

KRONIK DEN 3. MAJ 2014

Angst og banaliteter

At forstå angst som et magtmiddel og primært udtryk for opmærksomhedstrang er udtryk for en meget overfladisk tankegang. Det er en nedvurdering og en mistænkeliggørelse af de deltagende børn og forældres motiver i tv-udsendelse.



MIKAEL THASTUM
professor
Aarhus
Universitet

Historiker og forfatter Henrik Jensen har anmeldt dokumentarfilmen "De angste børn" i Jyllands-Posten 26/4. Når jeg, på trods af forfatterens begrænsede viden om dokumentarens emne, alligevel finder hans betragtninger interessante og værdt at bruge tid på, er det, fordi de på eksemplarisk vis repræsenterer en tankegang, der muligvis er ret udbredt i befolkningen, men også, fordi de fremstilles i en form, der i stedet for brug af argumenter søger at latterliggøre den forestillede modstander – i dette tilfælde produceren af dokumentaren, men desværre også de medvirkende børn og deres forældre.

Først lidt om sidstnævnte. Henrik Jensen kalder udsendelsen for »slet ikke en dokumentar, blot endnu et realityshow«.

De associationer, jeg, og sikkert de fleste andre, får til realityshowet som genre er eksempelvis Robinson Ekspeditionen og Big Brother, hvor underholdningselementet er det bærende, hvor det er produceren, der har sat betingelserne for handlingen, og hvor deltagerne typisk har meldt sig for at få opmærksomhed og blive tv-stjerner. Henrik Jensens kategorisering af udsendelsen som et realityshow er derfor svær at opfatte som andet end en nedvurdering og en mistænkeliggørelse af de deltagende børn og forældres motiver for at medvirke i udsendelsen.

Henrik Jensen omtaler »det hele« som et ufrivilligt portræt af, »hvad man kan kalde opmærksomhedsgivende angst – eller angst som magt«, som det nu endda er lykkedes for børnene at komme i fjernsynet med. At forstå angst som et magtmiddel og primært udtryk for opmærksomhedstrang er, hvad jeg vil vende tilbage til, udtryk for en meget overfladisk tankegang. Herudover opfatter jeg det som stærkt krænkende for de deltagende børn at antyde, at de får tilfredsstillet ønsker om opmærksomhed eller magt ved nu at komme i fjernsynet.

Historien bag dokumentaren er, at DR kontaktede Angstklinikken for børn og unge på Aarhus Universitet i efteråret 2013, med et ønske om at lave en dokumentarudsendelse om klinikken behandlingsprogram for børn og unge med angstlidelser, Cool Kids, som led i den aktuelle programflade om psykiske lidelser på DR.

På Angstklinikken forsker vi i behandling af angstlidelser for børn, og vi havde på det tidspunkt netop afsluttet et videnskabeligt lodtrækningsforsøg, der viste, at den relativt kortvarige behandling er effektiv for 60-70 pct. af børn med angstlidelser. Da der mangler viden om behandling af angstlidelser hos børn, indvilligede vi i et samarbejde. Vi spurgte familier på vores venteliste, om nogen, på

trods af den eksponering det ville give anledning til, ville være villige til at indgå i et behandlingsforløb, der blev vist på tv. Motivationen for familierne kunne, ud over at modtage behandling, være at bidrage til at udbrede viden om børn med angst.

Efter megen betænkningstid var der tre familier, der ville medvirke på trods af den offentlige eksponering, bl.a. med den motivation, at udsendelsens oplysende indhold måske kunne bidrage til, at der blev fokus på, at børn faktisk kan lide af angst, at børn, der lider af invaliderende angst, har meget få steder at få hjælp, samt at børnene i mange tilfælde faktisk kan hjælpes.

Vores betingelser for at medvirke var, at DR ingen indflydelse havde på, hvordan behandlingen foregik, eller på nogen måde kunne gribe ind i behandlingsforløbet. Efter afslutningen af behandlingsforløbet fik familierne og vi mulighed for at gennemse programmet og eventuelt med vægtige grunde ønske passager udeladt. Herudover havde vi ingen indflydelse på indholdet af programmet. De deltagende familier gennemgik vores sædvanlige procedure, før vi tilbyder behandling, blandt andet et diagno-

stisk interview, der bekræftede, at børnene havde angst i en grad, der opfyldte vores inklusionskriterier.

Familierne medvirkede altså mere på trods end på grund af tv-programmet.

Børnenes angst bliver i udsendelsen betegnet som en psykisk lidelse, hvilket Henrik Jensen kritiserer som en »udløber af tidens tendens til at sygeliggøre det banale«, og at udsendelsen nævner, at angst er en af de hyppigste psykiske lidelser blandt børn og unge, sætter han i anførelsestegn og kalder "ominøst", hvilket jeg har slået op og kan fortælle, betyder "ildevarslende" eller "faretruende".

Det er jo en meget relevant diskussion, om der i tiden er en tendens til at sygeliggøre normalpsykologiske fænomener og de eventuelle konsekvenser heraf. Som Henrik Jensen korrekt gør opmærksom på, er angst et normalpsykologisk fænomen, som vi ikke ville kunne klare os uden, og som det ville være meningsløst at behandle for. Selv "normal" angst har jeg dog svært ved at opfatte som banal, medmindre man herved forstår almindelig eller hverdagsagtig.

De fleste vil nok associere banal med også kedelig eller uoriginal,

altså lidt nedsættende, hvilket, jeg kan formode, her er Henrik Jensens ærinde. Men at kalde de medvirkendes angstproblemer for banale kan jeg kun opfatte som en mangel på forståelse for de pågældende børns vanskeligheder – og måske netop som et udtryk for hans forståelse af deres angst primært som deres ønske om opmærksomhed og magt og som konsekvens af forældrenes manglende påtågen sig et ansvar.

De færreste vil underkende, at angstlidelser hos voksne udgør et problem, som ikke er banalt, og som det er samfundsmæssigt relevant at interessere sig for – ikke mindst fordi angstlidelser medfører mange sygdomsmedførelser og derfor er dyre for samfundet – og at de næppe blot skyldes ønske om opmærksomhed.

Desværre er det en realitet, at også børn kan udvikle angstlidelser – og epidemiologiske undersøgelser af god kvalitet viser (ominøst eller ej), at angst er en af de mest hyppige lidelser hos børn, at ubehandlede angstlidelser kan fortsætte ind i voksenalderen, og at halvdelen af alle voksne med angst debuterede i barnealderen.

At det kaldes en lidelse, betyder blot, at der ikke er tale om normal

alderssvarende angst, men om angst, der i væsentlig grad griber ind i barnets dagligdag og hæmmer barnets udfoldelse, samt at barnet (og ofte også forældrene) i væsentlig grad lider under angsten.

Børn med angst kan for eksempel have tilbagevendende panikanfald, holde op med at gå i skole, få hjemmeundervisning, have konstante og ekstreme bekymringer om alt muligt, isolere sig fra jævnaldrende, have somatiske symptomer som mave- og hovedpine og udvikle invaliderende tvangstanker eller handlinger. Forældre til børn med angst forsøger ofte arbejde for at tage sig af deres barn. Børn med angst kan således også være dyre for samfundet.

Som med så mange andre psykiske lidelser er årsagerne til angstlidelser hos børn typisk komplekse og multikausale, men er ofte et samspil af genetiske faktorer, temperament og påvirkning fra omgivelserne. Et centralt kendetegn ved angstlidelser er undgåelsesadfærd, og børn med angst kan derfor både opleves som og være meget opmærksomhedskrævende.

Når angsten har magten over børnene, får den også hyppigt magt over forældrene, som i et ønske om at passe på deres barn nemt kommer til at underlægge sig angsten sammen med barnet.

I tilgift har mange børn med angst forældre, som selv har en rem af huden, og som derfor kan fungere som angste modeller for barnet.

I behandlingen af angstlidelser hos børn arbejder man med at udvikle barnets tro på egne kompetencer, med at slippe fri af den urealistiske angst og med at hjælpe barnet til at turde gøre de ting, barnet urealistisk frygter. Fordi forældrene i et forsøg på at hjælpe deres ængstelige barn ofte har udviklet en overdrevent beskyttende og kontrollerende adfærd, som kan være med til at fastholde barnet i dets undgåelsesadfærd, hjælpes forældrene til en mere hensigtsmæssig adfærd over for barnet.

Henrik Jensen kan således have ret i, at børnene i udsendelsen havde fået opmærksomhed for de forkerte ting, og at forældrene var overbeskyttende – men at dette skulle være udtryk for deres manglende påtågen sig et ansvar, synes jeg, vidner om hans meget lille forståelse for sagens kompleksitet.

Heldigvis kan angstlidelser afhjælpes for langt de fleste børn og unge ved i hovedsagen hjælp til selvhjælp, logiske teknikker, og en stor indsats fra de angste børn og deres forældre.

Så jeg håber, at udsendelsen har været med til at kaste lys på et noget overset problem, der ved meget få ressourcer kan gøres noget ved, og hvor udgifterne til indsatsen tilmed over tid formentlig kan tjene sig hjem med renters rente.

Mikael Thastum er leder af Angstklinikken for Børn og Unge, Psykologisk Institut, Aarhus Universitet.

