
Krisepedagogikk

*Innspill til bearbeiding og videre arbeid i skolen
etter terror på Utøya og i Oslo, 2011*

Barneskolen / ungdomsskolen / videregående

Av
Jon-Håkon Schultz
Nasjonalt Kunnskapssenter om Vold og Traumatisk Stress,
Magne Raundalen
Senter for Krisepsykologi, Bergen.

Denne veilederen gir innspill til hvordan lærere kan møte alle elevene ved skolestart; hvordan en kan tilrettelegge for en samlande tilnærming som gir bearbeiding, forståelse og læring, samt å komme tilbake til vanlig skole etter terroren i Oslo og på Utøya.

Veilederen omhandler ikke hjelp til pårørende av drepte personer eller hjelp til overlevende. De berørte får hjelp og støtte gjennom aktivering av lokale kriseplanene som eksisterer i hver enkelt kommune og ved berørte skoler.

Innhold

Innledning

De sterke reaksjonene avtar gradvis

Overordnet mål: skape oversikt og forståelse

Det terapeutiske perspektivet

Den viktige faktafasen

Moral, verdier og solidaritet

Sårbare grupper av elever

Hva vi kan si om senvirkninger – til de eldste elevene

Hvorfor gjorde han det?

Huskelapper til lærere

Innledning

Det er allerede blitt sagt av våre fremste politikere og samfunnsforskere at terrorhandlingene 22. juli i Regjeringskvartalet og på Utøya kommer til å påvirke og endre den neste generasjon. Med et slikt perspektiv som bakteppe, er det viktig å betrakte det vi skriver her som et forsøk på å strukturere skolens begynnelse på møtet med elevene i den nye tid, nå når nasjonens skolebarn gjeninntar klasserommet. Det første spørsmålet er kanskje hvilket språk skolen vil benytte seg av når de skal skrive og snakke om det forferdelige som har hendt. Vi foreslår at de kaller bomben i Regjeringskvartalet for en terrorhandling, i likhet med det vi møter i de fleste medier. Videre foreslår vi *ikke* at de snakker om *hendelsen* på Utøya. Det handler om massedrap utført av en masse-morder.

Vi har ingen ferdig oppskrift på hvordan skolen håndterer en terrorhandling i Regjeringskvartalet med 8 drepte og Høyblokken med statsministerens kontor og omkringliggende departement fullstendig rasert. Vi har ingen oppskrift på hvordan skolen håndterer det faktum at bombemannen legger veien til AUF-leiren på Utøya og henretter 69 personer - ungdommer og deres hjelpere. Vi anbefaler likevel ikke at hver enkelt skoleleder og hver enkelt lærer finner sin egen måte å gjøre dette på. Innspillene vi her presenterer har sitt utspring i erfaringsbasert krisepedagogikk og er ment som et rammeverk for en felles og mer systematisert måte å møte elevene på.

Det er to forhold vi vil minne om, selv om det handler om selvfølgeligheter. For det første: det skjedde ikke i går. Det betyr at elevene som kommer til skolen etter ferien allerede i flere dager har gjennomlevd terror og massedrapene. Opplevelsene har de hentet fra ulike steder i ulike sammenhenger, noen langt fra Norge på ferie, andre fra ferie i Oslo, og atter andre i lokalsamfunn hvor kistene vendte hjem med de døde, eller med overlevende på førstesiden i lokalavisen. Det betyr at alle elevene, fra første klasse og til og med videregående, allerede møter med en forståelse, en holdning og en foreløpig form for bearbeiding. Det skolen inviteres til å ta fatt på er ikke begynnelsen på konfrontering med katastrofen. Vi kan vel bruke Churchills ord om at det handler om "the end of the beginning." Og det er her vi mener at nettopp krisepedagogikken har sin styrke.

Det andre vi vil minne om er behovet for å legge opp til en samtale og dialog tilpasset alder og utviklingsnivå hos elevgruppen. Dette handler om pedagogenes kjernekompetanse og i denne veilederen tar vi for gitt at lærerne er eksperter på form og innhold tilpasset elevenes nivå. Vi vil likevel tilslutt i veilederen komme med noen innspill til hvordan man kan takle det vanskeligste spørsmål alle elever stiller seg selv uansett alder: "Hvorfor gjorde han det?"

De sterke reaksjonene avtar gradvis

Det spontane behovet, som de fleste barn har, for å snakke om de grufulle inntrykkene fra terror og massedrapene vil gradvis avta. Størst er uttrykksbehovet de første ukene i etterkant. På grunn av et pågående og vedvarende medietrykk vil imidlertid behovet for å snakke også være til stede ved skolestart når klassekamerater gjenforenes etter ferien. Men hvorfor er det viktig med krisepedagogikk?

Krisepedagogikk er ikke terapi. Den består i å få satt viktige ting på plass slik at den normale hverdagen kan fortsette som før. Vi har ikke glemt hjemmets hovedrolle, ei heller

betydningen av lek og glede. Men etter ferien vil skolen spille en sentral rolle i å møte elevene med en krisepedagogisk strategi som samler dem gjennom å gi oversikt og forståelse.

Det blir anbefalt å starte skoleåret med en markering for ofrene på Utøya og i Regjeringskvartalet. Sammenlignet med tsunami-markeringen som alle skoler hadde i 2005, er tidspunktet denne gang annerledes ved at begravelser og offisielle minnestunder allerede er gjennomført. Markeringen for ofrene bør peke fremover og fokusere på positive forhold som god kriseledelse, økt samhold gjennom enorme minnemarkeringer i hele landet. Markeringen blir ett ledd i skolenes krisepedagogiske strategi.

Når det gjelder å innlede samtaler om terrorhandlingene og massedrapene har vi en viktig huskeregel: Det er nødvendig å koble til, for å kunne koble fra. En 10. klassing forklarer denne regelen etter sine erfaringer fra tsunamikatastrofen i 2005. ”Det var greit å snakke en del om det, for å få det ut av tankene”. Det eleven beskriver er at han får tilkobling til de skremmende tankene, slik at han selv kan bli mer effektivt i stand til å koble dem fra og ta kontroll over påtrengende tanker. Vi vet også at elever på alle alderstrinn er blitt eksponert for rystende inntrykk i media og på Internett. Flere har hatt sterke emosjonelle reaksjoner og fremfor alt vil elevene ha en rekke ubesvarte spørsmål når skolen begynner.

Overordnet mål: skape oversikt og forståelse

Det er et overordnet mål for dialogen med elevene om terrorhendelsen og massedrapene at læreren skaper en form for sammenheng gjennom samtaler. Det skal skapes sammenheng på to plan. For det første skal elevene få en forståelse, tilpasset alder og forstand, for det som har skjedd. Det bør gis en nøktern oppsummering med de nødvendige detaljene av at en bombe ble sprengt i Oslo og om ungdommene som ble skutt på Utøya. I tillegg må de yngste elevene få innblikk i det omfattende hjelpearbeidet som startet med en gang, og oppdatering på hvordan overlevende og pårørende vil få hjelp over tid. For elever i ungdomsskolen og på videregående kan en gi mer inngående kunnskap om reaksjoner og behandling for traumatiske hendelser (se detaljerte beskrivelser senere i dokumentet). Den andre sammenhengen vi ønsker å oppnå er sammenheng mellom tanker og følelser hos eleven selv. Her dreier det seg om å få uttrykke egne tanker og følelser, slik at disse blir satt bedre på plass. For de yngste elevene handler det om å formidle trygghet og bearbeide frykten for at terrorhendelsene skal influere på barnas dagligliv og framtid. Det gjelder også tanker og følelser knyttet til at terror er det verste av alt for dem som opplever det, og at noen blant de som var der er barn og ungdom på deres egen alder. Et mål er at de skal få terroren og massedrapene til å henge sammen med allerede etablerte verdi- og moralbegreper for hva mennesker kan gjøre mot hverandre. For å skape sammenheng hos elevene må det læreren presenterer være:

- *begripelig*: det må være konkret nok og nært nok til at de kan integrere det i sine kognitive rammer,
- *håndterbart*: det må være trygt nok til at de kan ta det inn i stedet for å skyve det bort, det vil i praksis si at de kan gi egne uttrykk for tanker og følelser,
- *meningsfylt*: det må angå dem og de må få en klar forståelse av hvorfor vi voksne vil snakke med dem om forferdelige ting i stedet for å la det være.

Det siste punktet er av stor betydning for det videre arbeid. Klassen må få en klar forståelse av hvorfor de skal få anledning til bearbeide og arbeide med noe så forferdelig som terrorhendelser og massedrap. Elevene vil reagere ulikt på at temaet blir et innslag i skoledagen. Vi tror at mange vil kjenne et visst ubehag. Det blir viktig å erkjenne og bekrefte dette ubehaget. For de minste barna kan man lansere begrepet “snakkemedisin” som begrunnelse. Utfordringen til den enkelte lærer blir å tilrettelegge arbeidet på en slik måte at barna kjenner at det er meningsfylt, at de blir tryggere, og at de får kunnskaper som er viktige for dem.

En godt formidlet, felles plattform for dette arbeidet i skolen blir aller viktigst for de elevene som har egne traumeopplevelser, fordi de har flyktet fra krig og forfølgelse. En annen gruppe elever vi skal være ekstra på vakt for å ivareta er elever med muslimsk bakgrunn. Gjerningsmannen har eksplisitt tilkjennegjort sitt hat overfor islamisme og muslimske innvandrere både i Norge og i Europa.

Det terapeutiske perspektivet

På grunn av den ufattelige grusomheten i handlingene og den svært nærgående formidlingen av denne gjennom media, velger vi å se på elevenes møte med fakta som en form for krise, fordi mange ikke har innlærte mestringsstrategier for terror og skremmende situasjoner der ute i samfunnet. I alle fall ikke når de er så grufulle og kommer så nær. Slike strategier må læres, og dette er en del av den krisepedagogiske strategien. Elevene kan reagere med frykt, usikkerhet og angst. Noen får fysiske symptomer som magevondt, hodepine og søvnproblemer. Det er til stor hjelp for elevene å få støtte til å uttrykke seg, snakke om sin frykt, formulere sin sorg og fortvilelse og uttrykke sin medfølelse og solidaritet med uskyldige ofre på deres egen alder. Elevene må dermed trygges i at dette er naturlige reaksjoner og at de mest ubehagelige vil avta i sin styrke. Det hjelper å snakke om det, det hjelper og være sammen med andre og at det hjelper å gå på skolen, leke og gjøre mer av de vanlige tingene en pleier å gjøre.

Alder og utviklingsnivå: Det sier seg selv at det terapeutiske aspektet med demping av angst og frykt blir viktigst for de minste, selv om det ikke er fraværende i tilnærmingen til de eldste. Vi tenker da på grupper med spesielle behov fordi de har tunge og traumatiske opplevelser i sin bakgrunnshistorie. For de store elevene, fra femte og oppover, vil vi anbefale at man etter markering og minnestund legger mer vekt på det pedagogiske i oppfølgingen, samtidig som man følger oppmerksomt med enkeltelever som åpenbart ikke har det så bra.

Ulike trossamfunn har involvert elever i ritualer som lystenning og bønn. Vi har hatt nasjonale markeringer og minnestunder. Dette er eksempler på bearbeiding i en krisesituasjon. Nå må barna følges videre til neste fase.

Den viktige faktafasen

Terroren og massedrapene har fått en enorm mediedekning i hele verden og selvfølgelig i Norge. Journalistene i nyhetsredaksjonene har arbeidet døgnet rundt for å sortere informasjon og velge ut og sette sammen alle mosaikk-bitene til en forståelig helhet. Dette er vi voksne avhengig av for å få sammenheng og mening i det som skjer – slik at det blir begripelig og håndterbart. Skolen har en viktig funksjon i å fungere som en ”nyhetsredaksjon” for elevene. Mange av oppgavene til en slik redaksjon er velkjent pedagogisk terreng. Det vil blant handle om å gi elevene

- historiske knagger for å forstå hva terror er
- kunnskap om årsaker til terror
- kunnskap om hva høyreekstremisme er og informasjon om hvordan disse ulike grupperinger ser på terrorhandlingene
- kunnskap om hvordan andre land beskriver at Norge velger å møte terror med større åpenhet og mer demokrati
- kunnskap om rettssystemet; hva som skjer med gjerningsmannen, fengsel og straff
- kunnskap om hjelpearbeidet; både det umiddelbare samt oppfølging av berørte og pårørende over tid
- kunnskap om reaksjoner: formidle kunnskap om hvordan en hjelper mennesker i sorg, samt hvordan en kan håndtere sin egen sorg og hvorfor elever må passe på å skjerme seg selv fra å hente frem skremmende bilder og historier som er tilgjengelig på nettet
- innsyn i hvordan hele landet har reagert med minnemarkeringer og forklaringer på hvorfor det å delta i fellesmarkeringer gir en helseeffekt
- hjelp på alle trinn til å kanalisere sorg og medfølelse inn i konstruktiv handling

Jens Stoltenberg har sagt at Norge aldri blir det samme, men hvordan Norge endrer seg er opp til oss alle. Hva innebærer dette for elevene i barneskolen, i ungdomsskolen og på videregående?

I skrivende stund har både fagpersoner og kulturskribenter gitt uttrykk for at vi må håndtere og kanalisere sinne og raseri på en konstruktiv måte når vi kommer ut av sjokkfasen over at noe sånt kunne hende hos oss.

Barneskolen og ungdomsskolen har fått et nytt hjelpemiddel og et nytt redskap i å hjelpe elevene til å forstå kriser som presenteres i nyhetene. NRKs Supernytt er nyhetsredaksjonen for barn der profesjonelle journalister arbeider med å presentere nyhetene på en forståelig og håndterlig måte. Til skolestart har Supernytt arbeidet med å produsere en TV-nyhetssending for barn som oppsummerer terroren og massedrapene. Denne sendingen vil være tilgjengelig på NRKs nettsider og vil kunne fungere som en samlende informasjon for elevene. Supernytts nettsider vil også kunne gi barne- og ungdomsskoler inspirasjon og innspill til det videre krisepedagogiske arbeidet.

Moral, verdier og solidaritet

I det siste tiåret er utvikling av moral og læring av verdier i barnealderen blitt et stadig mer aktuelt tema i psykologisk og pedagogisk forskning. Hovedkonklusjonen er at barnas anskuelser ikke skapes i et tomrom. Det er ”midt i trafikken”, i dagliglivet og fra media, at de får de sterkeste impulsene. Blir de nærmeste voksne i barnas liv, foreldre og lærere, både unnvikende og utydelige når det gjelder moralske dilemmaer, er det kameratgruppen og bruddstykker fra media som tar over. Den vanskelige debatten rundt moral og verdier må fremheves i skolens opplæring. Terrorhendelser skaper en slik pedagogisk mulighet.

I denne sammenheng vil vi oppfordre skolene til å la elevene få anledning til å vise sin solidaritet – hvilket det tilrettelegges for gjennom minnemarkeringen. I tillegg kan det parallelt med informasjon og samtale gis åpenhet for ideer og muligheter for hvordan elever kan gjøre noe konkret for å bidra til ”det nye Norge”. Vi foreslår ikke dette som en terapeutisk aktivitet for barna. Det må heller ikke legges fram på en slik måte at barna nå skal ta et ansvar som er alt for stort. Da vil det bare forsterke maktesløsheten. Ansvaret for et trygt Norge tilhører i høyeste grad voksenverdenen og landets regjering. Og elevene må få vite at våre myndigheter tilbyr svært godt helsearbeid og støtte til pårørende og berørte. Poenget her og nå er egenverdien av å kanalisere en solidaritet og et engasjement som ellers ville renne ut i likegyldighet – en følelse av at ”det nytter ikke å gjøre noe, det er ikke noe å gjøre for oss, vi er bare barn og dermed tilskuere”. Vi tenker her på å bygge opp følelsen av at vi bryr oss og at hele Norge står samlet – det har en egenverdi.

Sårbare grupper av elever

Dette er et generelt tema som må rettes ikke bare til skolen, men også til skolehelsetjenesten, PP-tjenesten og barne- og ungdomspsykiatrien. Elever som er berørt av tidligere kriser og traumatiske opplevelser er ekstra utsatt, ved at sterke og vedvarende nyheter som handler om krisepregede hendelser gjenkaller tidligere opplevelser. Erfaringer både fra den massive mediedekningen av Irak-krigen i 2003 og tsunamikatastrofen i 2004-05 lærte oss at skolen og skolens samarbeidspartnere bør være mer oppmerksom på denne elevgruppens behov. Det er ikke tilfredsstillende at skolen venter til elevene selv ber om hjelp, elevene bør bli møtt mer aktivt gjennom et direkte initiativ.

De som rammes er individer: De som rammes av en katastrofe eller av andre ytre, dramatiske hendelser har alltid én ting felles: hver enkelt er et individ. Det er vårt utgangspunkt for å understreke at man aldri kan lage en kriseplan eller et håndteringsopplegg på forhånd som passer den enkelte. Det betyr ikke at konkrete planer ikke er anvendbare eller at de er unyttige. Det innebærer heller ikke at individuell tilnærming eller behandling bestandig er det beste. Det vi fremholder betyr kort og godt at alle planer må formes, utføres og evalueres med det for øye at de hjelper og støtter individet. I praksis betyr det at også de kollektive manifestasjonene som minnestund og samling av alle elevene i gymsalen må planlegges og utformes i et individentsentrert perspektiv. Det samme gjelder de mer inngående samtalene i klassene etterpå og langtidsoppfølgingen for dem som trenger det mest.

Foreldreveiledning er alltid aktuelt: Foreldreveiledning dreier seg om både den konkrete veiledning om hva de best kan gjøre hjemme, og om veiledning om når foreldrene skal bli bekymret nok til å søke hjelp fra profesjonelle.

Hva vi kan si om senvirkninger – til de eldste elevene

Vi har registrert at eldre elever, mot slutten av ungdomsskolen og videregående, er opptatt av hvordan det går med alle de ungdommene som overlevde Utøya. De som reddet livet men ble utsatt for de verst tenkelige opplevelser og inntrykk. Hva skjer med dem videre, hvordan kan de leve med de forferdelige inntrykkene? Noen spør faktisk om de vil være ødelagt for livet. Om dette vet vi mye fra tidligere erfaringer og fra forskning. Vi må være sannferdige, og det innebærer både positive og dystre budskap når det gjelder framtiden til de unge overlevende fra Utøya. De gode nyhetene handler om all den forskning vi har på hjelp mot kroniske traumer. Særlig dersom de sterkest rammede får kvalifisert hjelp på et tidlig tidspunkt. Til ungdommen kan vi også si at vennestøtte er veldig viktig for å få kraft til å konfrontere traumene og derved komme seg igjen. Det dystre perspektivet er at situasjonen som oppsto under det djevelsk utspekulerte angrepet, er den verst tenkelig: De ble truet på liv og død, de så venner bli henrettet, mange var overbevist om at de selv aldri kom levende fra Utøya, det varte veldig lenge og de var usikre på hjelperne fordi de først trodde at drapsmannen i politiuniform var en hjelper. I tillegg må de bære på en uendelig sorg over kamerater og venninner. Vi er nødt til å innrømme at vi ikke har forskning som kan gi dekning for sterk optimisme. Det avgjørende blir at de får den best tenkelige oppfølging vi er i stand til å gi.

Vi har grunn til å tro at de sterke inntrykkene vil avta over tid. Men hos noen vil de ikke det. Disse vil trenge terapi, og derfor er det viktig å følge med på reaksjonene. Mange av dem som var på Utøya under angrepet, vil få såkalte posttraumatiske reaksjoner. Etter spesielt alvorlige hendelser er det vanlig at opp mot én av tre fortsetter å ha reaksjoner det første året. En traumatisk hendelse kjennetegnes ved at en selv utsettes for en livstruende situasjon, eller er vitne til at andre blir det. Personen utsettes for sterke følelser av redsel og følelse av hjelpeløshet. En traumatisk hendelse omfatter hendelser som krigsopplevelser, trafikkulykker, ran og overfall, voldtekt, naturkatastrofer og terrorsituasjoner.

Det er særlig tre typer reaksjoner som følger traumatiske hendelser: Gjennomlevelse, unngåelse og hyperaktivering. Dette er naturlige reaksjoner på en unaturlig hendelse. Det er når symptomene varer i lang tid og at de påvirker oss i så stor grad at vi ikke får utført vårt vanlige liv, da kaller vi det for PTSD; post-traumatisk stressforstyrrelse.

Gjennomlevelse består i at personen plages av såkalte invaderende minner, der de gjenopplever det som har hendt. Det kan være i form av påtrengende tanker som kommer når en ikke ønsker det og mareritt. Når en våkner av et slikt mareritt har kroppen slått på alarmsystemet slik at hjertet slår raskt, personen blir redd og opplever ny livsfare uten grunn. *Unngåelse* finner sted når en prøver å unngå tanker, personer, steder, bilder og situasjoner som minner om hendelsen. Det kan bli veldig strevsomt og ta mye energi. *Hyperaktivering* handler om at kroppen blir urolig, personen får konsentrasjonsvansker, må hele tiden være på vakt mot fare, får omfattende søvnproblemer og reagerer voldsomt på uventede, ufarlige hendelser.

Hvorfor gjorde han det?

Vi er klar over at mange lærere av naturlige årsaker vil unngå å gå inn på dette spørsmålet. For barna er dette imidlertid det viktigste spørsmålet, fordi det er sentralt i den nye tryggheten de forsøker å finne. En trygghet for at det ikke kommer til å hende igjen. Når vi tidligere har forklart de små barna om grusomme og skremmende handlinger, for eksempel skolemassakrene i Finland, som har visse likheter med dagens situasjon, har vi brukt begrepet “feiltanker” som utgangspunkt. Når ungdommen skaffet seg våpen og løp til skolen og skjøt i klasserommene og drepte elever og lærere, var det fordi han tenkte at han var en krigs eller var i krig, og han var en helt som skulle redde verden. Det var helt feil, fordi det var ingen krig, og det han gjorde var bare forferdelig. Feiltankene hans var blitt helt syke. Heldigvis er det veldig sjelden at noen får så syke feiltanker at de gjør det forferdelige de tenker. Det er i alle fall en trøst. Derfor er vi ikke redde når han som gjorde det er tatt. Vi frykter ikke at det skal hende igjen på samme måte. Vi forklarer også barna at det at vi er forskrekket ikke er det samme som at vi er redde. Vi er forskrekket fordi det er så grusomt og så sjelden, men vi er ikke redde for at det skal hende igjen her hos oss.

For de større elevene kan vi selvsagt ikke garantere at det ikke hender igjen, men vi er likevel så trygge at livet vårt går sin gang nesten som før. Temaet “feiltanker” har absolutt gitt gjenklang hos de større elevene når det har vist seg at grusomheter i form av massakre er blitt utført av personer som har levd i dataspill og på nettet sammen med andre med feiltanker gjennom lengre tid slik at de fikk forsterket og bekreftet sine hatefulle fantasier. Tilslutt levde de så mye av sin tid i det vi kalte nettets “mentale grotter” at de mistet kontakten med gode kamerater som kunne ha korrigert feiltankene deres (Se avsnittet ”livet i de mentale grotter” som beskriver den andre skolemassakren i Finland).

Det er viktig å vise respekt for barnas forstand, og ikke svikte dem på dette viktige punktet med å forsøke å gi en forklaring, hverken her og nå eller i framtiden. Prosessen med å forklare gjerningsmannen og hvordan Norge vil bli påvirket har for lengst startet i pressen. Et meget godt utgangspunkt for dialog med de store elevene, fra ungdomsskolen og oppover, er Dagbladets Magasin den 30. juli. Her er 25 fremtredende samfunnsaktører spurt om sine tanker om hva terroren og massedrapene betyr for Norge og framtiden. De kommer selvsagt inn på hvorfor-spørsmålet, og hva vi kan gjøre for at det ikke skal hende igjen. De nyanserte og varierte og velformulerte refleksjonene egner seg både som bakgrunn for egne refleksjoner og som utdrag og sitater for samtaler med elevene. Det dreier seg om personer som Thomas Hylland Eriksen, Finn Skårderud, Vibeke Løkkeberg, Hege Storhaug, Jan Egeland, Bjørn Nilsen, biskop Kvarme. Åse Kleveland, Gunnar Sønsteby, Bjørn Eidsvåg, Thorvald Stoltenberg, Kåre Willoch og flere.

Huskelapper til lærere

Vi avslutter med å oppsummere viktige punkter som vi også minner oss selv om når vi er i samtale med barn, og vi skriver dem ned på små mentale gule lapper som vi bærer med oss. Dette er hva vi har skrevet på våre egne huskelapper:

Ikke vente å se – gå for å se

Som lærer skal du aktivt sjekke ut hva elevene har fått med seg dersom du tenker at de er unødig uroet av kritiske hendelser. Det gjelder hendelser hjemme og ute. Nyheter fra fjerne

strøk kan virke nære når media bringer dem inn i stuen hver dag. Husk at alle aviser har en barneside, og det er forsiden. Alle barn som kan lese får den midt i ansiktet fra stativet og fra salongbordet. De verste forsidene skal faktisk ikke ligge der.

Gi voksen ryddehjelp

Tenk på hvordan du skal ordlegge deg når dine elever er blitt eksponert for forsider med krigstyper: Drept av mor, kvalt mens de sov, slo datteren i hjel med slegge. Når vi ikke kan beskytte dem i mediehverdagen, må vi hjelpe dem å rydde, slik at de kan lagre frykten på et rolig sted i hjernen. Det samme gjelder når det forferdelige har hendt på hjemmebane. Da bør du først prøve ut det du har tenkt å si sammen med andre forstandige voksne.

Barn trenger knagger

Gode knagger er ord og begreper som gjør at barnet kan forstå på sitt nivå, det vil si passende for sin alder. Får barnet faste knagger, kan de henge fra seg mye unødig frykt og bekymring, og de kan snakke om det som henger der. For små barn kan «langt borte, kommer ikke her» være en god knagg for en orkan. Andre ganger kan det hjelpe med «hender veldig sjelden, nesten aldri, jeg er ikke redd.» Større barn trenger å få begrunnet del i din egen trygghet.

Våre beste voksenforklaringer

Når det verste har skjedd, ber barna om klar melding fra omsorgsfulle voksne. Hvis det er sterke følelser i sving, får de ikke lagret forklaringen skikkelig i hukommelsen. De må få den flere ganger. De blir forvirret dersom det er store variasjoner fra gang til gang. Forklaringene må ikke bli verre etter hvert. Derfor må det verste være med i den første samtalen. De vil ha, og de fortjener, vår beste voksenversjon i et språk de kan begripe.

Åpne for å forstå – lukke for å få fred

Den vanskelige samtalen om det vonde og det verste har som mål at barnet skal forstå og bli roet av å snakke om det. Da må vi forsikre oss om at de virkelig blir det. Når vi med vår samtale åpner opp for å snakke om det verste, må vi forklare barnet at vi gjør det for at de skal få kontroll over de plagsomme tankene. Det er ikke et mål å fremkalle sterke følelser, det er et mål å dempe de uutholdelige som allerede er der.

Kan vi snakke med barn om alt?

Vårt svar er et betinget ja. Fordi du skal tilpasse ganske nøye for tid, sted og barnets alder. Dette skal ikke skremme deg. I vår praksis som psykolog og pedagog kan vi ikke huske at vi har fått henvist barn som er blitt skadet av åpenhet. Forutsatt at barnet var godt forberedt, og vi hadde tenkt oss om slik at vi tok det litt langsomt. Likevel uten å nøle. Vi har bare arbeidet med skadevirkningene av fortielsen, forvirringen, hemmelighetene og redselsfantasiene.

Det er en utfordring å lytte så barn snakker, og å snakke så barn lytter

Dersom du snakker som et leksikon når barnet bringer frem et vanskelig tema, ser barna seg om etter døren. Det samme gjør de dersom du bare sitter der stum og lytter. Da tør de ikke å snakke med deg. Det gjelder å finne balansen slik at man ikke blir underaktiv og samtalen dør ut, ei heller overaktiv for da slukner barnets oppmerksomhet. Når vi skal snakke med barn hjelper det å tenke på at vi er skapt med en munn og to ører. Det betyr at vi skal lytte dobbelt så lenge som vi snakker.

Generasjonsplikten

Er den iboende praksis vi finner i alle kulturer som består i at generasjonen av voksne systematisk overfører det viktigste de har erfart til den oppvoksende generasjon. Det er den

voksnes ansvar å hjelpe barna til å forstå omgivelsene. Det er ord og begreper som er forstandens verktøy. Det er vår plikt å fylle barnas verktøykasse slik at de får konkrete redskaper å benytte.

Det er urettferdig at barn skal være dobbelt så redde som oss voksne når de ikke trenger å være det, bare fordi vi ikke våger å snakke med dem. Det er ikke skadelig for barn å snakke, og det er ikke galt av oss å lytte.

Livet i de mentale grotter

Bakgrunnen for denne overskriften er opplysninger som er gravet fram etter de to skoledrapene i Finland. Vi er klar over at selve katastrofen henger sammen med forekomst og ukontrollert spredning av våpen som kommer i hendene på personer som mentalt sett lever i grenseland. Det nye momentet er livet i de mentale grotter, som vi har valgt å kalle det. Vi sikter til livet på nettet. Der kan de finne hverandre de med de mest avvikende og forstyrrede hat-tanker, hentet fra eget kaotiske indre, rettet mot autoriteter og tilslutt menneskeheten. Når noen av dem som kommer ut fra grotten med pistol i hånden offentliggjør sine hensikter får de full anledning til å presentere sitt eget selvbilde som nå er blåst opp bortenfor alle dimensjoner. De går til skolen for å iverksette drapene. Derfor har vi nå etter den siste katastrofen fått et nytt ord på norsk; *skoleskyting*. Vi er ikke ubetinget begeistret for dette. På den ene side har ordet svakere assosiasjoner mot det alvorlig enn for eksempel skolemassakre eller skoledrap. Men hvorfor skal vi i det hele tatt ha *skole* med, det er jo mennesker som blir drept? Er det rett og slett en forenkling av kommunikasjonen, a la Hadelandsdrapene, Fusadrapene og Åsta-ulykken? Eller slår det rot fordi skolen er mer involvert enn Hadeland i seg selv var?

Først vil vi gå litt tilbake, til Columbine Highschool i byen Jefferson i Colorado 20.april (Hitlers fødselsdag) 1999. I noen av grottene er dette ofte en stor dag. Det ble senere kjent at disse to ungdommene var to ensomme som hadde funnet hverandre og andre nettopp der inne. Det som fantes av skriftlighet på nettsidene deres viste seg å være et sammensurium av usammenhengende ideologi, egentlig svært lite knyttet til kunnskap om nazismen og Hitler, men fylt av hat, hevn og forakt. Det amerikanske lærerlaget tok Columbine-massakren svært alvorlig. Der ble 12 elever og en lærer drept. I ettertid analyserte lærerne det de kalte ”The Secret Life of Our Teenagers.” En analyse som endte opp med en konklusjon om at skolen ikke gjorde nok for å hente de i ”utkantstrøkene” inn til et normaliserende og positivt fellesskap. Lærerne gjorde også et poeng av at skolen var en lukket anstalt som ikke brukte sine muligheter til å åpne dørene for varierte fritidsaktiviteter og muligheter for forenings- og klubbiv over et bredt spekter. Nettopp for å forebygge at de ensomme ulvene bare fant tilgjengelige tilknytninger under jorden, eller retttere sagt i nettets mentale grotter. Vi har ikke kunnskap om hvor mye av dette som førte til endringer, men det gir i alle fall en støtte til dem som mener at vi må forsterke inkludering og forebygging slik at det onde ikke når oss.

Nå kan vi lese at Pekka-Eric Auvinen, fra den første massakren i Jokela, tydeligvis var en modell for Matti Juhani Saari i Kauhajoki. Ikke nok med det, de hadde for ganske lenge siden funnet hverandre der nede, og antagelig også møtt hverandre. Da får spekulasjonene om smitte-effekten en helt annen dimensjon. Det er forskjell på løse antagelser om raske copy-cat virkninger og handlinger som springer ut av et grotte-fellesskap. Vi har mye å tenke på, og mye vi kan gjøre. Faktisk var våkenhet for det som skjer på nettet, så vel i nattemørket som det som publiseres for alle interesserte på lyse dagen, et av hovedbudskapene for forebygging etter den første katastrofen. Mer enn tankevekkende er at ungdommene i Kauhajoki hadde tatt dette meget alvorlig og kommet med flere bekymringsmeldinger som skolen, særlig vaktmesteren, brakte videre til politiet. Som feilet. Vi kan vanskelig avvise de unges påstander om at katastrofen kunne vært avverget dersom elevene hadde vunnet tilstrekkelig gehør hos politiet.

Tilbake til skoleskytingen, skolemassakrene og skoledrapene. Er skolen et mål fordi den både er porten til en lysende framtid blant de privilegerte, og samtidig et bratt skråplan for de nederlagsdømte som kommer sammen i et hat mot alt og alle?