en svært liten gruppe unge i familier med dårlig råd (2–5 prosent). Dette samsvarer med resultater fra andre undersøkelser (Sletten 2011; Sandbæk & Pedersen 2010), og andelen ligner omtrent på andelen inntektsfattige som kan identifiseres ved hjelp av opplysninger om registrert inntekt i barnefamilier. I og med at rundt halvparten av ungdommene i undersøkelsen havner i den øverste kategorien, er de to målene på familiens økonomiske situasjon i liten grad egnet til å skille mellom ungdom i familier med alminnelig god råd og ungdom i velstående familier. I analysene av forklaringer til eventuelle sosiale forskjeller i psykiske helseplager sammenlignes derfor den lille andelen av ungdom i familier med dårlig råd med de øvrige.

Tilleggsanalyser av kjønnsforskjeller og forskjeller mellom ungdom på ulike klassetrinn viser relativt små forskjeller mellom jenter og gutters opplysninger om materielle ressurser

i familien og feriereiser (analysene vises ikke her). Derimot er det noe større kjønnsforskjeller i ungdommenes svar på det subjektive spørsmålet om familiens økonomiske situasjon. Jenter har jevnt over en tendens til å vurdere sin egen og familiens situasjon som mer negativ enn gutter. Mens 45 prosent av guttene mener at familien har hatt god råd hele tiden, gjelder det samme «bare» 37 prosent av jentene. Vi kan dermed anta at det subjektive målet på familiens økonomiske situasjon både er mer sårbart i forhold til ungdommenes generelle sinnsstemning, subjektive forventninger og variasjon på utgiftssiden. Andelen som opplever at familien har dårlig råd (hele tiden eller stort sett), er imidlertid omtrent lik blant jenter (6 prosent) og gutter (5 prosent).

Nære vennskap og mobbing. For å undersøke vennskapsrelasjoner fikk ungdommene spørsmål om de har minst én venn de kan stole fullstendig på og betro seg til om alt mulig. Svaralternativene var «Ja, helt sikkert», «Ja, det tror jeg», «Det tror jeg ikke» og «Har ingen jeg ville kalle venner nå for tiden». I analysene sammenlignes ungdom i de siste kategoriene, de som ikke har nære venner, med de øvrige. Videre fikk de unge spørsmål om de hadde blitt utsatt for plaging, trusler eller utfrysing av andre på skolen eller i fritida?. Svaralternativene var: «Ja, flere ganger i uka», «Ja, omtrent en gang i uka», «Ja, omtrent hver 14. dag», «Ja, omtrent en gang i måneden», «Nesten aldri» og «Aldri». I analysene tilsvarende andelen som blir mobbet, andelen av ungdommene som svarer at dette skjer hver 14. dag eller oftere.

Foreldreinvolvering og konflikt. Undersøkelsen inneholdt flere spørsmål om foreldrene sin oversikt over ungdommenes liv. Fire av disse brukes i en samleindeks som mål på foreldreinvolvering: «Foreldrene mine pleier å vite hvor jeg er,

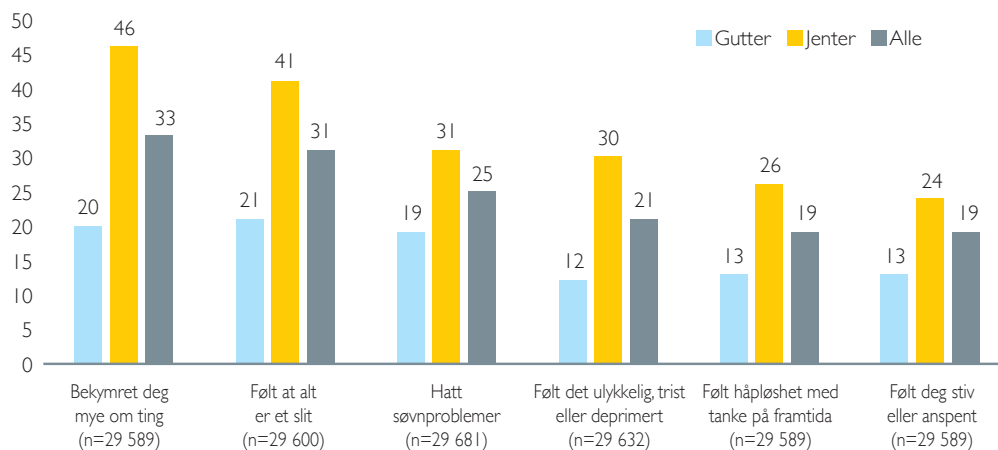
og hvem jeg er sammen med i fritida», «Foreldrene mine kjenner de fleste av de vennene jeg er sammen med i fritida», «Mine foreldre kjenner foreldrene til mine venner» og «Foreldrene mine kjenner til hvem jeg har kontakt med på nettet». Videre skulle ungdommene ta stilling til følgende utsagn: «Det er ofte krangling mellom de voksne i min familie» og «Jeg krangler ofte med foreldrene mine». Disse to spørsmålene brukes samlet for å si noe om konfliktnivået i familien.

Fysisk aktivitet og skjermtid. Ungdom som deltar i Ungdata-undersøkelsene, blir bedt om å svare på hvor ofte de er så fysisk aktive at de blir andpusten eller svett i løpet av en uke. Svaralternativene er «aldri», «sjelden», «1–2 ganger i måneden», «1–2 ganger i uka», «3–4 ganger i uka» og «minst 5 ganger i uka». I analysene er ungdom som er fysisk aktive to ganger eller mindre i måneden, samlet i en gruppe for lav grad av fysisk aktivitet. Videre inneholder Ungdata et spørsmål ment å fange opp hvor mye tid ungdom samlet sett bruker foran en skjerm i løpet av en vanlig dag: «Utenom skolen, hvor lang tid bruker du vanligvis på aktiviteter foran en skjerm (TV, data, nettbrett, mobil) i løpet av en dag?» Det var sju svaralternativer fra «ikke noe tid» til «mer enn 6 timer». Ungdom som bruker «mye tid foran en skjerm», er definert som de som bruker tre timer eller mer daglig.

RESULTATER

Tidligere studier har vist tydelige kjønnsforskjeller i opplevde psykiske plager blant ungdom. Som en bakgrunn for de videre analysene presenterer vi først omfanget av subjektive helseplager blant gutter og jenter i datamaterialet. Figur 1 viser først andelen blant gutter og jenter som har vært ganske eller veldig mye plaget av ulike psykiske helseplager den siste uken. Det vanligste er at ungdom oppgir ulike stressrelaterte

Figur 1 – Andel som oppgir at de har vært ganske eller veldig mye plaget av ulike psykiske plager siste uke etter kjønn. Prosent.



plager – det å bekymre seg mye om ting, og å føle at alt er et slit. En av tre blant norske ungdommer er ganske eller veldig mye plaget av slike tanker i løpet av en uke. Stressrelaterte plager er vanligst både for gutter og jenter, men andelen som har slike plager, er klart høyest blant jentene. Fire av ti jenter har vært plaget av at de har bekymret seg mye om ting og har følt at alt er et slit siste uke. Størst er den relative forskjellen mellom jenter og gutter imidlertid når det gjelder det «å føle seg ulykkelig, trist og deprimert» og «å bekymre seg mye om ting». Andelen som er ganske eller veldig mye plaget av slike følelser, er mer enn dobbelt så stor blant jentene enn blant guttene.

Det er grunn til å tro at mønsteret i hvordan gutter og jenter svarer på disse spørsmålene, er påvirket av kjønnsspesifikke forventninger til hvordan jenter og gutter skal oppføre seg. «Jenterollen» tillater i større grad enn «gutterollen» å være trist eller bekymre seg. Samtidig kan det også være forskjeller i jenters og gutters liv og i forventninger som stilles til dem på ulike arenaer, som gjør at de faktisk opplever større belastninger og flere bekymringer i hverdagen.

OMFANG AV PSYKISKE PLAGER OG ULIKE MÅL PÅ SOSIOØKONOMISK BAKGRUNN

Tidligere forskning tyder på en sosial gradient i subjektive helseplager blant ungdom. Hvilke konklusjoner som trekkes, ser imidlertid ut til å variere litt både i forhold til hvilke opplysninger man bruker til å bestemme ungdommenes sosioøkonomiske bakgrunn, og hvilke helsemål som undersøkes. I denne artikkelen undersøkes betydning av økonomiske ressurser i familiene og foreldrenes utdanningsnivå basert på opplysninger fra ungdom selv. Figur 2 viser antall plager (ganske eller ganske mye plaget) siste uke etter det objektive og det subjektive målet på familiens økonomiske

situasjon og etter foreldrenes utdanningsnivå (om begge foreldre, en forelder eller ingen har tatt utdanning ut over videregående).

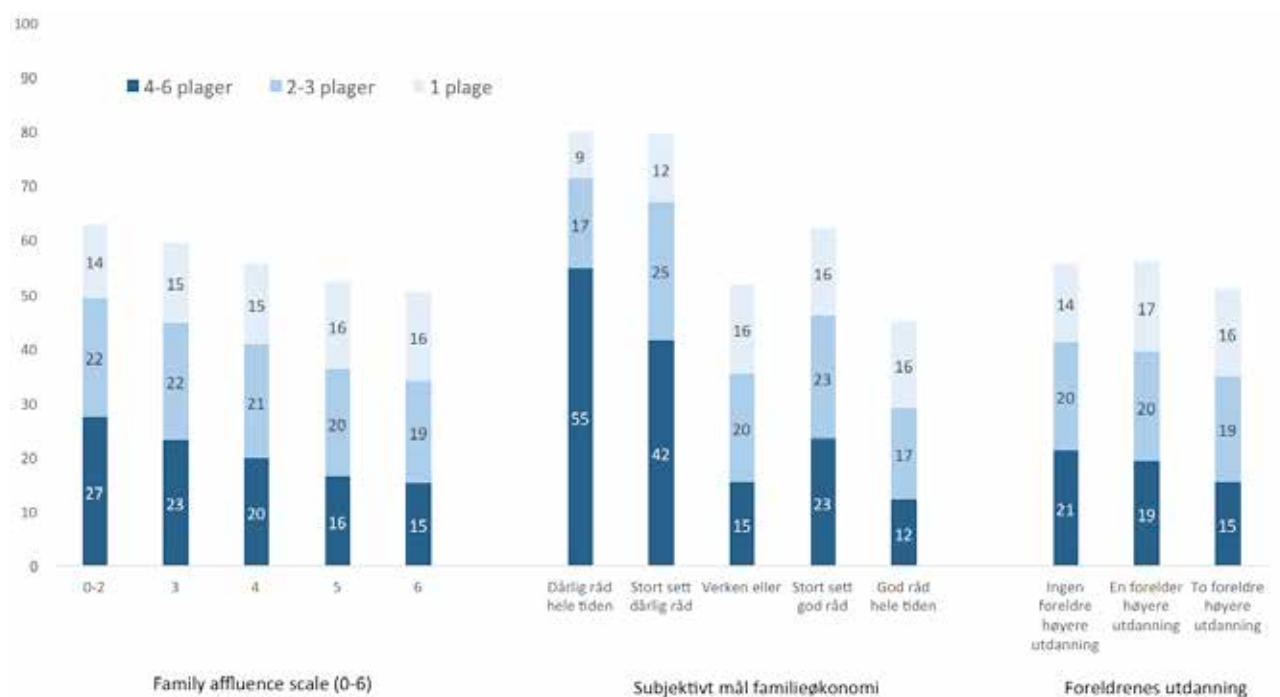
Både det objektive målet og det subjektive målet antyder en sosial gradient i psykiske plager blant ungdom. Andelen med mange plager minker noe med økende sosial status, men det er særlig ungdom i den laveste statuskategorien som skiller seg noe ut fra de andre, ved at de oftere har mange plager. Det subjektive målet gir større utslag enn det objektive. Mens ungdom fra familier med god eller middels god økonomi ifølge det objektive målet ligner på ungdom som mener familien stort sett eller hele tiden har hatt god råd de to siste årene, er omfanget av plager betydelig høyere blant ungdom som selv opplever at familien har dårlig råd sammenlignet med ungdommene som kommer dårligst ut i forhold til materielle goder i hjemmet. Også når det gjelder foreldrenes utdanning, er det slik at ungdom med i familier der foreldrene har lav utdanning, oppgir flest plager. Forskjellen mellom de som oppgir at ingen av foreldrene har høyere utdanning, og de som har én forelder med høyere utdanning, er imidlertid relativt liten. Den største forskjellen finner vi mellom de som har to foreldre med høyere utdanning og de øvrige.

ULIKE TYPER PLAGER

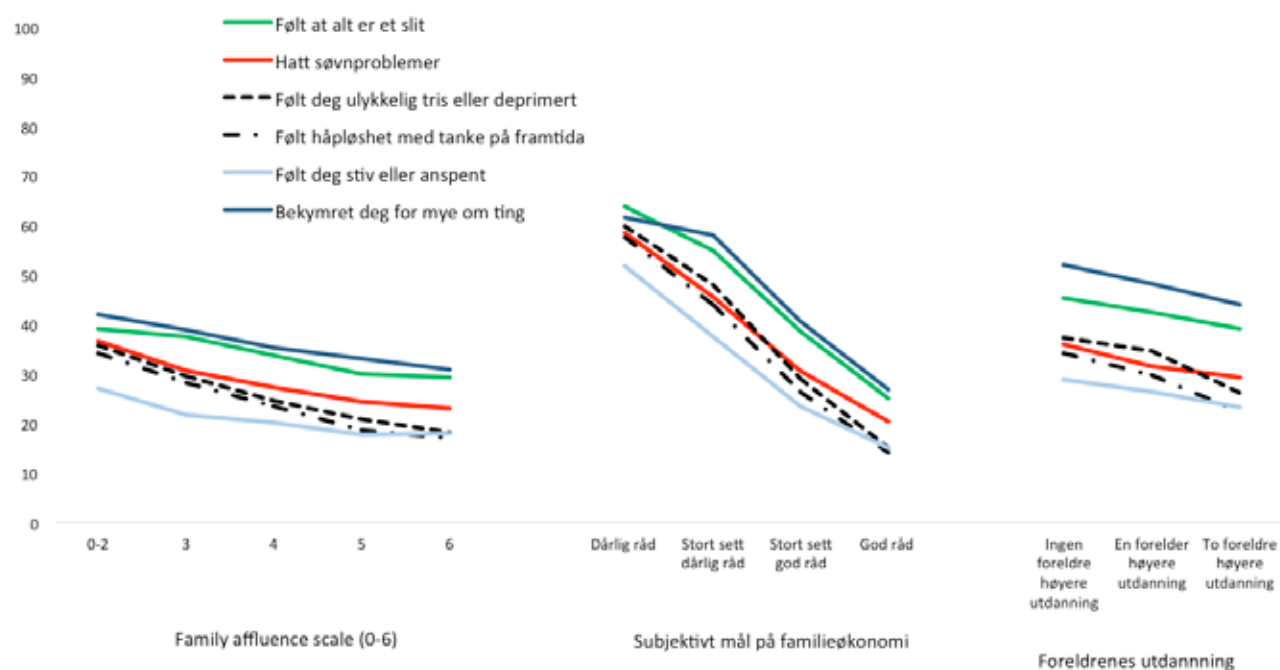
Vi har sett at ungdom i familier vi kan anta har relativt dårlig råd sammenlignet med andre ungdomsfamilier, oftere opplever ulike psykiske plager. Figur 3 viser variasjonen i forhold til sosioøkonomisk status når det gjelder hver av de seks spørsmålene som inngår i samlemålet for psykiske plager siste uke.

Det er jevnt over slik at ungdom fra familier med dårlig råd og ungdom i familier der foreldrene har lav utdanning, oftest har opplevd alle seks plager. Dette gjelder også for plager som vi

Figur 2 – Psykiske plager siste uke etter ulike mål på sosioøkonomisk bakgrunn (FAS-indeks, subjektiv familieøkonomi og foreldrenes utdanningsnivå.) Prosent.



Figur 3 – Andelen som har vært ganske mye eller mye plaget av ulike psykiske plager siste uke etter indikatorer på sosioøkonomisk bakgrunn (FAS-indeks, subjektiv familieøkonomi og foreldrenes utdanningsnivå). Prosent.



kanskje i størst grad kan anta vil ha sammenheng med stress og krav i hverdagen – for eksempel det å ha søvnproblemer, å bekymre seg mye om ting og å føle at alt er et slit. Selv om det er slik, ser vi også en svak tendens til at den relative forskjellen mellom ungdom i denne gruppa og de øvrige er størst når det gjelder å føle «håpløshet med tanke på framtiden» og å føle seg «ulykkelig, trist og deprimert».

Vi har sett at kjønnsforskjellene er særlig store når det gjelder plager som det å bekymre seg mye over ting og det å føle seg ulykkelig, trist og deprimert. Det er derfor også gjort separate analyser for jenter og gutter. Analysene viser omtrent samme tendenser for begge kjønn og vises ikke her.

BETYDNINGEN AV HELSEATFERD, RELASJONER TIL JEVNALDRENDE OG RELASJONER TIL FORELDRENE

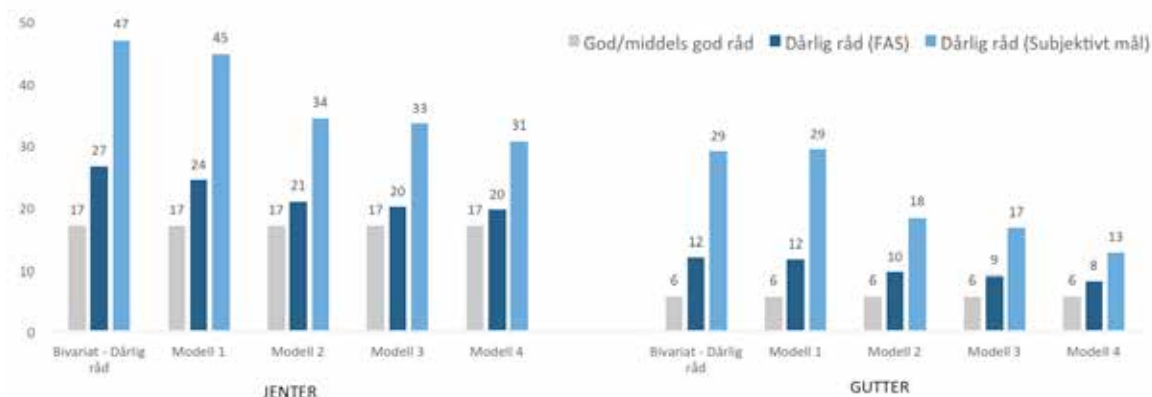
Kan opplevelser med isolasjon og trakassering i forhold til jevnaldrende forklare at ungdom fra familier med dårlig råd oftere opplever psykiske plager? Eller forklares sammenhengene av et høyt konfliktnivå, liten støtte og liten grad av oppfølging fra foreldrene? Hva betyr helseatferd – som fysisk aktivitet og tid brukt på skjermaktiviteter? For å komme nærmere svaret på disse spørsmålene er det gjort logistiske regresjonsanalyser der vi undersøker sannsynligheten for et høyt nivå av psykiske plager (dvs. at ungdom «i gjennomsnitt» er ganske eller veldig mye plaget av samtlige seks symptomer). Målene på familieøkonomi som brukes i denne artikkelen, er best egnet til å skille ungdom i familier med dårlig råd fra de øvrige. I analysene undersøkes det derfor hva som kan forklare at ungdom i familier med dårlig råd oftere har et høyt nivå av psykiske plager enn ungdom som kommer fra familier med middels eller god råd.

Fordi andelen som oppgir at de er mye plaget, varierer såpass mye etter kjønn, er analysene gjennomført for jenter og gutter hver for seg. Analysene er gjennomført trinnvis. Det første trinnet er en bivariat analyse og inkluderer kun opplysninger om familiens økonomiske situasjon i tillegg til psykiske plager. I modell 1 tas det hensyn til at foreldrenes utdanningsnivå varierer i familier med god/middels god råd og familier med dårlig råd, mens modell 2 også inkluderer en kontroll for nivået av foreldreinvolvering og konflikter i familien. Modell 3 inkluderer ytterligere opplysninger om fysisk aktivitet siste uke og skjermtid siste uke. Modell 4 inkluderer opplysninger om mobbing og nære vennskap i tillegg til de andre variablene.

For begge kjønn viser analysene signifikante sammenhenger mellom et høyt nivå av psykiske plager og henholdsvis lav grad av foreldreinvolvering i de unges fritid, et høyt konfliktnivå i familien, lite fysisk aktivitet i hverdagen, mye skjermtid, det å utsettes for mobbing og det å mangle en nær venn. Lav utdanning blant foreldrene viser derimot kun en signifikant sammenheng med et høyt nivå av psykiske plager blant jentene. For øvrig er det slik at de to indikatorene på dårlig råd i familien henger noe sterkere sammen med det å ha mange psykiske plager blant gutter enn blant jenter. Det samme gjelder det å jevnlig utsettes for mobbing fra andre ungdommer. Derimot er lav foreldreinvolvering og konflikter i familien noe tettere relatert til et høyt nivå av depressive symptomer blant jentene.

Basert på resultatene fra de logistiske regresjonsanalysene er det i figur 4 beregnet sannsynligheter for et høyt nivå av psykiske plager blant ungdom med og uten dårlig råd i familien, når vi henholdsvis bruker det objektive målet (FAS) og det subjektive målet på familieøkonomi. Sannsynlighetene er modellert ut fra en tenkt situasjon der andre kjennetegn enn

Figur 4 – Beregnet sannsynlighet for høyt nivå av psykiske plager siste uke blant ungdom fra familier med god/middels god råd og ungdom fra familier med dårlig råd. Beregningene er basert på logistiske regresjonsanalyser gjennomført separat for jenter og gutter.



Kontroller: Modell 1: foreldrenes utdanningsnivå. Modell 2: foreldrenes utdanningsnivå, foreldreinnvolvering og konfliktnivå i familien. Modell 3: foreldrenes utdanningsnivå, foreldreinnvolvering, konfliktnivå i familien, fysisk aktivitet og skjermtid. Modell 4: foreldrenes utdanningsnivå, foreldreinnvolvering, konfliktnivå i familien, fysisk aktivitet, skjermtid, mobbing og nære vennskap.

familieøkonomi er fordelt likt som hos ungdom generelt i datamaterialet. Denne forutsetningen er selvfølgelig ikke reell, siden den lille andelen unge i familier med dårlig råd ofte har en del andre kjennetegn som skiller dem fra de øvrige. Sammenligningen er likevel gjort på denne måten for å gi et inntrykk av hva familieøkonomi – i seg – betyr når det gjelder sannsynligheten for å ha mange psykiske plager.

Figur 4 viser for det første at avstanden mellom ungdom i familier med dårlig råd og de øvrige reduseres betydelig fra den bivariate modellen til modell 4, der det både er tatt hensyn til forskjeller i foreldrenes utdanningsnivå, foreldreinnvolvering og konflikt, fysisk aktivitet og skjermtid, samt mobbing og det å mangle nære venner. Hvis vi bruker det objektive målet på dårlig råd i familien, ser det ut til at modellen i stor grad forklarer forskjeller mellom ungdom i familier med dårlig råd og de øvrige. Hvis vi bruker det subjektive målet, er det derimot fremdeles en betydelig avstand mellom ungdom som subjektivt opplever at familien har dårlig råd, og de øvrige. Dette gjelder både for gutter og jenter.

Ser vi nærmere på endringene i sannsynligheten for mange depressive plager blant ungdom fra familier med dårlig råd (ifølge det objektive og det subjektive målet), ser vi at det er kontrollen for familierelasjoner (foreldreinnvolvering og konfliktnivå i familien) som i størst grad reduserer forskjellene mellom ungdom fra familier med dårlig råd og de øvrige. Dette gjelder både når vi bruker det subjektive og det objektive målet på familieøkonomi. Derimot ser fysisk aktivitet, tid brukt til skjermaktivitet og det at ungdommene har problemer i relasjonen til jevnaldrende (blir utsatt for mobbing eller mangler nære venner) samlet ut til å ha relativt mindre betydning for sammenhengen mellom dårlig råd i familien og psykiske helseplager.

Generelt viser de multivariate analysene mye det samme mønsteret for jenter og gutter. Vi ser imidlertid en antydning til at relasjoner til jevnaldrende har større betydning for sosiale forskjeller i psykiske plager blant gutter enn blant jenter. Blant guttene reduseres forskjellene mellom ungdom med dårlig råd og de øvrige når det tas hensyn til andelen som jevnlig opplever mobbing, og andelen som mangler nære venner. Dette gjelder både når vi bruker det objektive og det subjektive målet på dårlig råd i familien. Det samme er ikke tilfellet i like stor grad blant jentene.

AVSLUTNING

Det er vanlig å hevde at vi i dag lever i en samtid preget av økende individualisering (Beck 1992; Giddens 1990, 1991). For ungdom kan trykket på individuelle valg, frihet og personlig ansvar bli særlig stort (Illeris mfl. 2009; Wiklund et al. 2010; Harris 2004). Dette er en situasjon som har skapt bekymring for ungdoms psykiske helse. Selv om individualiserte krav til prestasjoner på mange arenaer kanskje utgjør en ny type helserisiko, antyder analysene i denne artikkelen – i tråd med tidligere forskning – fremdeles en sosial gradient i psykiske plager blant ungdom. Ungdom i familier med dårlig råd og der foreldrene har lav utdanning, oppgir oftere ulike typer psykiske plager i hverdagen enn ungdom fra familier med god økonomi og der begge foreldrene har høy utdanning. Dette gjelder både for jenter og gutter.

Datamaterialet som er brukt i denne artikkelen, har imidlertid ikke gode nok mål på variasjonen i ungdommenes bakgrunn til å si noe om hvordan forskjeller i psykiske helseplager fordeler seg over hele skalaen av sosioøkonomisk bakgrunn. Analysene er best egnet til å si noe om forskjeller mellom ungdom flest og en mindre gruppe unge som skiller seg ut ved at familien har mindre å rutte med økonomisk, og et lavt

utdanningsnivå. Kombinasjonen av opplysninger om materielle goder i familien (det objektive målet), ungdommens subjektive opplevelse av familiens økonomiske situasjon og informasjon om foreldrenes utdanning har likevel bidratt med en viktig nyansering av resultatene. Den klart sterkeste sammenhengen finner vi mellom ungdom som subjektivt opplever at familien har dårlig råd, og det å ha mange psykiske plager. Det er grunn til å tro at ungdommenes vurdering ikke bare er preget av familiens ressursituasjon. Her kan ungdommenes generelle sinnsstemning også spille inn. Ungdom som har en tendens til å vurdere sin egen situasjon mer negativt, vil både oppleve at familien har dårlig råd, og føle at de er mye plaget av ulike problemer i hverdagen, selv om familien objektivt sett ikke har det så mye verre enn andre. De rapporterte kjønnsforskjellene i andelen som opplever å ha dårlig råd, antyder nettopp et slikt subjektivt element i dette målet på familieøkonomi. FAS-målet som er laget ved hjelp av en kombinasjon om opplysninger om materielle goder i hjemmet, har ikke samme problem. Også dette målet viser imidlertid klare forskjeller i andelen med mange psykiske plager etter familiens økonomiske situasjon.

Videre er det gjort analyser av ulike typer depressive plager for å undersøke om det finnes en sosial gradient både for stressrelaterte plager som *søvnproblemer* eller *å føle at alt er et slit*, og for andre typer plager som for eksempel å være *trist og nedstemt*. Analysene tyder for det første ikke på at ungdom fra mer ressurssterke familier i større grad enn andre opplever typiske stressplager. Derimot er ungdom fra lavere sosiale lag overrepresentert når det gjelder alle de seks symptomene på psykiske plager som undersøkes i artikkelen. Samtidig skiller ungdom fra familier med dårlig råd og der foreldrene har lav utdanning, seg særlig fra de øvrige når det gjelder plager som gir inntrykk av en generell «nedstemthet», mens typiske stressplager relativt sett er noe jevnere fordelt. Det er grunn til

å tro at ungdom som vokser opp med knappe ressurser, opplever belastninger i hverdagen som gir et mer pessimistisk syn på livet.

I tillegg til å undersøke om vi ved hjelp av Ungdata-undersøkelsene kan identifisere en sosial gradient i psykiske plager og en sosial gradient for mer stressplager spesielt, har det vært et mål med artikkelen å se nærmere på forhold i de unges liv som eventuelt kan forklare sosiale forskjeller i psykiske helseplager. Analysene ga lite støtte til antagelsen om at sammenhengen mellom ungdommenes sosiale bakgrunn og psykiske helseplager går gjennom kulturelle forskjeller i oppdragelsespraksis som påvirker ungdommenes helseatferd. Det samme gjaldt antagelsen om at sosial bakgrunn påvirker psykisk helse gjennom familienes mulighet til å gjøre investeringer som har betydning for inklusjon blant jevnaldrende. Analysene inkluderer imidlertid kun begrenset informasjon om ungdoms helseatferd og deres posisjon blant jevnaldrende, og utelukker derfor ikke at slike forhold, totalt sett, kan bidra til å forklare sosiale forskjeller i helse.

Familiestresshypotesen får delvis støtte i de multivariate analysene. Sagt på en annen måte er det mindre forskjeller mellom ungdom i familier med dårlig råd og de øvrige hvis konfliktnivået er likt og graden av foreldreinvolvering i ungdommens fritid er lik, i de to gruppene. Noe av grunnen til at ungdom i familier med dårlig råd oftere har psykiske helseplager, ser altså ut til å være et problematisk hjemmeliv – i form av fraværende foreldre eller også konfliktfylte relasjoner. Fortellingen om «de flinke pikene» som ble skissert i innledningen av artikkelen, er en ganske annen. I et slikt senario kan vi motsatt forvente at en oppdragelsespraksis preget av «intensiv foredling» – med foreldre som følger ungdommene tett opp både i skole- og fritidssammenheng,

FOR UNGDOM
KAN TRYKKET PÅ
INDIVIDUELLE
VALG, FRIHET OG
PERSONLIG ANSVAR
BLI SÆRLIG STORT.

bidrar til å øke presset om å prestere på flere arenaer samtidig. Analysene i denne artikkelen tegner et litt annet bilde av psykiske plager blant norske ungdommer. Omfanget av subjektive helseplager er klart størst blant ungdom i familier med lav sosioøkonomisk status. Dette gjelder også for stressrelaterte plager som søvnproblemer eller å føle at alt er et slit. Selv om individualiserte krav til prestasjoner på skole- og fritidsarenaen sannsynligvis utgjør en helserisiko for unge – og kanskje for flere i dag enn tidligere – tyder analysene i denne artikkelen på at materielle og strukturelle forhold fortsatt har betydning for ungdoms helse.

REFERANSER

- Adler, Nancy E., Ostrove, Joan M. (1999). Socioeconomic Status and Health: What We Know and What We Don't. *Annals of the New York Academy of Sciences*, 896(1), 3-15.
- Beck, U. (1992). *Risk society: Towards a new modernity*. London: Sage.
- Beardslee, W. R., Versage, E. M. & Gladstone, T. R. G. (1998). Children of affectively ill parents: A review of the past 10 years. *American Academy of Child and Adolescent Psychiatry*, 37, 1134-1141.
- Bor, W., Dean, A. J., Najman, J. & Hayatbakhsh, R. (2014). Are child and adolescent mental health problems increasing in the 21st century? A systematic review. *Australian and New Zealand Journal of Psychiatry*, 48(7), 606-616.
- Conger, Rand D., Conger, Katherine J., Elder, Glen H., Lorenz, Frederick O., Simons, Ronald L. & Whitbeck, Les B. (1992). A Family Process Model of Economic Hardship and Adjustment of Early Adolescent Boys. *Child Development*, 63(3), 526-541.
- Dahl, E., Bergsli, H. & van der Wel, K. A. (2014). *Sosial ulikhet i helse: En norsk kunnskapsoversikt*. Høgskolen i Oslo og Akershus.
- Derogatis, L. R. (1982). *SCL-90-R, Administration, scoring and procedures manual*, 2nd ed. Baltimore, MD: Procedures Psychometric Research.
- Derogatis, L. R., Lipman, R. S., Rickels, K., Uhlenhuth, E. H., & Covi, L. (1974). The Hopkins Symptom Checklist (HSCL): A self-report symptom inventory. *Behavioral Science*, 19, 1-15.
- Dibben, C. & Popham, F. (2013). Are health inequalities evident at all ages? An ecological study of English mortality records. *The European Journal of Public Health*, 2013, 23(1), 39-45.
- Eckersley, R. (2011). A new narrative of young people's health and well-being. *Journal of Youth Studies*, 14(5), 627-638.
- Frøyland, L. R., Hansen, M., Sletten, A., Torgersen, L., & von Soest, T. (2010). *Uskyldig moro? Pengespill og dataspill blant norske ungdommer*. NOVA-rapport 18/10.
- Giddens, A. (1990). *The consequences of modernity*. Cambridge: Polity in association with Blackwell.
- Giddens, A. (1991). *Modernity and self-identity: Self and society in the late modern age*. Cambridge: Polity Press.
- Goodman, E. (1999). The role of socioeconomic status gradients in explaining differences in US adolescents' health. *American Journal of Public Health*, 89, 1522-1528.
- Grøtvedt, L. & Gimmestad, A. (2002). *Helseprofil for Oslo. Barn og unge*. Nasjonalt folkehelseinstitutt og Oslo kommune.
- Hagquist, C. E. I. (2006). Health inequalities among adolescents – the impact of academic orientation and parents' education. *European Journal of Public Health*, 17(1), 21-16.
- Harris, A. (2004). *Future girl: young women in the twenty-first century*. London: Routledge.
- Hartberg, Silje & Hegna, Kristinn (2014). *Hør på meg. Ungdomsundersøkelsen i Stavanger 2013*. Oslo: NOVA.
- Hjalstein, B. E., Currie, C., Boyce, W., Damsgaard, M. T., Gobina, I., Kokonyei, G., Hetland, J., de Looze, M., Richter, M. & Due, P. (2009). Socio-economic inequality in multiple health complaints among adolescents: International comparative study in 37 countries. *International Journal of Public Health*, 54, 260-270.
- Ileris, K., Katznelson, N., Nielsen, J. C., Sørensen, N. U. & Simonsen, B. (2009). *Ungdomsliv: mellom individualisering og standardisering*. Frederiksberg: Samfundslitteratur.
- Kaltiala-Heino, R., Rimpelä, M., Marttunen, M., Rimpelä, A. & Rantanen, P. (1999). Bullying, depression, and suicidal ideation in Finnish adolescents: school survey. *British Medical Journal*, 319(7206), 348-351.
- Kandel, D. B., & Davies, M. (1982). Epidemiology of depressed mood in adolescents: An empirical study. *Archives of General Psychiatry*, 39, 1205-1212.
- Kvalem, I. L. & Wichstrøm, L. (red.) (2007). *Ung i Norge – psyko-sosiale utfordringer*. Cappelen.
- Lareau, A. (2003). *Unequal childhoods. Class, race, and family life*. Berkeley: University of California Press.
- Mathiesen, K. S., Karevold, E. & Knudsen, A. K. (2009). *Psykiske lidelser blant barn og unge i Norge*. Nasjonalt Folkehelseinstitutt.

- Moor, I., Richter, M., Ravens-Sieberer, U., Ottová-Jordan, V., Elgar, F. J. & Pförtner, T. (2015). Trends in social inequalities in adolescent health complaints from 1994 to 2010 in Europe, North America and Israel: The HBSC study. *European Journal of Public Health*, 25 (suppl 2), 57-60
- Mensah, F. & Kiernan, K. (2010) Parents' mental health and children's cognitive and social development. *Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology*, 45(11), 1023-1035.
- Myklestad, I., Røysamb, E. & Tambs, K. (2012). Risk and protective factors for psychological distress among adolescents: a family study in the Nord-Trøndelag Health Study. *Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology*, 47(5), 771-782.
- NOVA (2015). *Ungdata. Nasjonale resultater 2014*. NOVA-rapport 7/15. Oslo: NOVA.
- Richter, M., Moor, I. & van Lenthe, F. J. (2012). Explaining socio-economic differences in adolescent self-rated health: The contribution of material, psychosocial and behavioural factors. *Journal of Epidemiology and Community Health*. 66, 691-697.
- Samdal, O., Bye, H. H., Torsheim, T., Fismen, A., Haug, A., Smith, O. R. F. & Wold, B. (2012). Trender i sosial ulikhet i helseatferd. *Tidsskrift for ungdomsforskning*, 12 (2), 21-41.
- Sandbæk, M. & Pedersen, A. W. (2010). *Barn og unges levekår i lavinntektsfamilier. En panelstudie 2000-2009*. Oslo: NOVA-rapport 10/10.
- Seippel, Ø., Strandbu, Å. & Sletten, M. A. (2011). *Ungdom og trening. Endring over tid og sosiale skillelinjer*. Oslo: NOVA-rapport 3/11.
- Solantaus, T., Leinonen, J. & Punamaki, R-L. (2004). Children's mental health in times of economic recession: Replication and extension of the family economic stress model in Finland. *Developmental Psychology*, 4(3), 412-429.
- Starfield, B., Riley, A. W., Witt, W. P. & Robertson, J. (2002). Social class gradients in health during adolescence. *J Epidemiol Community Health*, 56, 354-361.
- Stefansen, K. (2007). Familiens rolle i reproduksjonen av ulikhet. Kunnskapsbidrag fra kvalitative studier av foreldreskap. *Sosiologisk tidsskrift*, 15, 245-264.
- Strand, B. H., Dalgard, O. S., Tambs, K. & Rognerud, M. (2003). Measuring the mental health status of the Norwegian population: A comparison of the instruments SCL-25, SCL-10, SCL-5 and MHI-5 (SF-36). *Nordic Journal of Psychiatry*, 57(2), 113-118.
- Sullivan, P. F., Neale, M. C. & Kendler, K. S. (2000). Genetic epidemiology of major depression: review and meta-analysis. *The American journal of psychiatry*. 157(10), 1552-1562.
- Tambs, K. & Moum, T. (1993). How Well Can a Few Questionnaire Items Indicate Anxiety and Depression. *Acta Psychiatrica Scandinavica*, 87(5), 364-367.
- Von Soest, T. & Wichstrøm, L. (2014). Secular Trends in Depressive Symptoms Among Norwegian Adolescents from 1992 to 2010. *Journal of Abnormal Child Psychology*, 42, 403-415.
- West, P. (1988). Inequalities? Social class differentials in health in British youth. *Social Science & Medicine*, 27, 291-296.
- West, P. (1997). Health inequalities in early years: is there equalization in youth? *Social Science & Medicine*, 44, 833-858.
- Wiklund, M., Bengs, C., Malmgren-Olsson, E. & Öhman, A. (2010). Young women facing multiple and intersecting stressors of modernity, gender orders and youth. *Social Science & Medicine*, 71(9), 1567-1575.
- Wichstrøm, L. (1995). Social, psychological and physical correlates of eating problems. A study of the general adolescent population in Norway. *Psychological Medicine*, 25, 567-579.
- Wichstrøm, L. (1999). The emergence of gender difference in depressed mood during adolescence: The role of intensified gender socialization. *Developmental Psychology*. 35(1), 232-245
- Wold, B., Torsheim, T., Samdal, O. & Hetland, J. (2005). Sosial ulikhet og trender i subjektiv helse og livsstil blant norsk ungdom i perioden 1985-2001. *Tidsskrift for ungdomsforskning*. 5(1), 111-124.
- Ystgaard, M. (1997). Life stress, social support and psychological distress in late adolescence. *Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology*, 1997, 32(5), 277-283



PER FROSTAD er utdannet lærer. Han har jobbet som lærer i grunnskolen og som spesialpedagog i Statped-systemet. Hans forskningskompetanse dekker områdene matematikkvansker, inkluderende undervisning og sosial deltakelse for elever med spesielle behov. Han jobber nå som professor ved Pedagogisk institutt ved NTNU der han underviser på master i spesialpedagogikk.



PER EGIL MJÅVATN er utdannet lærer. Han var i 15 år leder for Norsk senter for barneforskning med bred erfaring fra forskning om barn og unges oppvekst og utvikling. Han har fortsatt å arbeide på dette forskningsfeltet i sin nåværende stilling som førsteamanuensis ved Pedagogisk institutt ved NTNU der han også har arbeidet mye med spesialpedagogiske problemstillinger.

UNGDOM PÅ FEIL STED?

Gatebarn er et fenomen som er kjent over hele verden. «Children out of place» er blitt et begrep hos enkelte forskere (Conolly & Ennew, 1996). Det er barn som er der hvor storsamfunnet ikke ønsker de skal være. Flere tusen unge velger hvert år å slutte på videregående skole. De blir «Youth out of place» – storsamfunnet vil de skal fortsette på skolen og tjene landet gjennom utdanning.

Det blir sett på som et stort problem for landet at så mange ikke fullfører en utdanning som burde fange alle unge. En side ved dette er at samfunnet mangler kvalifisert arbeidskraft, en annen side er at mange som slutter på videregående skole havner i køen av arbeidsløse og dominerer statistikken når det gjelder rusmisbruk og kriminalitet (Christle, Jolivet og Nelson 2007, Strom og Boster 2007). Offisiell statistikk viser at 29 prosent av alle unge som begynner i videregående skole, ikke fullfører skolen i løpet av 5 år etter starten (SSB 2015). Dette er ikke et helt nytt fenomen, det har vært slik i minst 20 år (Hernes 2010). Disse 30 prosentene fordeler seg på flere grupper. Ca. 17 prosent av alle som begynner slutter i løpet av skoletiden, noen gjennomfører uten å få eksamen, og atter andre begynner igjen etter 5 år og fullfører videregående på et seinere tidspunkt. Det at en har rett til å ta opp igjen videregående skole etter flere års pause må sies å være et gode i det norske utdanningssystemet.

Det er ofte ikke en enkelt grunn til at elever slutter, men et kompleks av årsaker. Media skriver om late unge som ikke orker skolen, unge som ikke står på nok, og som ikke makter

de kravene den videregående skolen stiller. Forskingen peker på at gutter slutter i større grad enn jenter (Alexander mfl. 2001; Markussen, Frøseth & Sandberg 2011), og at barn av enslige foreldre og foreldre med lav utdanning slutter i større grad enn andre (Holter 2008; Markussen, Frøseth, Sandberg, Lødding & Borgen 2011; Ekren 2014). Mange peker på at dårlige karakterer fra ungdomsskolen i høy grad predikerer at elever slutter før fullført videregående skole (Hickman, Bartholomew, Mathwig & Heinrich 2008; Markussen mfl. 2011; Lundetræ 2011).

«Drop out» er en vanlig betegnelse internasjonalt for å slutte på skolen før tida. Markussen mfl. (2008) bruker begrepet «bortvalg» i stedet og peker på at dette er en aktiv handling fra ungdommens side. Dette er også blitt vanlig i offentlig terminologi. Noen forskere som har studert fenomenet, velger et annet ståsted og kaller fenomenet «push out» – ungdommene blir skubbet ut av skolen. Flere og flere stiller spørsmål ved om det er ungdommenes feil at de slutter på skolen; kan det være skolen og systemet det er noe galt med?



En av forutsetningene for at ungdom skal fullføre videregående skole, er at de trives på skolen og føler tilhørighet der. De må føle seg inkludert i det sosiale og faglige fellesskapet (Christle, Jolivette & Nelson 2007). Organiseringen av skolen, skolens ledelse og skolens lærere er viktige faktorer i så måte. Sosial og faglig støtte fra lærerne samt det å føle seg akseptert av jevnaldrende kan være avgjørende momenter i en ungdoms skolekarriere (Chambers, Dunn & Rabren 2004; Strom & Boster 2007).

Finn lanserte i 1989 to ulike modeller som mulige forklaringer på at ungdom ikke fullfører videregående skole. Den ene kaller han «Frustration-Self-Esteem Model», den andre «Participation-Identification Model». Gjentatte dårlige resultater på prøver som ikke er tilpasset elevenes forutsetninger, kan føre til svekkede mestringsforventninger og svekket selvverd. Slike prøver bryter med klassiske pedagogiske prinsipper slik de ble lansert av Vygotskij og Bruner, og de kan bryte med norsk skoles tenkning om tilpasset undervisning. Dette passer inn i Finns «Frustration-Self-Esteem Model» (Finn 1989).

Finns «Participation-Identification Model» tar utgangspunkt i elevenes sosiale relasjoner i skolen. For ungdom er nære sosiale relasjoner til jevnaldrende en viktig trivselsfaktor. Like viktig er det å bli sett av læreren – ikke bare ut fra prestasjonene som elev, men kanskje viktigere å bli sett som menneske i en sårbar livsfase (Strom, R. E. & Boster, F. J. 2007). Den sosiale dimensjonen ved elevtilværelsen har ikke vært gjenstand for den samme oppmerksomhet fra forskere og politikere som elevenes faglige prestasjoner.

Tinto (1993) skiller i en studie av bortvalg i skolen mellom

bakgrunnsfaktorer elevene har med seg inn på skolen, og akademisk og sosial opplevelse på skolen. Han peker på at elevenes innstilling til skolen fra starten er preget av deres familiebakgrunn og erfaringer fra tidligere skolegang, men at elevenes intensjoner og mål i sterkere grad påvirkes og endres av det som skjer på skolen faglig og sosialt. Det er først og fremst elevenes opplevelser på skolen som fører til en beslutning om å slutte eller fullføre.

Det å slutte på skolen er en alvorlig beslutning for en ungdom i videregående skole. Det er sjelden en beslutning som tas fra den ene dagen til den andre, oftest et resultat av en lengre prosess der eleven har veid argumenter for og imot. Rumberger skriver i en reviewartikkel om drop-out allerede i 1987 at «dropping out itself might better be viewed as a process of disengagement from school, perhaps for either social or academic reasons» (Rumberger 1987, s. 111). Freney og O'Connell (2011) viser til en studie fra Irland og hevder at det er sterk sammenheng mellom det å tenke på å slutte skolen og det å faktisk gjøre det. Frostad, Pijl og Mjaavatn (2015) har ført denne argumentasjonen videre i en studie av ungdommer i videregående skole i Sør-Trøndelag. Studien konkluderer med at det sosiale miljøet er en svært viktig faktor i forhold til elevenes opplevelse av videregående skole.

PISA (Programme for International Student Assessment) og TIMSS (Trends in International Mathematics and Science Study) og også nasjonale prøver har stor innflytelse på så vel sentrale myndigheter som lokal skoleledelse. Fokus legges på å bedre elevenes prestasjoner i basisfagene. Mange lærere føler tidspress i fagene og klarer ikke å finne nok tid til å styrke det sosiale miljøet på skolen (Mjaavatn, Frostad & Pijl 2015). Dette kan bli en ond sirkel der elever føler seg oversett og

DET Å SLUTTE PÅ SKOLEN ER EN ALVORLIG BESLUTNING FOR EN UNGDOM I VIDEREGÅENDE SKOLE.

Tabell 1 – Oversikt over fordeling av informantene ut fra karakterer i norsk og matematikk til ungdomsskoleeksamen

Sum karakter	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
N	11	21	72	187	322	337	350	351	253	105	35
Cumul. %	0,5	1,6	5,1	14,2	30,0	46,5	63,6	80,8	93,2	98,3	100

utenfor, noe som igjen kan svekke deres motivasjon og dermed deres skoleprestasjoner.

Nesten alle elever som går ut av ungdomsskolen, fortsetter i dag i videregående skole. Noen går ut med bare topp karakterer, andre sliter i nedre del av karakterskalaen. I denne artikkelen er vi opptatt av hvordan de svakeste elevene fra ungdomsskolen opplever tilværelsen i videregående skole. Vi vil trekke inn variabler som kjønn og mors utdanningsnivå og studere hvordan de faglig svake elevene skårer på en rekke områder i forhold til de sterkeste elevene.

DESIGN OG UTVALG

I samarbeid med Sør-Trøndelag fylkeskommune ble det gjennomført en undersøkelse blant elever i første klasse på videregående skole i Sør-Trøndelag. Vårt utgangspunkt var alle elever i fylket – totalt 3652. To skoler valgte ikke å delta, og av de gjenværende 3199 elevene fikk vi svar fra ca. 64 % – totalt 2044. Utvalget var ikke randomisert, men kan betraktes som et bekvemmelighetsutvalg (McQueen & Knussen 2006). Gjennomsnittsalderen var 16 år. Elevenes foreldre ble informert om undersøkelsen, og elevene selv fikk på forhånd beskjed om at det var frivillig å delta, og at de kunne trekke seg underveis. Prosjektet ble godkjent av Norsk samfunnsvitenskapelig datatjeneste (NSD).

Studien ble gjennomført som en nettbasert elektronisk undersøkelse tidlig på vinteren da elevene gikk i første klasse. En lærer ved hver skole var ansvarlig for å gi elevene nødvendig informasjon. Hver elev ble gitt et nummer slik at ingen navn ble oppgitt, i tråd med retningslinjer fra NSD.

Elevene oppga hvilke karakterer de hadde fått i norsk og matematikk ved avslutning av ungdomsskolen. Vi var

interessert i hvordan elever med svake karakterer fra ungdomsskolen opplevde videregående skole faglig og sosialt.

Tabell 1 viser hvordan elevene (n=2044) fordelte seg ut fra summen av karakterene i norsk og matematikk. Minimum skår vil her være 2, maksimum 12.

Ut fra fordelingen valgte vi å lage 3 grupper. I gruppe 1 – svak gruppe – var det elever der summen av karakterene i norsk og matematikk var under 6. Gruppe 3 – sterk gruppe – hadde i sum 10,11 eller 12. Gruppe 2 hadde karaktersum 6, 7, 8 eller 9. Totalt 126 av elevene hadde IOP/spesielle behov i skolen. Av disse var 58 av 302 i svakeste gruppe, 65 av 1370 i mellomgruppa og 3 av 393 i toppgruppa. Vårt fokus for denne artikkelen var på den svakeste gruppa. Vi har trukket ut elevene med IOP for å få et mest mulig homogent utvalg, og endte opp med totalt 1918 informanter uten spesielle behov, fordelt på 3 grupper.

51,3 % av elevene var gutter, 48,7 % var jenter. 50,1 % gikk på linjer for studiespesialisering, 49,9 % gikk på yrkesforberedende linjer.

Som bakgrunnsvariabler har vi elevenes kjønn, karakterer fra ungdomsskolen og mors utdanningsnivå. Blant våre avhengige variabler er elevenes opplevelse av skolen faglig og sosialt og deres syn på seg selv, elevenes opplevelse av støtte fra foreldre og elevenes tanker om å slutte på skolen.

De statistiske analysene av forskjeller mellom gruppene ble målt ved hjelp av T-tester. Som effektmål har vi brukt Cohens d (Cohen 1988).

INSTRUMENTER

Instrumentene er satt sammen av spørsmål fra ulike undersøkelser supplert med egne spørsmål og inneholder bare delvis tidligere validerte skalaer.

Elevene ble bedt om å oppgi mors *utdanningsnivå* i forhold til en femdelst skala der laveste nivå er 1 (bare grunnskole) og høyeste nivå 5 (universitets og høyskoleutdanning utover 3 år) (OECD 2009). *Tidligere skoleprestasjoner* ble målt ved at elevene oppga slutt karakterer fra ungdomsskolen i basisfagene.

SUMVARIABLER

Basert på faktoranalyser ble en rekke enkeltspørsmål slått sammen til sumvariable. Elevene ble bedt om å ta stilling til disse enkeltspørsmålene i henhold til en 6 punkts Likert-skala (f.eks. fra «helt usant» til «helt sant »). Cronbach's alpha for sumvariablene varierte fra .77 til .90.

Elevenes *faglige opplevelse av skolen* ble vurdert ut fra deres opplevelse av mestring og indre motivasjon. Opplevelse av mestring ble målt ved 6 utsagn hentet fra Tafarodi og Swann (1995), Deci og Ryan (1985) og PISA-undersøkelsene (OECD 2009). Eksempler på utsagn er «Jeg takler utfordringen med å lære nytt stoff på skolen» og «Jeg har gode evner, så jeg kan få til det meste». For å måle indre motivasjon brukte vi 6 påstander hentet fra Deci og Ryan (1985) og fra Vallerand mfl. (1992). Eksempler på utsagn er «Jeg liker å holde på med skolearbeid», «Fagene vi har på skolen, interesserer meg». Elevenes *opplevelse av sosiale forhold* ved skolen ble målt ved hjelp av tre variable: Opplevd sosial støtte fra medelever, opplevelse av ensomhet, og opplevd støtte fra lærere.

Sosial støtte fra medelever ble målt ved at elevene tok stilling til 6 påstander hentet fra Malecki og Demary (2002). Eksempler på påstander er: «Andre elever i klassen min er hyggelige mot meg», «Andre elever i klassen sier positive ting om meg» og «Andre elever i klassen min spør meg om jeg vil være med på aktiviteter». Som mål på ensomhet brukte vi en norsk versjon av The Loneliness and Social Dissatisfaction Questionnaire (Asher & Wheeler 1985; Valås 1999). Elevene ble bedt om å ta stilling til totalt 6 utsagn som: «Jeg har ingen å snakke med i klassen», «Jeg blir gående mye for meg selv i friminuttene» og «Jeg kommer ikke så godt overens med de andre elevene på skolen».

Opplevd sosial støtte fra læreren ble målt med en variabel satt sammen av 3 utsagn basert på Malecki og Demary (2002), Baard, Deci og Ryan (2000) og PISA-spørreskjemaet (OECD 2009): «Lærerne mine får meg til å føle at det er greit å stille spørsmål», «Jeg føler at lærerne mine aksepterer meg» og «Hvis jeg trenger ekstra hjelp, vil lærerne mine gi meg det». Elevenes *syn på seg selv* ble målt med et mål på selvverd. Elevene skulle også her ta stilling til 6 utsagn i henhold til en 6 punkts skala. Utsagnene er hentet fra Marsh (1990) og Valås (1999). Eksempler er: «Jeg godtar meg selv slik jeg er», «Jeg er like mye verd som andre», «Jeg vil helst være slik jeg er».

Elevenes trivsel på skolen ble målt ved at de tok stilling til 6 utsagn hentet fra Pisa studiene (OECD 2009) og de nasjonale elevundersøkelsene (Skaar, Viblemo og Skaalvik 2008). Eksempler på påstander: «Jeg trives godt i friminuttene/fritimene», «Jeg trives godt sammen med lærerne mine» og «Skolen min er et sted hvor jeg føler at jeg hører til».

Tabell 2 – Gjennomsnittsskår og forskjeller mellom karaktergruppene for de målte variablene

Variabel	Karakter-gruppe 1		Karakter-gruppe 2		Forskjell gr. 1 og 2		Karakter-gruppe 3	
	M	SD	M	SD	p	d	M	SD
Indre motivasjon	17.46	5.87	18.79	5.06	.002 **	.24	20.13	4.45
Opplevd mestring	21.89	4.49	24.03	3.98	.000 ***	.50	25.98	3.06
Støtte fra medelever	23.15	4.79	24.72	4.01	.000 ***	.36	25.71	3.28
Sosial støtte fra lærer	21.92	4.74	23.21	4.28	.000 ***	.29	23.80	3.70
Støtte fra foreldre	22.15	5.46	24.19	4.74	.000 ***	.40	25.77	3.79
Ensomhet	9.56	6.10	7.72	4.48	.000 ***	.34	7.49	3.94
Selvverd	21.90	5.82	23.11	5.52	.003 **	.21	23.44	4.94
Trivsel	23.62	4.91	25.50	4.49	.000 ***	.40	26.14	4.06
Tanker om å slutte	11.15	5.86	8.64	4.47	.000 ***	.48	7.31	3.98

*** Forskjellen er signifikant, $p < 0.001$, ** Forskjellen er signifikant, $p < 0.01$

Vi målte elevenes opplevelse av støtte fra foreldre ved at elevene tok stilling til 6 utsagn hentet fra Malecki og Demary (2002) og Markussen (2008). Eksempler på påstander som ble brukt er: «Foreldrene mine er interessert i skolearbeidet mitt», «Foreldrene mine hjelper meg med skolearbeidet» og «Foreldrene mine støtter meg hvis jeg har problemer». Vi ønsket også å få et mål på elevenes tanker rundt det å fullføre videregående skole. Vi betrakter det å slutte på videregående skole som slutten på en prosess der eleven en stund har hatt tanker om å slutte. Vi hadde en egen variabel «Tanker om å slutte på skolen» som søkte å måle dette. Variabelen inneholder 9 utsagn basert på Valås (2001), Vallerand mfl. (1991) og egne utsagn. Eksempel på slike utsagn er: «Jeg tenker ofte at jeg vil slutte på denne skolen», «Jeg vurderer å slutte på skolen fordi det er altfor mye teori» og «Jeg vurderer å slutte på skolen på grunn av stadige konflikter med lærerne mine».

RESULTATER I FORHOLD TIL DE ULIKE UNDERSØKTE VARIABLENE

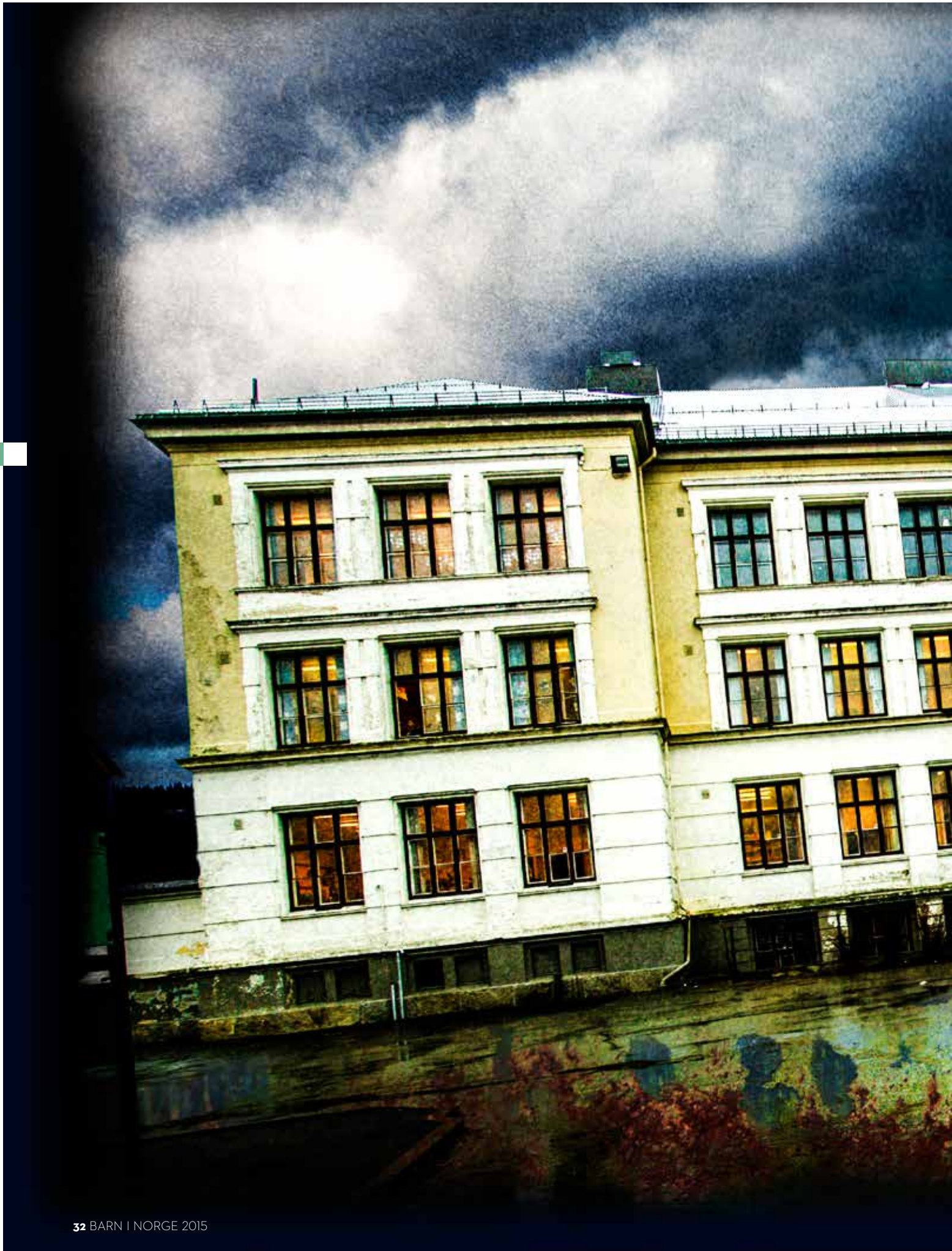
Tabell 2 viser gjennomsnitt og standardavvik for alle tre karaktergruppene.

Det er et helt gjennomgående trekk at de svakeste elevene har dårligst skår. Tabellen viser også at de faglig flinkeste elevene (karaktergruppe 3) er de mest ressurssterke på de områdene vi her har studert. Det er verd å merke seg at standardavviket (SD) for alle variablene går ned fra gruppe 1 via gruppe 2 til gruppe 3. De svakeste elevene er altså en mer heterogen gruppe enn de flinkeste. De svakeste elevene (gruppe 1) opplever klart minst støtte fra sine foreldre, lærere og medelever i forhold til det å gå på videregående skole. De er også mindre indre motivert, opplever mindre mestring og har lavere selverd enn medelever med bedre karakterbakgrunn

fra ungdomsskolen. Og sist, men ikke minst, de svakeste elevene er mest ensomme, de trives dårligst, og de har i sterkere grad enn sine medelever hatt tanker om å slutte på skolen.

Ved å sammenligne to og to grupper vil en kunne få et mer detaljert bilde av forskjeller mellom gruppene med hensyn til de avhengige variablene. Det vil i denne sammenhengen være mest interessant å sammenligne gruppen med de svakeste karakterene (karaktergruppe 1) med midtgruppen (karaktergruppe 2). Ved å sammenligne de svake med midtgruppen vil en få et konservativt estimat som ikke vil overdrive forskjellene mellom gruppene. Alle forskjeller mellom gruppe 1 og 2 er signifikante. Effektmålet Cohens d sier noe om betydningen av det å være i karaktergruppe 1 eller 2 i forhold til de ulike variablene. Vi finner minst effekt ved variablene «Selverd» ($d=.21$), «Indre motivasjon» ($d=.24$) og «Sosial støtte fra lærer» ($d=.29$). Det er positivt at vi ikke finner større forskjeller her. Betydningen av å tilhøre karaktergruppe 1 er større ved variablene «Støtte fra medelever» ($d=.36$), «Ensomhet» ($d=.34$), «Foreldrestøtte» ($d=.40$) og «Trivsel» ($d=.40$). Det er mulig å tenke seg at opplevelsen av ikke å mestre videregående skole og det å ha tanker om ikke å fullføre skolen er et speilbilde av elevenes totale opplevelser slik de kommer til uttrykk i variablene som er nevnt over. Det er når det gjelder opplevd mestring ($d=.50$) og det å ha tanker om å slutte ($d=.48$), at karaktergruppe 1 skiller seg sterkest fra gruppe 2.

Som vi har sett, er det en klar sammenheng mellom elevenes prestasjonsnivå og deres opplevelse av skolen. Faglig svake elever kommer systematisk dårligere ut på alle de variablene vi har målt, enn middels dyktige og svært dyktige elever. Kan det være slik at elevens kjønn spiller en rolle? Kan det for



DET ER ÅPENBART AT DE FØLER
SEG MISTILPASSET PÅ SKOLEN,
JA KANSKJE ENDA ALVORLIGERE
- AT EN DEL AV DEM FØLER SEG
MISTILPASSET I LIVET.



Tabell 3 – Forskjeller mellom karaktergruppe 1 og 2 for gutter og jenter

		Jenter			Gutter		
		M	SD	p	M	SD	p
Indre motivasjon	Gr 1	16.16	5.60	.000 ***	18.32	5.92	.197 ns
	Gr 2	18.59	5.00		18.97	5.08	
Opplevd mestring	Gr 1	21.19	4.14	.000 ***	22.35	4.65	.000 ***
	Gr 2	23.33	4.00		24.68	3.84	
Støtte fra medelever	Gr 1	22.75	4.76	.000 ***	23.46	4.75	.009 **
	Gr 2	24.98	3.90		24.48	4.06	
Støtte fra lærer	Gr 1	21.84	4.06	.009 **	21.99	5.13	.005 *
	Gr 2	23.08	4.22		23.31	4.34	
Støtte fra foreldre	Gr 1	21.78	5.63	.000 ***	23.40	5.40	.001 **
	Gr 2	24.34	5.01		24.04	4.47	
Ensomhet	Gr 1	8.29	4.84	.042 *	10.32	6.66	.000 ***
	Gr 2	7.16	3.85		8.23	4.94	
Selvverd	Gr 1	19.97	6.28	.021 *	23.08	5.27	.001 **
	Gr 2	21.59	5.93		24.55	4.68	
Trivsel	Gr 1	24.17	4.81	.003 **	23.31	5.97	.000 ***
	Gr 2	25.73	4.47		25.28	4.49	
Tanker om å slutte	Gr 1	9.95	5.00	.001 **	11.94	6.26	.000 ***
	Gr 2	8.30	4.27		8.94	4.64	

*** Forskjellen er signifikant, $p < 0.001$; ** Forskjellen er signifikant, $p < 0.01$ * Forskjellen er signifikant, $p < 0.05$

eksempel være slik at faglig svake jenter opplever skolen annerledes enn faglig svake gutter? Dette kan en finne ut ved å kombinere kjønn og faglig dyktighet i analysene. Ovenfor vises resultatet av en slik analyse i tabell 3. Både blant guttene og jentene er det signifikant forskjell mellom karaktergruppe 1 og 2 for alle de målte variablene, med unntak av indre motivasjon for guttene. Jenter og gutter skårer noe forskjellig. Guttene

skårer signifikant høyere enn jentene på opplevd mestring ($p=.000$) og selvverd ($p=.000$). Guttene opplever også mindre støtte fra medelever ($p=.013$), mindre støtte fra foreldre ($p=.021$), de er mer ensomme ($p=.000$), de trives dårligere ($p=.006$) og har i sterkere grad enn jentene tanker om å slutte på skolen ($p=.000$).

Tabell 4 – Forskjeller mellom karaktergruppe 1 og 2 i forhold til mødre med høy og lav utdanning

		Mor lav utd			Mor høy utd		
Indre motivasjon	Gr 1	17.53	6.05		17.28	5.82	
	Gr 2	19.33	4.89	.010 *	18.66	5.06	.019 *
Opplevd mestring	Gr 1	22.00	4.49		21.97	4.50	
	Gr2	23.89	3.70	.000 ***	24.11	4.07	.000 ***
Støtte fra medelever	Gr 1	23.49	4.52		23.00	5.03	
	Gr 2	24.38	4.48	.086 is	24.85	3.82	.000 ***
Støtte fra lærer	Gr 1	21.97	4.49		21.76	4.96	
	Gr2	23.52	4.48	.003 **	23.11	4.21	.001 **
Støtte fra foreldre	Gr 1	22.10	5.24		22.11	5.81	
	Gr2	23.18	5.26	.074 is	24.59	4.42	.000 ***
Ensomhet	Gr 1	9.62	6.45		9.55	5.96	
	Gr 2	7.79	4.42	.010 *	7.69	4.51	.002 **
Selverv	Gr 1	21.53	6.12		22.34	5.48	
	Gr 2	23.19	5.85	.017 *	23.16	4.38	.126 is
Trivsel	Gr 1	23.58	4.89		23.67	4.86	
	Gr2	25.42	4.50	.001 **	25.55	4.46	.000 ***
Tanker om å slutte	Gr 1	11.78	6.53		10.45	4.93	
	Gr2	8.83	4.58	.000 ***	8.56	4.42	.000 ***

*** Forskjellen er signifikant, $p < 0.001$, ** Forskjellen er signifikant, $p < 0.01$ * Forskjellen er signifikant, $p < 0.05$

Tabell 4 viser forskjeller mellom karaktergruppe 1 og 2 avhengig av mors utdanningsnivå. Vi finner også her gjennomgående signifikante forskjeller mellom karaktergruppene, med unntak av elevstøtte og foreldrestøtte der mor har lav utdanning, og selverv der mor har høy utdanning. Mors utdanning ser i seg selv ut til å ha relativt liten betydning i forhold til hvordan elevene opplever de målte faktorene. Et

unntak er at der mødrene har høyere utdanning, opplever karaktergruppe 2 signifikant sterkere støtte fra foreldrene sine ($p=.000$) og er noe mere indre motivert ($p=.042$) enn elever som har lavt utdannede mødre. I karaktergruppe 1 finner vi ingen signifikante forskjeller knyttet til mødrenes utdanningsnivå.

DISKUSJON

Denne undersøkelsen viser i likhet med mange andre studier at ungdom med svake karakterer fra ungdomsskolen sliter på videregående skole. Vi har skilt ut de som sammenlagt for norsk og matematikk hadde 5 karakterpoeng eller mindre (14,2 %). Vi ser imidlertid at sammenhengen mellom karakter fra ungdomsskolen og elevenes opplevelser i videregående skole er tilnærmet lineær. De beste fra ungdomsskolen skårer høyest på de fleste parametere. Vi ville fått fram de samme tendensene ved å se på for eksempel de som hadde 6 eller mindre i samlet karakter (30 %). På tross av intensjoner om en skole for alle og tilpasset opplæring er det forståelig at flinke elever fra ungdomsskolen også blir flinke i videregående. Det som ikke er like lett å akseptere, er at de svakere elevene opplever mindre støtte fra lærerne enn de flinke – en kunne håpe på det motsatte. Hernes (2010) kommenterer at foreldrenes utdanningsnivå ser ut til å spille en betydelig rolle for hvordan barn klarer seg på skolen. Vi finner i vår undersøkelse små forskjeller knyttet til mors utdanningsnivå når det gjelder elevenes opplevelse av skolehverdagen. Faglige svake elever kommer systematisk dårlig ut, ikke fordi foreldrene deres har lavt utdanningsnivå, men kanskje fordi skolen ikke møter dem på en adekvat måte. Fokuset som mye av forskningen på bortvalg fra videregående skole har hatt, nemlig å beskrive dette som primært et spørsmål om elevens bakgrunn, bør endres til å fokusere på skolens evne til å møte en variert elevgruppe slik at alle får en god opplevelse av å være der.

Motivasjon er viktig, men vi har tidligere vist (Frostad, Pijl og Mjaavatn 2015) at det ikke er manglende indre motivasjon for skolen og manglende mestringsopplevelse på skolen som er de viktigste forklaringene på at mange elever føler de er på feil sted. Det sosiale miljøet er den faktoren som står sterkest ut.

Det er viktig at elevene føler de har medelever de kan være fortrolige i forhold til, og at de har lærere de føler er til stede for dem. Mange elever føler seg oversett og har manglende tilhørighetsfølelse til skolen. For stort arbeidspress og for mange elever i klassen kan føre til at mange lærere ikke får etablert de nødvendige positive relasjonene til elevene sine. De gode samtalene blir fraværende. For de unge er det en nær sammenheng mellom det emosjonelle, det sosiale og det faglige. Elever som føler seg sett og støttet av læreren sin, vil få positive forventninger til skolen og bli mer motivert til å jobbe med skolefagene. Dette er et område skoleledelse og lærere må ta langt mer alvorlig enn mange synes å gjøre i dag. Også vår undersøkelse viser at elevene med best karakterer fra ungdomsskolen også ser ut til å lykkes best i videregående skole. Men vår undersøkelse viser dessverre også at det er de svakeste elevene – og særlig de svakeste jentene – som særlig føler seg oversett av læreren. Det å føle seg oversett av medelever og lærere kan være en forklaring på at disse jentene også skårer lavt på selvverd – de har lave tanker om seg selv. Dersom fokus på gode karakterer og prestasjonskrav fra skoleledelsen nasjonalt og lokalt fører til at lærerne ikke får tid til enkeltelevne, er det stor fare for at mange føler seg mistilpasset på skolen, og enda verre – det kan gi utslag på psykososial helse. At de svakeste elevene også opplever minst støtte fra foreldrene sine, gjør det enda viktigere at de opplever å bli støttet på skolen. Det er også trist å se at de svakeste elevene, og særlig de svake jentene, har et så dårlig selvbylde. «De stille jentene» er et begrep i norsk skole. Det er ofte jenter som blir oversett, deres problemer blir overlatt til dem selv. Det er åpenbart at de føler seg mistilpasset på skolen, ja kanskje enda alvorligere – at en del av dem føler seg mistilpasset i livet. I vår undersøkelse er det likevel guttene som i større grad enn jentene opplever ensomhet på skolen, og det er guttene som i sterkest grad tenker på å slutte på skolen.

ØNSKET OM ET STERKT SOSIALT FELLESSKAP MED JEVNALDRENDE KAN VÆRE VIKTIGERE ENN ET VITNEMÅL FRA AVSLUTTENDE EKSAMEN.

I ungdomsårene er det å føle seg sett og respektert i et sosialt fellesskap svært viktig. Ønsket om et sterkt sosialt fellesskap med jevnaldrende kan være viktigere enn et vitnemål fra avsluttende eksamen. Noen skoler har startet «makkerprosjekt» der nye elever føres inn i elevfellesskapet gjennom en type fadderordning der eldre elever stiller opp. Dette kan være en god vei å gå. Alle tiltak som kan føre elevene sammen, styrker skolen som helhet.

I den offentlige diskusjonen er det en kontinuerlig debatt om hvilke tiltak en skal sette inn for å få flere elever til å gjennomføre videregående skole. De fleste forslag retter seg mot elevene – det er elevene som må ha større frammøte, jobbe mer med skolefag og tilpasse seg livet på skolen. Det snakkes i langt mindre grad om at skolen må komme elevene i møte – at det er skolen som svikter elevene og ikke elevene som svikter på skolen. Dette er ungdom som føler de er på feil sted. De er inne i et system som ikke er tilpasset deres forhåpninger og ønsker. Alternativet, å slutte på skolen, virker mer forlokkende enn å fortsette skoletiden ut.

REFERANSER

- Asher, S. R. & Wheeler, V. A. (1985). Children's loneliness: a comparison of rejected and neglected peer status. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 53, 500–505.
- Alexander, K. L., Entwisle, D. R. & Kabbani, N. S. (2001). The drop-out process in life course perspective: Early risk factors at home and at school. *Teachers College Record*, 103, 760–823.
- Baard, P. P., Deci, E. L. & Ryan, R. M. (2000). *Intrinsic need satisfaction as a motivational basis of performance and well-being at work*. Fordham University.
- Chambers, D., Dunn, C. & Rabren, K. (2004). Variables affecting students' decisions to drop out of school. *Remedial and Special Education*, 25, 323–341.
- Christle, C. A., Jolivette, K. & Nelson, M. (2007). School Characteristics related to High School Drop-out Rates. *Remedial and Special Education*, 28(6), 325–339.
- Cohen, J. (1988). *Statistical power analysis for the behavioral sciences* (2nd ed.). Hillsdale, NJ: Erlbaum.
- Cohen, J. (1992). A power primer. *Psychological Bulletin*, 112, 155–159.
- Conolly, M. & Ennew, J. (1996). Introduction: Children out of place. *Childhood*, 3(2), 131–146.
- Deci, E. L. & Ryan, R. M. (1985). *Intrinsic motivation and self-determination in human behaviour*. New York: Plenum.
- Ekren, R. (2014). Sosial reproduksjon av utdanning? *Samfunnsspeilet* 5, 20–24.
- Finn, J. D. (1989). Withdrawing From School. *Review of Educational Research*, 59(2), 117–142.
- Freeney, Y. & O'Connell, M. (2011). The predictors of the intention to leave school early among a representative sample of Irish second-level students. *British Educational Research Journal*, 38(4), 557–574.
- Frostad, P., Pijl, S. J. & Mjaavatn, P. E. (2015). Loosing All Interest in School: Social Participation as a Predictor of the Intention to Leave Upper Secondary School Early. *Scandinavian Journal of Educational Research*, 59(1), 110–122.
- Hernes, G. (2010). Gull av gråstein. *Tiltak for å redusere frafall i videregående skole*. Fafo-rapport 2010:03.
- Hickman, G. P., Bartholomew, M., Mathwig, J. & Heinrich, R. S. (2008). Differential developmental pathways of high school drop-outs and graduates. *The Journal of Educational Research*, 102(1), 3–14.
- Holter, N. (2008). *Oorzaken van voortijdig schoolverlaten*. Utrecht, NJI.
- Lundetræ, K. (2011). Does Parental Educational Level Predict Drop-out from Upper Secondary School for 16- to 24-year-olds When Basic Skills are Accounted For? A Cross Country Comparison. *Scandinavian Journal of Educational Research*, 55(6), 625–637.
- Malecki, C. K. & Demary, M. C. (2002). Measuring perceived social support: Development of the Child and Adolescent Social Support Scale (CASS). *Psychology in the Schools*, 39(1), 1–18.
- Markussen, E., Wigum Frøseth, M., Lødding, B. & Sandberg, N. (2008). *Bortvalg og kompetanse*. (Gjennomføring, bortvalg og kompetanseoppnåelse i videregående opplæring blant 9749 ungdommer som gikk ut av grunnskolen på Østlandet våren 2002. Hovedfunn, konklusjoner og implikasjoner fem år etter). Rapport 13/2008. NIFU STEP Norsk institutt for studier av innovasjon, forskning og utdanning
- Markussen, E., Frøseth, M. W., Sandberg, N. L., Lødding, B. & Borgen, J. S. (2011). Early leaving, non-completion and completion in upper secondary school in Norway. I S. Lamb, E. Markussen, R. Teese, J. Polesel & N. Sandberg (red.), *School dropout and completion: International comparative studies in theory and policy*, s. 253–272. London, Springer.
- Markussen, E., Frøseth, M. W. & Sandberg, N. (2011). Reaching for the unreachable: Identifying factors predicting early school leaving and non-completion in Norwegian upper secondary school. *Scandinavian Journal of Educational Research*, 55(3), 225–253.
- Marsh, H. W. (1990). A multidimensional, hierarchical model of self-concept: Theoretical and empirical justification. *Educational Psychological Review*, 2, 77–172.
- McQueen, R. A. & Knussen, C. (2006). *Introduction to research methods and statistics in psychology*. Harlow: Pearson.
- Mjaavatn, P. E., Frostad, P. & Pijl, S. J. (2015). Measuring the causes for the growth in special needs education. A validation of a questionnaire with possible factors explaining the growing demand for special provisions in education. *European Journal of Special Needs Education*. 30 (4), 565–574.

- OECD (2009). *OECD Programme for International Student Assessment, Students questionnaire*. Paris: OECD.
- Rumberger, R. W. (1987). High school dropouts: A review of issues and evidence. *Review of Educational Research*, 57(2), 101-121.
- Skaar, K., Viblemo, T. E. & Skaalvik, E. M. (2008). *Se den enkelte: analyse av Elevundersøkelsen 2008*. Oxford Research.
- Strom, R. E. & Boster, F. J. (2007). Dropping out of highschool: a meta-analysis assessing the effect of messages in the home and in school. *Communication Education*, 56(4), 433-452.
- Tafarodi, R. W. & Swann Jr., W. B. (1995). Self-Liking and Self-Competence as dimensions of Global Self-Esteem: Initial validation of a measure. *Journal of Personality Assessment*, 65(2), 322-342.
- Tinto, V. (1993). *Leaving College: Rethinking the Causes and Cures of Student Attrition*, 2nd edition. Chicago: University of Chicago Press.
- Vallerand, R. J., Pelletier, L. G., Blais, M. R., Briere, N. M., Senecal, C. & Vallieres, E. F. (1992). The academic motivation scale: A measure of intrinsic, extrinsic, and amotivation in education, *Educational and Psychological Measurement*, 52, 1003-1017.
- Valås, H. (1999). Students with learning disabilities and low-achieving students: Peer acceptance, loneliness, self-esteem, and depression. *Social Psychology of Education*, 3, 173-192.
- Valås, H. (2001). Learned helplessness and psychological adjustment: effects of age, gender, and academic achievement, *Scandinavian Journal of Educational Research*, 45, 71-90.



REIDUN FOLLESØ er professor i barnevern ved Universitetet i Nordland og UiT Norges arktiske universitet. Hun har gjennom en årrekke vært engasjert som forfatter og foredragsholder tilknyttet temaet unge i risiko, og er særlig opptatt av å involvere unge selv i kunnskaps- og fagutvikling. Hun har vært forskningsleder på det nasjonale fagutviklings- og forskningsprosjektet *Ungdom i Svevet* (2007–2015).

DE MÅ LIKE MEG FOR Å JOBBE MED MEG!

Det er store og viktige spørsmål som settes på dagsordenen i denne teksten: Hvordan er det å være ung i dag? Hvordan er overgangen fra barn til voksen for unge i barnevernet? Hva kan bidra til at denne overgangen blir bra, og hva skal til for at unge i barnevernet skal finne sin plass i arbeidslivet?

Mitt bidrag til disse diskusjonene er å drøfte noen betingelser for at barn og unge skal ha det bra – og få det bra. Tekstens omdreingspunkt er møtet, eller møtene, mellom unge og voksne. Unge kan fortelle om hvor viktig det har vært for dem å bli sett, hørt og forstått. Noen unge beskriver dette, som tittelen viser til, som å bli *likt*. Hva det kan bety, og hvordan det kan forstås, drøftes på to plan: For det første viser jeg til konkrete ungdomsutsagn som er hentet fra egen forskning med unge i vanskelige livssituasjoner. Videre presenterer jeg *anerkjennelse* som et teoretisk begrep, og drøfter hvordan dette kan bidra med perspektiv for å forstå og fortolke det de unge forteller. Avslutningsvis diskuterer jeg hvilke praktiske konsekvenser som kan (og bør) følge dersom vi legger unges fortellinger og anerkjennelse til grunn for handling.

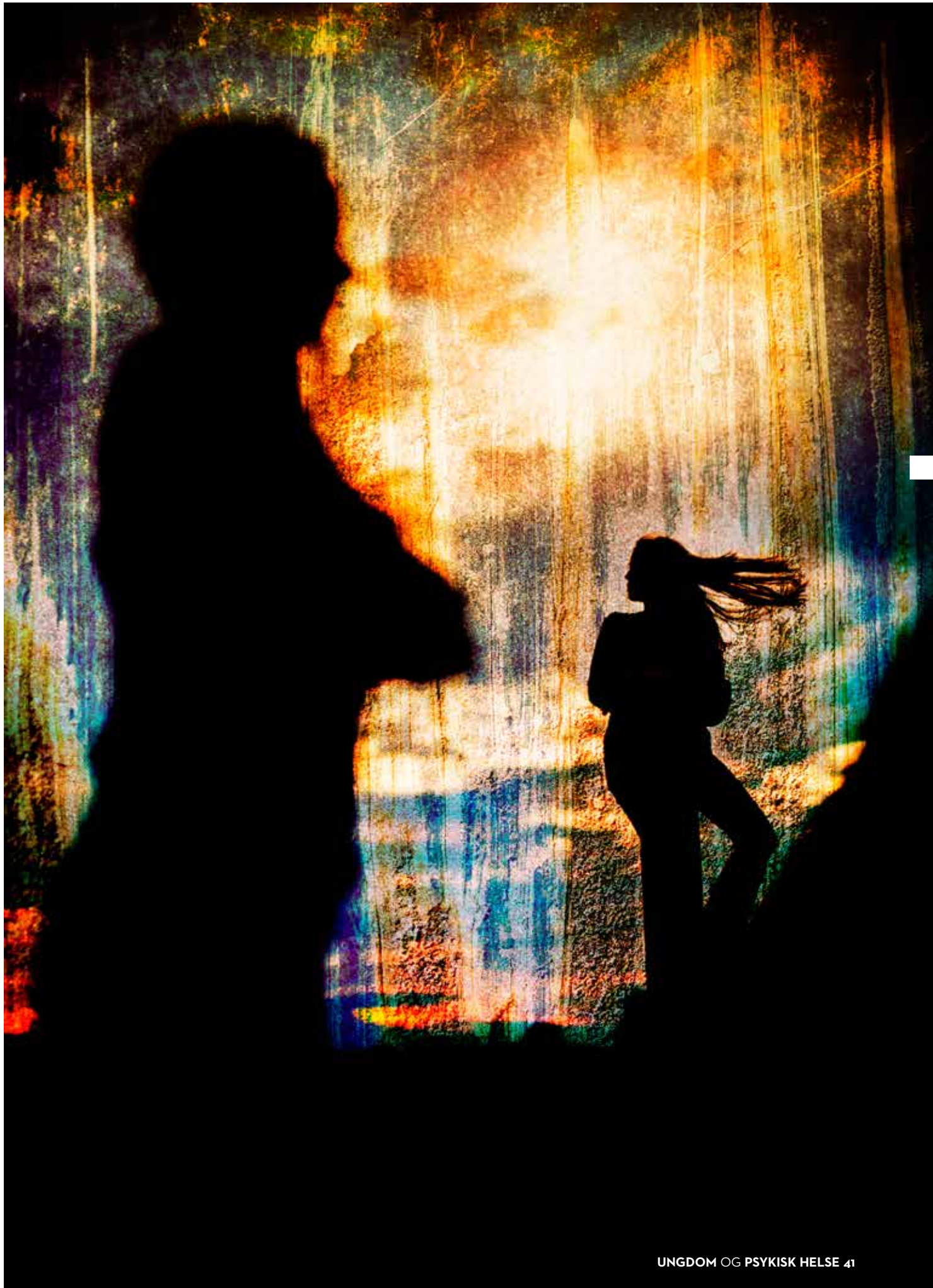
HVEM ER «DE UNGE»?

Alle unge har vært barn, og skal bli voksne. For de fleste skjer overgangen fra barn til voksen uten de altfor store vanskelighetene, selv om ungdomstiden i seg selv kan være

utfordrende. Undersøkelser viser at majoriteten av unge i Norge er fornøyd med livet sitt, de har en eller flere gode venner, de ser fremtiden som et sted med muligheter, og de har tillit til foreldrene sine (NOVA 2015). For noen unge er imidlertid både barne- og ungdomstid langt mer komplisert:

Ja, det handler om min fortid, sant. Jeg har hatt dårlige familieforhold der jeg kom ifra, og ting har ikke vært så lett fra bakgrunnen av. Jeg ble mobbet og hadde ingen venner, ja, ting som gjorde at jeg faktisk ikke har kunnet gå ut om dagene. Så jeg har vært en person som svært få forstår seg på, og dermed flytta jeg, 15 år gammel, alene. Og hadde ingen rundt meg. Jeg hadde ingen familie, ingen venner. Jeg fikk meg hybel i starten. Men jeg hadde ikke alt. Jeg hadde så vidt mat og hybel og sånt, men det var nå det jeg hadde. Og ikke noe tilknytning til folk. Det har jeg aldri hatt uansett.

Gutt, 17 år
Fra Follesø (red.) 2011



I sin bok om barns deltakelse i hverdagsliv og profesjonell praksis gjør Gulbrandsen mfl. (2014) en distinksjon mellom *alle* barn, *de fleste* barn og *noen* barn. Alle barn, skriver de, er vanlige barn, og *hvordan vennskap og uvennskap etableres, vedlikeholdes og avvikes, forhandles i jevnaldringsflokkene; hva som passerer som akseptabel «jentethet» og «guttethet», som «barnhet» og «ungdomshet» etc., er kontinuerlig oppe til forhandling blant alle barn* (Gulbrandsen mfl. 2014, s. 21). *De fleste barn* refererer til en majoritet, og til en antatt eller forventet dominerende forekomst. I barne- og ungdomsgruppen er det imidlertid *noen* som har erfaringer som skiller seg markant fra de andres. Dette gjelder også unge i barnevernet. Selv om de har ulike erfaringer, har de opplevd noe *alle*, eller *de fleste*, barn ikke har. Det kan være omsorgssvikt og vanskjøtsel, mange flyttinger, oppsplittet skolegang og utrygge relasjoner til voksne. To små fortellinger kan illustrere noe av dette:

Mamma og pappa var slemme. Det ser fælt ut når jeg ser det på papiret. Jeg får vondt når jeg leser det, for da kommer alle tingene tilbake. Så får jeg dårlig samvittighet, for et barn skal ikke si noe stygt om foreldrene sine. Slik tenkte jeg da jeg var åtte år, og jeg tenker vel slik nå og. Men de var slemme. Skikkelig slemme.

Vesla, 13 år
Fra Follesø (red.) 2006

Det nærmet seg jul, og for oss var dette den verste tiden i året. Jeg husker jeg våknet midt på natten på julaften, mamma var innelåst på soverommet og søsteren min prøvde å komme seg ut fra rommet sitt. Stefar hadde spikret igjen døren fra utsiden. Jeg løp gråtende og redd inn i stuen, han ble sint og tok brannslukningsapparatet og holdt det opp i ansiktet

mitt... jeg husker ennå hvor vondt det var. Han hev meg ut i snøen og låste meg ute...

Leif, 26 år
Fra Follesø (red.) 2006

Distinksjonen mellom *alle*, *de fleste* og *noen* gir mening også når vi diskuterer unge i barnevernet. De er ungdommer som alle andre, de inngår i den store gruppen unge, samtidig som de har erfaringer som bare *noen* unge har. De har andre erfaringer enn *de fleste* barn. Denne teksten handler derfor om *noen unge*. Felles for dem er at de har flere vonde erfaringer enn mange andre, og de har slitt – eller sliter – med mye i livet sitt. Bortsett fra det er de ulike som unge flest.

Sitatene i teksten er hentet fra de to forskningsprosjektene *Sammen om barnevern* (2006) og *Ungdom i svevet* (2007–15). Jeg vil kort presentere disse, før jeg viser hva de tre unge selv trekker frem når de får fortelle hva som – på tross av alt det vonde – gjorde at de fikk det bra.

SAMMEN OM BARNEVERN

Vesla og Leif var begge bidragsytere i boka *Sammen om barnevern – Enestående fortellinger, felles utfordringer* (Follesø 2006). Boka ble til i et nært samarbeid med meg som forfatter/redaktør og ni unge med barnevernshakgrunn. Da manus ble skrevet, var de unge i alderen 18–26 år, og de fikk selv velge hvilken historie – eller hvilke historier – de ville dele. Deretter arbeidet jeg sammen med hver enkelt ungdom over en periode på cirka et år der vi skrev, samlet, justerte og endret fortellingen til hver enkelt ble fornøyd med sin fortelling. Så fikk de velge seg et nytt navn, som også ble fortellernavnet i boka. En tekst har imidlertid en annen historie, det er Veslas fortelling. Som 13-åring skrev hun et brev til Simon Flem Devold, som hadde en fast spalte for barn

DE ER UNGDOMMER SOM
ALLE ANDRE, DE INNGÅR
I DEN STORE GRUPPEN
UNGE, SAMTIDIG SOM DE
HAR ERFARINGER SOM
BARE NOEN UNGE HAR.

– På Skrås – i Aftenposten. Via Flem Devold fikk jeg Veslas tillatelse til å bruke hennes brev som fortelling i boka.

UNGDOM I SVEVET

Gutten på 17 år var både informant og medforsker i det flerfaglige forsknings- og utviklingsprosjektet *Ungdom i Svevet*, som ble drevet av Fylkesmannen i Nordland i partnerskap med Universitetet i Nordland i perioden 2007–2010. Femten ulike ungdomsprojekter i ni nordlandskommuner deltok, og deltakerbasert forskning var sentral forskningstilnærming (Follesø 2011; Halås 2012; Mevik mfl. 2009). Hovedspørsmålet var hvilke innsatser, tilnærminger og arbeidsformer som best kunne hjelpe ungdom som hadde det vanskelig. Mens enkelte prosjekter hørte til i barnevernet, var andre i skole, helsetjeneste, NAV eller kulturretat. 50 unge og 35 fagfolk bidro med sin kunnskap på flere måter – blant annet gjennom intervjuer, filmproduksjon, foto og tekstskriving.¹ Etter ordinær prosjektslutt gikk syv direktorater sammen om å finansiere nye tre år.

HVA GJØR AT DET GÅR BRA?

De tre innledende sitatene var fra en 17 år gammel gutt, Vesla på 13 og Leif på 26. Deres historier er vonde, og den smerten de forteller om, må vi våge å høre på. Like mye skal vi høre på det som hjalp dem, og deres fortellinger om hva som har bidratt til at livet på fortellertidspunktet var blitt så mye bedre. Jeg vil vise hva hver av de tre forteller, før jeg ser nærmere på hvilke fellestrekk som finnes i fortellingene:

Den første gutten hadde en klar formening om når livet hans begynte å ta en ny retning, og han var også ganske sikker på hva, eller hvem, som hadde bidratt til endringen. Hans redning het Marianne. Hun var sosialarbeider i den

kommunen gutten hadde flyttet til, og et av møtene med henne beskriver han som et *magisk øyeblikk*. Forhistorien var at gutten lå syk på hybelen sin, uten verken venner eller familie som kunne se til ham. Marianne var klar over dette, og hun var bekymret. Hun ringte derfor til ham en ettermiddag da hun var ferdig på jobb. Gutten forteller:

Ja...jeg hadde jo fått betennelse i mandlene, og så...jeg hadde jo ingen ressurser i den tida. Jeg hadde ingen familie i ryggen som kunne hjelpe meg. Ingenting. Ingenting. Så...så ringte Marianne, så spurte hun om det var noe jeg trengte hjelp til, så sa jeg at ja, om du hadde hatt et brød eller noe sånt jeg kunne fått, så hadde det vært kjempegreier... (ler). Så dro hun ned og kjøpte en hamburger til meg...men selv om den burgeren var svidd, og det var ikke noe spesielt god hamburger, men den var god likevel...selv om...den var gitt med så godt hjerte at burgeren ble veldig god, så...jeg kommer ikke til å glemme den dagen. Det var helt spesielt. Hun kom faktisk klokken halv syv, tror jeg. På ettermiddagen da hun hadde fri. Det i seg selv gav meg enda mer tillit til og tro på at hun tok seg tid til meg. Altså, hvem bryr seg om en person som liksom bare... «det er ikke mitt ansvar», liksom? Det var et magisk øyeblikk.

*Fra Det magiske øyeblikket
Follesø 2010*

Vesla skriver i brevet sitt til Simon:

Du vet hvordan det gikk til slutt. Jeg tok mot til meg og snakket med frøken, slik du ba meg om. Hun ringte og snakket med deg, og så sa hun fra til barnevernet. Nå har jeg akkurat sendt blomster til frøken, det er på tide å takke henne. Det er mange barn som er redd for barnevernet. Jeg

¹ For en nærmere presentasjon av datainnsamling, se Follesø (red) 2011

vet bare at den første gangen jeg snakket med dem, så følte jeg at nå var jeg trygg. Det var noen som ville passe på meg, noen som sa at de aldri ville la noen være slemme mot meg igjen. Jeg kan ikke beskrive hvordan det føltes, det var akkurat som om jeg endelig klarte å puste. Jeg fikk pusten igjen. Så skrev jeg til deg og sa at nå skulle du ikke få flere brev fra meg om alt som var vondt. Nå var det noen her som ville høre på meg. Men jeg lovet at hvis jeg fikk det skikkelig godt en gang, så skulle du få brev fra meg igjen. Nå får du altså det brevet. Nå ble du glad, Simon. For jeg har det så utrolig godt. Jeg har fått fosterforeldre, jeg bor i en familie, og jeg har bodd her mer enn to år, faktisk. Vi er ganske mange, og alle er glade i hverandre. Noen ganger kjefter vi på hverandre, noen ganger er vi sure, og noen ganger vil vi ikke snakke med hverandre i det hele tatt. Men hele tiden vet vi at vi bryr oss om hverandre.

Vesla

Fra Follesø (red.) 2006 s. 24

Leifs fortelling gikk slik:

Jeg begynte på nytt da jeg var fjorten–femten år gammel. At det var mulig, kan jeg takke mine fosterforeldre for – de skal ha en stor, stor takk! De er verdens beste fosterforeldre, uten dem vet jeg ikke om jeg hadde kommet meg ut av skallet. Da jeg kom til dem, var jeg både innesluttet og nedbrutt. Men de var der, og for meg var de helt perfekte. For de så meg. Og de forstod meg. De så på en måte den personen jeg var. De tok tak i de tingene jeg trengte hjelp til, og de lyttet, forstod og trøstet. De var egentlig bare der når jeg trengte dem, og de leste meg ganske godt. Hvis jeg for eksempel fikk en telefon i løpet av dagen og hadde snakket med min mor eller noen andre, og hvis jeg var litt deppa og lei meg og ikke orket å snakke med andre, så gikk jeg gjerne og låste meg inne på rommet mitt. Jeg trengte å være litt alene. Bare det at de ikke kom og banket på og trengte seg inn når jeg trengte litt pus-

terom og fred, ikke sant? Og når de så at jeg kom opp for å hente litt mat, så kunne de gjerne spørre om det var greit at de kom ned og snakket litt. Det ble alltid sånn sengeprat. Det ble gjerne noen tårer, så ordnet problemene seg etter hvert.

Leif

Fra Follesø (red.) 2006 s. 43–44

HVA SIER DISSE FORTELLINGENE OSS?

Det finnes klare likhetstrekk i disse tre fortellingene, trekk som vi også kjenner igjen fra andres fortellinger og annen forskning. Det handler først og fremst om noen voksne som ser, som bryr seg, og som handler. Det er Marianne som kommer med burgeren etter ordinær arbeidstid, det er frøken som ringer og snakker med Simon før hun kontakter barnevernet, det er fostermor som venter til gutten er klar, før de tar en prat på kjøkkenet eller på sengekanten.

En voksen som bryr seg går som en tematisk rød tråd gjennom de to prosjektene *Sammen om Barnevern* og *Ungdom i Svevet*. Nærmest uten unntak beskriver de unge en eller flere voksne som har vært der for dem. Det kan være en saksbehandler, en prest, mor til en venninne, en lærer. Det kan være noen som har vært der over tid, eller noen som bare var der en kort stund, men likevel til helt riktig tid. Det finnes mange beskrivelser av hvordan disse voksne er, og hva de gjør. Unge forteller om voksne som er fleksible og som tilpasser seg, voksne som evner å veksle mellom å vente, å dytte og lirke. En ungdom beskriver dette som «å gå ved siden av». De beskriver voksne som er opptatt av at ungdommen selv skal kunne mestre, og som legger til rette for at det skal være mulig. *Det er de som tror på meg, sier en gutt. De som tror på meg slik at jeg kan tro på meg selv* (Follesø 2010).

Funnene er ikke unike for disse to forskningsprosjektene, men støttes av flere andre. I sin nylig publiserte avhandling viser Thrana (2015) hvordan unge beskriver betydningen av å bli sett og anerkjent for den man er, av at den voksne gir anerkjennelse og viser følelser, og at relasjonen mellom ungdom og voksne oppleves som gjensidig. Anvik og Gustavsen (2012) beskriver hvordan unge med psykiske helseproblemer erfarer møter med mennesker i hjelpeapparatet: *I noen møter ser vi beskrivelser av å bli tatt på alvor, stilt krav til, og samtidig hvor viktig det oppleves å ha kompetente voksne rundt seg som støtter og følger opp. Andre møter forsterker opplevelsen av å føle seg utenfor, udugelig og alene* (ibid. s. 148).

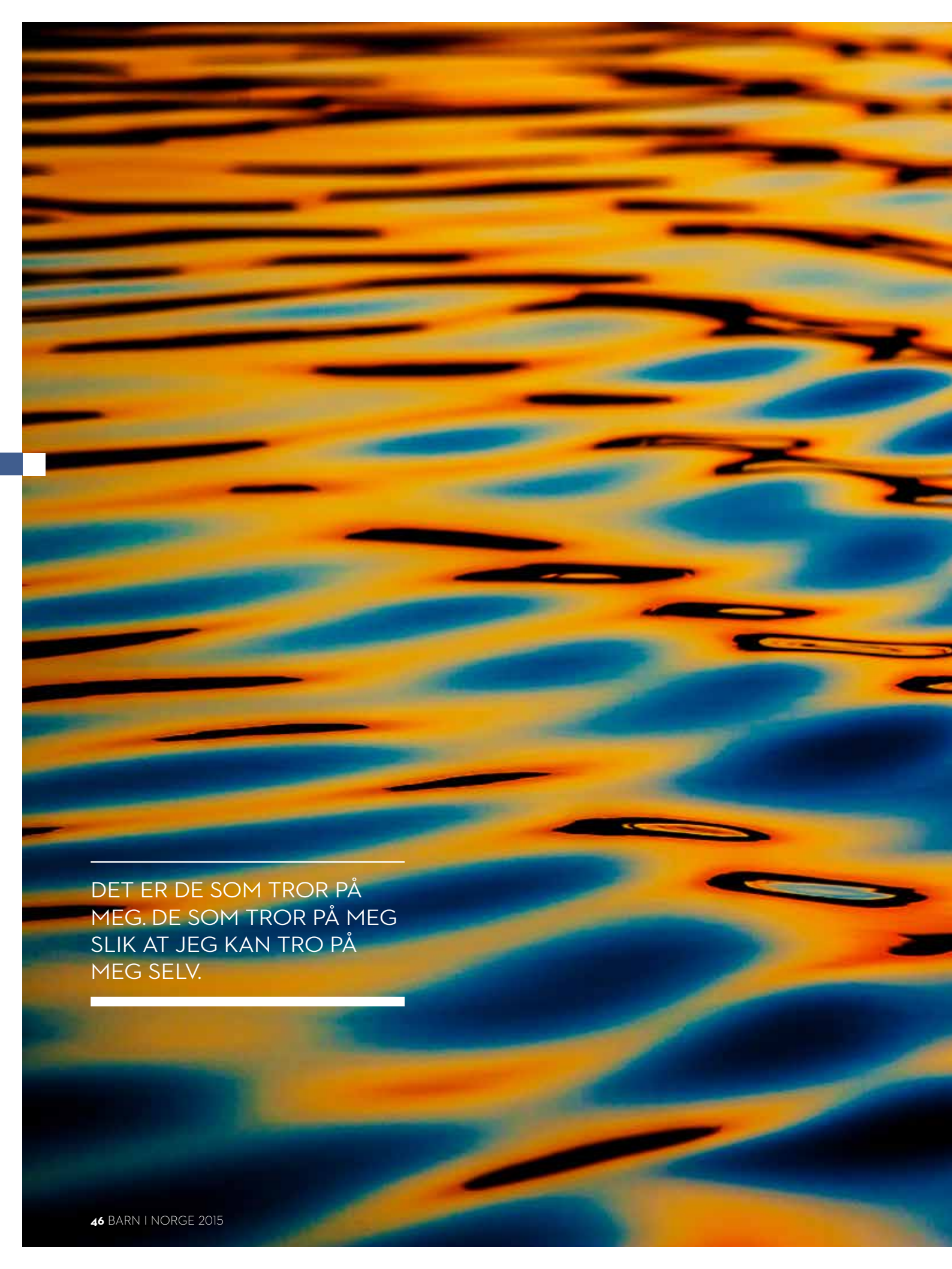
En undersøkelse som underbygger relasjonens betydning, ble utført av Mark A. Hubble, Barry L. Duncan og Scott D. Miller i 1999. I sitt forsøk på å undersøke hva som faktisk virket i terapi, konkluderte de med at 40 prosent av effekten kunne tilskrives egenskaper ved og sosial støtte rundt klienten (*client and extratherapeutic factors such as ego strength, social support, etc.*). Ytterligere 30 prosent forklares ved terapeutens egenskaper og evne til relasjon (*therapeutic relationship such as empathy, warmth, and encouragement of risk-taking*), mens 15 prosent av effekt i terapi tilskrives klientens egne forventninger (*expectancy*). Jeg vil ikke gå nærmere inn på tall og presenter her, men viser heller forfatterens understrekning av at det verken er tilstrekkelig med teknikker eller metoder for at terapi skal virke. Derimot, hevder de, er klientens opplevelse av selve relasjonen grunnleggende viktig: *No one questions the importance of core conditions like acceptance, accurate empathy and therapist genuineness; but it turns out that client perceptions of the relationship are consistently more correlated with outcome than those of objective raters* (s. 49).

Men hvor fører så dette oss? Er ikke dette selvfølgeligheter, noe alle vet? Trenger vi all denne forskningen for å kunne argumentere for at unge skal bli møtt av voksne som ser dem, forstår dem og liker dem? Mitt svar er ja – det trenger vi. Begrunnelsen for svaret er blant annet at hjelpeapparatet rundt unge i vanskelige situasjoner ikke nødvendigvis har dette som prioritet på sin profesjonelle dagsorden. Dersom det er viktig å bli likt, og dersom møtet – og møtene – med voksne er betydningsfulle, må det få konsekvenser for både utdanningsinstitusjoner, NAV og øvrig hjelpeapparat. Argumentene utdypes nærmere, men før det introduserer jeg begrepet *anerkjennelse*. Hensikten er å legge til ytterligere en ramme for å forstå betydningen av møter med unge i barnevernet:

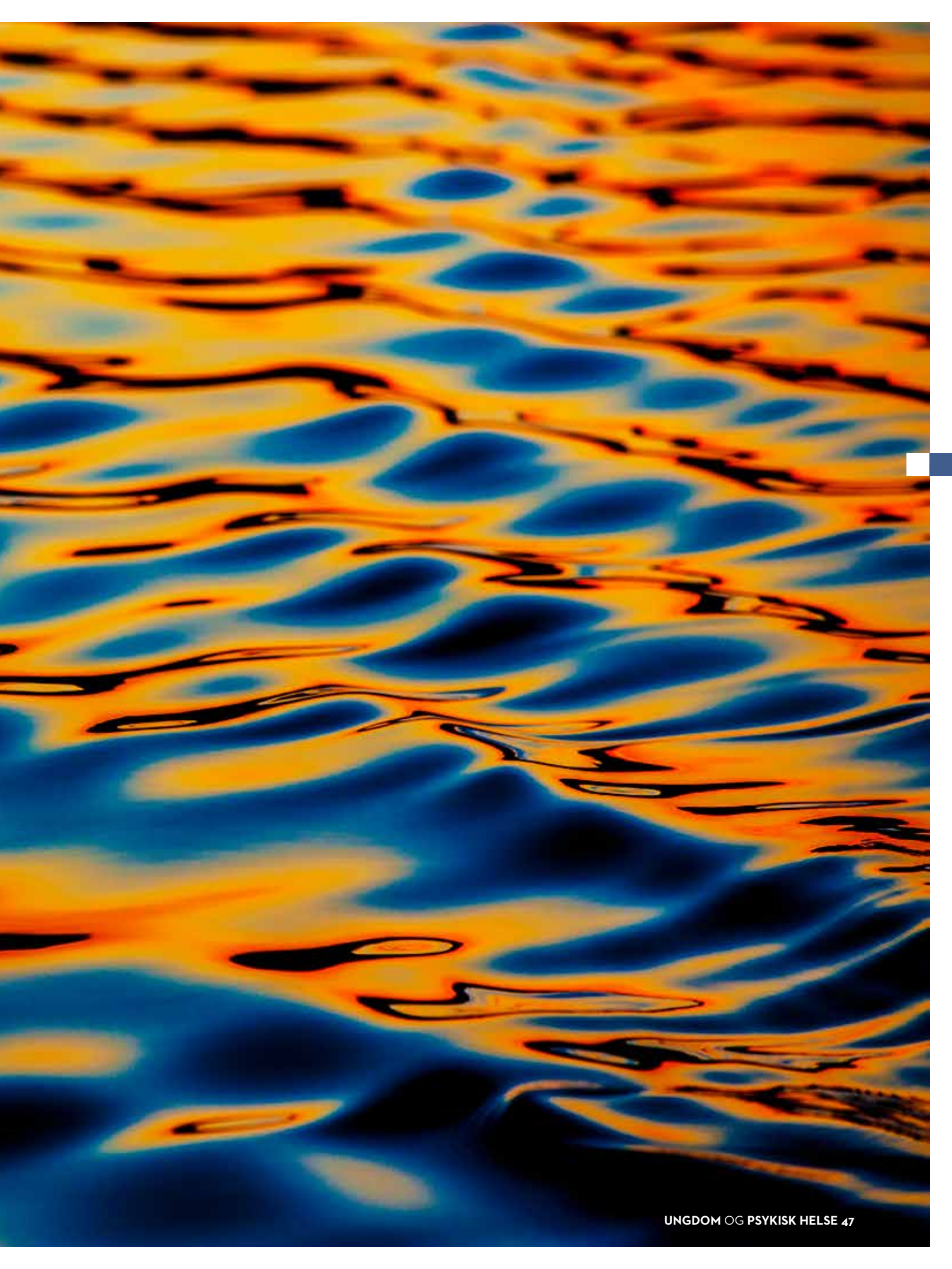
ANERKJENNELSE – EN RAMME FOR FORSTÅELSE

Anerkjennelse er et begrep de fleste kjenner fra dagligtalen. Når vi sier at vi anerkjenner noen eller noe, mener vi gjerne at vi aksepterer, godkjenner eller ser opp til dem eller det. Om vi hevder at en butikk, en virksomhet eller en skole er anerkjent, mener vi gjerne at den har fått god omtale, og at den oppfattes som seriøs og flink på sitt felt. Ordet kan også brukes i en meningsutveksling. Jeg kan anerkjenne en annens mening uten å være enig i hennes budskap, og brukt slik uttrykker ordet respekt for den andre. Til tross for uenighet stiller jeg ikke spørsmål ved den andres troverdighet eller hensikt.

Anerkjennelse er også et faglig begrep som vi blant annet kan finne i sosialt arbeid. Aamodt (2003) viser til *relasjonsmodellen* som en måte å forstå hjelperes rolle og tilnærming til klienten på. Hjelp forstås her som et toveisforhold der begge parter påvirker det som skjer i relasjonen, og både hjelper og klient er medskapere i den hjelpen som tilbys. Anerkjennelse er her



DET ER DE SOM TROR PÅ
MEG. DE SOM TROR PÅ MEG
SLIK AT JEG KAN TRO PÅ
MEG SELV.



et sentralt element: *Når to personer samtaler om en sak, vil anerkjennelsen innebære at begge parter har rett til å uttale seg, bli lyttet til, sett og respektert* (ibid. s. 155). I sosialt arbeid viser anerkjennelse i hovedsak til et møte mellom en profesjonell og en annen, og peker på en kvalitet ved relasjonen mellom de to. Den andre anerkjennes gjennom å bli sett, bekreftet og lyttet til.

Axel Honneth (2008) gir viktige bidrag for forståelse av begrepet anerkjennelse. Han hevder at behovet for å bli sett og anerkjent er en grunnleggende betingelse for å kunne utvikle seg som menneske. Anerkjennelse inneholder ifølge ham to grunnleggende elementer, henholdsvis *erkjennelse* og *tilstedeværelse*. Et menneske må erkjenne at et annet menneske finnes, og erkjennelsen må følges av en forpliktet tilstedeværelse. Dette viser til både tanke og handling, eller til en mental dimensjon og en handlingsdimensjon. Det handler både om å se og å bli fast ved. Bae og Waastad (1992) utdyper hva erkjennelse kan bety når de skriver at erkjennelse viser til sannhet og ærlighet:

Muligens kan vi si at det å erkjenne er å gi seg selv lov til å komme nær og bli kjent med det som er? Assosiasjonene går i retning av prosesser som krever tid, både følelsesmessig og tankemessig. Erkjennelse er altså ikke noe lettvinnt eller lett-kjøpt. Det lar seg ikke kjøpe. Erkjennelse må skapes, utvikles, leves og ivaretas av hvert enkelt individ. Uten dette blir det ingen erkjennelse (s. 9).

Honneth skiller mellom tre ulike sfærer for anerkjennelse: *privatsfæren, den rettslige sfære og den solidariske sfære* (Honneth 2008, s. 103). Fravær av anerkjennelse, hevder han, kan medføre at mennesker krenkes. Privatsfæren knytter han først og fremst til barn og foreldre, og med psykoanalyse og

objektrelasjonsteori som bakgrunn stiller han spørsmål ved hva som gjør løsriving mellom barn og foreldre mulig samtidig som tillit består. I dette bruddet viser han til anerkjennelsens viktighet. I den gode løsrivningen blir personens individuelle (u)avhengighet anerkjent – samtidig som frigjøringen er basert på tillit til at den gjensidige hengivenheten vil bestå. Kjærlighetsrelasjonen, hevder Honneth, utgjør ideelt sett en symbiose som er brutt gjennom anerkjennelse. Gjennom dette får barn *selvtillit* (Honneth 2008, s. 115, 116).

Som mennesker tilhører vi også lokale og nasjonale fellesskap der vi både ønsker og trenger anerkjennelse. Lokal og nasjonal anerkjennelse oppstår idet mennesker aksepteres og aksepterer (hver)andre som fullverdige medlemmer av samfunnet, med alle de rettigheter og plikter dette medfører. Vi speiler oss alle i våre omgivelser, og dersom andre respekterer og anerkjenner oss, vil det også være lettere for oss å respektere oss selv. Gjennom deltakelse i fellesskapet vil mennesker bli anerkjent for sin autonomi, sine kvaliteter og sine kompetanser (Honneth 2008; Høiland & Juul 2005; Follesø 2010).

Det lokale fellesskapet kaller Honneth også den *rettslige sfære*. Anerkjennelse oppstår når mennesker aksepterer andre, og når de selv aksepteres som et fullverdig medlem av det lokale fellesskapet med de rettigheter og plikter dette medfører. Mens anerkjennende møter mellom to mennesker legger grunnlaget for den unges *selvtillit*, vil anerkjennelse i det lokale fellesskapet kunne bidra til opplevelsen av *selvrespekt* (ibid.). Honneth viser også til sosial verdsetting som en tredje form for anerkjennelse (Honneth 2008, s. 130), der arenaen er det nasjonale fellesskapet eller den solidariske sfære. Dersom individet bidrar positivt til fellesskapet, vil det også

bli anerkjent for sin autonomi, det vil si for sine kvaliteter og kompetanser som menneske (Honneth 2008; Høilund & Juul 2005). For å kunne leve et godt liv er det ifølge Honneth nødvendig å oppnå anerkjennelse innenfor alle disse tre sfærene som er tett forbundet med hverandre. Individets subjektive autonomi, hevder han, vil vokse for hvert nivå av gjensidig respekt.

DRØFTING

Honneths anerkjennelsesbegrep kan tilsynelatende virke fjernt og vanskelig å knytte direkte til praksis. Når jeg likevel tar det i bruk, og når jeg oppfordrer andre til å slite litt for å forstå begrepene, er det fordi jeg nettopp mener de kan bidra til å forstå og reflektere over praksis. Jeg vil forklare dette ved å ta de store begrepene med inn i en gjenkjennbar hverdag, og begynner med den private sfære.

Den tillit og tilhørighet som Honneth peker på i forholdet mellom barn og foreldre, har også paralleller til barn og unges relasjon til sine hjelpere. Mens fosterforeldre faktisk er i mors eller fars sted, kan en miljøterapeut, en sosialarbeider eller en lærer ha noe mer distanserte roller. Alle kan likevel være personer ungdommen etablerer fastere, mer varige relasjoner til. Ungdommers beskrivelser av *gode møter* kan vi forstå som deres opplevelse av å bli erkjent og anerkjent. Honneth bruker begrepet kjærlighet; de unge jeg har møtt, snakker om vennskap, om snille voksne, om voksne de liker å være sammen med. Det er viktig, betydningsfullt og potensielt endrende å bli likt av noen man selv liker og respekterer. Både unge i barnevernet og andre unge i sårbare livssituasjoner trenger å møte kloke og dyktige fagpersoner, de trenger hjelp som er tilpasset deres unike situasjon, og de trenger tjenester som snakker med hverandre og samarbeider. De trenger mennesker rundt seg som ser og anerkjenner dem.

Ungdom må oppleve at de blir sett, møtt og hørt. Anerkjennelse er, som vi har vært inne på tidligere, ikke en egen teknikk. Det er heller måten man møter og bekrefter den andre på, der et uttrykk for at anerkjennelse er en utholdenhet og vilje til ikke å gi ungdommen opp. I møtet, eller i møtene, må den unge oppleve å bli gitt mulighet til å mestre sitt eget liv ut fra sine egne forutsetninger. Unges beskrivelse av gode voksne som bidrar til dette, kan deles inn i de voksnes *holdninger* og deres *handlinger*. I *holdninger* ligger verdier, tenkesett og måter å forstå og møte den unge på. *Handlinger* viser til det de voksne gjør, og måter de gjør det på. Det kan blant annet være å gå ut av kontoret sitt og finne den unge der hun eller han er, som Marianne gjorde da hun oppsøkte gutten som lå syk på hybelen. Vi vet at mange unge som trenger hjelp, ikke banker på døra verken hos barnevern, NAV eller helsesøster. Det kan være mange grunner til dette – det er ikke sikkert de vet hvem de kan spørre, hvor de kan gå, eller hva det er mulig er mulig å spørre om hjelp til. For noen barn og unge oppleves det farlig å fortelle om situasjonen hjemme, og mange mistror med god grunn voksne fordi de har så mange dårlige voksenerfaringer.

DEN RETTSLIGE SFÆRE

– ANERKJENNELSE I LOKALSAMFUNN

Honneths *rettslige sfære* kan brukes som inngang for å forstå betydningen av å høre til – og bli anerkjent i – et lokalsamfunn. Dette er ikke nødvendigvis steder der de unge føler seg vel eller velkomne. Flere unge forteller at de opplever seg annerledes og ensomme.

Anerkjennelse i møte med en annen – i den private sfære – kan bidra til at den unge får mer tro på seg selv, og slik være helt avgjørende for at han eller hun får hjelp. Slike møter kan skje i skolen, på NAV, i barnevernet eller andre steder.

Samtidig er det viktig å være oppmerksom på at ingen lever hele liv innenfor verken tjenester eller tiltak – unge lever også i sitt lokalsamfunn. Selv om skolen har et godt tilbud for ei jente som sliter, kan mye rakne dersom hun plages på veien hjem, dersom hun ikke får delta på fritidsaktiviteter, eller dersom hun får ubehagelige kommentarer slengt etter seg på butikken. Slike erfaringer er ikke uvanlig for unge i vanskelige livssituasjoner, og det er godt dokumentert at mobbing og opplevd ensomhet preger mange unges liv (Anvik & Gustavsen 2012; Due 2013).

Flere unge forteller om hvordan de, etter å ha deltatt i ulike prosjekter og aktiviteter, har opplevd å bli møtt på nye måter i lokalsamfunnet. To eksempler fra Ungdom i Svevet kan illustrere dette: En ungdom kunne med begeistring fortelle om da han kom inn på et kontor der mannen bak skranken så opp, så ham i øynene, smilte, sa hei – og så sa navnet hans. Det var en ny og viktig opplevelse for denne gutten som hadde mange erfaringer med å bli oversett og kjeftet på. Da vi spurte hva han trodde denne endringen skyldtes, svarte han: *«Jeg tror lederne har satt ut gode rykter om oss!»* Denne antakelsen ble i sin tur bekreftet av lederne, som alle var opptatt av at det ungdommene fikk til og var flinke til, skulle spres som gode rykter. Det neste eksempelet var en gruppe ungdommer som restaurerte et hus de senere skulle flytte inn i. Dette var unge som hadde stått utenfor skole og arbeid over tid, og som følte seg sett ned på og lite verdsatt i bygda si. Huset, som lenge hadde stått tomt og slitt, fikk nå gradvis en ny fasade som hele bygda kunne se. Fasadeendringen ble fulgt av en ny forståelse av ungdommene – de var blitt til noen som kunne noe, noen som bidro. De unge kunne fortelle om annerledes blikk, om ny interesse og om økt selvfølelse (Follesø 2011; Halås 2012).

Unge som voksne inngår i relasjoner med nettverk og lokalsamfunn, og hvordan disse utspiller og utvikler seg, vil få betydning for den enkeltes utvikling av problemer så vel som ressurser. Når en ungdom sliter, vil det derfor ikke være tilstrekkelig med enkeltstående og avgrensede tiltak. Selv om den unge har en god relasjon til sin miljøarbeider i et bestemt dagtilbud, står mye på spill dersom ungdommen aktivt utestenges fra andre, viktige arenaer.

Anerkjennelse og blikk for ressurser er tilnærminger som inviterer til å tenke vidt. Det inkluderer hele lokalsamfunn, og tydeliggjør nødvendigheten av metoder og tilnærminger i tillegg til individuell hjelp. Å forstå ungdom som deltakere i sitt lokalmiljø krever en bred innsats, og det ser også ut som det at de får til slik inklusjon, oppleves positivt av ungdommene (Follesø, Neidel & Berliner 2016; Follesø 2010). Tiltak må kunne fungere som brobyggere inn i de aktivitetene som allerede finnes i lokalsamfunnet.

DEN SOLIDARISKE SFÆRE – MEDVIRKNING OG DELTAKELSE

Honneth er opptatt av at rettigheter og plikter skal være likt fordelt blant mennesker. Anerkjennelse oppstår når mennesker får være fullverdige medlemmer av samfunnet, med alle de rettigheter og plikter dette medfører. Anerkjennelse i den solidariske sfære kan fortolkes som at også unge må få en plass i offentlige diskusjoner som en meningsberettiget aktør.

Både nasjonalt og internasjonalt finnes en økende erkjennelse av at barn selv skal være aktive medbestemmere i forhold som angår dem. Dette kan vi blant annet forstå i lys av nyere teori om barn og utvikling, der mestring og ressurser vektlegges på bekostning av sårbarhet og utsatthet. Dette harmonerer også

BARN OG UNGE SKAL
HØRES, OG DERES
MENINGER SKAL HA EN
PLASS VED SIDEN AV DE
VOKSNES.

med det ressursperspektivet som preger store deler av den internasjonale velferdsforskningen (se blant andre Williams, Popay & Oakly 1999).

I 1991 ratifiserte Norge FNs barnekonvensjon. Konvensjonen har som bærende prinsipp at barn er selvstendige individer med rett til innflytelse på beslutninger som berører både deres personlige situasjon og samfunnet generelt. I artikkel 12 fastslås det at *barn og unge har en rett til å uttrykke sin mening i saker som angår dem, rett til å bli tatt på alvor og rett til at meningene deres tillegges vekt*. En endring i norsk lovverk som følger av dette, er at barns rett til å bli hørt er senket fra 12 til 7 år. Denne retten er nedfelt i flere lover, blant dem lov om barneverntjenester. I barnevernet har det lenge vært en intensjon å lytte til barn og å ta dem med på råd. Intensjoner og god vilje lander likevel ikke alltid like stødig i en praktisk virkelighet, noe studier av barns deltakelse i egne barnevernssaker viser. Undersøkelsene som er gjort, varierer i metode, omfang og tematisk tilnærming, men bildet er forholdsvis entydig. Barn blir sjelden snakket med, og sjelden involvert i sin egen sak (se blant andre Havnen, Christiansen & Havik 1998; Oppedal 1997; Havik, Hassel & Poulsson 2003; Juul 2004). Dette er en praksis som ifølge barnekonvensjon og lovverk skal endres. Barn og unge skal høres, og deres meninger skal ha en plass ved siden av de voksnes. Barn og unge skal ikke bare bli hørt når de bekrefter en voksen virkelighetsforståelse, men også når de utfordrer både politiske og faglige sannheter. Anerkjennelse på et nasjonalt nivå handler også om å gi barn og unge en aktiv rolle som medvirkere og medbestemmer i politikk og praksisutforming. Jeg innledet denne teksten med et spørsmål om hvordan unge i sårbare livssituasjoner skal kunne mestre overgangen til voksenlivet best mulig. Med unges fortellinger som bakteppe hevdet jeg at gode møter med voksne som anerkjenner de

unge, er en nødvendig, men ikke tilstrekkelig betingelse. De unge må også anerkjennes som medlemmer av et sosialt fellesskap, eller et lokalsamfunn. Videre må den kunnskapen de har, etterspørres, slik at de i kraft av seg selv kan bidra til et større fellesskap.

REFERANSER

- Anvik, C. & Gustavsen, A. (2012). *Ikke slipp meg! Unge, psykiske helseproblemer, utdanning og arbeid* Bodø: NF-rapport nr. 13/2012.
- Bae, B. & Waastad, J. E. (1992). Erkjennelse og anerkjennelse – en introduksjon I B. Bae & J. E. Waastad (red.), *Erkjennelse og anerkjennelse Perspektiv på relasjoner* Oslo: Universitetsforlaget.
- Due, P. & Holstein, B. E. (2008). Bullying victimization among 13 to 15 year old school children: results from two comparative studies in 66 countries and regions *European Journal Public Health* 2005; 15,128–132.
- Follesø, R. (2006). *Sammen om barnevern Enestående fortellinger, felles utfordringer* Oslo: Universitetsforlaget.
- Follesø, R. (2010). Ungdom, risiko og anerkjennelse. Hvordan støtte vilje til endring? *Tidsskrift for ungdomsforskning*, 1, 73–87.
- Follesø, R. (2011). (red.) *Gi viljen mulighet!* Sluttrapport ungdom i svevet 2007–2010 UIN-rapport 12/2011.
- Follesø, R. & Halås, C. (2010). *Det magiske øyeblikket* Film, dokumentar. Laget på oppdrag fra Barne-, likestillings og inkluderingsdepartementet. Produsent: News on Request.
- Follesø, R., Neidel, A. & Berliner, P. (2016). Unge på vei – nettverk, deltakelse og lokale fellesskap. I Follesø, Wulf-Andersen & Olsen (red.), *Unge, risiko og sosial forandring. Nordiske perspektiv* Oslo: Gyldendal Norsk forlag (in press).
- Gulbrandsen, L. M. mfl. (2014). *Barns deltakelse i hverdagsliv og profesjonell praksis – en utforskende tilnærming* Oslo: Universitetsforlaget.
- Halås, C. T. (2012). *Ungdom i svev – Å oppdage muligheter med utsatte unge*. Doktoravhandling i praktisk kunnskap. Bodø: Universitetet i Nordland.
- Havik, T., Hassel, K. & Poulsson, A. (2003). *Hjem igjen? En analyse av fylkesnemndas vedtak etter barnevernlovens paragraf 4-21*. Barnevernets utviklingssenter på Vestlandet. Skriftserien 03:1.
- Havnen, K., Christiansen, Ø. & Havik, T. (1998). *Når gir barneverntjenesten hjelp? Kartlegging av barneverntjenesta sine beslutningar i meldings- og undersøkelsessaker* Barnevernets Utviklingssenter på Vestlandet, Rapport no.2/98, Bergen.
- Hubble, M. A., Duncan, B. L. & Miller S. D. (1999). *The Heart & Soul of Change: What Works in Therapy*. Washington DC: American Psychological Association.
- Honneth, A. (2003). *Behovet for anerkendelse*. København: Hans Reitzels Forlag.
- Honneth, A. (2008). *Kamp om anerkjennelse* Oslo: Pax forlag A/S.
- Høilund, P. & Juul, S. (2005). *Anerkendelse og dømmekraft i socialt arbejde*. København: HansReizels Forlag.
- Juul, Randi (2004). Barnevernsarbeideres barneperspektiv og praksiser i møte med barn og unge i vanskelige livssituasjoner. *Tidsskriftet Norges Barnevern nr. 1*.
- Mevik, K., Mathisen, R., Paulsen, K., Pigato, B. & Tveraabak, M. (2009). I lag med ungdommer. Profesjonell og nær i sosialt arbeid og forskning. *Fontene forskning*, 2.
- NOVA (2015): Ungdata. Nasjonale resultater 2014 NOVA-rapport 7/15.
- Oppedal, M. (1997). Blir barn sett og hørt ved akutte vedtak? I E. Backe-Hansen & T. Havik (red.). *Barnevern på barns premisser*. Oslo: Ad Notam Gyldendal.
- Williams, F. Popay, J. & Oakley, A. (1991). *Welfare Research. A Critical Review*. London: UCL Press.
- Aamodt, L. (2003). Sosialt arbeid og anerkjennelse En problematisering av grunnlagstenkningen i sosialt arbeid I: *Nordisk Sosialt Arbeid*, Nr. 3, 154–161.

Journalist **MARIE LALAND EKELI** har intervjuet de fem ungdommene og har skrevet ned historiene i samarbeid med dem.

MED GREP OM FRAMTIDA

Å bli voksen er aldri en strak linje fra barndom og ungdomstid, men de fleste av oss følger likevel en slags allfarvei. Det kan være vanskelig nok. Hvordan er det å bli voksen når oppveksten har bydd på noen ekstra utfordringer? Vi har snakket med fem unge mennesker om hva som har vært vanskelig – og hva som har hjulpet.

UNG PÅRØRENDE

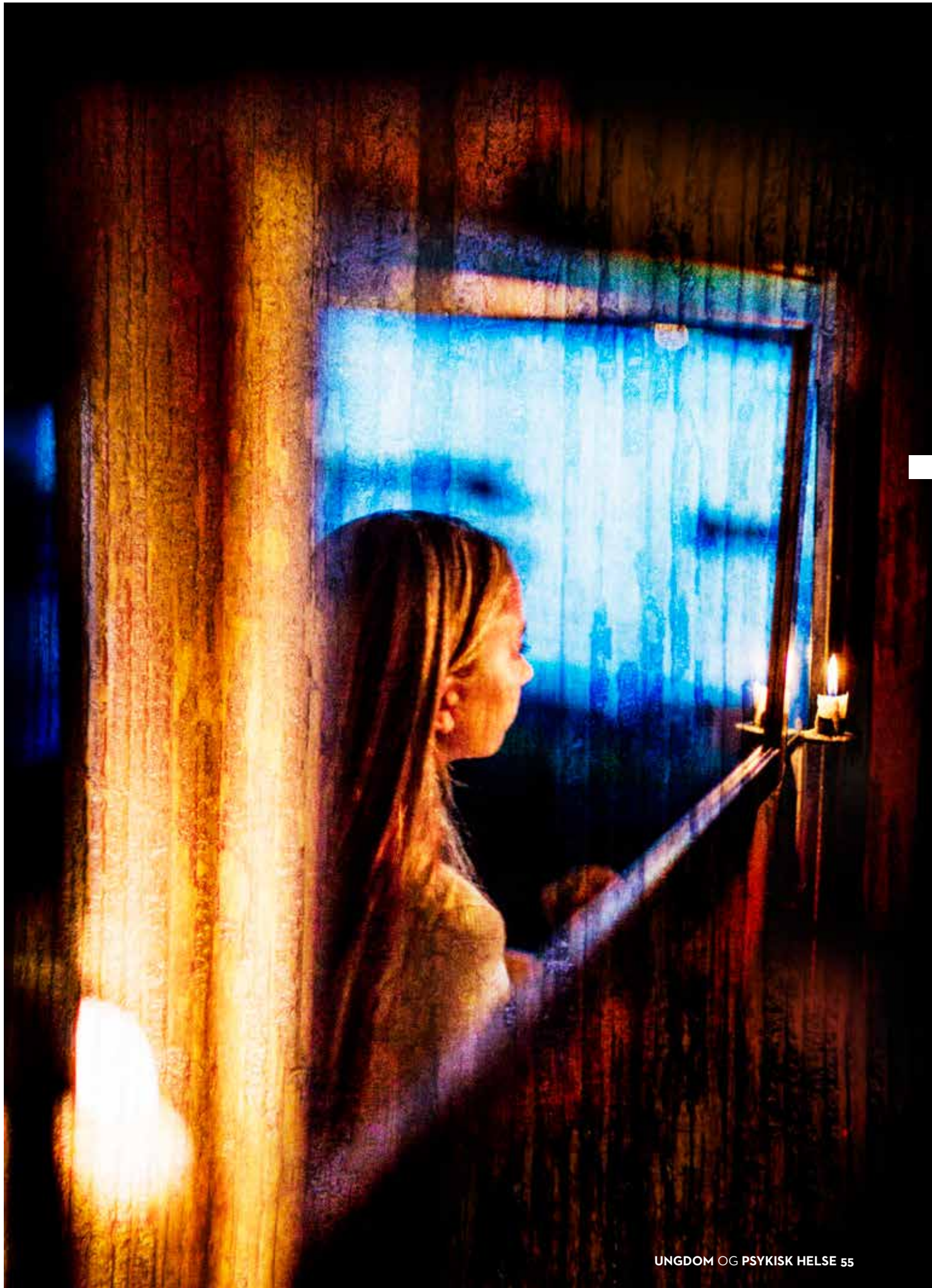
SIN EGEN KARTTEGNER

Fortalt av Ida (23)

Jeg må ha vært tolv år da jeg var hjemme hos en venninne av meg. Foreldrene var ikke der. «De er sikkert borte hos naboen», sa venninna mi. «Det er fredag. Da pleier de å ha nabokvelder.» Jeg skjønnte ingenting. Vi gikk over i nabohuset, og der var alle i nabolaget samlet. De spilte piano, sang fra noteark, spiste middag og drakk vin. Da måtte jeg gå ut, for jeg klarte ikke å slutte å gråte. Jeg visste ikke at det gikk an å ha venner når man var voksen. En hel verden åpnet seg for meg! Jeg kan fortsatt ha venner! *Jeg kan faktisk ha det bra som voksen. Jeg kan synge og le og være sammen med andre.* Fram til da ante jeg ikke at det var mulig.

Jeg er vokst opp med en mamma som er bipolar, og som sliter med rusproblematikk knyttet til det. Hun har vært syk hele livet mitt, men ble sykere og sykere etter som jeg vokste opp.

Det er stor forskjell på hvordan sykdommen hennes artet seg i barneårene, i ungdomstiden min og hvordan hun er nå. Ustabilitet er det jeg forbinder med barndommen. Vi har flyttet 23 ganger i løpet av livet mitt. Jeg har gått på 11 forskjellige skoler. Det var forandringer hele tiden, mange rettssaker, omsorgskamp mellom foreldrene mine, frem og tilbake. Når vi flyttet, flyttet vi ikke langt, og alltid innenfor Østlandet, men siden vi flyttet mellom kommuner, har jeg vært periodevis i barnevernet. Ofte måtte jeg vente lenge før saken ble tatt opp igjen i den nye kommunen. All flyttingen hadde rot i mammas sykdom. Den gang var hun mer bipolar enn hun er i dag, og stadige endringer kom i forbindelse med maniske perioder. Hun var høyt oppe, uten impulskontroll. Stua skiftet på å være rød, så grønn, så gul. Plutselig sto sofaen på den andre siden av veggen. Alt i hjemmet var i bevegelse, det var aldri stabilt eller stille. Etter som hun ble sykere og sykere, og gikk mer inn i depresjon, avtok forandringene. Nå er hun nesten bare deprimert.



Forandringer er det første jeg husker av sykdommen hennes. I tillegg hadde hun sosial angst, noe som gikk ut over skoleavslutninger og det å stille opp på fotball- og håndballkamper. Jeg brukte mer tid på å se etter henne på tribunen enn å følge med på banen. I forhold til rus var høytider og ferier verst. Jeg kan huske klumpen i magen, en blanding av å glede og å grue seg. Alkohol og sterke medisiner preget familielivet. Det er i det hele tatt mye følelser knyttet til barndommen min. Jeg kjente frykt, jeg var ofte lei meg og hele tiden bekymret for mamma. Jeg følte at det var jeg som skulle redde henne. Jeg måtte være snill, hjelpe til og motivere henne. Den rollen har jeg hatt hele livet. Det var jeg som skulle få livsgnisten i gang i henne. En tung oppgave for et barn, men det var som de sier; rollene ble snudd. Idet jeg entret tenårene, skjedde et tydelig rollebytte. Jeg ble den voksne som passet på. Flere ganger tok jeg det opp hjemme, men det gikk ikke an å snakke om det.

Hvordan vi pratet sammen i familien, var et annet problem. Som liten syntes jeg det var trist at alle var så sinte og skarpe mot hverandre. Det vanskeligste var at alt skulle holdes hemmelig. Jeg måtte skjule at mamma var syk, og alkohol ble ikke nevnt. Jeg gikk med en stor uvisshet i meg. Først da jeg hadde flyttet hjemmefra, fortalte moren min meg om sykdommen, at hun har en diagnose. Allerede som femåring hadde jeg spurt om hun var alkoholiker, eller *hva var problemet? Var hun syk? Var det narkotika?* Jeg fikk ikke svar. Jeg fikk husarrest.

Selvfølgerlig skulle jeg ønske jeg fikk vite om diagnosen tidligere. Det var så mye som ikke ble snakket om, så mye taushetsplikt – blant advokater, innenfor barnevern og på skolen. Jeg ante ikke at skolen visste om hjemmesituasjonen min før jeg traff den gamle læreren min nå nylig. Da fortalte hun at hun hadde visst. På barneskolen var jeg mye ute med

venner. Jeg var med på så mange aktiviteter som mulig, kor og fotball og håndball. Derfor følte jeg meg ikke alene. Mer enn ensom var jeg lei meg, fordi jeg skjønnte at ting ikke var som de burde. Jeg hadde en dyp lengsel, og sorg, fordi jeg skulle ønske noe var annerledes – uten at jeg klarte å sette fingeren på akkurat hva. En udefinert lengsel er den grunnleggende følelsen fra barndommen min. Etter som jeg ble tenåring, forsto jeg mer. Mamma ble sykere, og jeg innså hvordan sykdommen hennes hadde preget meg som person. Følelsene vokste i meg, jeg ble enda mer lei meg, mer sint, fordi jeg skjønnte at sånn som *dette* skal ikke livet være. Da prøvde jeg å ta de vanskelige samtalene med henne. Jeg prøvde å være den voksne, holde meg rasjonell. «Skal vi få tak i hjelp?» spurte jeg. Men jeg kom ingen vei.

På ungdomskolen sleit jeg veldig. Det hadde vokst fram ulike miljøer på skolen, og alt ble ubehagelig. Dårlig innflytelse på skolen og ikke godt å være hjemme. Til slutt kom det til et punkt hvor jeg følte at *nå klarer jeg ikke mer*. Femten år gammel dro jeg til Spania. Der ble jeg i to år. Jeg fikk meg kjæreste, og gjorde ferdig ungdomsskolen og første året på videregående. Allerede fra fjortenårsalderen hadde jeg søkt etter norske skoler i utlandet. Jeg ville vekk, ut. Siden har jeg reist mye. Jeg tror det var det jeg lengtet etter som ungdom: å åpne synet, åpne verdensbildet. Det ble så trangt hjemme. *Dette er ikke sånn jeg vil ha det*, skjønnte jeg. På skolen og sammen med vennene mine tenkte jeg det samme. Hele ungdomsskolen var læring i negasjon. Jeg bygde opp mye friksjon: *Dette vil jeg ikke, jeg må finne noe annet*. Så dro jeg ut, på søken. Jeg visste hva jeg *ikke* ville, men hva slags liv ønsket jeg meg?

Barnevernet fortalte meg ofte at mammas sykdom var arvelig. Statistikken var negativ, sa de. To av tre barn blir enten syke,

SOM LITEN SYNTES JEG DET VAR TRIST AT ALLE VAR SÅ SINTE OG SKARPE MOT HVERANDRE.

eller sammen med en alkoholiker selv. «Ikke pokker,» tenkte jeg. «Jeg skal klare meg.» Men jeg måtte ut, jeg måtte finne et annet liv. Redningen i ungdomsårene var å skrive. Jeg skrev mye, og i skrivingen reflekterte jeg over livet. Jeg observerte familier, måter å snakke sammen på, ulike kulturen. På den måten prøvde jeg å skape en identitet. Den prosessen som varte i ganske mange år.

17 år gammel kom jeg tilbake til Norge, for å ta ferdig andre og tredje klasse på videregående. Da bodde jeg for meg selv. Snart ble det klart at jeg hadde havnet i sprekken mellom Barnevernet og NAV. «Du må gå til NAV,» sa Barnevernet da jeg spurte om hjelp til å betale husleia. «Nei, du må gå til Barnevernet,» sa NAV. I begge instanser falt jeg utenfor regelverket. Det fantes en glipe, og i den var jeg. Men, sa de, hvis jeg droppet ut av skolen, så skulle jeg få økonomisk støtte. «Uaktuelt,» svarte jeg. «Jeg har ikke tenkt å gi opp livet mitt for å få hjelp.» I stedet skaffet jeg meg tre jobber. Jeg jobbet på bensinstasjon, i en bokhandel og i kantina på skolen. Overalt hvor jeg kunne jobbe, jobbet jeg, for å klare å betale for husleie, hvitevarer, mat, strøm, telefonregning, bussbilletter. Det var to beinharde år. Jeg bet tennene sammen, tvang meg selv opp om morgenen, og jeg klarte det! Jeg fullførte videregående, på ren viljekraft og med minus i energi. Stå-på-viljen drev meg.

Den eneste hjelpen jeg fikk i løpet av videregående, var fra Utekontakten, et kommunalt lavterskeltilbud som ligger inn under barnevernet. Det er det alltid åpen dør. Barnevernet var bare kaos. På et tidspunkt meldte jeg mamma og stefaren min til barnevernet, for jeg hadde en lillebror som fortsatt bodde hjemme. Da var jeg 17 år. Problemene hadde eskalert, med vold og enda tyngre alkoholmisbruk. Mamma var mer deprimert enn noensinne. Jeg så ingen annen løsning. Dessverre tror jeg det skadet mer enn det hjalp, for vi fikk

egentlig ikke ordentlig hjelp. Barnevernet ga liten støtte. Likevel vet jeg ikke om jeg angrer. Lillebroren min sier at det var bra. Alkoholen stoppet, på grunn av urinprøver. Men det var ingen oppfølging. Og selv om alkoholen forsvant, gikk mamma fortsatt på sterke medisiner. Å være bipolar er en sykdom, og sykdommen var årsak til alkoholproblemene. De fjernet kanskje alkoholen, men hun var fortsatt syk. Særlig lillebroren min hadde trengt oppfølging.

Nå ble alt ble vanskelig. Det tok mange år før vi kunne begynne å snakke ordentlig sammen igjen, i familien. For mamma var det sårt at jeg hadde meldt ifra til barnevernet, selv om vi hadde hatt flere samtaler på forhånd hvor vi ble enige om at *nå trengte vi som familie hjelp. Dette var en god idé å gjøre.* Men det var på en god dag. Da det kom til stykket, oppfattet hun det som et svik. Fortsatt bærer jeg med meg blandede følelser rundt det der. Dårlig samvittighet. Barnevernet hadde sagt til meg: «Nå må du legge fra deg ansvaret, du er også et barn i denne familien. Nå må du gi det over til oss, så tar vi det herifra.» Og så gjorde de ikke det. Jeg opplevde det som et tillitsbrudd.

Lillebroren min er åtte år yngre enn meg. Han har vært gullungen min hele tiden. Jeg har hatt ham mye, også mens jeg gikk på videregående. Da leide jeg en leilighet rett ved skolen hans, sånn at han kunne gå hjem til meg om ettermiddagen. Med en gang jeg fylte 18 år, tok jeg lappen, så jeg kunne kjøre og hente ham hvis noe skjedde. Fortsatt er han mye på besøk hos meg. I perioder har jeg hatt ham fast en helg i måneden. Nå er han femten år, midt i tenårene, og ganske lik meg, følelsesmessig. Også han ble voksen for tidlig. Jeg har tro på at han skal komme seg igjennom det. Men det er ikke riktig at han skal bære ansvaret for sitt eget liv! En femtenåring bør ikke bære det alene! Jeg prøver å veilede ham. «Dessverre er

situasjonen sånn. Du blir nødt til å ta ansvar. Det hjelper ikke å oppføre seg ansvarsløst, eller bli et offer for omstendighetene.» Jeg har vært veldig streng. Det nytter ikke å lene seg på en vanskelig barndom, si «det er naturlig at det går dårlig for meg». Når system ikke fungerer, må man gjøre det for seg selv. Alt kommer an på hvordan man forholder seg til situasjonen man er i, valgene man tar. Du velger ikke oppveksten din, men du velger hvordan du forholder deg til det.

Jeg tok det valget da jeg reiste hjemmefra som femtenåring. Jeg skjønnte at hvis jeg blir, kommer jeg ikke til å klare det. *Det er så emosjonelt tøft å være her. Det er så destruktivt rundt meg at jeg blir nødt til å tre ut av omgivelsene mine for å bli en bedre utgave av meg selv. For å bli den jeg vil være.* Fra tidlig barndom hadde jeg brukt et mind-set som overlevelsestaktikk. «Dette kan komme til nytte,» terpet jeg. «Disse erfaringene er gull verdt. Jeg velger å forholde meg til dette som en utviklingsvei.» I stedet for å gå inn i det triste valgte jeg å se på alt som læring. Jeg forsto at jeg måtte det.

Etter å ha gjort ferdig videregående, jobbet jeg masse. Det tok ikke lang tid før jeg innså at dette gikk ikke. Barnevernssaken hadde gjort familielivet kaotisk. Så jeg reiste ut igjen. I flere år har jeg reist, og vært i flere forskjellige kulturer. Mye i Asia, blant annet, og seks måneder i Mellom-Amerika, før jeg tok kulturpsykologi på Bali. Overalt var jeg nysgjerrig på hvordan folk forholdt seg til livet, på ulike måter. *Hvordan snakker de til hverandre her? Hvordan oppfører deg seg? Hvordan ser de på livet?* Jeg samlet nøkler, plukker opp litt her og litt der. Hver gang jeg bodde hos en familie, observerte jeg. Hvordan ER de i familien? Igjen og igjen har jeg blitt overrasket over hvor begrensende trossystem jeg har rundt det å være i en familie. Og det å bli voksen, aller mest.

Underveis har det vært mange åpenbaringer. Jeg har avslørt at alt er mulig. Og det er vel det jeg har vært på jakt etter: å finne ut hva som er mulig for meg, i livet mitt. Nabofesten da jeg var tolv, startet utforskningen, det var første gang jeg tenkte: «Wow. Hva annet går an?» Jeg ville åpne så mange dører som mulig, og endte opp med å innse at alt går an. Neste skritt var å spørre meg selv: «Men hva vil jeg?» Og så har jeg sanket og samlet. Jeg føler at identitetsutvikling har vært en jobb, hvor jeg har formgitt meg selv. Gitt meg selv form. Det er den store gaven som fulgte med barndommen min: Fordi jeg ble presset til å ta en reise, har jeg blitt den jeg er i dag. Nå er jeg i ferd med å ta en bachelor i filosofi ved Universitetet i Oslo. Jeg tror behovet for å kartlegge, og åpne opp, gjenspeiles i studievalget mitt: Filosofi er på en måte overordnet alle andre fag, det er paraplyen over universitetet. Selv inntar jeg fort et metaperspektiv på livet.

Da jeg reiste ut etter videregående, dro jeg først til Thailand, hvor jeg jobbet for et norsk firma. Da havnet jeg i fengsel, uskyldig fengslet i en korrumpert sak, som varte i to måneder. Vi var seks skandinaviske kolleger. Mediene kalte det «Kongo 2», for det skjedde i 2011. Først satt vi i et fellesfengsel, deretter ble jeg flyttet til et kvinnefengsel, for jeg var den eneste jenta. Igjen ble observatørrollen en overlevelsestaktikk. Å observere, og tenke: «Ok, nå er jeg heldig. Jeg har havnet i et av de verste fengslene i verden, nå kan jeg virkelig lære. Hva er det som skjer med mennesker når de lever i så dårlige forhold?» Vi var 75 stykker på én celle, overalt var det skittent, fullt av sykdommer, folk døde. Forholdene var ekstreme. Å være vitne til hvor dyriske mennesker blir i en sånn situasjon, påvirket nok valget mitt om å studere filosofi. Jeg ville forstå; hva er det som skjer med bevisstheten i en sånn situasjon? Jeg observerte meg selv, hvordan alle overlevelsesinstinkter trådte i kraft, men jeg observerte også menneskene som hadde vært fengslet

lenge. Igjen skrev jeg. Jeg skrev og skrev og skrev og skrev, og observerte. Skrivingen har hjulpet meg til å kanalisere ut følelser, og til å holde et perspektiv. Både i Thailand og gjennom oppveksten kunne jeg tre inn i observatørrollen, og se alt utenifra. Jeg inntok en reflekterende posisjon. Vel så viktig som det å få ut følelser var holdningen som fulgte med skriving.

I Thailand lo jeg litt av meg selv. Jeg kjente statistikkene om barnevernsbarn og pårørende barn, hvordan det ofte går skikkelig på trynet. Jeg hadde satt meg fore å motbevise statistikkene, og så endte jeg opp i et av verdens verste fengsler. Å spasere ut var sterkt. Tårevått. Det var også et slags vendepunkt, hvor jeg tenkte: «Nå finnes det i alle fall INGEN begrensninger. Jeg skal studere akkurat hva jeg vil.» Mange sier: «Hva skal du med filosofi? Så teit!» Alle sårne begrensninger forsvant. «Hvis jeg kommer levende ut av dette fengselet, skal ingenting stoppe meg», tenkte jeg. «Da skal jeg skape det livet som er best for meg, uten å måle meg mot andres standarder.» En hard lekse, men jeg lærte hva som er viktig i livet: Hvis du først har frihet, bruk den.

Når jeg ser hvor jeg har kommet, er jeg glad for oppveksten min. Samtidig er det viktig å understreke at man ikke automatisk går styrket gjennom sårne opplevelser. Det skapes mange sår som ikke blir ressurser av seg selv. Sårne må transformeres, og det er en krevende prosess. Jeg savnet noen verktøy i oppveksten. Ja, jeg skrev, men jeg har funnet ut av alt på egen hånd. Jeg har dratt rundt, studert verden, men jeg kunne ønske at enten barnevernet eller kanskje skolen kunne gi meg noen ressurser. Hvordan skal man vite hva som er normalt når man er vokst opp i et hjem som mitt? Hva som er mulig? På skolen lærer vi ingenting om å mestre livet. Det finnes en hel indre verden som vi aldri lærer å sette ord på.

Spesielt utsatte barn, men også alle andre. Jeg har et veldig positivt menneskesyn, jeg tror mennesket har enormt med potensial. Vi har masse ressurser som kan vekkes og utvikles, men vi oppdager det ikke fordi vi ikke må. Først når man kommer i en krisetilstand, eller har en oppvekst som meg, blir man presset til å gjøre den opprydningen, eller utforskningen.

17. april var jeg i Utdanningsdirektoratet, og holdt en times innlegg hvor jeg snakket om formålsparagrafen, og å innføre «selvutvikling» eller «livskunnskap» i skolen. Jeg ser for meg et fag som lærer barn hva et sunt og godt liv innebærer, som lærer dem om friskhetsfaktorer, sosial intelligens, emosjonell intelligens. Ikke bare den vanlige IQ-en, men mer av de menneskelige tingene. Det ble veldig godt mottatt. Selv hadde jeg selvutvikling som fag på folkehøgskolen. Da jeg kom hjem fra Thailand, gikk jeg ett år på folkehøgskole, med yoga som fag. Læreren hadde utdanning fra Iliana-akademiet. «Det skal jeg også ta», tenkte jeg, og tok først en utdanning i selvutvikling, og så treårig lifecoach-utdanning. I dag driver jeg et foretak ved siden av filosofistudiene. Jeg har noen klienter, holder foredrag og ønsker å holde kurs. Da har jeg tenkt på den gruppen jeg var i, som lillebroren min er i nå. De unge som trenger noen verktøy. Gjennom foretaket mitt vil jeg utvikle et kurskonsept for tenåringer, gi dem noen konkrete øvelser i å håndtere ulike følelser. Jeg har masse verktøy på lager.

Søken etter et bedre liv har vært den røde tråden gjennom livet mitt. Den indre guidningen har jeg gjort gjennom å skrive, for meg selv. Men skriving passer ikke for alle. Da kan andre kreative prosesser fungere. Eller sport. I sport får du utløp for følelser, men det er samtidig en ubevisst prosess. Jeg tenker at det er viktig å bevisstgjøre ungdom, gi dem noen *ord* i overgangen til voksenlivet, gjerne i regi av Barnevernet. *Hvordan skape sitt eget liv?* Jeg tror på å kartlegge indre sår,

sånn at sårene kan helbredes, og forvandle seg. Ellers blir det kaos inni deg. Om man ikke får lukket opp lokket, sluppet ut det som er inni og gransket det, får man spøkelser i kjelleren. Da går man kanskje ut i rus – fordi det er så enormt indre press. Jeg tror det er årsaken. Indre press.

Moren min er nok stolt av meg, når hun har kapasitet til å være det. Ofte tenker jeg: «Hva ville min friske mamma sagt, eller gjort?» For det kommer fortsatt irrasjonelle ting fra henne. Jeg er ikke sint eller bitter, men jeg kan bli lei meg for at hun fortsatt er syk, og at hun fremdeles ikke får den hjelpen hun trenger. Jeg er lei meg på hennes vegne, og på lillebrors vegne. Jeg skulle ønske at vi som familie fikk mer oppfølging. I forhold til lillebroren min er det kanskje naturlig at jeg blir en slags coach, men jeg må være det for mamma og. «Nå skal vi snakke sammen», sier jeg. «Nå må vi prøve å ikke gå inn i emosjoner. Husk ikke voldelig-kommunikasjon.» Alt dette prøver jeg å innføre på hjemmebane, men jeg skulle vel ønske at det var en tredje part som gjorde det.

Jeg er ikke redd for å starte egen familie, snarere tvert imot. Jeg har en samboer som er veldig god og trygg. I tillegg har jeg alltid hatt i meg en søken etter nærhet.

VANSKELIG SKOLEGANG **NÅR SKOLEHVERDAGEN NESTEN TAR LIVET AV DEG**

Fortalt av Sondre (22)

I sjuende klasse hadde jeg to selvmordsforsøk. Første gangen kom mamma hjem og fant meg på kjøkkenet, med en kniv. Den andre gangen lyktes jeg nesten. Da festet jeg sykkellåsen

over senga, og hang meg etter den.

Mobbingen startet vel på barneskolen, i andre klasse. I første klasse kan jeg ikke si at jeg husker mobbing. Jeg var så liten, da skjer alt så fort. Jeg oppfattet det mer som erting. Opp gjennom åra eskalerte det, og i fjerde klasse tok det helt av. Da ble det fysisk. Alle guttene på trinnet deltok, bortsett fra tre venner i klassen. Jeg fikk noen kommentarer fra jenter av og til, men det var svært lite. Guttene ledet an, og det var alltid flere mot én. Det verste var å gå hjem fra skolen, for da var det ingen voksne som fulgte med. Mobberne hadde frie tøyler til å gjøre hva de ville. Til slutt, etter som jeg ble kjent i nærområdet, fant jeg ut at hvis jeg gikk langs Kyststien, fikk jeg gå i fred. Men jeg ville ikke. Enda så liten jeg var, skjønte jeg at dersom jeg gikk Kyststien alene, ville jeg bli tatt for å være einstøing. Da ville jeg miste de vennene jeg hadde.

Folk sier: «Hvis noen plager deg, må du bare gå vekk. Da gir de seg.» Den teorien stemmer ikke. Mobberne fulgte etter meg helt fram til døra. Noen av dem kastet stein. Jeg løp for livet. En gang løp jeg rett inn i garasjen når jeg kom hjem, og hentet hockeykølla mi. Den kunne jeg bruke som forsvarsvåpen.

Lærerne så ingenting, eller så lukket de øynene. Mamma var assistent på skolen, hun passet på en av jentene i klassen min. Det var mamma som merket hva som var i ferd med å skje. Hun prøvde å si i fra til skolen, men de tok henne ikke på alvor. Ikke før selvmordsforsøket. Mamma var i gang med å skrive brev til Fylkesmannen da rektor kom på banen. Tilfeldigvis hadde jeg en fantastisk lærer det skoleåret, Ragnhild. Hadde det ikke vært for henne, hadde jeg aldri kommet tilbake til skolen. Hun brukte dager ute sammen med meg, vi gikk turer og snakket.

Ved påsketider begynte jeg å se fram til å begynne på ungdomsskolen. Da blandes alle trinnene, også med nye elever fra andre skoler. Starten på ungdomsskolen var god, for jeg fikk greie lærere. Dessverre klarte de ikke å følge med på den skjulte mobbinga som oppsto. Det kunne være bøtter med vann over døra når jeg satt på do. Mobberne sparte på gamle melkekartonger som de la i skapet mitt, eller så kastet de gammel melk over bøkene mine, klærne, skoene. En gang lurte mamma følt på hvorfor klærne mine var så skitne. Jeg sa det var fra gymmen. Sannheten var at fem gutter hadde tatt meg med til en sølepytt, og rundjult meg. Etter det begynte jeg å ha med meg kniv. Det var den eneste måten jeg kunne holde dem unna på, og hindre dem i å ta meg fysisk.

Hvorfor akkurat meg? Hovedgrunnen var nok at jeg ble så sinna. Det gøyeste de visste var å tirre meg til jeg løp etter dem. Derfor var det alltid jeg som fikk tegnestift på stolen. Det var meg de dultet borti. Jeg ble så til de grader rasende. På ungdomsskolen raserte jeg rektors kontor da jeg ble beskyldt for noe som ikke var min feil. Jeg tok tak i pulter og stoler, kastet dem rundt, og ødela gangen til lærerværelset. Når jeg blir sinna, er det som om det går ned en rullegardin. Alt svartner, og jeg må forsvare meg. På grunn av ADHD, skulle det vise det seg. Det fikk jeg ikke vite før jeg var 17 år.

Da jeg gikk i sjette klasse, fant de ut at jeg har dysleksi. Det gjorde ikke saken noe bedre, for da kunne mobberne ta meg på det og. Jeg mener norsk skole må bli mer praktisk. På ungdomsskolen fikk jeg ikke med meg en dritt av undervisningen – bortsett fra i Engelsk fordypning. Læreren min der, hadde også dysleksi og ADHD. Han lot oss se på engelske filmer uten tekst. Det lærte jeg mye av. En annen engelsklærer tok med klassen ut, og pekte på forskjellige ting. «Hva er det?» Og så måtte vi svare på engelsk. Det hjalp, for jeg

er praktisk anlagt. Jeg lærer av å gjøre, eller ta på, eller drive med – ikke av å sitte i en bok og skrive. Jeg tror det gjelder for mange barn som blir mobbet. Når du hele tiden føler at du ikke får til noe, synker selvtilliten. Du depper, og folk begynner å kommentere. Om man i utgangspunktet er positiv til skolen, om man har selvtillit, klarer man å ta imot en kommentar i ny og ne. Når selvtilliten er som min, langt under gulvet, knekker det fort.

En ting som hjalp meg gjennom skoleårene, var friluftsliv. Etter at jeg så Lars Monsen på NRK, fikk jeg superdilla. I sjuende klasse fant jeg en måte å koble av på i naturen. Der vi bodde før, var det et stort skogområde bak huset hvor jeg bygde lavvo og gapahuk. Mamma og pappa ga meg lov til å dra og sove der, midt i uka, hvis jeg trengte å komme meg vekk. Innimellom ville jeg bare bort. Det hjalp ikke å sitte hjemme sammen med mamma og pappa, selv om det var trygt og greit. Jeg trengte å koble helt ut. Problemet når du har ADHD, er at det aldri er stille inni hodet. Klarer du å koble over på noe annet, blir det stille. Du får slappe av. Jeg dro opp i skogen i helgene, alene eller sammen med lillebroren min. Vi lagde lavvo med presenning og granbar, og sov ved siden av bålet om natta. Sånn skapte jeg meg min egen verden. Ingen fikk vite om det stedet, jeg fortalte det ikke til noen. Det var mitt sted.

Juleballet i åttende klasse var siste gangen jeg var på ungdomsskolen. Jeg var drittlei skolen, men et par kamerater, og noen av jentene i klassen, ville at jeg skulle bli med på ballet. Så jeg gikk. Etter to–tre timer måtte jeg på do. Jeg gikk alene, som gutter gjør. Da jeg skulle vaske hendene, sto det ti gutter og ventet på meg. Jeg hadde ikke gjort en dritt, men de hadde bestemt seg for å ta meg. En av dem dyttet til meg. Jeg dro til det jeg kunne i magen på ham. Da var det gjort. En etter en banket de løs på meg. Jeg havnet på bakken. Mens de sparket

SÅNN SKAPTE JEG MIN EGEN
VERDEN. INGEN FIKK VITE OM
DET STEDET, JEG FORTALTE DET
IKKE TIL NOEN.





meg, ropte de ting som «drittunge», «misfostra», «ADHD»! Den kvelden sa jeg til mamma og pappa at «Nå gidder jeg ikke mer.» BUP kom inn i bildet, og jeg ble sykemeldt. Ganske snart ble jeg innlagt.

Et halvt år var jeg sykemeldt. Nå tok endelig pappa tak. Jeg fikk være med ham på jobben, på Toyota. Der startet jeg med det jeg driver med nå, biler. Jeg vasket biler, tørket støv, arkiverte, og var på verksted og skrudde med gutta. Å være i et arbeidsmiljø var drittgøy. Endelig kunne jeg gjøre noe, i stedet for å bare sitte og høre på. På skolen gikk jeg rundt i komatilstand, nå fikk jeg lyst til å stå opp om morgenen. Jeg jobbet på Toyota en måneds tid, og i mellomtiden hadde BUP satt sammen et opplegg for meg. De koblet meg sammen med en tredreier i Lier, og jeg jobbet for ham resten av åttende klasse. Tre dager i uka tok jeg bussen ut til ham. På bussen traff jeg drittungene fra skolen. Heldigvis hadde tredreieren verdens snilleste labrador, Kiero. Han var den første jeg møtte da jeg kom på jobb. Det hjalp å prate med Kiero.

Det eneste skolen har hjulpet meg med, er å få meg ut av skolen. Bortsett fra det ble jeg sviktet. I klassesituasjoner har ingenting funket. De voksne så ikke, eller valgte å se vekk. De følte vel kanskje at de ikke klarte å gjøre noe? Det ble mamma og jeg som måtte løse problemene, vi to.

I 9. klasse skulle jeg over på en alternativ ungdomsskole. Da hadde jeg vært ute av skolesystemet et halvt år. Å komme tilbake var rart, men jeg tenkte: «Nye folk. De vet ikke om bakgrunnen min.» Og så begynte det igjen, samme greia, med nye mobbere. De utnyttet ADHD-en min til de grader. Grunnen til at jeg orket å gjennomføre, var at det var en sjøskole. Så fort jeg kommer ned til havet, blir det stille i hodet mitt. Ingenting å bekymre seg for, jeg kan slappe av. Dessuten

ble mobbing slått ned på med en gang. Vi var bare 10 elever på hele skolen, og 5 lærere. Mange av de andre hadde samme problemer som meg: skolevansker og ADHD. På sjøskolen var det lite teori, men mye praktisk – med teori innbakt i praksisen.

10. klasse var det desidert beste året mitt på ungdomsskolen. Jeg hadde aldri hatt det så bra. Jeg møtte opp en time før undervisning, for jeg digga skolen. Deretter begynte jeg på en alternativ videregående skole, på TIY – tilrettelagt yrkesfag. Ett og et halvt år gikk alt greit, jeg rullerte mellom å være på snekkerverksted og bilverksted. Så ble jeg lei. Da fikk jeg utplassering på Motorforum hvor pappa jobbet, og var der mandag, tirsdag, onsdag, torsdag. Hver morgen sto jeg på bussholdeplassen klokka halv sju, klar til å jobbe. Fredag var skoledag, men nå hadde jeg begynt på medisiner. Det må jeg også fortelle om: Før jeg prøvde medisiner, tenkte jeg: «Pøh, dette funker ikke.» Legene sa at *jo da*, mest sannsynlig ville jeg få større konsentrasjonsevne og mindre temperament. Jeg blåste av dem. «De kjenner ikke meg.» Jeg startet uken på lav dose. Da fredagen kom, økte jeg til 60 mg Ritalin. Noe var annerledes i kroppen. Første time startet, jeg satte meg ned, og jeg ble sittende! En hel mattetime! Uten å reise meg, uten å dille med telefonen, uten å surfe på pc. Jeg fokuserte, og ble irritert på de som ikke fulgte med. Etterpå kom læreren løpende etter meg: «Hva har du spist i dag?» «Nei, vet ikke. Jeg har tatt tablettene min.» Det funket!

Jeg skulle ønske jeg hadde fått medisiner mye tidligere, kanskje allerede i andre klasse. Da hadde alt vært bedre. Likevel har jeg valgt å slutte med Ritalin. Det er hardt på magen, og kan forstyrre søvnrytmen. Men det ga meg en boost; jeg fikk ryddet opp i kroppen, og klarte å stabilisere ting inni hodet fordi jeg ble rolig. I dag trenger jeg ikke Ritalin, for jeg elsker

jeg det jeg driver med. Enten jeg mekker bil eller er på kurs, har jeg ingen problemer med å konsentrere meg. Med tiden har jeg også lært å beherske sinnet. Jeg har funnet metoder for å roe ned, som å ta meg en runde.

Jeg synes lærere gir opp for lett når de ikke har kunnskaper. Derfor er det viktig at de lærer mer om ADHD, og om å hankses med barn som blir rasende. Det hjelper ikke å si «Ro deg ned!» til en person som har ADHD. Det er som så hive ved på bålet. I stedet må du fysisk gå bort til personen, si: «Kom nå», og lede vedkommende ut av situasjonen. Du kan ta de fineste utdanningene, du kan være psykolog eller lærer, det har ingen betydning når det kommer til en med ADHD eller særskilte skoleutfordringer. For ingen er like, eller reagerer på samme måte. Du må forske deg fram til hva den enkelte trenger, bruke tid på å bli kjent med personen. Ikke pøs på med løsninger du tror virker.

Det største problemet er at folk ikke tør å gjøre noe. *Typisk nordmann? En som ser et problem, og så løper i motsatt retning, livredd for å gjøre noe feil.* Mobbing er ikke lett å hankses med, men det blir ikke bedre om ingen gjør noe. Jeg bryter alltid inn om jeg oppdager at barn blir plaget, selv om jeg ikke kjenner dem. Får jeg en på trynet, da har jeg i alle fall avbrutt noe. Jeg må få problemet unna, for jeg blir så irritert av å se på det. Det er som å se meg selv.

Mens jeg gikk på videregående, tok jeg samme buss som mobberne fra barne- og ungdomsskolen. Hver dag hadde jeg på meg arbeidsbukse, med kniv i lomma og hammer på den ene sida av beltet. Ofte satt jeg bakerst. Mobberne kommenterte, slang dritt, dulta meg i skulderen. «Det er bare teit,» tenkte jeg. «Ro deg ned, Sondre. Det blir ikke bedre av å reagere.» En dag kommer en av dem bort og kliner til meg i ansiktet.

Rullegardinen går ned. Jeg reiser meg opp, hiver meg over ham og kaster ham ned på gulvet. Så tar jeg fram kniven, og presser den mot halsen hans. «Det var siste gang du gjorde det der. Nærmer du deg meg igjen, tar jeg livet av deg.» Vennene var klare til å hoppe på meg. «Ett skritt nærmere, så dør han,» sa jeg. Siden har de ikke turt å gjøre noe. Og det blir så feil! At man skal måtte true folk på livet for å få dem til å slutte! Men jeg var desperat, for jeg orket ikke mer. Jeg ville bare at det skulle slutte.

Fortsatt hender det at de slenger kallenavn etter meg, navn de fant på da vi gikk på barneskolen. Jeg blir helt matt. Men jeg har ikke lyst til å tilgi. Hvis det kommer noen og sier unnskyld, vil jeg svare: «Det er for seint. Ikke kom og sutre til meg nå. Jeg har ingen respekt for deg, jeg har ikke en gang lyst til å prate med deg. Hvorfor skal jeg gi deg den tilgivelsen du trenger for å føle deg bedre? Du har ødelagt store deler av livet mitt.» Bortsett fra noen sommeruker har jeg ingen gode minner fra barndommen. Hvis noen på fest begynner å prate om skolen, har jeg ingenting å bidra med, ingenting å tilføye. Men jeg er ikke bitter, eller sint på de som mobbet. Det er de som har tapt. Pappa sa noe til meg på barneskolen, som jeg har dratt med meg videre: «Det er de som har et problem, Sondre. Det er ikke du.» Det er ikke sikkert de har det bra hjemme, og så tok de det ut på meg. Men jeg har jobbet så hardt for å komme dit jeg er nå. Det har ikke vært lett. Ingen kunne hjelpe meg å finne veien, jeg har jobbet grisehardt. Hele oppveksten gikk med til å finne ut hva jeg måtte gjøre.

To år etter at jeg var ferdig med videregående, tok jeg kompetansebevis. Jeg besto med glans. I august flyttet jeg til en annen by, hvor jeg jobber som bilmekaniker. Jeg stortrives, faktisk har jeg aldri hatt det så bra. I fjor vår tok jeg meg fri fra jobben en dag for å være til stede på en samling i regi av

kommunen og Voksne for Barn, sammen med en gjeng kjempeflotte ungdommer. De ville ha innspill fra oss på hva som skal til for å ha det bra på skolen. Jeg åpnet meg, jeg fortalte alt og hørte på det de andre fortalte. Et par ganger sleit jeg med å holde igjen gråten. Folk har hatt det verre enn meg på skoler rundt omkring. Det var vondt å ta innover seg. Mens jeg satt der, ble jeg mer og mer engasjert. Når skoler sier: «Vi følger Mobbeplanen til punkt og prikke» – gjør de virkelig det? Det skjer jo ikke noe! Rett før jeg dro fra møtet, sa jeg, så alle hørte det: «Nå har vi brukt tid på å åpne oss. Vi har sagt ting vi aldri tidligere har fortalt, til vilt fremmede damer, fordi dere sier dere vil skape endring. Hvis det nå ikke skjer noe, har dere misbrukt oss, tida vår og tilliten vår. Om ikke dere bruker dette til noe positivt, har dere sveket. Igjen.» Og så gikk jeg.

PSYKISK SYK I UNGDOMSTIDEN **EN LENGRE VEI TIL VOKSENLIVET**

Fortalt av Nina Emilie (24)

Folk spør: «Hvis du hadde hatt en knapp du kunne trykke på for å bli frisk, ville du gjort det?» Mange med bipolar lidelse svarer: «Aldri i verden!» Jeg ville trykket på den knappen for lenge siden. «Men du har jo så mange flere erfaringer,» sier de da. Spiller ingen rolle. Vennene mine har hatt muligheten til å studere, reise, jobbe og gjøre alle «voksentingene» for å komme inn i «voksenverdenen». Det har ikke jeg. Jeg har også blitt voksen, men jeg har gått en annen vei. En mye lengre vei. Jeg tror jeg tør påstå at jeg kan mer om livet, og om motgang. Likevel: helst ikke. Jeg ville mye heller studert og levd et «lett liv», med fest og fyll og fadderuker.

Bipolar lidelse er arvelig, enten direkte, eller ved at man er

sårbar for å utvikle det. Da spiller livsstil inn. Om kroppen og psyken utsettes for langvarig stress, eller om man opplever et traume, kan lidelsen trigges. For meg begynte det da jeg var rundt 9 år, og mamma og pappa skilte seg. Jeg tok det nok tyngre enn hva som er vanlig. Jeg husker at jeg ble lei meg, og jeg husker til dels (eller om det ble fortalt), at jeg hadde mye vondt i magen på skolen. Da ble jeg hentet av farmor eller pappa. Når jeg var hjemme, på et trygt fang, hadde jeg ikke vondt i magen lenger. Et sterkt angstsymptom, og det første tegnet på at det var noe med meg.

Jeg var mye lei meg på barneskolen, så pappa søkte meg inn på poliklinikken. BUP. De hjalp i noen år. Mens jeg gikk på ungdomsskolen, hadde jeg en psykolog som ikke fungerte. Likevel trivdes jeg egentlig godt på skolen i niende og tiende klasse, for det var så mye rart hjemme. «Rart» er kanskje å ta i, men da jeg var 11 år, fikk pappa seg en kjæreste. Hun kom tussende med to barn, og vi fungerte ikke noe særlig sammen. Etter hvert som jeg har blitt eldre, har vi har lært oss å kommunisere på en ordentlig måte. Vi har blitt voksne rundt det, hvis man kan si det sånn. Men på den tiden var det vanskelig. Jeg bodde annenhver uke hos mamma og pappa, og mamma fikk seg også nye kjæresten. Av ulike årsaker var ikke mamma så mye til stede, så det er pappa som har hatt det meste av ansvaret for meg. Det er han som har vært den stødige. Når jeg snakker om å bli bedre, er det på grunn av pappa og farmor og jevnaldrende pårørende.

I 10. klasse begynte jeg å skade meg selv. Da hadde jeg vært uten psykolog et års tid. Jeg fortalte om selvskadningen til venninnene mine, som svarte: «Vi vet at du har det vondt, Nina. Du kan ikke bruke oss lenger. Vi er slitne. Du må søke profesjonell hjelp.» Der og da ble jeg fullstendig knust, men det må ha vært det beste som kunne skje. Fordi de sa ifra, er vi

fortsatt verdens beste venner. Det var noe med å skille mellom rollene. Over lang tid hadde de visst at jeg var deppa. På den tiden var vi på msn, messenger chat. Når jeg satt hjemme på rommet mitt og skrev på en pc, var terskelen lav for hva jeg kunne si. Jeg brettet ut alt det vanskelige for venninnene mine. Jeg brukte dem opp. Det var veldig vondt å bli avvist, men jeg er evig takknemlig i dag. Om ikke de hadde sagt ifra, vet jeg ikke hvor jeg hadde endt opp. Jeg var på en så dårlig *flow* at jeg kunne ramlet helt av, både på ungdomsskolen og videregående. Havnet i feil miljø. Jeg vanket litt i feil miljø på fritiden.

Nå oppsøkte jeg hjelp. Først gikk jeg til helsesøster. *Tror jeg.* Det har vært så mange. I april i fjor nådde jeg behandler nummer 40. Da har jeg ikke telt med miljøarbeiderne jeg har truffet under innleggelser, med dem kommer jeg sikkert opp i 150 eller 170 stykker. 40 er antallet personer jeg har brettet ut livet mitt for, slik at de skulle kunne hjelpe meg. I dag er det fritt sykehusvalg, og man kan bytte over kommunegrensene. Den gang flyttet jeg flere ganger, og fikk ny behandler hver gang, som slukket branner. Hver gang jeg kom til en ny behandler, gikk det først noen timer på å fortelle livshistorien min, og så begynte vi å slukke brannene. Vi rakk aldri å bearbeide ting som hadde ligget lenge. I 2011 fikk jeg den psykologen jeg har i dag. Hovedpoenget i alt jeg forteller, er at da snudde livet mitt. Det var så viktig. Hun ble den ene. Endelig fikk jeg kontinuitet i behandlingen.

Jeg var 18 år da jeg ble innlagt første gang. Der var jeg i tre måneder. Da hadde jeg en fantastisk psykolog som var opptatt av at jeg skulle få en myk overgang til livet ute. Jeg hadde begynt på dramalinja på Steinerskolen, i en klasse på 25 stykker. Jeg vet ikke om det var på grunn av medelevene, eller at miljøet var så lite, men på Steinerskolen kunne jeg

være meg selv. Jeg kunne komme og se ut som et vrak etter innleggelsen. Jeg trengte ikke å passere mengder med elever, som man gjør på en offentlig skole. Flere ganger har jeg sagt det, og jeg mener det: hadde jeg ikke valgt Steinerskolen, ville jeg ikke fullført videregående. På Steinerskolen var de flinke til å følge meg opp og tilrettelegge skoleåret, og det motiverte meg til å fullføre.

Å bli innlagt første gang var skummelt. Når jeg googlet behandlingsstedet jeg var på, kom det opp en adresse og et lite bilde. Hva kunne jeg forvente bak de dørene? Jeg var veldig skeptisk, men samtidig brydde jeg meg ikke. Jeg var apatisk. Jeg tror de kunne fortalt meg at pappa var død, uten at jeg hadde reagert. Det er den dypeste depresjonen jeg noen gang har hatt. Så selv om jeg var redd, hadde jeg ikke hjertebank. Jeg var ikke bekymret. Jeg var dønn rolig, samtidig om jeg lurte veldig på hva dette her var. I ettertid husker jeg ingenting av den første måneden jeg var innlagt. Jeg vet bare at de tok godt vare på meg.

«Tilbakevendende depressiv lidelse» kalte de tilstanden min da jeg ble innlagt første gang. Jeg opplever at de er forsiktige med å sette diagnoser på folk under 18 år, eller unge generelt. Dersom jeg hadde hatt samme psykolog over flere år, la oss si fra tiende klasse, kunne jeg nok fint fått diagnosen tidligere. De hadde gjenkjent tegnene. Høsten 2009 ble jeg innlagt på psykiatrisk sykehjem, på åpen avdeling. Der ble jeg utredet. Psykologen skrev «uspesifisert bipolar lidelse», for hun turte å være sikker på diagnosen. På en måte er det en fin ting, at de ser det litt an. Sånn unngår de feildiagnose. Samtidig var det utilfredsstillende. *Hva skal jeg egentlig forholde meg til?* Likevel, det var en klarere pekepinn, så jeg sier jeg fikk diagnosen i 2009. I 2011 hadde jeg en ny utredning, med den nåværende psykologen min. Hun syntes det var greit å få

bekreftet hva det var, etter en ny innleggelse. Der var det en behandler som stilte cirka tre spørsmål fra et utredningshefte, og da epikrisen kom i posten, hadde jeg plutselig fått en borderline-diagnose, med en eller annen tvangslidelse. Basert på den halve siden han krysset av på. Det er ikke ok, det er ikke lov, du kan ikke gjøre sånt! Jeg ble kjempesur. For å fjernet de to diagnosene satte Camilla, min nåværende psykolog, i gang en ny utredning. Da ble det slått fast at jeg har bipolar lidelse.

Jeg har aldri vært innlagt med hypomane episoder. Både fordi de er så korte, og fordi de har få konsekvenser. Ofte merkes det ikke engang på meg, for «hypomane Nina» er veldig lik min tidligere personlighet; mye energi, skravling, mange ideer. Ingen reagerer dersom jeg sier at jeg har lyst til å sette opp en forestilling på Chat Noir. Jeg har en bekjent som lagde avokadoplantasje hjemme da hun var hypoman. I alle vasker, doer og dusjer plantet hun avokado. Hun stakk hull i paraplyer og brukte dem som vanningsanlegg. Det forteller jeg om i foredragene mine, for å demonstrere hva hypomani innebærer. Det mest ekstreme jeg har gjort, var kanskje da jeg skrev boka mi i løpet av to døgn. Uten søvn. Med en gang jeg var ferdig med boka, var det akkurat som om jeg snappet ut av det. En veldig rar følelse.

Jeg merker ikke en hypoman periode på forhånd, fordi de har vært såpass sjeldne. Depresjonen kjenner jeg bedre. Jeg har hatt så dype depresjoner at jeg har tenkt på å ta mitt eget liv. Jeg har vært apatisk, fysisk ute av stand til å reise meg fra senga. Folk forestiller seg at det går så brutalt for seg, at man sitter og gynger og slår hodet i veggen og roper og skriker. Jeg tror jeg er mer usynlig. Jeg ligger på rommet og vil helst ikke prate med noen. Tar ikke telefonen, åpner ikke macen, vil ingenting. Det går veldig stille og rolig for seg. Og det krever en enorm innsats fra omgivelsene. Jeg svarer ikke på spørsmål, aner ikke

hva som er riktig, har ikke lyst på mat. Det må være slitsomt å jobbe med en som ikke er samarbeidsvillig i det hele tatt. Hva skal du gjøre? De siste par innleggelser har jeg skjønnet at det faktisk går over, så jeg har egentlig bare satt meg ned og ventet. Derfor har jeg ikke selvmordstanker lenger. Jeg vet av erfaring at det går over. Selvmordstanker kommer når du ikke ser noen utvei.

Under den første innleggelsen begynte jeg på to forskjellige antidepressiver. I løpet av årene med stadig nye behandlere, som alle ville sette meg på noe nytt, endte jeg opp med seks forskjellige medisiner. I forhold til verstingene der ute er det ikke så mye, men tro meg, det holder. Jeg husker ingenting fra den tiden. Jeg aner ikke hvordan kroppen reagerte, for jeg husker ikke. Det eneste jeg vet, er at jeg var zombie-aktig. At jeg ikke fikk med meg ting, at jeg var inni mitt eget hode hele tiden. Innimellom husker jeg episoder – «det stemmer, vi så den filmen på kino» – men jeg har ikke peil på hvordan jeg var. Folk rundt meg kjente meg ikke igjen. Pappa syntes det var kjempefortvilende. Jeg hadde stor tillit til fagpersonene, og det hadde han også, derfor var det vanskelig å si fra hva vi mente. Fagpersonene skal liksom vite hva som er best. Å si imot er krevende, og jeg orket ikke kjempe for meg selv. «Ja vel», sa jeg. Når de spurte hvordan det gikk, svarte jeg: «Ikke så veldig bra.»

Da jeg begynte hos Camilla, ville hun sette meg på den tunge medisinen jeg bruker nå. «Ikke snakk om», sa jeg. «Nå skal jeg bestemme over mitt eget liv.» Camilla hjalp meg å trappe ned på alt annet. Det tok lang tid, men, som Camilla sa, det var en investering i livet mitt. Nedtrappingen skjedde under innleggelse, så jeg var ikke redd for depresjoner. For meg var det bare en befrielse, selv om abstinensene var ekle. Jeg var mye svimmel og kvalm. Man må veie for og imot. Jeg var klar for å slutte med alt. Da var jeg 21 år.

I overgangen til voksenlivet har Camilla vært *den ene* for meg. Jeg tror det har mye med kontinuitet å gjøre, men også med kjemi og med den tålmodigheten helsevesenet faktisk har vist meg. Det blir press på kapasitet når alle skal ha mulighet til å gå til psykolog. Da blir det om å gjøre å få folk forttest mulig ut igjen. Systemet er veldig «bruk og kast». «Du skal i 3 måneders-kø. Du skal i én ukes-kø». På en måte skjønner jeg at det må være sånn, men de får uansett bare retur på menneskene de kaster ut for tidlig. Derfor er det fantastisk at jeg har fått så mange år med Camilla.

Jeg har ikke tall på antall innleggelser. I 2008 og 2009 var det nok av dem. I 2011 var jeg innlagt over 50 prosent av året. Da var jeg veldig dårlig. Jeg hadde vært på folkehøgskole, klarte ikke å fullføre, var innlagt igjen. Da møtte jeg Camilla, ble utredet og sluttet på medisiner. I 2012 hadde jeg fire innleggelser, én på en måned, to på tre uker. Det er en enorm bedring. I 2013 og 2014 hadde jeg to innleggelser hvert år, over to uker. Nå er det nesten 9 måneder siden siste gang jeg var innlagt. Jeg *velger* å fokusere på de positive innleggelsene. Siden jeg endte opp med Camilla, kan jeg unne meg det. Jeg tar med meg de gode møtene, de gode samtalene, og kaster psykologene som ikke har fungert, reglene og alt det vonde. Alle har gjort sitt beste og samarbeidet så godt de har kunnet. Den innstillingen er et bevisst valg fra min side. Både fordi jeg har kommet så langt, og fordi det finnes nok av folk som snakker dritt om helsevesenet.

«Hvor lenge har du vært skadefri?» Mange kan svare på det spørsmålet. Jeg aner ikke. Camilla og jeg har fokusert mer på mestring, å komme seg ut i jobb, *hva er det neste som skal skje?* Da jeg traff henne i 2011, hadde jeg ligget mye på sofaen. I 2008 og 2009 var det beskleden jeg fikk: Dra hjem og bli frisk. Ingen blir frisk av å ligge på sofaen. Igjen tror jeg det handler

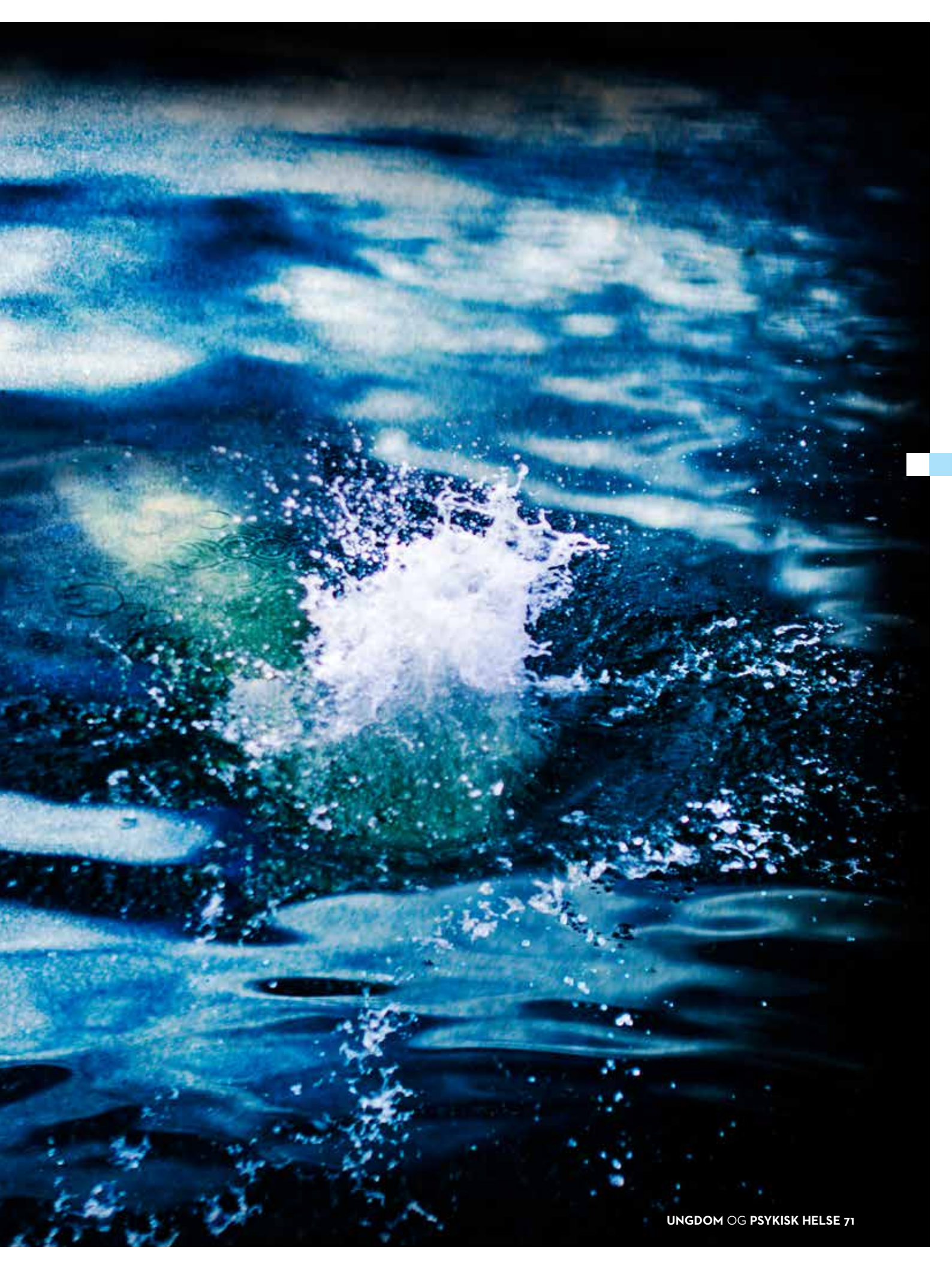
om kontinuitet. Det fantes ingen kontinuitet mellom innleggelsene. I noen tilfeller begrenset kommunikasjonen mellom behandlerne seg til en epikrise. Å ligge på sofaen er ikke givende. Først da jeg opplevde mestring, vi hadde en plan, et mål, jeg begynte så smått å jobbe, startet prosessen med å bli frisk.

Staten betaler meg for å bli frisk. Det er sånn ser jeg på støtten fra NAV. Og hvis noen skal gi meg lønn for å bli frisk, kan ikke jeg ligge på sofaen. Det kreves en innsats. Så lenge målet er å bli frisk, er jeg så heldig at jeg får betalt for å gjøre akkurat det jeg vil. Jeg har kunnet sette opp forestillinger, skrive bok, gjøre frivillig arbeid. Jeg prøver å fylle dagene, om så bare med trening. For å stille krav til meg selv har jeg vært opptatt av å fylle ut aktivitetsplanen nøye. På en måte er det min arbeidskontrakt. Jeg var litt uheldig med den forrige saksbehandleren i NAV. Hun ville uføretrygde meg, fordi jeg hadde hatt arbeidsavklaringspenger så lenge. Jeg skjønte argumentene, og vi var enige om at de skulle være midlertidig, men det er noe med å bli uføretrygda i en alder av 23 år. Det var ikke kjempestas. Helt tilfeldig kom en annen NAV-ansatt hjem fra mammaperm. Hun trengte noen klienter. «Du skal ikke uføretrygdes, du skal studere!» sa hun. «Du har en fremtid foran deg.» For en befrielse! Hun viste meg tillit. For ikke lenge siden sendte jeg henne en mail om et studiested som er litt dyrere enn de andre linjene. «Jeg stoler på dine valg», svarte hun. «Wow». tenkte jeg. Får jeg den tilliten? Jeg tror det har med samarbeidsvilje å gjøre. Går du inn på NAV med en innstilling om at jeg skal ha det som jeg vil, vil du møte motstand.

I mange år har jeg måttet akseptere at vennene mine får lov å studere, og ikke jeg. Får lov av psyken. Jeg har måttet akseptere at jeg ikke er som alle andre. Jeg kan ikke studere, jeg kan ikke jobbe hundre prosent. Jeg kan ikke reise jorda rundt, selv om



FOLK FORESTILLER SEG AT DET
GÅR SÅ BRUTALT FOR SEG, AT MAN
SITTER OG GYNGER OG SLÅR
HODET I VEGGEN OG ROPER OG
SKRIKER.



jeg har lyst. Plutselig må jeg omstille hjernen mot at jeg faktisk kan være litt som alle andre. Jeg kan studere. Men. Selv om det i utgangspunktet ikke er langt til Oslo med kollektivtrafikk, er det langt for meg. Og hva om jeg blir syk? Det stilles store krav i et studium. Dessuten vet jeg ikke om jeg vil oppgi karrieren jeg er i ferd med å bygge opp. Nå jobber jeg med å holde foredrag på et psykiatrisk sykehus. Jeg føler at jeg har mye å bidra med. Så det er både og. Uansett er det et friskhetstegn å få tillit fra NAV. Det betyr at noen tror på meg.

Fokuset på mestring, det å komme seg ut i jobb og bli friskere, gjorde at selvskadingen forsvant. Sakte, men sikkert. Det hører ikke til i mitt friske liv. Eneste gangene Camilla og jeg pratet om selvskading, var før jeg ble innlagt. I perioder har jeg ønsket innleggelse. Andre ganger har det vært frivillig tvang. *Om ikke du gjør det frivillig, må vi tvangsinnlegge deg.* To ganger har jeg blitt tvangsinnlagt. Jeg har ikke merket den store forskjellen, jeg er bare evig takknemlig for hjelpen jeg har fått til å komme over kneika. Mange går med dype depresjoner i årevis, uten å få riktig hjelp. Da er det vanskelig å komme ut av det. Jeg har lært å forstå mønstrene. Under innleggelsene er det *det* vi har brukt mest tid på: *Hvorfor er du deprimert? Hva trenger du? Hvordan kan du komme deg ut av det?* Sånn jeg lært meg hva jeg kan klare. *Når er jeg egentlig så syk at jeg må ta hensyn? Hvor går grensa?* Å sette ord på tanken og følelsene underveis, på bloggen min, med boka og når jeg holder kurs, har også vært en bevisstgjøring. Jeg blir tvunget til å forklare, og tenke igjennom løsningene mine i etterkant.

I 2011 fikk jeg meg samboer. Selv om det var et tøft år, var jeg ikke deprimert hele tiden. Jeg hadde gode perioder. Henrik og jeg flyttet sammen ganske fort. *Om han har vært viktig?* Han har vært viktigst. Sammen med pappa. Det var først da jeg flyttet sammen med Henrik at det begynte å bli bedre.

Plutselig kunne jeg stifte min egen lille familie, lage mine egne tradisjoner. Dessuten fikk jeg en svær ny vennegjeng på kjøpet. Det gjorde noe med hele meg. Jeg har vært utrolig heldig med nettverket mitt. Mange beskriver ensomhet, at venner trekker seg unna, og at ingen støtter opp. Jeg har alltid hatt folk å gå til. Jeg har kanskje ikke hatt den ansvarsløse ungdomstiden, eller den frie voksentilværelsen, men jeg har blitt voksen på en annen måte. Vi var de første i vennekretsen som kjøpte leilighet. Vi var de første som fikk hund. Jeg var den første som skaffet meg en ordentlig bil, med hjelp fra familien. Så jeg har fått den delen. De som har studielån og leid leilighet, er nok like voksne, men på en annen måte. Nå skal det sies at vi har en veldig «ung» vennekrets. Ingen har blitt gravide eller giftet seg. Jeg skulle gjerne gjort det. I de siste årene har jeg vært veldig opptatt av barn, fram til jeg fikk beskjed om at jeg kunne studere. Og så har jeg lurt på: *Hvorfor hadde jeg så innmari lyst på barn akkurat nå?* Alle fagpersoner sa at det var lurt å vente, men jeg var opptatt av at det måtte jeg få gjort. I dag innser jeg at JA, jeg vil ha barn, men det var også et forsøk på å være mer frisk. Barn kan gi meg noe i livet. Fordi det er så «normalt», har det vært fristende. Etter at jeg fikk beskjed om at jeg kan studere, har jeg har lagt barn mer på hylla. Å studere er også innenfor normal bane.

Mitt største mål i livet er å være stabil store deler av tiden. Først da kan jeg begynne å legge ordentlige planer, i forhold til hva kroppen tåler. To uker på sykehus i året kan jeg overleve, men sannsynligvis må jeg gå på medisiner resten av livet. Jeg skulle gjerne vært mer som vennene mine, litt mer ansvarsløs og impulsiv, men jeg trenger realistiske drømmer. Det endelige målet er å klare en hundre prosent stilling. Samtidig innser jeg at A4-livet kan bli en utfordring, og det skremmer meg. Jeg holder kurs for andre med biopolar lidelse på sykehuset, og ser at i hver gruppe er det stor forskjell på de som er sykemeldt og

de som er i full jobb. De som jobber, er mye mer stabile. Hvis jeg får fast jobb, er oddsen for at jeg holder meg stabil over tid mye større. Men vil jeg det? Jeg liker å ha masse avtaler og farte rundt. Kanskje jeg må finne stabilitet på en annen måte? Jobbe med å være her og nå, lese selvhjelpsbøker, spise jevnlig, sove nok, bestemme arbeidstiden selv ...

Det er lenge siden jeg sluttet å synes synd på meg selv. Da jeg gikk på skolen, ville jeg ikke ha to timer ekstra på eksamen. Jeg ville ha de samme fristene som alle andre. Når jeg jobber, vil jeg være en ansatt. Ikke en veldedighet. I prosessen med å bli voksen har det vært viktig å bruke erfaringene mine. Å få lov til å delta i media, i forskning, å få jobbe med brukererfaring, er en mulighet til å vise hvem jeg er. I tillegg til foredragene på sykehuset reiser jeg rundt på ungdomsskoler og videregående skoler, på fritidsklubber og for foreninger. Det er moro å formidle kunnskap og bruke erfaringene mine til noe, i stedet for å sitte med dem alene.

Jeg er litt bitter for at ungdomstiden min ble tatt fra meg. Det er først i de fire siste årene jeg har opplevd bedring. Alt før 2011 var bare pubertet, depresjoner, vondt, vanskelig og mye turbulens. Ti år ble sløst vekk. Hadde vi begynt behandlingen tidligere... Men jeg kan ikke tenke sånn. Dessverre har jeg ikke bare en bipolar diagnose. I tillegg har jeg fått noe som heter endometriose, en menssykdom som fører til ekstremt mye smerter. Jeg ble operert for det i fjor, og nå må jeg sannsynligvis igjennom en operasjon til. I fjor måtte jeg også operere ut en nerve i foten, og det samme gjentok seg i år. Nok en nerve måtte fjernes. Jeg sliter med føttene mine, det er så trangt i beina at nervene blir presset sammen. På toppen av det har jeg hatt problemer med pusten. Legen mente det var angst, men for et par uker siden ble det konkludert med astma. Så det er mye ved kroppen min. På underlig vis opplever jeg at den

bipolare lidelsen er til hjelp. Årene jeg har vært igjennom, har lært meg å håndtere utfordringer. Det er kjedelig at jeg skal få alt, mens venninnene mine alltid er friske. Samtidig har jeg verktøy til å takle utfordringene.

UNG I NAV

HVOR VILLE JEG VÆRT UTEN NAV?

Fortalt av Malin (20)

Å komme til denne leiligheten føltes som å vinne Jackpot. Det var akkurat det jeg ønsket meg. Til og med fargen på veggene er riktig. Ikke måtte jeg vente lenge heller. En måned, så fikk jeg svar på søknaden om bolig. NAV har hjulpet meg masse, med leilighet, arbeidsavklaringspenger og å søke om bostøtte. I tillegg dekker NAV psykolog fram til jeg får frikort. Alt i alt har jeg hatt en veldig god opplevelse med NAV.

Jeg vokste opp fortere enn andre. Da jeg var liten, bodde jeg først hos mamma. Hun var alkoholiker. Mye av barndommen har jeg nok fortrenget, eller ubevisst stengt ute, men noen episoder husker jeg. En gang våknet jeg midt på natta, og oppdaget at mamma ikke var hjemme. Da gikk jeg kanskje i første klasse. Ute var det mørkt. I hodet mitt var klokka rundt fire om morgenen, men det kan jeg egentlig ikke vite. Butikken var i alle fall stengt da jeg gikk ut for å lete etter mamma. Alt var stengt. Da jeg skulle gå inn igjen, var døra låst, og jeg hadde selvfølgelig ikke nøkkel. Jeg ringte på til en venninne som bodde i andre etasje. Hun slapp meg inn, og jeg kunne få sove der. Men jeg klarte ikke sovne. I stedet gikk jeg opp for å se om mamma hadde kommet hjem. Det hadde hun ikke. Hun kom ikke før utpå ettermiddagen. Unnskyldningen hennes var at hun hadde vært nede i vaskekjelleren og vasket klær, for jeg

kunne jo ikke gå naken på skolen dagen etter. Nå som jeg er eldre, vet jeg at hun hadde vært ute og drukket. I ettertid har jeg spurt henne om episoden et par ganger. Forklaringen hennes endrer seg hele tiden. Så vi har sluttet å snakke om det.

Da jeg gikk i andre klasse, flyttet jeg til pappa. Pappa går også på NAV. Det har han gjort så lenge jeg kan huske. Jeg kjenner ikke hele historien til pappa. Innimellom kommer det bruddstykker. Jeg vet at han har sittet i fengsel, at han var småkriminell. Alt sånt sluttet han med da jeg flyttet til han. Siden har det liksom vært oss to. Vi er mer venner enn far og datter. I begynnelsen prøvde vi å få til en ordning med mamma annenhver helg, men det funket ikke. Det kunne ta syv måneder før jeg fikk kontakt med henne, så tok det ni måneder, så tok det to måneder. Hun sprakk, og begynte å drikke igjen. Etter som jeg ble eldre, gjennomskuet jeg løgnene hennes. Som liten visste jeg ikke hva alkohol var. Jeg kan heller ikke huske at jeg så flasker, for hun drakk aldri når jeg var til stede. Mamma har alltid vært att og fram i livet mitt. I åttende klasse klarte jeg å bryte båndet. Jeg kjente at *ok, nå bryr jeg meg ikke lenger.* Jeg sluttet å bli skuffa, for jeg var alltid forberedt på det verste.

Jeg bodde hos pappa fram til skoleåret 2011 og 2012. Da flyttet jeg inn i et kollektiv, mens jeg tok første klasse på videregående. Kollektivet var noe barnevernet hjalp meg med, på grunn av skolen. Jeg sleit, hadde dårlige karakterer og klarte ikke å følge med. Det hjalp litt å flytte i kollektiv, men jeg trivdes ikke, for vi bare var jenter. Av en eller annen grunn ble jeg alltid trukket inn i jentedrama på skolen, og noe av det samme skjedde i kollektivet. Jeg orket ikke mer, så jeg flyttet hjem til pappa. Da fortalte pappa meg at han drev med hasj for å tjene litt ekstra penger. I starten syntes jeg det ble vel mye drikking og kompiser på besøk. Hvis jeg skulle hente meg vann om

kvelden, måtte jeg ta på meg masse klær for å gå gjennom stua til kjøkkenet. Det var ubehagelig, særlig på grunn av én person. Han er narkoman, bruker «pepper» og sprøyter og alt mulig rart. På grunn av ham fortalte jeg skolen om hjemmesituasjonen. Først snakket jeg med en lærer, så med en miljøarbeider, så en rådgiver. Til slutt avtalte vi et møte med to i ungdomspolitiet. Jeg visste ikke hva jeg skulle gjøre, for jeg klarte ikke å ta det opp med pappa alene. Det første jeg spurte politibetjentene om, var: «Kan dere ta pappaen min?» Det kunne de ikke. De var der for å hjelpe meg, i situasjonen. Det endte med at jeg snakket med pappa selv. «Hvis du skal ha folk her, må de ut etter en viss tid på kvelden. Og de kan ikke være her i ukedagene, det blir for mye bråk når jeg skal på skolen.» Pappa var enig. Han hører som regel på meg hvis det er noe alvorlig, noe jeg ikke liker. Da setter han meg først. Etter samtalen bedret det seg hjemme hos oss. Jeg la merke til at når det kom besøk, skjulte han handelen så godt som mulig, siden jeg satt der. På den måten viser han at han bryr seg om meg. Folk jeg ikke likte, slapp han bare inn i gangen, og så lukket han døra inn til stua. For meg er det omsorg.

Sommeren 2014 ble jeg dårlig. Jeg hadde flyttet med kjæresten min til Tveita, og skulle starte som lærling. Da hadde jeg gått ferdig Barne- og ungdomsarbeiderlinja på Kuben. Kjæresten min gikk på NAV, han fikk ikke lærlingplass fordi han ikke hadde lappen. Plutselig en dag følte jeg meg syk. *Hvordan skal jeg beskrive det?* Det var som om jeg hadde vært på fylla. Jeg var kjempekvalm, og kvalmen bare varte. Lenge. 2014 var en spesielt varm sommer, og i leiligheten vår var det bare ett lite vindu som det gikk an å åpne. Til slutt måtte jeg ligge på badegulvet. Jeg spydde ikke, men jeg var skikkelig dårlig. Tre uker hadde jeg det sånn, konstant kvalm, så kvalm at jeg gråt. Da flyttet jeg hjem til pappa igjen, hjem til det trygge barndomshjemmet mitt, hvor det var mulig å luften.

Å GÅ TIL PSYKOLOG HAR HJULPET, MEN INNIMELLOM KOMMER KVALMEN, NESTEN SOM ANFALL.

Legen fant ikke ut hva som feilte meg, og jeg begynte å utvikle selvmordstanker. Utover høsten var jeg mye dårlig, fysisk og psykisk. Siden 2011 har jeg vært igjennom tre store operasjoner, i nakke, kne og fot. Den fysiske belastningen, smertene, blandet seg med tanker jeg nok har prøvd å undertrykke. I 2009 ble jeg voldtatt av en eks-kjæreste. Egentlig har jeg ikke tenkt så mye på det, men selv om jeg ikke bevisst er noe traumatisert, ligger det der. I tillegg til alt med mamma. Å gå til psykolog har hjulpet, men innimellom kommer kvalmen, nesten som anfall.

Jeg rakk så vidt å starte som lærling i august, men etter to måneder måtte jeg slutte. Det første jeg gjorde da, var å gå på NAV. «Selv om jeg har det fælt, «tenkte jeg, «kan jeg ikke bare sitte hjemme og dekke». Raskt fikk jeg kontakt med en som heter Kristin. Jeg fortalte Kristin hele historien min. «Da kan jeg hjelpe deg med sånn og sånn og sånn,» sa hun. I går fikk jeg innvilget arbeidsavklaringspenger. Nå skal NAV hjelpe meg til en praksisplass, så jeg får noe å gjøre. Noe jeg kan putte på CV'en. De tre siste ukene har det vært veldig travelt med flyttingen, men jeg ønsker meg i grunnen en jobb så fort som mulig. Aller helst vil jeg jobbe noe med barn og ungdom, hjelpe unge i lignende situasjon som meg. Der har jeg noe å bidra med. Til høsten skal jeg ta allmenn påbygg, og søker om å ta det over to år. Jeg gleder meg veldig til å komme tilbake på skolen. Jeg vet det blir hardt, men jeg skal si til meg selv: «Hvor kjedelig er det ikke å sitte hjemme? Ikke gjøre noen ting, bli lei seg, deprimeret, ensom?»

Hovedgrunnen til at jeg ville flytte fra pappa, var at voldtekten skjedde i kjelleren der hvor han bor. Dessuten vil jeg ikke bli innblandet i det han driver med. Hvis politiet kommer på døra, er jeg allerede innblandet, fordi jeg vet om det. Det har jeg ikke lyst til. Da jeg skulle søke om bolig, sa jeg til NAV at

jeg helst ikke ville bo aleine, på grunn av selvmordstankene. Jeg vil heller ikke bo i et stort kollektiv, men gjerne med en eller to andre. Det tar lang tid å finne, svarte NAV. «Vi får tak i leilighet til deg aleine.» Og det går fint, for nå har jeg det så bra. Psykologen har hjulpet veldig.

Ting tar tid med NAV, for det er mange som skal ha hjelp. De ansatte har regler de må følge. Men unge mennesker skal ikke være redde for å søke hjelp hos NAV. Bare vær så åpen og ærlig som mulig. De lytter bedre hvis du forklarer i detalj. Da får de også større forståelse for situasjonen din. Jo mer detaljert du er, desto bedre kan de hjelpe. Eventuelt bør du ha med deg en person du stoler på, en som kjenner historien din, som kan være til støtte. Det kan være vanskelig å brette ut livet til en fremmed. Forholdet til NAV er basert på gjensidig respekt. Gi av deg selv, så gir NAV tilbake. Jeg gjorde som jeg fikk beskjed om, møtte når jeg skulle, og sendte melding om noe kom i veien. Hvis du dropper møter og ikke følger avtaler, påvirker det saksbehandlerens syn på deg. Er du ærlig, får de et godt inntrykk. Da kan de også hjelpe til å formulere søknader. For det er forvirrende med alle reglene og skjemaene. I tillegg til saksbehandleren har jeg fått hjelp av en tidligere rusmisbruker. Vi bodde på mødre hjem sammen, jeg og mamma, hun og sønnen hennes, og siden har vi holdt kontakt. Jeg tenker på henne som familie. Hun er en skikkelig NAV-veteran, kjenner systemet ut og inn, og gir seg ikke. Hun har vært med meg på møter, og hjulpet meg med skjemaer, sammen med saksbehandleren min.

Målet er å komme seg ut av NAV-systemet. Jeg skal fortsette hos psykolog og fysioterapeut, få litt arbeidserfaring, og etter hvert finne meg en jobb jeg trives i. En jobb jeg kan klare, fysisk og psykisk. Men jeg må ta tiden til hjelp og ikke stresse. I mellomtiden gjør jeg så mye som mulig på egen hånd, men

trenger jeg støtte til noe, så ber jeg om det.

Moren min er også i NAV-systemet. Hun synes NAV er noe dritt. Det er det man hører mest. På den andre siden har du de som mener at folk som går på NAV, stjeler penger fra fellesskapet. Jeg har fått den kommentaren, særlig fra én person. Da sier jeg bare: «Vet du hva? Hold kjeft! Du har en jobb som gjør at du får penger. Jeg har ikke jobb, fordi jeg ikke kan jobbe. Sier du det en gang til, kan du bare drite og dra. Jeg gidder ikke ha venner som mener jeg svindler systemet.» Ja, det er noen som lur systemet, men de fleste vil bare ha hjelp. Det jeg burde si, er kanskje: «Si meg en ting, hvor tror du jeg hadde vært om NAV ikke eksisterte?» Sannsynligvis hadde jeg vært så langt nede at jeg ikke hadde klart å gjøre noe. Da hadde jeg ikke hatt det gode livet som alle ønsker seg, og fortjener.

I det siste har kontakten med moren min blitt mye bedre. Hun er snart ferdig på avrusning, har fått seg jobb og ser etter et nytt sted å bo. Selv om jeg ikke kan si helt sikkert at jeg tror det går denne gangen, håper jeg det. Jeg vil ha henne som mamma resten av livet mitt. Edru mamma. Vi har det så koselig når vi er sammen. Det siste året har vært helt jævlig, men samtidig det beste jeg har hatt. Jeg har tatt tak i livet mitt. Takket være NAV.

ENSLIG MINDREÅRIG ASYLSØKER **EN NY START – PÅ EGENHÅND**

Anonym

Jeg kom til Norge 5. April 2009. Da var jeg 16 år, og hadde vært på flukt i over åtte måneder. På et tidspunkt kunne jeg ikke lenger bo i Afghanistan. Av ulike grunner var det ikke

trygt for meg i hjembyen min, Ghazni. Familie sendte meg av gårde, først til en onkel i Kandahar. Han drev en slags restaurant hvor folk kom og gikk. Onkel kjente noen som kunne hjelpe meg. Jeg ble med i et følge som skulle smugles ut av landet. I starten ante jeg ikke hvor vi skulle. Etter hvert fikk jeg vite mer. «Vi skal ut av landet.» Jeg trodde det betød at jeg skulle være vekke noen måneder, og så komme tilbake når det var blitt roligere i Afghanistan. Jeg visste ikke at jeg aldri skulle se familien min igjen.

Noen i reisefølget hadde klare planer. De ville skape et bedre liv for seg selv, og ha mulighet til å hjelpe dem som ble igjen i Afghanistan. Andre flyktet for livet. Jeg var forvirret. Store deler av reisen visste jeg ikke hvor vi var, og jeg fikk sjelden snakke med de som organiserte. Det var vilt. Om noen sa dem imot, fikk vi juling. Smuglerne slengte stygge ord etter oss. Vi var livredde, men måtte bare gjøre som vi fikk beskjed om. Smuglerne hadde all makten. En gutt i gruppa var på min alder. Han reiste også alene. Vi ble veldig nære, nesten som brødre. Siden vi ikke hadde familie, ble det til at vi støttet hverandre og prøvde å holde motet oppe. Han hadde tenkt seg til Europa, sa han. Der var det muligheter. Selv visste jeg ingenting om Europa.

Reisen var variert. Mange strekninger gikk vi på føttene, og så kunne det plutselig komme en bil og plukke oss opp. I starten var det bare fjell og fjell, særlig i Tyrkia og Iran. Grensene fra Afghanistan til Iran, og fra Iran til Tyrkia, krysset vi til fots. Deretter kom vi til havet, og måtte fraktes med båt til Hellas. Akkurat hvor vi skulle, var ikke bestemt. En del ble slitne, eller gikk tomme for penger, så for noen sluttet reisen allerede i Italia.

Hver gang vi kom fram til et sted, møtte vi mennesker som

hadde informasjon. I Paris, for eksempel, er det en park i sentrum hvor folk samles. De som hadde bodd i Frankrike en stund, fortalte, og vi fikk høre rykter om hvor det var bra og hvor det var dårlig for asylsøkere. Ingen ville til Hellas, men de sa at Norge er et bra land for de som får opphold. Jeg ble igjen i Frankrike en stund, mens han som var blitt «broren min», reiste i forveien, gjennom Nederland. På vei ut av landet ble han tatt, og måtte søke asyl der. Da var han 14–15 år. Lenge etter at jeg kom til Norge, fant jeg ham på Facebook. Han hadde vært i Nederland fram til han fylte 18. Da sendte de ham tilbake til Afghanistan. Han hadde ikke en sjanse.

Jeg har vært syk av lengsel etter familien min. Jeg hadde aldri vært borte fra dem før, og var ikke forberedt på at jeg en dag måtte forlate dem. Det var et slags sjokk. Men jeg var i fare, jeg hadde liten tid til å tenke, jeg måtte bare henge med på det som skjedde. Innimellom, da jeg fikk tid, kom tankene. Det var trist, ikke minst på grunn av alle kompisene jeg måtte reise fra. Hele livet mitt dro jeg fra. Siden den gang har jeg hatt problemer med å sove. Jeg tenker mye på familien i Afghanistan, på mamma, pappa og søsknene mine. *Hva har skjedd med dem? Hvor bor de? Hva gjør de? Hvordan skal jeg få tak i dem igjen?*

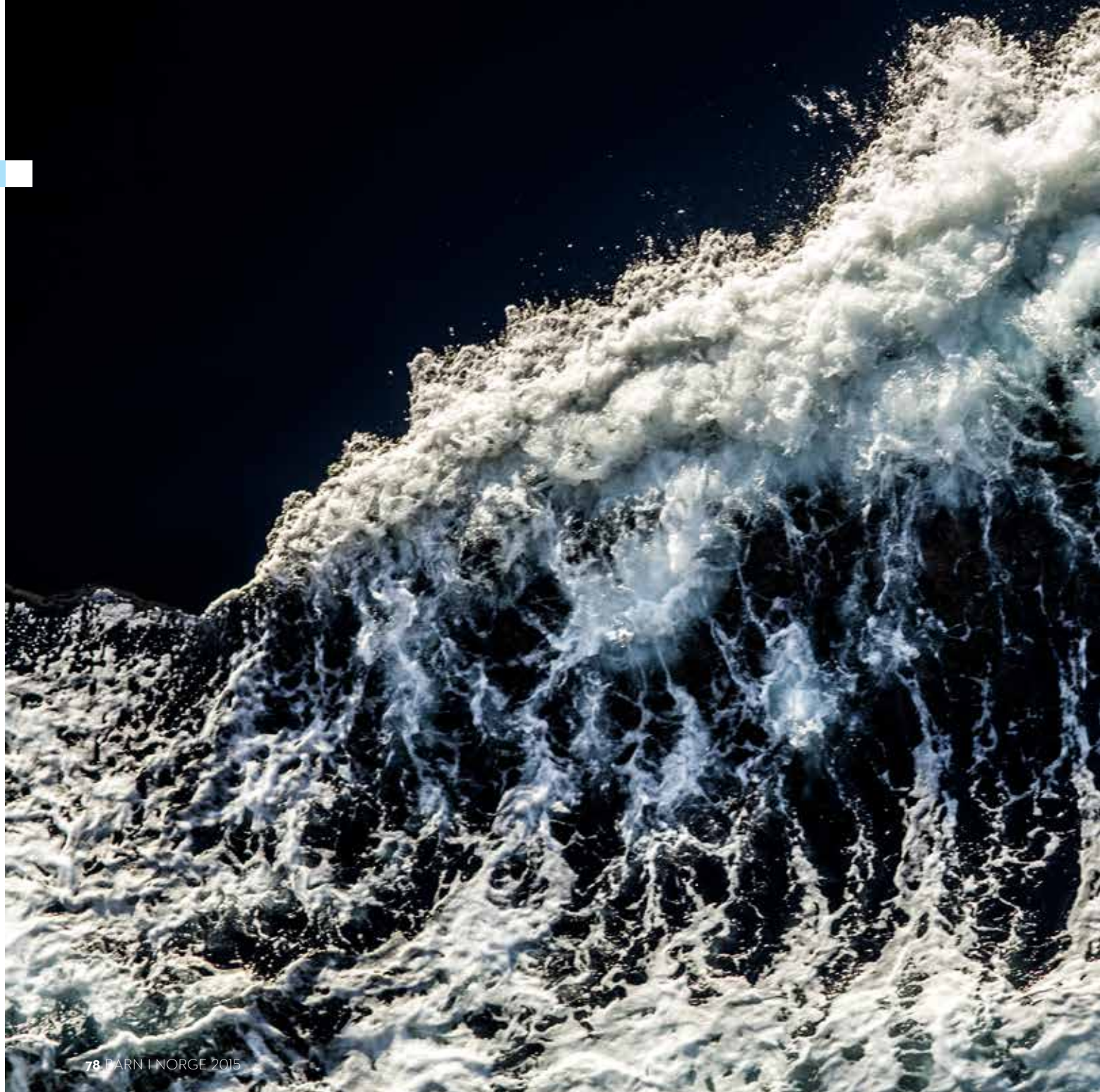
Etter å ha reist i 8 måneder kom jeg til Norge. «Ok, nå har vi klart oss, nå skal vi få hjelp.» Lite visste jeg at prosessen bare så vidt var startet. Enda så lang strekning jeg hadde tilbakelagt, var jeg ikke i mål. Det første som skjedde etter ankomst, var at vi fikk litt info. Veldig lite, og ikke nok til at vi kunne slappe av. Ingen sa: «Nå er du trygg, nå kan du puste ut. Her er en tolk, her er det tid, du skal få prate.» Det hadde vi trengt, for vi var nokså skadet da vi kom hit. Vi hadde sett mye underveis som ikke er normalt. Det er tungt å bære på. Særlig for barn. Ingen vet hva enslige mindreårige asylsøkere har opplevd, og ingen spør.

Asylsøkere må vente altfor lenge på en tolk som kan gi informasjon. Selv da jeg fikk snakke med en på morsmålet mitt, forsto jeg lite av det som ble sagt. I en sånn situasjon er man ikke til stede, eller klar oppi hodet. Jeg satt med to politimenn i et rom. De snakket, men jeg skjønnte ikke hva de sa. Jeg var livredd, jeg trodde jeg skulle bli kastet i fengsel. Kan hende de var vennlige, men for meg virket språket, som jeg aldri hadde hørt før, veldig strengt. Jeg var forberedt på at jeg måtte snakke med politiet, for det må alle. Likevel var det en sjokkerende opplevelse.

Hvis det er ledig, får du plass på et transittmottak. Hvis ikke blir du plassert på hotell. Jeg var først på Trandum, hvor det er en blanding av familier, voksne og mindreårige. Der bodde jeg nesten tre uker. Deretter ble jeg sendt til Hvalstad i Asker, som er for mindreårige. På Hvalstad var jeg i 7 uker, før jeg ble sendt til Mysebu asylmottak på Mysen. Etter et par uker der fikk jeg plass på det statlige mottaket i Møre og Romsdal, hvor jeg bodde litt over ett år. Når man kommer uten familie, danner man seg fort små familier på egen hånd, med kompisene du henger med. Hver gang du flyttes mellom mottak, mister du dem du har knyttet deg til. Det var egentlig veldig trist. Du har funnet noen du vil bo med, og så blir du plutselig sendt videre.

Litt under to år ventet jeg på svar på søknaden om opphold. I løpet av den tiden kom det stadig nye ungdommer til, og mange av dem fikk svar innen fire måneder. «Har de glemt meg?» tenkte jeg. Jeg turte ikke mase eller etterlyse svar fra advokaten, for jeg var redd for å forstyrre. «Da får jeg kanskje negativt svar, fordi jeg klager.» Man er redd for å snakke, og redd for å spørre hvordan det går. *Kanskje det er sann at enkeltsaker ikke blir tatt alvorlig når det kommer mange unge på en gang?* Man lager seg teorier og forestillinger, og tolker alt.

JEG HAR VÆRT SYK AV LENGSEL
ETTER FAMILIEN MIN. JEG HADDE
ALDRI VÆRT BORTE FRA DEM FØR
OG VAR IKKE FORBEREDT PÅ AT
JEG EN DAG MÅTTE FORLATE DEM.





Å gå sånn og være usikker i to år sliter på psyken. Særlig fordi de eneste jeg kunne snakke med, var andre unge asylsøkere. Mange av dem var enda mer sårbare enn meg, og hadde opplevd enda verre ting. Å måtte ta imot deres historier, var ikke til særlig hjelp for meg. De som jobber på mottakene, er opptatt av andre ting. De organiserer kjøring om du skal på fotballbanen, til skolen eller politiet, og sørger for at kjøkkenet stenges til rett tid. Ingen tar seg av det psykiske. En kompis av meg ble sendt hjem med tvang. Vi andre så hva som skjedde, vi så hvordan det opplevdes. I to uker var det sorg på mottaket. Ingen flirte i gangene, som vi pleide. Stemningen var trist, alle var nedtrykte. Livet forsvant. Så gikk det en stund, og noen fikk opphold. Da ble folk glade igjen, og vi fikk tilbake håp.

Vi hadde noen norsktimer på den lokale skolen innimellom. I starten var jeg veldig positiv til å lære meg språket, og få meg norske venner. Jeg var kanskje den mest sosiale av alle på mottaket. I friminuttene turte jeg å gå bort til de norske ungdommene og bli med og sparke fotball. Det fine med plassen i Møre og Romsdal var at stedet er så lite at man lett blir kjent. Folk var nysgjerrige. Det var vanskelig å kommunisere, for jeg snakket ikke så godt norsk, og veldig lite engelsk, men jeg tenkte: «Selv om jeg har mange afghanske kompiser, er det artig å få noen nye venner. Kanskje vil det hjelpe meg å bli kjent med noen som tenker litt annerledes, og er friske i hodet?» «Og når jeg turte å ta kontakt, kom det andre etter. Sånn sett var det bra for hele miljøet. Jeg ble faktisk enda nærere venn med de afghanske ungdommene på den måten.

Når skoledagen var over, var det hjem til mottaket hvor jeg hadde et rom og en seng. En dag fikk jeg beskjed om at det hadde kommet et brev til meg. Positivt svar om opphold pleier å komme i avlang konvolutt. Dette brevet så ikke sånn ut. Jeg var sikker på avslag, men jeg klarte ikke å lese det som sto der.

Jeg var helt nummen. Sjefen på mottaket tilbød seg å gjøre det for meg. Hun åpnet konvolutt, og snart så hun glad ut. «Ok, det kan ikke være så forferdelig,» tenkte jeg. «Du har fått opphold,» sa hun, og ga meg en klem. Jeg kjente at jeg pustet ut, men samtidig var jeg trist. Dagen før hadde to kompiser fått avslag på sine søknader. Så jeg feiret ikke. Jeg sa det ikke til noen. To måneder gikk jeg med hemmeligheten. Først da kompisen mine ble sendt til et annet mottak, fortalte jeg det til de andre.

Det var vanskelig å finne bostedskommune til meg, så jeg fortsatte å bo på det statlige mottaket i Møre og Romsdal enda to måneder. 14. desember 2011 kom jeg til den kommunen jeg bor i nå. Der startet jeg på voksenopplæringa. Mange enslige mindreårige asylsøkere tar noen fag på voksenopplæringa for å komme inn på videregående skole. Jeg synes det er urettferdig. Ungdommer som bor alene og er under 18 år, må gå på voksenopplæring. Ungdommer som kommer med familien sin, som har noen rundt seg, som har trygghet og støtte, begynner på vanlig skole. Enslige ungdommer har etter min mening i enda større grad behov for kontakt og nettverk. Ett og et halvt år gikk jeg på voksenopplæring. Jeg startet med norskkurs, og samtidig tok jeg noen fag så jeg ikke skulle bli *stuck* der.

«Jeg kommer til å få masse venner», trodde jeg da jeg skulle bosettes i kommunen. Da kom jeg fra en plass med 600–700 innbyggere, hvor jeg hadde fått 10–12 venner. I den nye kommunen bor det over 20 000 mennesker. Men folk var ikke åpne. Det fantes ingen inkluderende aktiviteter. Vi fikk tilbud om å trene. Jeg begynte å danse på et dansesenter, men etter treningen var det ingen som hadde tid til å prate. Folk var svette, slitne, måtte hjem og dusje. Jeg ville lære meg språket, ville lære meg å bo her, men det var ikke lett. Forventningene

mine var knust. Da bestemte jeg meg for å flytte til Oslo og ta en jobb på et gatekjøkken, som de fleste gjør. Jeg var skuffet over kommunen. De tok imot mange ungdommer, men hadde ikke nok ansatte til å ta seg av den enkelte. Enslige mindreårige asylsøkere krever ganske mye arbeid. Alle skal ha en plass å bo, de trenger hjelp til å handle, hjelp til praktiske ting. Kommunen sørget for det. Alt annet var kaos.

Sosionom Ann-Margret er grunnen til at jeg allikevel holdt ut. Ann-Margret jobber som miljøterapeut i kommunen, og er en fantastisk person. En engel. Hun er ikke engang kontaktpersonen min, men uten henne hadde jeg stått på et gatekjøkken i Oslo og stekt kebab, uten skolegang og utdanning. Alt snudde for meg den dagen hun kom til voksenopplæringa og spurte: «Skal du bli med på fotballkamp?» Hun så meg. Hun så at jeg ikke hadde det bra. «Ting er vanskelige», sa jeg. «Ingen snakker med meg. Jeg sliter med søvn, og får ikke hjelp av legen. Jeg skulle fått meg venner, men hvordan gjør jeg det? På kjøpesenteret? Nei. Der får jeg ikke venner.» Ingenting funket. Det eneste som funket, var at jeg hadde en plass å bo og penger til mat. Er det nok? Blir man lykkelig av det? Tilfreds? Nei. Jeg var irritert. Da Ann-Margret spurte meg, var jeg negativ. «Jeg har ikke lyst til å være med på noe.» «Kan du si meg hvorfor ikke?» «Hvorfor skal jeg det? Ingen hører på meg uansett.» «Ok,» sa hun. «Jeg kommer til deg, og så setter vi oss ned og prater. Da må du fortelle hva som er feil.» Idet hun sa det, kunne jeg se på henne at hun brydde seg. Og ikke bare fordi det var jobben hennes. Alle har behov for å bli sett, uansett om vi er barn, voksne eller eldre. Vi trenger å bli sett, bli lyttet til og tatt imot, for å få følelsen av å være viktige. Jeg er ikke vanskelig å lese. Jeg er den samme på innsiden som jeg viser utad. Der og da var jeg veldig irritert og skuffa, og det viste jeg. Ann-Margret var den første i Norge som så at det var alvorlig, at jeg trengte hjelp.

At hun brydde seg, var nok til at jeg tenkte: «Nå skal jeg ikke avgjøre noe her og nå. Jeg slutter ikke å studere for å flytte til Oslo, få meg en jobb og bo med noen kompiser som jeg trives med. Jeg skal vente og se hva som skjer.» Jeg trengte bare å bli tatt på alvor. Jeg trenger ikke å bli invitert på middag hver dag, av folk som setter livet på vent for å serve meg. Det viktige er at noen bryr seg. Ann-Margret gjorde det. Hun lyttet, og så prøvde hun å gjøre noe. Det var hennes forslag å sette i gang kulturverksted for ungdom i kommunen. Hovedpoenget var at det var ungdomsstyrt, og motivasjonen var å finne en måte å skape en bro på mellom norske og utenlandske ungdommer. Dette ble initiert av barnevernet (EM-teamet), enhet kultur, og en del ungdommer som hadde kommet til kommunen. Deriblant meg. I starten var mange mindreårige asylsøkere ivrige etter å få seg en norsk venn, men de norske ungdommene uteble. Da startet vi fellesprosjekter sammen med videregående elever på medielinja. Til nå har vi laget filmer, leid inn hip hop-instruktører, hatt teateroppsetninger – og mye annet. Vi har holdt over 50 workshops og prosjekter med profesjonelle kunstnere fra både Norge og utlandet. I prosjektet var jeg kasserer og styremedlem.

Fordelen med å være en pratemaskin, som meg, er at du både lærer deg språket og blir kjent med folk. Via en jobb jeg skaffet meg, ble jeg kjent med en kollega som inviterte meg hjem til familien hennes. Nå har jeg en norsk familie som jeg feirer alle høytidene med. Ann-Margret var viktig i starten, nå er det familien som hjelper meg i hverdagen og med skolen. De står bak meg, og er familien min. Det er viktig for integreringen at ungdommer som nettopp er kommet, får se hvordan det ser ut i norske hjem. Hva dere spiser, hva dere er opptatt av, hvordan dere lever – mange har ikke peil. Jeg har en kompis som har bodd her i sju-åtte år. Sist han var på besøk hos meg, sa han: «Du laget noe forrige gang jeg var her, brød med kjøtt, salat og

saus. Det var veldig godt Kan du lage det igjen?» «Hva snakker du om? Mener du taco?» Han hadde aldri smakt taco, og han hadde aldri vært i et norsk hjem. Jeg måtte ordne meg familie på egen hånd, ellers hadde det aldri skjedd.

I år er jeg tilbake på skolebenken igjen, etter at jeg var lærling i en barnehage i fjor. Jeg holder på med påbygg, og vil utdanne meg til enten sosiolog eller barnevernspedagog. Målet er å jobbe med ungdommer som kommer til Norge. Jeg vet noe om hvordan de har det, og hva de har behov for. Men fortsatt har jeg vanskelige dager. I fjor fikk jeg diagnosen posttraumatisk stress-syndrom, og jeg sliter med å sove. I mange år har jeg hatt problemer med søvn. I det siste har jeg skjönt at det henger sammen med depresjoner. Jeg burde nok fått psykiatrisk hjelp med en gang jeg kom til Norge. Nå vet jeg ikke om noe kan gjøres. Ofte har jeg ikke kontroll over tankene mine. Plutselig sitter jeg med tanker jeg ikke vil ha. Likevel er de der. Noen ganger kjennes det ut som om jeg har tusen forskjellige tanker i hodet på en gang. Det går og går, og jeg har ikke sjans til å komme meg ut av det. Noen tanker kan være positive, men det er de negative som hele tiden forsterkes. Sånn er vel vi mennesker? Når det skjer, kommer depresjonene. Særlig i mørketiden. Jeg merker det på kroppen. Det blir dårlig med søvn, og det er vanskelig å stå opp om morgenen. Jeg prøvde å søke hjelp hos DPS. Tidligere trodde jeg ikke det var mulig å få hjelp for psykiske problemer. Fortsatt har jeg liten tro på at jeg skal komme meg ut av det. «Jeg må være ærlig,» sa jeg til psykologen, «jeg tror det har gått for lang tid». «Hvis du tror du ikke får hjelp hos oss, trenger du ikke komme,» svarte hun. Jeg fikk sjokk. Noen har veldig behov for å være strenge. Greit nok, men hun og jeg fant ikke tonen. Man kan ikke hele tiden sammenligne. Jeg vet at norske ungdommer også har problemer, men folk bærer på ulike erfaringer. Du kan ikke sette to forskjellige verdener opp mot hverandre. Jeg sier ikke

at mine problemer er større enn andres, men jeg tror ikke hun forsto meg.

Jeg har ikke snakket med familien etter at jeg dro. Det er selvfølgelig trist, men samtidig vet jeg ikke om det hadde vært så lett å ha kontakt heller. Hva hadde de forventet av meg? At jeg fikk dem til Norge? Det kan jeg ikke. At jeg sluttet å studere for å forsørge dem? Er de sinte på meg? Skuffet? Lurer de på om jeg er i live? Jeg vet ikke – så jeg trekkes mellom ønsket om å ha kontakt og å lure på hva det vil innebære.

DET VIKTIGE ER AT NOEN
BRYR SEG. ANN-MARGRET
GJORDE DET. HUN LYTTET,
OG SÅ PRØVDE HUN Å
GJØRE NOE.



BENTE HASLE

Bente Hasle er førsteamanuensis i sosialfag ved Høgskolen i Volda hvor hun underviser i utviklingspsykologi, nettverksarbeid og spesialpedagogikk for barnevern- og sosionomstudenter. Hun har emneansvar, veiledning og undervisning på masterprogrammet «Meistring og myndigering» på samme institutt. Hasle er utdannet barnevernspedagog med master i spesialpedagogikk og har særlig jobbet med barn og unge med særskilte behov. Hun har en doktorgrad fra programmet Tverrfaglig barneforskning ved Norsk Senter for Barneforskning (NOSEB).

FORELDREKRAFTEN

EN UNDERVURDERT RESSURS

Når barn har emosjonelle vansker, gjør foreldre en stor innsats i barnets tilfriskningsprosess, ofte uten tilstrekkelig støtte fra psykisk helsevern for barn og unge. Jeg argumenterer for at foreldrekraften, bestående av foreldrekjærlighet og foreldreverdighet, må anerkjennes gjennom å inkludere foreldre og barn som likeverdige aktører i utredning og behandling i BUP.

I doktorgradsavhandlingen min, «Kjærlighet og verdighet i tilfriskningsprosesser: om foreldreskap når barn har en psykisk vanske», har jeg gjort en omfattende intervjuundersøkelse med 16 foreldre til 12 barn med emosjonelle vansker, flest fra Midt-Norge (Hasle, 2013). ¹Undersøkelsen er ikke omfattende når det gjelder antall deltakere, men vi har gått dypt inn i erfaringer, refleksjoner og forståelser. Ungene deres var mellom 12 og 16 år da de var så plaget av angst, depresjon, tvang, skolevegring, selvskading eller spiseforstyrrelser at de trengte hjelp fra barne- og ungdomspsykiatrien (BUP). De er nå enten helt friske eller fungerer så godt og har så god livskvalitet at de betegnes som «friske nok». Jeg presenterer altså foreldrenes erfaringer gjennom barnets tilfriskningsprosess. Tilfriskningen er også påvirket av utøvelsen av foreldreskapet. I denne gjensidige, interagerende prosessen identifiserer jeg fire faser som tar kortere eller lengre tid avhengig av symptom, alvorlighetsgrad, tilgangen på god nok hjelp, skolesituasjonen og barnets og foreldrenes innsats. De fire fasene glir over i

hverandre, men kategoriseres etter særlige fasespesifikke utfordringer jeg har kalt *Fra bekymring til erkjennelse, Fra hjelpsøking til hjelpsom hjelp, Fra kaos til kontroll og Fra det ekstraordinære til det ordinære*. De fire fasene innebærer møter med ulike sosiale konstruksjoner av «psykisk sykt barn» Følgende fortellinger illustrerer den dominerende konstruksjonen:

Sommeren 2010 fikk min datter på 16 år et brudd i ryggen etter en bilulykke. Jeg var sammen med henne hele tida: på lokalsykehuset, i ambulanseflyet til regionssykehuset – jeg hjalp henne med nødvendig stell og deltok på alle samtaler med behandlerne. Selvsagt sov jeg på rommet hennes. Jeg fikk være mammaen hennes, både ved å være tilgjengelig hele døgnet og ved å gjøre «mammaoppgaver.» Når barn blir somatisk syke, *er foreldrene også rammet.*

Høsten 2014 blir ei jente på 14 år lagt inn på ungdomspsykiatrisk

¹ Kun foreldre til 4 av barna er rekruttert via BUP pga. skepsis i tjenestene; resten måtte rekrutteres via brukerorganisasjoner som VøB, ROS, ANANKE og LPP.



avdeling. Moren hennes skriver: «Hun blir innlagt på grunn av selvmordstanker. Reiser hjem, henter hennes klær og utstyr, er dønn fortvilt. Leverer klær og sier at de må passe på barnet mitt. Sier de skal ringe neste morgen og informere meg om hvordan det går. Av høflighet venter jeg med å ringe til klokken tolv neste dag, får ikke tak i rette vedkommende. Først klokken tre får jeg kontakt. Da har jeg levert fra meg min datter som er veldig lei seg og ikke vil være med i dette livet lenger, og de som har overtatt ansvaret, ringer meg ikke.»

Barns rett til å ha med seg foreldre når de er innlagt på sykehus,² gjelder hele spesialisthelsetjenesten, men realiseres sjelden i psykisk helsevern for barn og unge. Min påstand er at dette skyldes den dominerende sosiale konstruksjonen av «psykisk sykt barn»: Når barn utvikler psykiske vansker, blir foreldrene rammet og møtes som årsaken til problemene.³ Sosiale konstruksjoner ligger til grunn for praksisene våre – også foreldrepraksiser. La oss se hvordan de erfarer den første fasen.

FRA BEKYMNING TIL ERKJENNELSE

Foreldre til ungdom bekymrer seg for den unges atferd, venner, klesstil, skolesituasjon, framtidsutsikter og mye annet (Mathisen mfl. 2007). Informantene forteller at sterk bekymring var årsaken til at de oppsøkte hjelpetjenestene. Hvor lenge bekymringen varer før de søker hjelp, er knyttet til symptomenes karakter gjennom frekvens, annerledeshet, intensitet, opplevd fare for liv og helse og i hvilken grad foreldrene ser at barnets livskvalitet reduseres. Når det tar tid å forstå at barnet har en psykisk vanske, er det særlig knyttet til forventninger om at ungdom oppfører seg på ungdoms vis.

FIONA uttrykker det slik: *Men hun hadde noen reaksjoner som gjorde at jeg begynte å tenke at nå begynner hun vel å komme i puberteten! Ho var kjempeforbannet på oss (...) Og vi tenkte: «Ja, ja, den tida kommer jo».*

Når erkjennelsen er nådd, bryter «normalitetens symbolske orden» (Bech-Jørgensen 1999, s. 24) sammen. Foreldrene prøver å forstå den nye situasjonen, og det aktiveres et behov for å finne årsaken til barnets problem. Det sentrale spørsmålet er: Hvorfor? De fleste forteller om skyldfølelse;⁴ en skyldfølelse de sjelden diskuterer i BUP; en lammende og uproduktiv skyldfølelse som henter næring fra den dominerende forståelsen av barn som produkt av foreldres kjærighet og oppdragelse. I tillegg forteller de om dyp fortvilelse: *Jeg kjente på den her indre, om ikke katastrofefølelsen, men denne forferdelige følelsen av å ha mista en frisk unge*, sier KARI.

De er selvkritiske når de ser tilbake i intervjuene. ANNA sier ettertenksomt: *Og så ser en kanskje ting, og så ser en det ikke, likevel. Og så vil vi vel helst kanskje ikke se det (...) Fordi du håper i det lengste at ting skal være normalt, og hva er normalt?*

Gjennom hverdagene med det syke barnet, diskusjoner med andre, opplysninger på nettet og med et selvkritisk tilbakeskuende blikk på barnets oppvekst, finner de etter hvert forklaringer som gir mening. Alle kommer fram til det jeg kaller en multifaktoriell forklaring, en forklaring som kan inkludere både oppdragelse, genetikk, traumer, negative skoleerfaringer, somatisk sykdom og hvordan disse faktorene påvirker hverandre. De kommer fram til forklaringer det er konsensus om i psykisk helsefeltet: Utviklingsveiene inn i

² Forskrift om barns opphold i helseinstitusjon, FOR-2000-12-01-1217 <http://www.lovdata.no/cgi-wift/lides?doc=/sf/sf/20001201-1217.html> lastet ned 2.10.15

³ Hafstad og Øvreide (2011, s. 136) uttrykker det slik: «Både fagfolk og andre mener at det først og fremst er barnets omsorgspersoner som er ansvarlige for barnets utvikling og trivsel. Følgelig vil foreldre, både av omgivelsene og av dem selv, bli oppfattet som en sannsynlig årsak til at barnet ikke trives eller utvikler seg tilfredsstillende, eller at de opprettholder barnets problemer.»

⁴ Kun foreldrene til tre av barna forteller at de raskt konkluderer med at de ikke trenger å ha skyldfølelse: for to av barna gjelder det tap av eller alvorlig sykdom hos nærpersoner, for ett av barna forklarer moren hvorfor hun ikke føler på skyld med: «Jeg har vært en gammeldags mamma!»

DE ER TAKKNEMLIGE FOR
AT BARNET FÅR ET TILBUD
OG FYLLER ROLLEN DE
TROR EKSPERTEN HAR
TILTENKT DEM.

psykiske lidelser er «complex and interacting, more like networks than individual linear pathways» (Kendler 2005, s. 435); også kalt den bio-psyko-sosiale modellen (Den norske legeforening

2012; Helsedirektoratet 2008). Når denne forståelsen har vokst fram, kan foreldrene fokusere på den andre fasen. Det sentrale spørsmålet nå er: Hvordan kan jeg hjelpe barnet mitt?

FRA HJELPSØKING TIL HJELPSOM HJELP

Når den psykiske vansken er erkjent, følger også en erkjennelse av at dette er en problematikk familien ikke kan løse selv. De orienterer seg om hvor de kan få hjelp. Foreldrenes pågåenhet, forståelsene de møter i den første kontakten enten det er helsesøster, fastlege, kontaktlærer eller barnevern, kunnskap om hjelpetjenestene og personlig kjennskap til fagpersoner, har betydning for hvor raskt barnet kommer til utredning i BUP. Mange opplever ventetida som krevende: *Du vet bare at det er noe som er skrekkelig galt... Det var ingen svar å få... det var bare spørsmål...*, sier faren til Kristian.

Brukermedvirkning er sentralt i offentlige dokumenter om psykisk helsevern for barn og unge. Helsedirektoratet (2008, s.13) presiserer: «Brukerne i tjenester rettet mot barn og unge er definert som barn, unge og deres foreldre.» Det anbefales at utrednings- og behandlingsvirksomheten «gjennomføres i tett samarbeid med pasient og familie» (ibid., s. 23). Å realisere dette er en stor utfordring. De færreste opplever at BUP bidrar aktivt til en samskaping av forståelse. Ekspertene sitter med svaret når opplysningene er gitt, og foreldrene stiller sjelden spørsmål. Kun unntaksvis forteller de om behandlere som presenterer sin forklaring på hvorfor barnet har utviklet sin vanske, mens de møter et mangfold av implisitte forklaringer.

Det er sentralt for alle å dele egen kunnskap om barnet og familiesituasjonen med BUP. *Jeg har jo bare tenkt at de må jo bare få se oss og våre behov, ellers kan ikke de hjelpe oss*, sier ANNA. Samtidig kan dette oppleves som belastende: *Det var ikke noen bra opplevelse i det hele tatt egentlig! Du var på en måte granska (...). Veldig sånn at du følte at de leita veldig etter å finne noe*, sier FINN. Noen opplever vektleggingen av tidlig barndom i utredningen som implisitt kritikk; andre at fagfolks fortolkninger av situasjoner barnet har fortalt om, gjør vondt: *Jeg sitter der og tenker og kjenner at de har jo så rett, at hadde det ikke vært for meg så hadde det ikke vært problemer*, sukker ANNA.

Foreldrene står i utgangspunktet i en avmektig posisjon i forhold til ekspertene når forhandlingene om forståelser, roller og posisjoner gjøres. De er takknemlige for at barnet får et tilbud og fyller rollen de tror ekspertene har tiltenkt dem. Den tradisjonelle tilnærmingen i BUP er den mest utbredte i materialet: Barnet i individuell terapi og foreldrene, hvis de får et tilbud, i samtaler med en annen kliniker uten barnet. Forholdet til de profesjonelle og deres faglige forståelser, eller mer korrekt de forståelsene foreldrene legger behandlerne siden det sjelden gjøres eksplisitt, er av stor betydning for hvordan de ser på seg selv som foreldre, og for hvordan de «gjør» foreldreskap. I intervjuene kommer ettertanken, som hos FIONA: *Jeg tenkte ikke så mye på det da, for da tenkte jeg at det er nok sånn det er (...). Vi kunne ha tatt litt styring. Og ikke at ho skulle ha ansvaret. Ho var for dårlig til det!*⁵

For de fleste er det greit med den graden av samarbeid de inviteres inn i, de godtar ekspertenes diagnoser, behandlingsformer og posisjonering av dem enten de havner som *inkluderte*, *informerte* eller posisjoner jeg analyserer fram i

⁵ Frida (14 år) er avkreftet på grunn av anoreksi. Likevel skal kostlista hennes være mellom henne og behandleren; hun skal selv ta ansvar for å følge kostlista, som foreldrene ikke informeres om.

materialet. De inkluderte foreldrene erfarer brukermedvirkning; de informerte får informasjon om barnets tilstand og litt råd om hvordan de bør opptre, mens de ekskluderte sitter på gangen eller i bilen mens barnet er inne til timen sin.⁶ De som havner i ekskluderte og informerte posisjoner, opplever seg som avvist som ressurs for eget barn, og syns det er tungt: *Det å ikke bli involvert, det var trasig! Det er på en måte helt imot min natur!* sier FINN.

INGER og IVAR inkluderes i behandlingen av datteren og får støtte fra BUP når de sliter. IVAR oppsummerer: *Vi var et team rundt henne!* Dette har direkte innvirkning på deres mestring av hverdagslivet. Når de har behov for å diskutere hvordan de skal håndtere en krevende situasjon, kan de ringe datterens behandler. INGER forteller: *Jeg var ikke alene om det, altså! Nei, det var jeg ikke!*

Også RITA erfarer at hjelperne inkluderer henne og mannen i arbeidet med Randis tilfriskning. Gjennom samtaler på poliklinikken styrkes hennes opplevelse av mestring fordi hun får støtte på å være intuitiv. *Jeg tenker mer med hjertet enn med hodet egentlig.* Hun forteller at terapeuten sier til henne: *Du har alt sammen du! Bare bruk det!*

Materialet viser at det snarere er unntaket enn regelen at foreldrene opplever seg som inkluderte aktører og ressurspersoner i barnets behandling; selv om det er de som står i det daglige strevet. Foreldrerollen har brutt sammen, de vanlige strategiene som fungerte før barnet ble *dårlig* eller *sykt* og som fungerer med søsken, er ikke lenger anvendelige. De forteller om langvarig strev for å tilpasse foreldrepraksisen til den nye situasjonen gjennom den tredje fasen.

FRA KAOS TIL KONTROLL

Thune-Larsen og Vrabel (2004, s. 2255) kategoriserer et barns spiseforstyrrelse som «det sentrale organiserende prinsipp» i familienes liv. Informantene mine beskriver situasjonen som *altoppslukende*. Gjennom å «gjøre» foreldreskap over tid med justeringer i forhold til barnets reaksjoner, noen med veiledning fra BUP, oppnår de økt kontroll over de daglige utfordringene. De beveger seg fra intuitiv håndtering av problemene til bevisst mestring.

Familier må håndtere det innbyrdes samspillet og ivareta oppgavene i forhold til omgivelsene på nye måter når et av medlemmene får personlige problemer (Dencik mfl. 2008). For foreldrene er skolen den arenaen, utover familien, som tillegges størst betydning for barnets tilfriskning. Men la oss starte hjemme.

HJEMMEARENAEN

Familie erfarer både daglige merbelastninger og akutte toppbelastninger. Dette er langvarige stressorer i familiene. ODA sier belastninga for *de som står i det hele tida, er enorm!* Hun mener terapeuter primært må forstå seg som støttespillerne: *Det har vært min jobb (...). De så henne kanskje en gang i uka (...). Den rollen de har, er tross alt bitte, bitte liten.*

De praktiske merbelastningene er store. Barnets symptomer og eventuelle reaksjoner på terapi må takles hjemme. Å hjelpe en angstfylt fjortenåring med næringsdrikk flere ganger for dagen tar tid. Å sitte dag etter dag på en kafé rett ved skolen for å være tilgjengelig for en 13-åring med skolevegring eller å prøve å unngå at tvangshandlinger tar hele dagen, er tidkrevende og tungt. Er barna for dårlige til å gå på skolen, må foreldrene bli hjemme. Også foreldre med mindre grad av

⁶ Kunnskapssenteret (2008) viser at kun 38,5 % av foreldre deltar ofte i behandlingene på BUP, 12,8 % aldri og 48,7 % av og til. Dette er foreldre til barn under 16 år.

daglige merbelastninger forteller om tidsbruk som sjelden tematiseres: å kjøre barnet til samtaler hver fjortende dag gjennom et år, sitte alene og vente og samtidig kjenne at en kommer til kort fordi barnet trenger dette tilbudet. Det tapper for energi å følge opp et barn med en psykisk vanske; særlig timene da en ikke er deltaker, beskrives som belastende, slik PIA sier: *Nei, da ble jeg bare sittende i bilen eller jeg satt inne på venterommet der – så min tid ble kasta vekk så utrolig!*

Så er det møtene: på skolen, hos PPT, ernæringsfysiolog, fysioterapeut, barnevern og lege; møter de selv ofte må ta initiativ til, slik ANNA forteller: *BUP drev med sine ting, skolen drev med sine ting, og jeg prøvde å springe imellom og få samordna dette og ingenting skjedde!*

Mange foreldre må beskrives som hverdagsterapeuter. MONA forteller hvordan hun gjennomfører det Mia kaller eksponeringsterapi.⁷ Mia sliter med angst, men vil ned i kjelleren, og moren hjelper henne skritt for skritt, men bruker situasjonen til å utfordre henne når hun oppdager utkleddningsklærne sine:

Så stod jeg nede i gangen og så tok jeg en stol og så satte jeg den litt unna, men ganske nær trinnet, og så hengt jeg posen med klærne der, og så sa jeg: «Nå kan du hente den!» Så var ho nødt sjøl å hente posen! Eller første dagen så gikk ho vel bare to trinn, men så neste dag noen til. Men så gikk ho ned og så måtte ho strekke seg etter posen for å nå den. Og så tok ho den med seg og gikk opp! Men da hadde ho kommet ned trappa!

Alle foreldrene forteller om en slik balansegang mellom å støtte og utfordre.

Familiemedlemmene utsettes for store medsvingninger på grunn av relasjonen til det syke barnet. ODA sier at datteren tar mye plass, og at hun og sønnen blir sugd inn i humørsvingningene hennes. Det er ikke mulig å forbli upåvirket: *Som mor å se at ho sliter – det sliter på meg!* Gjennom å gjøre en innsats, å «gjøre» foreldreskap, bekreftes de på at de er sentrale i barnets liv. Å stå i det er et gjennomgående tema. EVA mener innsatsen hennes har bidratt både til opplevelse av mestring og samtidig bearbeiding av skyld: *Så jeg har klart på en måte å ta de rundene, og jeg føler det nå at skylda er vekk!* Skole-hjem-samarbeidet er en viktig arena for disse rundene.

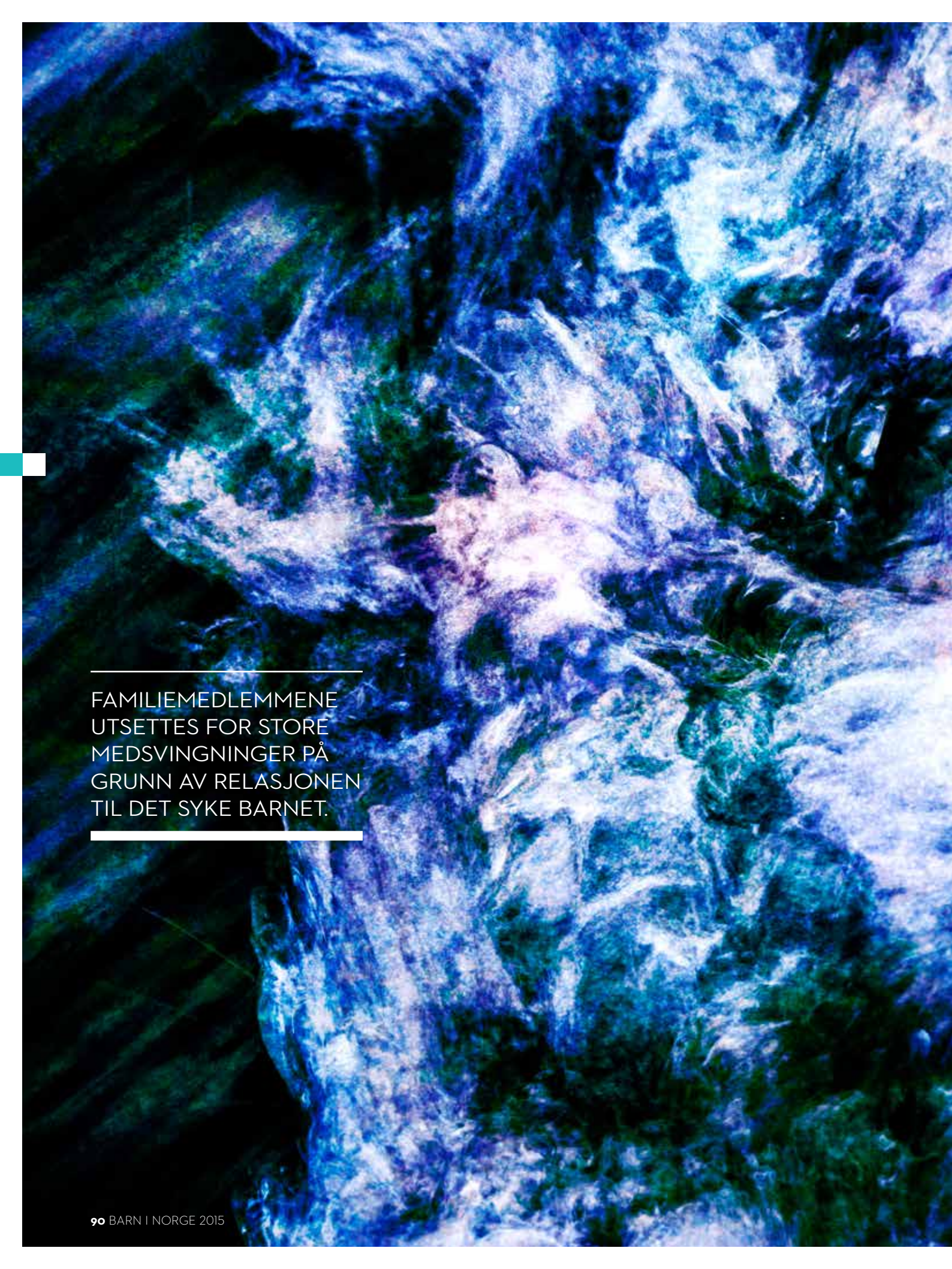
SKOLE OG VENDEPUNKT

«Når barn og unge har det bra på skolen, trives og finner mening, inspirasjon og trygghet, skal det mye til av vonde opplevelser på andre felter i livet før det går galt», påpeker Øia og Fauske (2010, s. 166). Min studie viser at når det har «gått galt», er skolen av avgjørende betydning for barnets tilfriskning og livskvalitet.

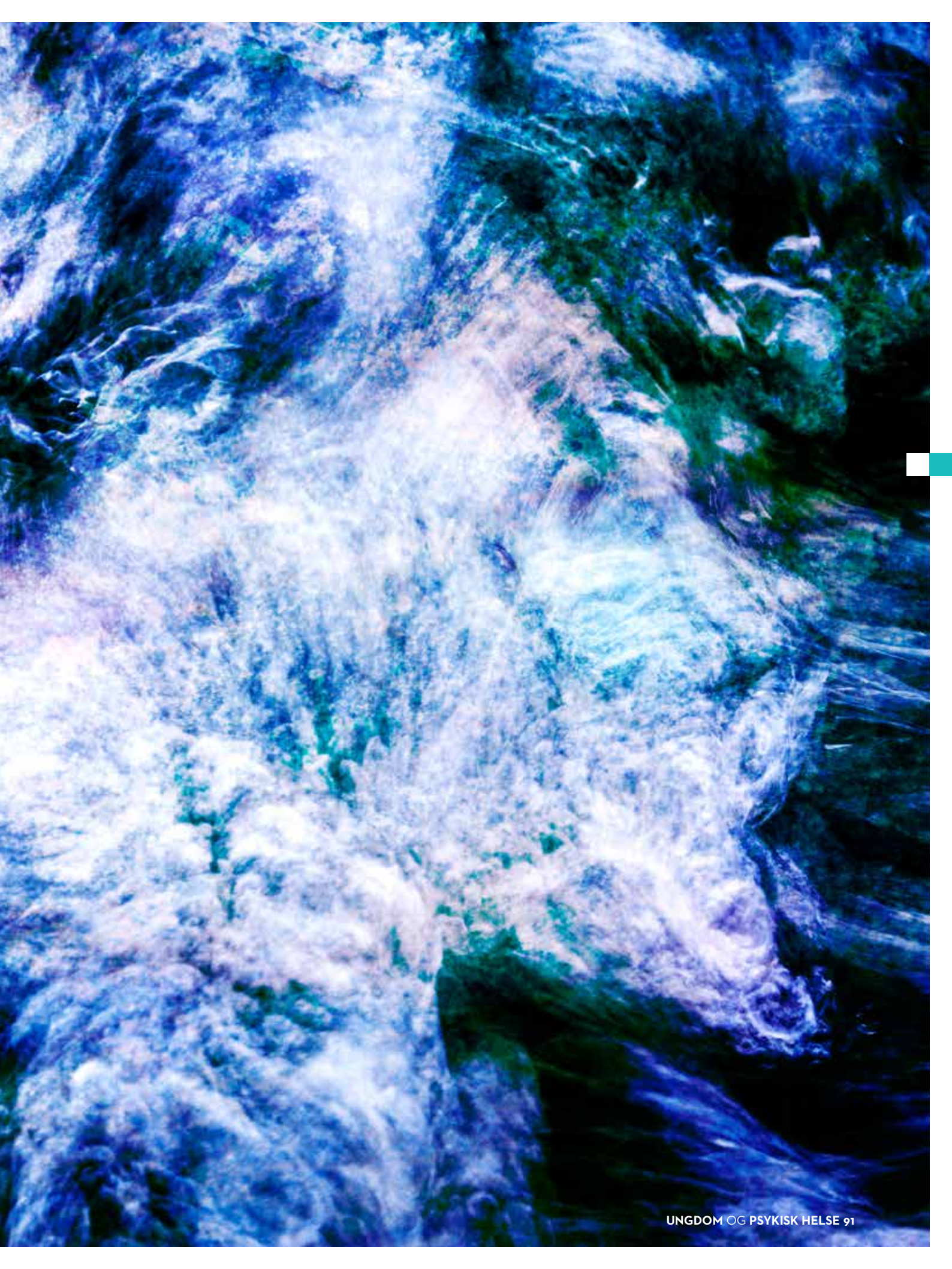
Det er selvsagt for foreldrene at de skal engasjere seg i barnets skolesituasjon, og de legger stor vekt på skolen; faglig og sosialt. Alle har hatt både positive og negative erfaringer. Mange opplever seg som «problemet» i skolens øyne⁸ og erfarer at skolen bruker grensesetting som svar på barnas psykiske vanske. Den gjennomgående erfaringen er at barnet blir møtt med en «Ta deg sammen-mentalitet». Mange erfarer også manglende informasjonsflyt mellom skolene ved overganger og innenfor en og samme skole. Informasjon som gis til PPT eller kontaktlærer, formidles ofte ikke videre til faglærere. Dermed kan tilretteleggingen svikte for disse barna

⁷ Jeg er telefonobservatør i et møte mellom Mia, foreldrene og BUP. «Eksponeringsterapi får jeg hjemmel» sier hun som begrunnelse for ønsket om «pratetimer» på BUP, ikke eksponeringsterapien de tilbyr.

⁸ Huges mfl. (1999 i Drugli 2008) finner at lærere kategoriserer foreldre som enten problem, konsumenter eller partnere i samarbeidet, men det er kun partnerrollen som bidrar positivt.



FAMILIEMEDLEMMENE
UTSETTES FOR STORE
MEDSVINGNINGER PÅ
GRUNN AV RELASJONEN
TIL DET SYKE BARNET.



som foreldrene mener trenger skjerming og ekstra oppfølging for at skoledagen skal bli så trygg at de kan lære. Innsatsen til den enkelte læreren er avgjørende for god nok tilrettelegging, men det er lite kunnskap om emosjonelle vansker i skolen. SOLVEIG sier kontaktlæreren er forståelsesfull: *[Sara] hadde ikke noe spesialopplegg, men fikk lov til å gå ut på et eget rom hvis ho trengte det. Rektor uttaler derimot på et møte at ho ikke kunne ha noe særbehandling!* Det blir vanskelig å få Sara på skolen etter dette, og moren gir ofte opp: *Og så gikk jeg og hadde dårlig samvittighet for at ho ikke kom seg på skolen!*

Foreldrefortellingene viser at skolebytte ofte innebærer vendepunkt i tilfriskningsprosessen, og at skolesituasjonen har stor innvirkning på livskvaliteten. Lærer støtte framtrer som det (Danielsen 2010) kaller en «nøkkelfaktor». For Kristian blir overgangen til videregående et vendepunkt. Han blir møtt som en ung mann med angst og ikke som en vanskelig gutt som foreldrene ikke setter grenser for. Læreren er opptatt av hva han trenger av forutsigbarhet og tilrettelegging for å mestre skolehverdagen, og samarbeider både med gutten og ved behov med foreldrene. Vendepunkt er kun starten på en forandring; jobben fortsetter, på alle arenaene hvor barna deltar, og det trengs oftest oppfølging fra foreldrene for å sikre kontinuitet og kvalitet i hjelpa. For noen er det nødvendig med radikale tiltak for å oppnå endring i en fastlåst situasjon. Innleggelse på sykehus, av barnet alene eller familien samlet, kan være vendepunkt på veien fra kaos til kontroll og tilbake til den vanlige hverdagen, og den fjerde og siste fasen.

FRA DET EKSTRAORDINÆRE TIL DET ORDINÆRE

Spørsmålet nå er om barnet faktisk er friskt igjen. Kan man virkelig bli helt frisk av en psykisk lidelse? Informantene trøster seg med at om barnet har en økt sårbarhet, så har

erfaringene med tilfriskning gitt dem en styrke de kan hente fram dersom de skulle rammes igjen. KARI understreker: *Det går an å ha en psykisk vanske og samtidig være psykisk sterk!*

Det som skiller seg fra den foregående fasen, er en formidling av aksept, optimisme og framtidstro, av å være igjennom. Barnets vanske er ikke lenger den akselen hverdagslivet dreier seg rundt. Foreldrene har fortsatt med seg en «parathet»; en kontinuerlig observasjon av barnet for å avverge situasjoner som kan bli vanskelige, og for å tilrettelegge for stadig økende selvstendighet og egenansvar hos barnet. Slik blir dette en fase med utfordringer knyttet til balansering av kjærlighet og autoritet, slik det er for alle foreldre til ungdom (Hennum 2002), men med ekstra utfordringer fordi de fortsatt må ta hensyn til barnets vanske. KARI uttrykker det slik: *Alt handler ikke om angst selv om han trekker seg tilbake og vil være for seg selv (...) Men å være der hele tida – i tilfelle det er det!*

Det etableres nye samhandlings- og kommunikasjonsformer gjennom sykdomsperioden. Når barnet friskner til, må disse reforhandles. Foreldrene er over i en fase hvor de må bevege seg fra en helt nødvendig tett relasjon til å tørre å gi slipp – og den er jammen meg ikke enkel, sier KARI. Å normalisere relasjonen til en mer kulturelt anerkjent norm for foreldre-ungdom oppleves som krevende for foreldrene; en prosess de gjerne skulle hatt støtte til. Dette er i tråd med det foreldre til barn som har overlevd kreft, beskriver (Björk 2008, s. 35): De skulle hatt oppfølging også etter tilfriskningen fordi «parents again found themselves in a new situation and they experienced being in uncharted territory».

Gjennom denne fasens normaliseringsarbeid, reforhandling av foreldre-barn-relasjonen og familiens rekonstruksjon viser foreldrenes fortellinger hvor sentral kommunikasjonen med

barna om oppveksten og sykdomserfaringen er for forståelsen av seg selv som gode nok foreldre. De henter fram det barna har sagt i ettertid om situasjonen de har vært i, og bruker det i sitt meningsarbeid. ODA bekreftes av datteren på måten hun har forholdt seg til henne på: *Det er i hvert fall det ho sier sjøl da – at det er så fint for: det er ho som må bestemme, det er ho som må tenke. Men jeg får ho til å begynne å tenke!*

Denne fasen, hvor hverdagsslitet ikke lenger er så *overveldende*, er en fase for ettertenksomhet. Familien restruktureres, og rollene reforhandles. Fokus flyttes fra rehabiliteringen av det psykisk syke barnet til de andre barna. FIONA sier det slik: *Men sånn i ettertid så ser jeg nok mest på det at de to søsknene Det nytta ikke å strekke til; det gjorde det ikke!* HANNE mener at søsknene har latt være å stille krav til foreldrene og prøvd å ta så liten plass som mulig, for de tenker: *«Nå har de nok, så nå kan ikke vi snakke!»* Hun understreker at hun og mannen har fulgt opp skole, lekser og fritidsaktiviteter, *men det har ikke vært nok, kan du si...*

Foreldrenes engasjement, innsats og utholdenhet i barnets tilfriskningsprosess er stor. Hvordan kan vi forstå denne omfattende innsatsen?

DEN VIKTIGE FORELDREKRAFTEN

For foreldrene er å *bidra, å stille opp, å støtte, å hjelpe* sentralt. Barnet som sliter, har krav på foreldrenes tid, hjelp og støtte. De beskriver både en plikt og en rett til å bidra. Svaret på spørsmålet om hvorfor de har stått sånn på, er, i tillegg til undring over at jeg spør om noe så selvsagt, ulike varianter av *Du elsker selvsagt barnet ditt! Det er jo min unge! Du har ikke noe valg!*

Dette hadde de gjort igjen. FINN sier:

Det var jo på en måte ikke noe spørsmål om vi skulle gjøre den innsatsen eller ikke! Så jeg føler ikke at det er noe offer, men jeg føler på en måte at, jeg føler at det vi har gjort, har bidratt til at ho er kommet såpass langt som ho har gjort nå. Det hadde ikke vært nok med bare sykehuset!

Hennum (2002, s. 65) peker på at kjærlighet ikke tematiseres når forskere studerer familier, men «tas som en gitt størrelse». Gillis og Rennick (2006, s. 165) kaller fraværet av dimensjonen «foreldrekjærlighet» for «the remarkable silence on parental love» i forskning og klinisk praksis. Det ble etter hvert foreldrekjærligheten som opptok meg i analysene.

Sjöberg og Blom (1993) identifiserte kraften i kjærlighetsrelasjonen da de samlet fortellinger fra foreldre til barn med funksjonshemninger. De introduserte begrepet «foreldrekraften» som Olsen senere (2008, s. 195) definerte slik: «Den kraften som springer ut av foreldrenes kunnskap og kompetanse i forhold til deres eget barn. Det er en kraft som bygger på den kjensgjerning at foreldre ikke bare kjenner best til barnet – de kjenner også mest for barnet.» Foreldrenes innsats handler altså om kjærlighet. Hvordan skal vi så forstå kjærlighet?

FORELDREKJÆRLIGHETEN

Løgstrup (1991) skiller mellom «naturlig kjærlighet» og «nestekjærlighet», hvor den naturlige kjærligheten er biologisk, psykologisk eller sosialt betinget, slik som mellom foreldre og barn, ektefeller eller venner. I relasjoner bygd på naturlig kjærlighet utgjør den andre «en levende del af ens eget liv. Den andens lykke eller ulykke er en væsentlig del af ens egen lykke eller ulykke,» ifølge Løgstrup (1991, s. 154). Den naturlige kjærligheten innebærer at vi er «forviklet» i hverandres liv (ibid., s. 148). Også kjærlighetsbegrepet i Axel Honneth sin

anerkjennelsesteori omhandler «primære relasjoner som består av sterke følelsesmessige bindinger mellom få personer etter mønster av erotiske parforhold, vennskap og relasjon mellom barn og foreldre» (Honneth 2007, s. 104). Innenfor feministisk teori omtales kjærlighet som en sosial kraft «a «power», a capacity to make something new in humans and their social and physical worlds» (Jónasdóttir 2010, s. 21). Styrken i foreldrekjærligheten er stor.

Sternberg (1986) identifiserer tre dimensjoner i sin kjærlighetsteori: *Intimitet*, følelsen av nærhet, kontakt og tilknytning, er sentralt i alle kjærlighetsrelasjoner. *Lidenskap* kjennetegner mest det romantiske forholdet, men også andre forhold preget av sterke emosjoner. Den tredje dimensjonen innebærer et valg knyttet til *forpliktelse* med et mål om en langvarig relasjon. Sternberg framhever foreldrekjærligheten som preget av en slik implisitt forventning om forpliktelse, slik vi har sett informantenes opplevelse av å ha en rett og en plikt til å bidra.

FORELDREVERDIGHETEN

Foreldrekjærligheten er sentral for å forstå foreldrenes engasjement og innsats for barna, men når jeg analyserer intervjuene, ser jeg at det er noe mer i spill: I møtet med psykisk sykdom hos eget barn bidrar den dominerende sosiale konstruksjonen av «psykisk sykt barn» til et tap av foreldreverdighet. Samtidig vil foreldrenes erfaring av utilstrekkelighet overfor barnets vansker gjøre opplevelsen av tapt foreldreverdighet større.

ANNA løfter fram det jeg kaller «foreldrekraftens dobbelthet» gjennom utsagnet: *Du har på en måte lyst til at de skal lykkes. Selvfølgelig mest for deres egen del, men også fordi det gir deg en god følelse å ha lyktes som mor.*

Det primære for foreldrene er «kjærlighetsprosjektet» – å rehabilitere barnet. Samtidig har de et «verdighetsprosjekt» – å rekonstruere seg selv som gode nok foreldre. Å ikke kunne realisere egne forestillinger om godt foreldreskap medfører tap av foreldreverdighet ved at man svikter en moralsk forpliktelse. Foreldreverdigheten kan krenkes i møter med profesjonelle (Lundqvist & Nilstun, 2007). Foreldreverdigheten kan krenkes gjennom barnets atferd (Ytterhus 2006; Mørch 2011). Også indirekte kan barnets atferd true foreldreverdigheten, som fravær av bekreftelse på «good enough mothering» (Segal 2001).

Kampene for å rehabilitere barnet og rekonstruere seg selv som gode nok foreldre er gjensidig avhengige gjennom tilfriskningen, slik figur 6 på neste side viser.

ANERKJENNENDE BEHANDLING

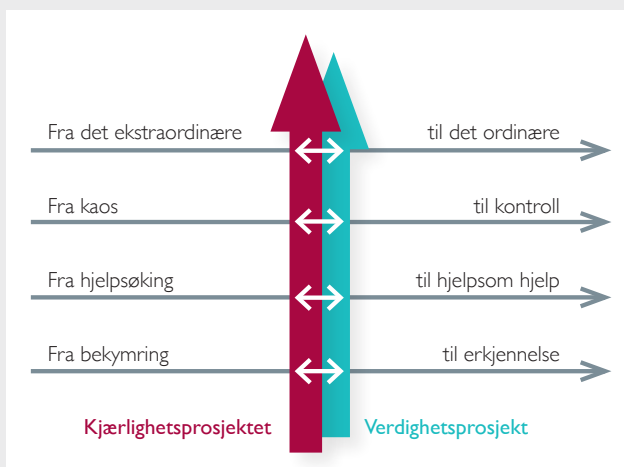
Moses (2010, s. 161) oppfordrer ansatte i barne- og ungdomspsykiatrien til å ta et oppgjør med inngrodd forestillinger om «mother-blaming» og anbefaler behandlingstilnærminger «as inclusive of family members as possible». Hun bygger på et normativt «bør» for å styrke foreldrenes selvforståelse, eller foreldreverdighet, og ikke på forventet bedret effekt av behandling. Mens Moses (2010) posisjonerer foreldre som ressurser og subjekt med «foreldrekraft», kan manualiserte foreldreveiledningsprogrammer stå i fare for å posisjonere foreldre som objekt for opplæring, opprettholde ekspertenes makt med fare for ytterligere tap av foreldreverdighet.

Dersom en samskaping av forståelse skal være mulig, må relasjonene mellom behandlere, barnet og foreldrene være dialogiske, og partene må anerkjenne hverandre som verdifulle aktører. Anerkjennelse er ifølge Honneth (2003) det avgjørende kriterium for verdig liv. I tillegg til kjærlighet som aner-

DET GÅR AN Å HA EN PSYKISK VANSKE OG SAMTIDIG VÆRE PSYKISK STERK.

kjennelsesform i de nære relasjonene må vi også erfare rettslig anerkjennelse innenfor den rettslige sfæren og solidaritet og sosial verdsetting i sosiale fellesskap for å utvikle og opprettholde et positivt forhold til oss selv (Honneth 2007). Gjennom sosial verdsetting viser man «de andre mere end respekt og tolerance, jeg oppfatter mine livsmål som noget, der muliggøres eller beriges af de andres evner,» påpeker Honneth (2003, s 144). Tilfriskning bør forstås som et slikt «livsmål».

I møtet med foreldre må behandlere anerkjenne foreldre-kjærligheten, bidra til at de får realisert retten til medvirkning og inkludere foreldre og barn i dialoger i utredning og behandling i et solidarisk fellesskap. Da kan foreldreverdigheten gjenvinnes og også effektivisere behandlingen i BUP fordi foreldrekraften og terapien drar i samme retning. Det betyr at foreldre ikke lenger sier: *å ikke bli involvert, det var trasig!*
Men: *Vi var et team rundt henne!*



Figur 6 – Det doble og gjensidige tilfriskningsprosjektet gjennom fasene.

REFERANSER

- Bech-Jørgensen, Birte (1999). *Normalitetsbilleder. Et studie ud fra den tværgående evaluering af Socialministeriets Storbypatrulje*. Aalborg: Aalborg Universitetsforlag.
- Björk, Maria (2008). Living with Childhood Cancer. Family Members' Experiences and Needs. *Doktorgradsavhandling i medisin*. Lund: Lunds Universitet. Medisinsk fakultet.
- Danielsen, Anne Grete (2010). Supportive and motivating environments in school: Main Factors to make well-being and learning a reality. *Norsk Epidemiologi* 20 (1), 33–39.
- Den norske legeforening (2012). *Faglig veileder for barne- og ungdomspsykiatri*. Veileder 2011. <http://alturl.com/9feno> Lastet ned 4.5.2012.
- Dencik, Lars, Schultz, Jørgensen, Per & Sommer, Dion (2008). *Familie og barn i en opbrudstid*. København: Hans Reitzels Forlag.
- Drugli, May Britt (2008). *Atferdsvansker hos barn – evidensbasert kunnskap og praksis*. Oslo: Gyldendal Akademisk forlag.
- *Forskrift om barns opphold i helseinstitusjon*. FOR-2000-12-01-1217 <http://www.lovdata.no/cgi-wift/ldles?doc=/sf/sf/sf-20001201-1217.html> lastet ned 2.10.15
- Gillis, Jonathan & Rennick, Janet (2006). Affirming parental love in the pediatric intensive care unit. *Pediatric Critical Care Medicine*, 7(2), 165–168.
- Haavind, Hanne & Øvreeide, Haldor (red.) (2007). *Barn og unge i psykoterapi. Terapeutiske fremgangsmåter og forandring*. Oslo: Gyldendal Akademisk.
- Hasle, Bente (2013). Kjærlighet og verdighet i tilfriskningsprosesser – om foreldreskap når barn har en psykisk vanske. *Doktoravhandling ved NTNU*. Trondheim. Fakultet for samfunnsvitenskap og teknologi-ledelse, Norsk senter for barneforskning. <http://brage.bibsys.no/xmlui/handle/11250/269079>
- Helsedirektoratet (2008). Veileder for poliklinikker i psykisk helsevern for barn og unge. *Veileder IS-1570*.
- Hennum, Nicole (2002). Kjærlighetens og autoritetens kulturelle koder: Om å være foreldre til norske 15-åring. Oslo. *NOVA-rapport* 19/2002.
- Honneth, Axel (2003). *Behovet for anerkendelse*. En tekstsamling. København: Hans Reitzels Forlag.
- Honneth, Axel (2007). *Kamp om anerkjennelse*. Oslo. Pax Forlag.
- Jónasdóttir, Anna G. (2010). Love in Our Time – A Question for Feminism. I Anna G. Jónasdóttir og Sofia Strid (red.). *Proceedings from GEXcel Theme 10: Love in Our time: A Question for Feminism – Spring 2010*. Linköping University. Tema Genus report Series
- No.12:2010 – LiU. *CFS Report Series No.14:2010: 19–30* http://www.genderexcel.org/?q=webfm_send/77. Lastet ned 1.4.2012.
- Kendler, Kenneth S (2005). Toward a Philosophical Structure for Psychiatry. *American Journal of Psychiatry*, 162(3), 433–440.
- Kunnskapssenteret (2008). Foresattes vurderinger av tilbudet ved barne- og ungdomspsykiatriske poliklinikker i 2006. Resultater fra en nasjonal undersøkelse. *PasOpp-rapport* nr. 2-2008.
- Lundqvist, A. & Nilstun T. (2007). Human dignity in pediatrics: The effects of health care. *Nursing Ethics* 14(2), 215–228.
- Løgstrup, Knud E.(1991). *Den etiske fordring*. København. Gyldendal.
- Mathiesen, Kristin Skjelderup, Kjeldsen, Anne, Skipstein, Anni, Karevold, Evalill, Torgersen, Leila & Helgeland, Helene (2007). Trivsel og oppvekst, barndom og ungdomstid. Nasjonalt folkehelseinstitutt *Rapport* 2007:5.
- Moses, Tally (2010). Exploring Parents' Self Blame in Relation to Adolescents' Mental Disorders. *Family Relations*, 59(2), 103–120.
- Mørch, Willy-Tore (2011). Kognitiv atferdsterapi for barn med atferdsvansker *Tidsskrift for Norsk Psykologforening*, 48(1), 40–45.
- Nelson, Antonia M. (2002). A Metasynthesis: Mothering Other-than-Normal Children. *Qualitative Health Research*. 12(4), 515–530.
- Olsen, Bennedichte Rappana (2008). Følelser i bevegelse I Bente P. Bø og Bennedichte C. Rappana Olsen (red.). *Utfordrende foreldreskap – under ulike livsbetingelser og tradisjoner*. Oslo. Gyldendal Akademisk.
- Segal, Eleanor (2001). Learned Mothering: Raising a Child with ADHD. *Child and Adolescent Social Work Journal*, 18(4), 263–279.

- Sjöberg, Inger & Blom, Malena (1993). *Föräldrakraft. Föräldrar till barn med funksjonshinder berättar om livet och mötet med samhället. Barn-föräldrar-samhälle-gruppen*. Stockholm: Utbildningsförlaget.
- Sternberg, Robert J. (1986). A Triangular Theory of Love. *Psychological Review*, 93(2), 119-135.
- Thune-Larsen, Kari-Brith & Vrabel, Karianne (2004). Spiseforstyrrelser – hvordan arbeide med familien? *Tidsskrift for Den norske lægeforening*. 2004; 124:2254-2257
- Ytterhus, Borgunn (2006). Vendepunkt – fra «småunge» til «storunge» i Jan Tøssebro og Borgunn Ytterhus (red). *Funksjonshemmete barn i skole og familie – inkluderingsideal og hverdagspraksis*. Oslo: Gyldendal Akademisk.
- Øia, Tormod & Fauske, Halvor (2010). *Oppvekst i Norge*. Oslo. Abstrakt. 2. utgave.



VOKSNE FOR BARN

Stortorvet 10 > 0155 Oslo > Tlf: 488 96 215 > vfb@vfb.no > vfb.no