



Change is possible

Kommunikation for Livet

Uddannelse til Fredskultur *3 eksempler*

Her gives nogle eksempler på anvendelse af IVK i praksis (alle navne er ændrede):



Uddannelse til fredskultur

Første eksempel

Anna på 5 år kommer stormende ind til sin mor, Karen, der står i børnehavens garderobe og er ved at pakke madkassen ned i rygsækken. Anna klamrer sig til sin mors ben. Pædagogen, Hanne, er fulgt efter Anna ude fra legepladsen.

"Kom! Du kan lige så godt komme med. Det går ikke det der."

Anna vil ikke med. Hun gemmer hovedet i mors bukseben.

"Ja, Anna har altså lige bokset William i maven ude på legepladsen," forklarer Hanne henvendt til mor.

"Og hun vil ikke sige undskyld."

"Gå nu ud og sig undskyld, Anna," sukker mor træt: "Det ved du jo godt, at du skal, ikk'!"

"NEJ jeg vil ej!" råber Anna og kravler længere ind bag mors bukseben.

"Kom nu," siger mor vredt: "Det kan da ikke være så svært!"

Ved fælles hjælp får mor og pædagog bugseret den protesterende pige ud på legepladsen. Da de kommer ind igen – øjensynligt efter at Anna har afleveret sit "undskyld" til William - sætter pigen sig igen ved mors ben og begynder at græde.

"Nej – nu skal du da ikke græde," siger mor. Og pædagogen trøster, ikke længere vred:

"Nej, nu er der ikke noget at være ked af mere. Nu er I jo gode venner igen".

Mange af os kan sikkert genkende noget lignende fra vores egen omgang med børn. De voksne i eksemplet gør, det de gør, *med de bedste intentioner*. Som vi i øvrigt altid gør. De voksne i eksemplet formår på *ingen måde* at få kontakt med Anna. Og Anna slår tit. Hver dag. Der er flere af pigerne i børnehaven på Annas alder, som ikke vil lege med hende, fordi hun slår og er vild. Det er ikke svært at forestille sig, at pædagoger såvel som forældre føler afmagt over for Annas adfærd.

For at få kontakt med Anna, kan det være hjælpsomt at have fokus på hvad hendes behov evt. kunne være. Samtidig skal volden selvfølgelig standses *med det samme*. William har brug for at blive beskyttet og trøstet. Når vi har taget os af Williams behov og dernæst vender os mod Anna, kan vi vælge at se hendes slag i maven på William som et røgsignal. Målet er derfor ikke *bare* at komme af med røgen – at få Anna til at holde op med at slå, men at tage sig af det, der tilsyneladende brænder på for pigen. Her er processen at få kontakt med Annas behov, som evt. kan være behov for forståelse, empati, at blive set og hørt, at opleve sig værdsat, vejledning og støtte til at forandre relationerne med andre.

Chancen for at Anna ændrer adfærd og holder op med at slå stiger, når hun bliver mødt med forståelse og empati. Når vi flytter fokus fra hendes forkerte handling, til hvordan hun har det, siden hun slår. Når vi ser *hende* i stedet for *hendes handling*.

Det er klart, at jo mere vi retter på Anna, des mere vil hendes behov for forståelse og empati være uopfyldte.

Så snart den voksne har fokus på, hvilke almen menneskelige behov, der ligger til grund for, at Anna handler som hun gør, vil hun opleve sig taget alvorligt og rummet. Vi behøver end ikke gætte de helt rigtige og præcise behov hun måtte have. Alene det at rette opmærksomheden mod hendes behov, vil

ofte opleves som en lettelse. Derefter er det muligt at nå ind til det, der brænder på, og at hjælpe Anna med at give udtryk for det på en måde, som ikke gør ondt på andre.

Hvordan reagerer William, når han ser de voksne lytte med interesse, forståelse og empati til Anna?

Vil han opleve det uretfærdigt at hun mødes med interesse, forståelse og empati?
Erfaringerne viser at William reagerer med lettelse. Af flere grunde.

For det første øjner han måske en chance for at Anna holder op med at slå, når hun bliver set, hørt og forstået.

For det andet skaber empatien en atmosfære, som er mere tryk. Ingen skæld ud, men tillid til at også William vil blive lyttet til med interesse, forståelse og empati, når han har uoverensstemmelser med andre børn.

Andet eksempel.

En voksen kvinde, som blev mobbet af sin bror da de var børn, fortæller:

"Man skulle måske tro, jeg ville føle mig lettet og tryk når mine forældre løste vores konflikter ved at sætte min bror på plads med vrede. Sådan var det ikke. Jeg følte ingen glæde og lettelse over at være 'rigtig', når han blev gjort 'forkert' og fik det dårligt. Så længe man gør det ene barn til årsag for, hvordan det andet har det, vil der være skyld. Min bror fik skyld for, at jeg blev bange, og at min far blev vred – og jeg følte skyld over, at min bror fik skæld ud og blev ked af det.

Tænk hvis min far – i stedet for at skælde ud – havde prøvet at leve sig ind i min bror ved at gætte på hvilke uopfyldte behov, der lå til grund for drengens handlinger. Han havde ikke behøvet at ramme plet; bare det at udtrykke forståelse og interesse på en empatisk måde ville have gjort noget helt andet ved os alle sammen. Og tænk hvis han så havde været i stand til at støtte min bror i at få opfyldt de behov på en mere konstruktiv måde. Det ville have mødt mit eget behov for forståelse og hjælp og frihed til at være mig, fordi jeg så ville kunne give slip på skyldfølelsen over min brors frustrationer. Jeg ville have mere tillid til at chikanen holdt op, hvis min bror var blevet mødt med empati og hjælp. Det ville have været en enorm lettelse."

Hvis vi dømmes et barn skyldig og beder det om at sige undskyld, så er vi rollemodel for det, der er grundlaget for mobning. Børn der mobber gentager det system de ser voksne udøve, nemlig at det er OK at tilbageholde goder eller direkte straffe dem, der gør noget vi ikke kan lide. Eller give belønning i form af venskab og inklusion til dem, der gør noget vi godt kan lide. Begge dele opløses, når det lykkes os at skabe en atmosfære af forståelse og empati til alle parter i en konflikt. Det giver grobund for tillid, værdsættelse af forskellighed og inklusion.

Så lad os genspille første eksempel med Anna med fokus på behov:

Anna på 5 år kommer stormende ind til sin mor, Karen, der står i børnehavens garderobe og er ved at pakke madkassen ned i rygsækken. Anna klamrer sig til sin mors ben. Pædagogen, Hanne, er fulgt efter Anna ude fra legepladsen.

"Hej Karen. Anna og William er lige midt i en konflikt, som jeg gerne vil hjælpe dem med at løse inden I går.

Hanne sætter sig ned og kigger med åbenhed og interesse på Anna. "Hej Anna, jeg vil gerne forstå, hvad der er sket, så jeg kan hjælpe jer. Vil du fortælle mig om det?"

Anna vil ikke. Hun gemmer hovedet i mors bukseben.

"Hmm, så er du ked af det og vil du helst være hos din mor lige nu?" siger Hanne, idet hun fornemmer at Anna har behov for tryghed, og at det behov kan opfyldes ved at være hos mor lige nu.

"Ja, William er dum," snøfter Anna.

"Så William har gjort noget, du ikke kunne lide?" spørger Hanne, idet hun i sit tonefald viser indføling, uden at dømme William forkert. Hun har fokus på Annas behov for tryghed og for indflydelse på hvordan legen foregår.

"Ja, han skubber" siger Anna, og kigger skævt op på Hanne.

"Jeg vil gerne, at vi finder en måde at lege på, som er rar for både dig og William," siger Hanne, idet hun sanser Annas behov for tillid til at hendes velfærd tæller, samtidig med at hun rummer den samme omsorg for William. "Vil du gå med ud og tale med ham?"

Måske er Anna parat til det nu. Eller måske har hun brug for mere empati før hun kan slappe af og stole på at hendes behov tæller i den snak med William.

Mor går med ud.

"Hej William, vil du komme herhen og snakke om det, der lige er sket?" kalder Hanne. Hvis William forventer irettesættelse, har han sikkert ikke lyst til at komme. Hvis han derimod forventer at blive lyttet til med interesse, forståelse og empati, så har han sikkert tillid til at komme hen til en snak.

"Jeg så Anna slå dig i maven, William, og jeg vil gerne forstå, hvad der er sket, så jeg kan hjælpe jer begge to med at få det rart igen. Vil du fortælle mig det?" spørger Hanne, mens hun holder sin opmærksomhed på behovene for tryghed, støtte og vejledning hos begge børn.

"Anna ødelægger legen" siger William med trutmund.

"Hmm, så Anna har gjort noget, du ikke kunne lide?" spørger Hanne, mens hun holder fokus på, at begge børns behov tæller. Hun tilføjer: "Anna siger, at hun ikke kunne lide noget, du gjorde. Og jeg vil gerne have, at I begge to kan lege godt her". Hanne holder sin opmærksomhed på behov for forståelse og empati hos begge børn.

Måske er konflikten løst allerede her, og børnene viser det måske ved at rejse sig og signalere, at de er parate til at gå videre i livet. Eller måske er der brug for mere vejledning. Det vigtigst er at skabe en atmosfære af tillid til at begge børns behov tæller, og at ingen er forkert.

Erfaring viser, at børn oftest reagerer med større tillid, respekt og samarbejde, når de kontinuerligt mødes med interesse, forståelse og empati. En gang er sikkert ikke nok, men en gang kan plante et frø, der vil spire og gro, når empatien bliver gentaget.

Tredje eksempel:

Følgende eksempel kan bidrage til at tydeliggøre IVK processen, både i samspillet med barnet i historien, og i samtalen med forældrene:

Inger er pædagog i en børnehave. I hendes gruppe har hun Peter, en ny dreng på 4 år. Peter skubber eller langer ud efter de andre børn, når han går forbi, og han sparker, hvis de sidder for tæt. Han råber de andre børn ind i hovedet, og i det hele taget udstråler hans lille krop stor vrede. De andre børn tager afstand, og der kommer hurtigt negative forventninger til ham. De voksne griber ind ved at stoppe Peter, og dernæst at tale med ham og de andre børn om det, der er sket. Selv om de ofte vælger at lytte til Peter før de andre, har han tydeligvis ikke lyst til disse samtaler og bliver voldsomt ked af det.

Inger har arbejdet med IVK i flere år, og tager sig tid til at observere Peters behov. Igennem denne observation søger hun at komme nærmere på, hvad det er for behov, Peter har, og hvad børnehaven kan gøre i det daglige for bedre at møde dem. Hun tager initiativ til at ændre små ting i omgivelserne, så det bliver lettere for ham at falde til i gruppen, men det lykkedes ikke rigtig. Hun opfatter situationen som alvorlig, og vil gerne bidrage til at vende udviklingen i en mere positiv retning.

Så efter 14 dage beslutter hun at have en samtale med forældrene.

I starten af samtalen er det tydeligt, at forældrene føler sig usikre. Inger møder deres usikkerhed med forståelse og gætter på, hvilke behov der ligger bag forældrenes følelser her og nu i forhold til Peter. Inger har ikke nogen dagsorden eller liste over ting, hun vil have sagt. Hendes eneste mål med samtalen er at få kontakt med forældrene om deres søns trivsel. Efterhånden slapper forældrene af og bliver nysgerrige efter at høre Ingers konkrete eksempler på, hvad der er svært for deres søn. De er åbne over for det, Inger siger, fordi hun har vundet deres tillid. De oplever, at der bliver talt ud fra et ønske om at bidrage til drengens trivsel, og ikke ud fra kritik og bebrejdelse mod hverken forældrene eller deres søn. Nu udvikler sig en åben snak om, hvad det mon kan være for nogle behov, drengen har, og hvad der kan gøres for at møde dem.

Forældrene fortæller, at Peter har en lillebror, og at lillebror nok får meget opmærksomhed, fordi han siger og gør så mange sjove ting - han får dem til at grine. Mens de taler, indser de, at de nok har den holdning over for Peter, at han burde kunne klare sig selv, og at han burde vide bedre end at gøre noget, der får lillebror til at græde.

"Jeg bliver så frygtelig irriteret," fortæller Peters mor, og Peters far nikker.

Det går op for dem, at Peter er under voldsomt pres, fordi hans behov for nærhed, forståelse og varme igennem nogen tid ikke er blevet opfyldt. Peters far foreslår selv, at Peter nok savner en-til-en kontakt med ham, og han bestemmer sig for at bruge en halv time hver dag sammen med Peter til at lege og være sammen, på Peters præmisser og uden lillebror.

Allerede dagen efter samtalen kommer Peter smilende ind på stuen. Hans krop er afslappet, øjnene stråler. Efter en uge har han overskud til at være sammen med de andre børn på en behagelig måde, og kan veksle mellem at give og tage, lytte og tale.

Inger slutter sin fortælling sådan: "Det har været helt vidunderligt lige siden".

Det er relevant at overveje, hvordan Peter ville have udviklet sig, hvis han ikke på dette tidlige tidspunkt i sit liv var blevet set og mødt i sine behov. Hvordan ville han have udtrykt sig, når han kom i skole? Ville han være blevet en 'mobber'?