



Om smerteuttrykk

Pål Solhaug og Anette Andersen, RVTS Sør 2021.

Mange barn og unge som har med seg belastende erfaringer i kofferten sin forsøker ofte å skjule for omverdenen hvordan de har det, eller de viser det på måter som kan være vanskelig for andre å forstå. Det kan være mange grunner til det; de kan skamme seg, de føler seg annerledes, de har kanskje ikke erfart hvordan man viser og kommuniserer om vansker, eller de vet kanskje ikke selv engang hva de strever med, og hvorfor de oppfører seg som de gjør.

Det finnes mange måter å vise at vi har det vondt. Gråt som et tegn på at vi har det vondt, er lett for andre å forstå, men når vi slår, krangler eller har et grovt språk, kan det være forvirrende og skape misforståelser både for oss selv og de som blir slått eller ropt til. I traumebevisst praksis bruker vi betegnelsen smerteuttrykk for uforståelig atferd- et uttrykk for smerte. Uttrykket passer godt med hva den canadiske forskeren James Anglin (2002) fant gjennom samtale med ungdommer på institusjoner. Ungdommene beskrev sin indre opplevelse og følelse som *smerte*. Det gjorde de uavhengig av hva de strevede med, og om de var i barnevern, psykiatriske institusjoner eller i ungdomsfengsel.

Manglende ferdigheter

Når barn og unge viser sin indre smerte på måter som er vanskelig å forstå, er det ofte et uttrykk for at de har manglende ferdigheter til å uttrykke seg, samt manglende ferdigheter til å forstå det sosiale samspillet. Stuart Ablon (2018) snakker om at det handler ikke om manglende vilje til å oppføre seg ordentlig, det handler om manglende ferdigheter. Slike manglende ferdigheter kan være alt fra å kunne forstå og tolke noe så komplisert som andres ansiktsuttrykk og stemmeleie, til å kjenne igjen om en selv er sulten eller urolig. Det kan også handle om å kunne uttrykke seg språklig, eller forstå om en er lei seg eller sint.

Ord skaper virkelighet

Anglin (2002) fant også ut at omsorgspersonene ofte responderte på ungdommens uttrykk på en straffende og kontrollerende måte, det vil si at de møtte den primære smerten med sekundær smerte. Hvordan vi omtaler ulike uttrykk fra barn og unge er med på å forme hvordan vi ser på og handler i forhold til dem. Det kan utgjøre en stor forskjell for den unge om hans eller hennes uttrykk blir møtt med at den voksne ser på det som et uttrykk for en indre smerte, eller om uttrykket ses på som ondskapsfullt, oppmerksomhetssyk, manipulerende, gidder ikke og så videre. Det kan og gjøre en forskjell for den stille gutten på skolen om han blir møtt med at det må være en god grunn til at du er så stille, istedenfor krav om å si noe i klassen.

Å møte den unges uttrykk som et uttrykk for smerte vil som oftest vekke omsorg og empati hos den voksne. Ser man derimot på oppførselen eller væremåten som et uttrykk for latskap eller manglende vilje, vekker det gjerne andre følelser som irritasjon eller avmakt. Den voksnes følelser kommer gjerne til uttrykk gjennom ikke-verbale handlinger, og i hvordan man omtaler den unge ovenfor andre.

Vi må derfor øve oss på å tenke at dårlig oppførsel eller uforståelig atferd, kan være uttrykk for en stor indre smerte. En god hjelp for oss voksne kan være denne setningen;

“Dette barnet gjør så godt det kan. Det handler ikke om manglende vilje, men om manglende ferdigheter. Jeg lurer på hva som kom i veien akkurat i denne situasjonen?”

Dette kan gi grunnlag for gode møteøyeblikk og mulighet for vekst og endring hos barnet/ungdommen.

Referanser:

Anglin, J.P. (2002). Pain, normality and the struggle for congruence: Reinterpreting Residential care for children and youth. New York, NY: Howard

Ablon, J.S. & Pollastri, A.R (2018) The School Discipline Fix. Changing behavior using The Collaborative Problem Solving Approach., New York, London: W.W. Norton & Company

Jackson, A. L., McKenzie, R., & Frederico M., (2019). Addressing pain and pain-based behaviours for children and young people in child protection and out-of-home care. International Journal of Child, Youth and Family Studies 10(2-3).

