Inngangen til voksenlivet. Terskelen ved 21. år

Rev. Julian Sleigh

Fra et foredrag gitt ved Camphill Soltane, USA, oktober 1991

Fra: Journal for Curative Education and Social Therapy summer 1994

Til norsk ved Laila Engan

Ved overgangen fra tenårsalderen til voksenlivet, er det viktig for unge psykisk utviklingshemma at vi har et spesielt fokus på det tjueførste leveåret. Mange Camphill landsbyer – også den på Soltane – har vist denne tida spesiell oppmerksomhet. Å bli voksen kan være problematisk for dem som ikke kan ta del i det såkalt normale voksenlivet. Å arbeide med disse spørsmål har blitt et eget fagområde som er like viktig som de to nærliggende områdene; helsepedagogikk og sosialterapi. Begrepet som ofte blir brukt om dette fagfeltet, er Youthguidance. (Videre i denne artikkelen er dette ordet oversatt med ”Ungdomsveiledning”)

Mye erfaring og kompetanse har allerede blitt samla innafor dette området. I møtet med dagliglivets utfordringer i de ulike landsbyene, er dette en kontinuerlig prosess. Det blir holdt seminarer for å drøfte erfaringene og for å få en dypere forståelse av dette feltet. Kunnskapen som er opparbeida, kan på denne måten bli tilgjengelig for andre. Dette er viktig for å kunne utvikle bedre metoder og tilnærmingsmåter. Å følge dette fagfeltets utvikling er inspirerende. Det er som å følge en ungdom på vei inn i voksenlivet.

Det sentrale spørsmålet vi må stille oss er dette: Hvis 21 er den normale alderen for å nå denne terskelen, hva da med ungdommer med spesielle behov? Hvis den unges utvikling er hemma av lærevansker, fysiske funksjonshemminger eller spesielle utviklingshemminger som for eksempel Downs syndrom, hvordan vil dette påvirke overgangen til voksent menneske?

Før vi svarer på dette spørsmålet, skal vi først undersøke situasjonen for de såkalt normale i verden i dag.

Tidligere regna man med at ungdomstida falt sammen med puberteten eller tenårene. Dette er de tradisjonelle årene hvor ungdommen bryter ut av barndommen og forbereder seg på å gå inn i voksenlivet. I dag er denne tida blitt utvida i begge retninger; Fra 9 til 23. Dette betyr at i stedet for seks eller sju år med en opprørsk ungdom i huset, må foreldre forberede seg på det dobbelte.

Overgangen til puberteten begynner med frigjøring av sjelelegemet, (et begrep som er godt forklart av Hans Heinrich Engel i artikkelen: ”Tanker om og erfaringer med ungdom”). Dette har tradisjonelt falt sammen med begynnelsen av tenårene. Det faktum at barn oppfører seg som tenåringer før den tid, har å gjøre med barndommens kollaps i vår stressa vestlige kultur. Virkelig ungdomstid – oppvåkning av sjelelegemet – begynner vanligvis ikke før ved tretten år. Som en følge av dette, utvikles et Jeg - en individuell personlighet. Dette Jeg er ved 21 års alder fri til å begynne på den oppgaven det er å ta ansvar for sin egen adferd og skjebne.

Når denne utviklinga har satt i gang, kan hva som helst skje. Pubertetstida kan komme for brått eller vare for kort og den unge kan falle for fort eller inn i en ”tyngde”. Dette betyr at personlighetens flamme kan brenne for ei kort stund, for så å bli overvelda av den fysiske veksten i en for tidlig voksen kropp. Vi må da forsøke å få personligheten til å gå tilbake og besitte sin egen kropp og sine egne sjelekrefter. Den unge trenger oppmuntring for å bli en person i kraft av seg sjøl. Ellers vil han fortsette å være et barn lenge etter at puberteten har satt inn, og hans ungdomstid vil vare til langt utover 21. Han vil ikke være i stand til å kontrollere sine emosjoner eller til å ta initiativ eller ansvar. Uten velstrukturert veiledning vil overgangen til et voksent menneske, simpelthen ikke skje.

# Motivkrefter

Sjelens liv er som en scene hvor tre aktører spiller ut sine roller. Karl König beskriver i sin bok ”*The human soul,”* disse tre ”aktørene ” som *skam, frykt og sinne*. Hvis disse følelsene balanserer hverandre, vil ingen av dem kunne dominere. Men hvis de ikke gjør det, vil en av dem ta over. Disse kreftene virker i alle unge mennesker, men de opptrer mye sterkere hos psykisk utviklingshemma når de nærmer seg overgangen ved tjueenårsalderen. Dersom deres utvikling er blitt svak på et område, vil de gå inn i voksenlivet med en spesiell sjeleholdning. Hvis en av de tre ”aktørene” *skam, frykt eller sinne* dominerer, vil en person med utviklingshemming, ikke bare være utviklingsmessig handikappa, men vil også være predisponert for videre utviklingsproblemer i voksen alder. Seinere i livet vil slike problemer lett kunne føre til mental sykdom.

En sosialterapeut skal strebe etter to spesielle mål i arbeidet med unge psykisk utviklingshemma:

1. Kontinuerlig å overvåke og justere deres livssituasjon for å redusere effekten av enhver utviklingsmessig dysfunksjon
2. Å sikre at ikke aldringsprosessen resulterer i mental sykdom.

Mine egne observasjoner har ført meg til flere konklusjoner.

For det første, et ungt menneske som er drevet av *skam,* kan lett bukke under for en ”tyngde”, slik at hun eller han i pubertetsalder blir treg i kropp eller sjel, eller i begge. Skamelementet paralyserer den unge, det viser seg som gledesløshet og manglende motivasjon. Slik oppførsel er ofte beskrevet som apati og latskap. Det er mange eksempler på barn med Downs syndrom som har utvikla seg til å bli sløve og misfornøyde ungdommer fordi skamfaktoren er blitt for stor. De finner det vanskelig å lære seg nye ferdigheter, de er lite motiverte og deres tidligere glede tørker ut til ingenting.

Jeg snakker ikke her om skam i moralsk forstand, slik som det å skamme seg over å ha gjort noe galt. Dette handler mer om sår som vi alle bærer med oss og det handler om at vi forsøker å dekke over sårene vi har fått og smerten det har forårsaket. Den amerikanske psykoterapeuten John Bradshaw har skrevet en meget anerkjent bok om familiedynamikk. Der beskriver han sine observasjoner av skam. Han fulgte opp med en gjennomgripende bok om temaet skam som sådan.

Den andre motivkraften i sjelen er *frykt*. Frykt kan være årsak til at mennesker blir fiksert på vaner eller til og med ritualer. Gjennom faste vaner kan mennesker oppleve trygghet, men samtidig blir de avhengige av vanene. Barn som er opphengt i vaner, ble tidligere kalt ”prepsykotiske”. Denne termen er ikke lenger i bruk, men den kan antyde den type predisposisjoner som kan følge av slik atferd – for disse barna kan bli like fikserte i sin atferd som voksne.

Den tredje sterke krafta er *sinne.* Å ikke mestre fører ofte til frustrasjon. Han eller hun ønsker å gjøre noe, men får det ikke til. Hun ser brødrene og søstrene sine gå videre i livet, og hun forstår at hun sannsynligvis aldri vil kunne ta dette skrittet sjøl. Hun ser for seg ei framtid der hun fremdeles vil være avhengig av at andre sørger for henne. Hun ser seg sjøl som en fange, og voksenlivet gir henne ingen utsikt til frihet og uavhengighet. Forestill deg å være hjerneskada og bli minnet om dette hver dag – eller hver eneste time i løpet av en arbeidsdag!

Oppgaven er å omforme hver av disse mektige kreftene til noe positivt, så den kreative energien kan bli satt i gang.

Hvis en ungdom er tynga av skam, vil hun trenge grundig opplæring i en rekke ferdigheter. Samtidig vil hun ofte ha en sterk motstand mot læring. Det første siktemålet for henne er å bli i stand til å mestre ulike oppgaver fullstendig. Det er spesielt viktig for en person som er drevet av skam å oppnå profesjonalitet i en rekke arbeidsoppgaver.

Hvis en psykisk utviklingshemma er overvelda av frykt, må denne frykten møtes på en ordentlig måte. Hun vil trenge konstant bekreftelse og forsikringer om at arbeidet hun gjør er bra. Samtidig må man arbeide med å motvirke tendensen hun har til å trekke seg tilbake å unngå å kommunisere. Overveldende ensomhetsfølelse kan bli forvandla til varm, positiv respons – med andre ord, vennskap.

En person som fyres opp i sinne, trenger en tosidig tilnærming. Først må hun lære å bruke sin energi. Hun trenger å bli satt i skikkelig arbeid slik at hun kan se resultatet av arbeidet sitt og føle at hun kan få til noe her i livet. For det andre må hun lære en god kultur. Ofte er en person drevet av sinne, en person med et fattig sjeleliv og med liten opplevelse av egenverd. Verden rundt henne kan synes grå og meningsløs. Å få henne i gang med kulturell aktivitet kan hjelpe henne til å skape en liten oase i sin sjeleørken. Alle rådgivingsprogram for psykisk utviklingshemma må inneholde disse tre hovedområdene. Ferdighetstrening, vennskap og kultur.

**Biografi og atferd**

Når man skal forberede psykisk utviklingshemma på overgangen til voksenlivet, er det viktig både å studere deres biografi og deres nåværende atferd.

Et problem for mange er med-avhengighet (co-dependence). Ungdommen kan være overavhengig av mora eller faren sin, eller foreldrene kan være for avhengige av henne. Med-avhengighet er en situasjon hvor en tilsynelatende sammensveisa og harmonisk familie faktisk er en ganske innfløkt familie. Søker den unge til foreldrene sine ved alle valg og beslutninger hun skal ta? Er mora (sjeldnere faren) så opptatt av å sørge for barnet sitt, at verken hun eller ”barnet hennes” er følelsesmessig fri fra hverandre. Hvis det er snakk om med-avhengighet, trengs et program for å hjelpe den unge ut av sin avhengighet, slik det trengs ved enhver form for avhengighet. Hvis ikke vil den unge få problemer i sin videre utvikling. Å være hjemmefra er ikke nok i seg sjøl for å reparere skaden som er oppstått.

Nært knytta til spørsmålet om med-avhengighet, er spørsmålet om hvorvidt ungdommen er på vei mot ”evig barndom”. Er hun tilbøyelig til å forbli et barn i forhold til det å ta beslutninger? Vil hun være avhengig av veileding eller vil hun være i stand til å utvikle sin egen evne til å kunne gjøre valg? Er hun i stand til å tenke og handle for seg sjøl, eller vil hun bare ta etter andre? En viktig pekepinn er hvordan den unge er i stand til å bruke fritida si. Er hennes fritidsaktiviteter avhengige av stimulans utenfra, eller kan hun sjøl finne fram til egne hobbyer?

Vil hun for eksempel avslå å delta i et spill og heller velge å se på en film? Er hun i stand til å være seg sjøl etter hvert som hennes selv utvikles? Eller vil hun forbli fanga bak ei maske?

En fruktbar oppgave er å spørre mora (ideelt sett også faren) om å skrive ned personens livshistorie, slik hver av dem husker og oppfatter den. Dette kan hjelpe foreldrene til å gi slipp på båndene. Det kan også være en hjelp for å forstå de underliggende årsakene til ungdommens nåværende atferd og reaksjonsmønster. Veilederen kan gå gjennom biografien sammen med den unge, som enten kan fortelle sin egen historie eller lytte til foreldrenes biografi og forsøke å erindre de hendelsene som er beskrevet. Det vil være vesentlig hva den unge ikke husker, kanskje fordi han ønsker å utslette dem. Eller det kan vise seg at hun holder fast ved en fantasi om sin tidligere dyktighet som hun tydelig har vanskelig for å slippe. Det er verdifullt for et menneske på vei inn i voksenlivet å kunne gi slipp på fortida si. Hvis hun glemmer noe fordi hun ønsker å viske det ut, vil hun ikke kunne bli fri før hun har huska det – og godtatt det. Hvis hun holder fast i en fantasi, trenger hun å forsone seg med det faktum at hennes fantasi ikke er realitet.

Det er viktig å forøke å finne ut av hvordan den unge ser på seg sjøl. Du tror kanskje du kjenner henne, men veit du egentlig hva hun føler (tenker) om seg sjøl, sin oppgave i livet, hennes sorger, hennes evner og hennes lengsler? Å være åpen mot et menneske på denne måten, kan hjelpe deg til å knytte bånd til det. For alle unge mennesker er ekte vennskap like viktig som riktig ernæring. Samtalen en-til-en kan hele en personlighet som er skjør, sårbar og forvirra.

**Kameratskap**

Det er en vane i mange Camphill-landsbyer å omtale unge mennesker som ”kamerater.”(companions). Dette er et godt ord som viser til at den unger følger (accompany) sine omsorgspersoner eller lærere. Ordet kamerat (companion) referer opprinnelig til mennesker som delte brød: Du deler livet, men du deler også noe av deg sjøl. Jeg har allerede snakka om viktigheten av å kjenne den unge utviklingshemma godt – deres livshistorie, årsakene til deres atferd og så videre. Men det er like viktig for dem å lære *deg* å kjenne, både dine styrker og dine svakheter, og at du strever for å håndtere din egen utilstrekkelighet. Da vil de ikke lenger se på deg som en perfekt modell, men heller som et forbilde som kan vise dem hvordan det er mulig å akseptere seg sjøl som den man er, samtidig som man fortsetter å utvikle seg som menneske.

I denne ensomheten er vennskap viktig, men medarbeiderens oppgave blir å få ungdommene til å vokse fra sin uavhengighet og finne seg sine egne venner. Kanskje vil de også en gang bli i stand til å strekke ut en hjelpende hånd til andre som trenger det. I mellomtida trenger de mer enn bare vennskap – de trenger oppmuntring og støtte fra mennesker som kan hjelpe dem til å legge det barnslige bak seg og ta skrittet inn i voksenverdenen.

Temaet vennskap er viktig. Mange psykisk utviklingshemma blir veldig ensomme seinere i livet. Det trengs kreativitet for å hjelpe dem med å finne likesinnede venner, og det første skrittet er at veilederen er en venn. Men samtidig må ikke veiledning og kameratskap hemme de unges egne initiativ, eller hemme deres mulighet til å kunne ta sjølstendige beslutninger.

**Valg og opplevelser**

Det er godt å ha et program for å utvikle evnen til å gjøre egne valg. I tenårene, når ungdomsveiledninga begynner, må ungdommene rette seg etter en ytre disiplinær struktur. Men i begynnelsen av tjueåra bør den ytre strukturen ha blitt erstatta med en indre sjøldisiplin. Da vil de være bedre i stand til å håndtere friheten de har fått.

Det er mange områder der den psykisk utviklingshemma kan gjøre egne valg. I de seinere år av programmet, kan den unge for eksempel være med på å lage sin egen læreplan. De kan hjelpe til å planlegge sitt eget arbeid, og det viktigste av alt, de kan bli oppmuntra til å ta initiativ i forhold til fritida si. De kan pynte rommet sitt med sine personlige gjenstander eller velge sine egne kulturelle aktiviteter. Kulturlivet gir gode muligheter for eget initiativ, og det kan være en hjelp for å utvikle ansvarlighet. De kan for eksempel velge sanger som skal synges på en fest, eller være vertskap for venner og naboer som kommer på besøk ved spesielle anledninger. Det viktige er at veilederen tar de unge på alvor og anerkjenner deres evner og muligheter.

I løpet av overgangstida fra tenåring til voksen, vil ungdommene kunne lære mye av ulike opplevelser. Det kan være friluftsaktiviteter som rafting eller fjellklatring. Men det kan også være opplevelser av mer inderlig karakter, som det å øve inn et skuespill på en måte som utfordrer deres evner og engasjement. De trenger å oppleve et bevegelig senter i sin sjel. Hvis de kan lære seg å finne kilden til egne evner og la den få komme til uttrykk, heller enn å føye seg etter andre menneskers krav, så kan dette bevegelige senteret begynne å vokse.

Når det gjelder arbeidslivet, er det viktig at alle oppgaver er meningsfulle og utfordrende. Da vil arbeidet kunne aktivisere de unges dypere ressurser og gi dem tilfredsstillelse i arbeidet. På slutten av hver arbeidsdag kan de bli oppmuntra til å se tilbake på arbeidet de har gjort og å se at det er godt. Det var det samme Gud gjorde etter å ha skapt verden. Å arbeide med andre mennesker utvikler fellesskap – og mennesker som arbeider sammen kan også be sammen. Arbeidet kommer imidlertid først – labora et ora.

Ved å vise de unge takknemlighet, kan vi også skape en liknende holdning i dem. En person som ikke kan takke, er ulykkelig. Takknemlighet gir en egen indre gjenklang, og dette er godt for de unge å oppleve den. Vi kan hjelpe dem på veien ved å omgi dem med vår takknemlighet.

Som konklusjon vil jeg dele med dere et synspunkt som dere trolig kjenner godt, men som viser hvordan et menneske møter et annet. Dette er hovedtema i transaksjonsanalysen som Thomas Harris lanserte i sin bok *Jeg er OK – du er OK*. I ethvert forhold kan personen som innehar autoritet eller makt, være en *forelder*, (F)mens den som underordner seg får rollen *barn* (B)*.*

*Voksen* (v) kalles den som tar ansvar for seg sjøl.

Ofte er våre mellommenneskelige forhold preget av en F-B kommunikasjon – eller for den saks skyld av et B-F forhold. Hver gang du plasserer et menneske i bås: ”prest” ”håndverksmester”, ”utviklingshemma” – er du i stor fare for å gå inn i et F-B eller B-F forhold. Det ønskelige er sjølsagt et V-V forhold. Men under hvilke forhold kan mennesker forholde seg til hverandre som voksen til voksen? Bare når de unngår å sette hverandre i bås, men er i stand til å se et menneske slik det virkelig er. Å bli sett som et menneske, og ikke bare som en rolle, er noe du må forberedes til. Å være i stand til å gå inn i et voksen – voksen forhold, krever at du overvinner usikkerhet, sårbarhet og fremmedfølelse inntil kommunikasjonen fra menneske til menneske begynner å flyte fritt.

Hva er denne flyten? Jeg tror den er det vi kan kalle medfølelse, og den gjør oss i stand til å knytte oss til mennesker på en helende måte. Dette forholdet er det mest virksomme når et menneske skal forme sitt selv. Det betyr ikke at vi bare skal sitte ned i et stille rom i en en-til-en samtale. Men det betyr at vi utviser en grunnleggende respekt, interesse og omsorg for den andres livssituasjon.

Terskelen ved det tjueførste leveår varsler fødselen av jeget - det sanne selvet. Men denne utviklinga trenger rom og den trenger hjelp. Dette er det underliggende motiv for meg i alt jeg har delt med dere. Det er en fare at mennesker med spesielle behov og utviklingshemminger ikke blir noe annet enn samarbeidsvillige automater, som kan se bra ut og til og med føle seg bra, fordi livet virker lettere på den måten. Hvis dette skjer, har den sanne personligheten blitt undertrykt, mens astralkreftene og den sanne sjelelige utvikling som kommer fra dem, har blitt gjemt bak en maske av konformitet.

I følge Karl König, skulle siktemålet være å hjelpe de unge til å utvikle mange masker, og ikke bli begrensa bare til en. Når det er mange masker tilgjengelig, vil sjelekreftene spre seg, mens selvet blir aktivt engasjert. Jeget har da muligheten til å velge å presentere den maska som passer i den bestemte situasjonen. På en forbløffende måte peker Dr. König på kjernen i nettopp det ungdomsveiledning handler om.

Terskelen ved 21 er utvilsomt en viktig milepæl i et menneskes liv – et vendepunkt i den personlige livshistorie. Begynnelsen på voksenlivet åpner døra til det som kan bli den lengste og viktigste perioden i et menneskes liv – dobbelt så lang som barndom og tenåringsalder til sammen. Mye avhenger av måten den unge blir forberedt til voksenlivet. God veiledning i disse årene kan avgjøre hvordan et menneskes liv vil bli, og hvorvidt den psykisk utviklingshemma kan oppnå målet å finne ut hvorfor hun kom til verden.