

28.02.2015 - Børn bliver også ramt af terror

Vi voksne kan også være bange

En terrorhandling har ramt Danmark og har med god grund rystet, skræmt og rørt os. For nogen endda på helt tæt og forfærdelig vis. Billeder og lyd af skud, angste, råbende, gestikulerende og løbende mennesker toner frem på skærmen.

Medieverdenen dækker massivt med ord og billeder i radio, tv og aviser de skræmmende begivenheder. Vi voksne ser forfærdede på, og kan ikke tro vores egen øjne. Er det sandt? Kan det virkelig passe, at det er lige her i vores eget gode lille Danmark, at noget så forfærdeligt udspiller sig. Lige for øjnene af os.

Rystede hidkalder vi hinanden og følger med uro og forfærdelse i stemmerne de skræmmende begivenheder. Vi taler sammen om det med ophidselse, frygt og vrede i stemmerne og kroppen. Går måske hvileløst rundt med bekymringen malet i alvorlige ansigter. Og, som det desværre viste sig. Ikke uden grund.

Også takket være medierne kan vi følge, hvordan et fantastisk beredskab i form af politi og sundhedsvæsen gør deres ypperste og en fremragende, uselvsk indsats for såvel at afværge katastrofen som for at afhjælpe de lidelser, gerningen afstedkom. Respekt, beundring og af hjertet tak til alle jer, der ofte med livet som indsats passer på os.

Angsten rammer børnene

Politi med store våben på tv- skærmen, løbende mennesker, masser af blomster, alvorlige mennesker, mor og far, der er forfærdede og ikke helt nærværende.

Det er også det, vores børn har oplevet i disse dage.

De kan ikke undgå at høre om det, og de mindre børn mærker, at noget er anderledes og alvorligt. De lidt større børn kan ikke undgå at høre om det blandt kammerater og i skolen. Så hvor gerne vi end ville, kan vi ikke skærme vores børn for den virkelighed, der presser sig på.

Spørgsmålet er derfor ikke, hvorvidt vi skal tale med børnene om det, der sker, og det, de ser og hører, men derimod hvordan vi taler om det.

Og ikke mindst hvordan vi taler med børn om det, vi ikke selv kan fatte.

Førhen, som ikke er så forfærdelig længe siden, sagde man ofte, at hvad børn ikke ved, har de ikke ondt af.

I dag er vi blevet klar over, at børn netop har ondt af det, de ikke ved, men som jo alligevel ud fra det, de ser, hører og oplever sætter spørgsmål i gang i deres små hoveder.

Forestillinger og fantasier, som kan gøre børnene endnu mere bange, fordi de måske fejfortolker, hvad det er, der sker.

Deres fantasi løber nemt løbsk, hvis ikke vi voksne taler med dem om det, de hører, ser og bliver bange for.

Og selv om vi i vores egen vildeste fantasi måske ikke havde forestillet os, at dette kunne ske, må vi altså tale med vores børn om de forestillinger, de har, så de ikke lades alene hermed.

Sæt jer derfor med jeres børn og fortæl dem, hvad der sker. Naturligvis på en måde, der er tilpasset børnenes alder og udvikling.

Lyt godt efter, hvad barnet spørger om

Børnene skal have svar på de spørgsmål, de er optaget af, og vi skal tale med dem om det, de er bange for.

Men som voksne må vi på samme tid berolige og fortælle, at det her er helt unormale omstændigheder. At det er meget, meget sjældent, at mennesker gør sådan noget i Danmark. At alle mennesker synes, det er helt forkert. At mennesker hjælper hinanden og passer på hinanden. At politiet passer særlig godt på os og gør alt for, at sådan noget ikke sker igen. At folk i Danmark ikke vil have, at sådan noget sker.

Husk også, at uanset, hvad der er sket eller sker, er det vigtigt aldrig at tage modet fra børnene. De skal tro og vide, at det stadig er godt at leve, og at de bliver passet rigtig godt på. Uanset hvad der sker i deres nære verden, i Danmark og i verden.

Anerkend barnets tanker og følelser

Sig ikke til børnene, at det må de ikke tænke på, men anerkend de følelser de har. Rum deres følelser og tal om dem, samtidig med, at du selv bevarer roen. Også når børnene måske spørger, om der så også kommer nogen og skyder jer, og om, hvem der så skal passe på dem.

For det er klart, at disse dages hændelser netop kan få børnene til at tænke videre og fundere over andre eksistentielle spørgsmål som dette.

Vi voksne kan jo ikke vide det. Men jeg tænker, at det her kan være på sin plads at fortælle, at I ikke har tænkt jer, der skal ske jer noget, og at jeres børn altid vil være passet på.

Vær rolig

Da min nevø for mange år siden spurgte sin mor, om hun og hans far skulle dø sagde hun, at de havde tænkt sig at leve mange år endnu.

Hvad nu, hvis I alligevel dør, insisterede han. Hvad så med mig?

Så skal du bo hos moster og onkel.

Ok, svarede han og vendte tilbage til det, han var i gang med, tilsyneladende tilfreds med det svar, der klart kunne berolige ham med, at han uanset hvad ikke var alene. Og i grunden tænker jeg, at forestillingen om det at blive ladet helt alene tilbage, er noget af det værste, et barn kan tænke sig. Meget kan der ske, og meget kan hænde, men for et barn kan forestillingen om, at det lades helt alene tilbage, være noget nær det værste.