

Psykologi i beste sendetid

Liv Jørgensen

Foto:

Det skjer i de beste familier. Selv Knut Halfdan Svendsen og Egil Launes har gjort ting de ikke er helt fornøyd med i forhold til sine barn. Men på TV er de.



De to psykologene vil være kjent for mange gjennom TV2-serien «I de beste familier», der vi kunne se dem gi mild, men fast veiledning til foreldre som slet med sine håpefulle. Det gikk om leggetider, lekselesing, bordskikk, godterier, TVtitting og hverdagslige bruduljer som hvordan vi nå får ungene til å utføre små oppdrag uten gråt og tenners gnissel. Kort sagt – riktig så vanlige omgangsproblemer i den norske gjennomsnittsfamilien.

I boken «Foreldrehjelpen – oppdragelse som virker» (Cappelen) utdyper de to sine tanker omkring barneoppdragelsen og gir konkrete råd. Denne typen utadvendt virksomhet har lett for å balle på seg. Nå forefinnes de to også på nettstedet foreldrehjelpen.no, mens Launes har fått sin ukentlige spalte i Fædrelandsvennen, og Svendsen rett før vår samtale er blitt intervjuet av et dameblad på jakt etter godt og nyttig stoff.

Begge snakker entusiastisk om muligheten til å spre psykologifaget i fjernsynsmediet. Og begge synes de har lært mye av å framtre med råd og vink for åpent kamera.

Positivt tabloid

– Det var utrolig lærerikt. Jeg er blitt litt mer tabloid – i ordets beste forstand. Som psykologer er vi vant til å få jobbe i fred og ro og ta oss god tid. Her fikk vi presentert et problem og måtte kjapt finne ut hvordan vi skulle angripe det – med en mor, lydmann og kameramann til stede. Og når du trodde du hadde vært flink, fikk du beskjed om å ta det en gang til – og være mer tydelig. Den umiddelbare responsen var veldig skjerpene, og jeg fikk klargjort mine egne tanker, sier Knut Halfdan Svendsen.

– Vi fikk en fantastisk anledning til å demonstrere gode råd og vise hvordan foreldrerollen kan styrkes. Jeg har aldri før hatt en slik mulighet til å vise hvordan psykologer jobber, sier Egil Launes. Til daglig er han regionkoordinator i region sør for Atferdssenteret, med kontor på sykehuset i Kristiansand, og arbeider altså med den praktiske iverksettelsen av foreldretreningsprogrammet PMT – den metoden våre myndigheter går inn for å bruke i arbeid med barn. Heri inngår også utviklingsarbeid, for eksempel om hvordan metoden kan brukes på lavterskelnivå som et kortvarig, lettere tilbud i kommunene. Nå har vi altså sett den i – nesten – beste sendetid på TV2.



MULTIMEDIA: Launes og Svendsen finnes også i trykt utgave i boken «Foreldrehjelpen», samt på egen nettside. Overalt gir de råd til foreldre. De mener TV-serien var folkeopplysning i realitykonsept.

Råd og vink nødvendig

– Vi regner med at rundt to prosent av barna i hvert fødselskull får alvorlige atferdsvansker, sier Launes. – Ti prosent tilhører det vi kaller gul gruppe, barn som får atferdsvansker iblant, for eksempel om de har problemer på skolen, ved en skilsmisse, eller de kan ha et vanskelig temperament. De familiene vi arbeidet med på TV hadde jo ikke problembarn og var selv kritiske til å omtale barna som

det. Men de ønsket råd og hjelp de ikke fikk i kommunen. Som en av dem sa det: «Jeg vil bli mindre sinnamamma.»

– Hadde dere betenkeligheter med å delta på reality-tv?

– Ja, og hadde det vært et nytt «Nanny», som viser større atferdsproblemer og mye aggresjon og heftighet, hadde jeg nok sagt nei, mener Egil Launes, som ble oppfordret av Atferdssenteret til å melde seg som programleder kandidat og ble valgt etter tre auditions.

– TV2s og produksjonsselskapets opplegg var veldig seriøst og hadde som grunntanke å ikke bryte reglene for hva barn kan utsettes for. Barneombudet var inne i bildet, og vi hadde vår egen varsomhetsplakat. Vi sørget blant annet for å ha kontroll på det som kom ut og deltok i klippingen. De kunne ikke vise noe vi ikke ville vise.

– Jeg hadde motforestillinger mot å eksponere familier med problemer. Jeg mener det faktisk vises en del godt fagarbeid i «Nanny», men formen er tøff, sier Knut Halfdan Svendsen, som er privatpraktiserende i Langesund. – Det er alltid et element av uro ved en dokumentar. Identifikasjonen og gjenkjennelsen blir sterk, og det er et kikkerement i denne typen fjernsyn. Men de familiene som deltok – de var jo selv spente – er veldig glade for at de var med og sier de er stolte av serien. Vi har fortsatt kontakt.

Store atferdsproblemer og barnevernsbarn skal ikke eksponeres på TV, er begge enige om.

Tenk positivt

Morsomt, lærerikt, overraskende varmt og humoristisk – slik oppsummerer de fire familiene i serien sine erfaringer med å delta. Psykologene konsentrerte seg i stor grad om å jobbe med foreldrene og satte fokus på det positive – om å gi ros og gode tilbakemeldinger – prinsipper de involverte fortsatt bruker i hverdagen.

– Vår tanke var denne: Hvordan kan vi best vise hva som er mulig og lurt å gjøre? Vi la vekt på lek og latter og kunne vise gjennom rollespill hva som virker og ikke virker. Og en ting slo meg etterpå: Fagfolk bør komme seg mer hjem til folk. Det fungerer så mye bedre å se situasjoner og problemer utfolde seg der folk lever, sier Egil Launes.

– Burde ikke familier med denne typen relativt vanlige problemer få hjelp i kommunene?

– Kommune tjenesten har tyngre oppgaver og ikke kapasitet til å hjelpe med småting. Det fins ikke gode nok verktøy i kommunene. Det er nettopp dette, å utvikle lavterskeltilbud til kommunene, vi jobber med på Atferdssenteret.

Knut Halfdan Svendsen mener på sin side at det burde finnes tilbud om forebyggende foreldrerådgivning i kommunene. – Jeg mener enhver offentlig instans burde sette av ti prosent av budsjettet til forebyggende virksomhet. Selv har jeg sans for helsestasjonen. Hadde vi utdannet helsesøstere i veiledning, kunne de ha gått inn og formidlet viktig kunnskap, mener han.

Var de ikke sikre før, har begge nå i hvert fall fått merke at veldig mange foreldre har spørsmål de trenger svar på og problemer de gjerne vil løse.

– Utrolig mange gode foreldre har spørsmål. De går for eksempel på jobb med tungt hjerte, fordi de sliter med småting som å takle trass. Mange eldre der jeg bor har sagt at de skulle ønske de hadde fått lignende råd og hjelp da de var unge og hadde barn. Vi er jo litt moralister også, og har lagt vekt på folkeskikk, tydeliggjøring og styrking av foreldrerollen, forteller Egil Launes.

Men det er ikke alltid lett, fikk han høre, da han holdt foredrag på Verdensdagen for psykisk helse og en mor bemerket at det ikke alltid er mulig å kontrollere sinnet – barna hadde nemlig malt om bilen!

Vær tydelige

– Det er klart folk gir opp iblant, fortsetter han. – Men det er viktig å huske at atferdsvansker har vi alle en gang imellom. Selv er jeg veldig opptatt av positiv psykologi. En ting er utydelig grensesetting, noe annet at foreldre er for lite engasjert i å gi sine barn ros. Mange barn får en masse ting og har det flott materielt, men vi må også fange opp det gode de gjør – det er grunnlaget for grensesetting.

– Å utvikle ungenes ressurser og utvikle dem til å bli sosiale og velfungerende, det går ikke av seg selv og er en stor oppgave å formidle til foreldre, mener Launes. – Jeg tror også det er et større problem i dag at foreldre er utydelige enn at de er autoritære. Mange har for liten oversikt over hva barn gjør hjemme og ute.

Problemene ligger ikke i barnet eller foreldrene, men i måten de møtes på. Da trenger foreldrene riktige verktøy, mener psykologene.

Liv og lære

Som altså kan skilte med til sammen seks barn, og noen feil må selv Launes og Svendsen ha gjort i løpet av oppdragelsen.

– Hva angrer dere mest på?

– Sânt man gjør når du blir sinna, kjefter eller slår hånden i bordet. Følelseskontroll. Også der har jeg lært mye av PMT. Dessuten jobber du mye som psykolog, for mye. Så mine barn sa at de skulle i alle fall ikke bli psykologer, sier Launes.

Svendsen i Langesund følger opp:

– Dette er en stor utfordring. Psykologer er så engasjerte i jobben, og etterspørselen etter tjenester er stor. Når du jobber med folk hele dagen, blir det ofte ikke tid nok til å hente seg inn. Jeg vet ikke om jeg vil kalle det anger, men denne tidskonflikten i forhold til ungene – den har jeg opplevd mye. Det er ikke alltid lett å leve som man lærer.