



Folkehelsekronikk februar 2019 Barn og unges ønsker for det nye året 2019

Julen er en tid mange gleder seg til. Likevel sto det nylig å lese at 170 000 nordmenn gikk jula 2018 i møte med en vond følelse. Stress og tidspress, svak økonomi, vanskelige familieforhold, alkoholmisbruk og ensomhet gjør sitt for at jula blir vanskelig og belastende for mange. Vi helsesykepleiere møter barn, ungdom og familier som forteller om optimisme for fremtiden, men vi får også god innsikt i ulike utfordringer folk har. Nå er jula 2018 over og gjennom samtaler med barn og unge i Nes kommune har vi samlet noen ønsker for det nye året, som vi vil viderefremde i denne kronikken.



Illustrasjonsfoto

Barn og unge ønsker å bli sett, hørt, anerkjent, trøstet og godtatt for den de er, både hjemme, på skolen, blant venner og i samfunnet for øvrig. Dagens barn og unge er en hjemmekjær generasjon som trives sammen med foreldrene sine. I en travel tid hvor livet krever mye av hver og en av oss formidler barn og unge at de ønsker seg mer alenetid med foreldrene, samtidig som de opplever glede av familiefelleskap og samhold. Barn og unge har drømmer og forventninger til livet foran seg og ønsker at de voksne skal støtte dem på veien. De vil at de voksne skal være engasjerte i det de gjør og at de følger opp aktiviteter, skolearbeid og interesser de har. De ønsker å bli heiet på selv om det ser ut som de synes det er flaut når mamma roper fra sidelinjen på fotballbanen.

De fleste barn og unge har gode forutsetninger for et godt liv. Noen formidler likevel at de ønsker fred og ro, uten familiekrangler og dårlig stemning. De ønsker seg en hverdag med forutsigbare voksne og et hjem hvor de kan legge seg uten å være redd, og at de voksne ikke ruser seg når barna er tilstede. Forskning støtter dette og viser at barn merker endring hos foreldre selv etter små mengder alkohol. De blir utrygge. Barn og unge ønsker seg gode rollemodeller som vet hvor grensen går og har barna i fokus.



Barn og unge ønsker seg en god venn og at bekjente bryr seg. Ungdataundersøkelsen (2017) oppgir at 23 % av ungdomsskoleelever i Norge er plaget av ensomhet. Hva handler dette om? Vi vet at mange faktorer spiller inn. Blant annet arv, oppvekstvilkår og personlighetstrekk. Når vi spør ungdom om hva de tenker er årsaken til ensomhet sier mange at bruk av smarttelefoner stjeler oppmerksomheten vår og gjør oss mer uinteressert i omgivelsene. Blir vi dårligere til å kommunisere om dagligdagse små begivenheter og hendelser når vi alltid må være pålogget? Mange barn og ungdommer sier at det ser ut som at alle andre har det så bra «på Instagram og Snap». De «ser» hvor de andre er, hvem de er sammen med og hva de gjør til en hver tid. Mange føler seg derfor utenfor når de ikke er invitert til å være med på disse stedene og aktivitetene selv. Det er heller ikke sjelden vi opplever å komme inn i et rom, på kafé eller hvilken som helst annen arena og mange sitter med nesa ned i telefonen, tause og uten å snakke sammen. En oppfordring til alle er: «Logg av og logg på livet».

Barn og unge ønsker seg en skole hvor de kan føle seg trygge, har venner og møter omsorgsfulle voksne som bryr seg og har tid til dem. De ønsker også et læringsmiljø uten alt for stort press og som gjør at de opplever mestring og glede til å stå på videre. Ingen ønsker å droppe ut av skolen eller velge seg bort fra det som kan gi dem en trygg fremtid.

For at vi skal innfri barn og unges ønsker er det helt nødvendig at vi voksne er til stede og støtter og heier på dem. Barn og unge må få lov til å utforske, prøve og feile i trygge rammer for å lære seg og mestre livets utfordringer. De voksne må våge å være «større, sterkere, klokere og god». Barn og unge ønsker seg egentlig litt «teite foreldre» som tør å si nei og setter grenser. Barn og unge må også få hjelp og forståelse når livet blir for vanskelig.

Barnehage, skole, helsestasjon og skolehelsetjeneste, fastleger, barnevern, fritidsledere og andre som er i kontakt med barn må fange opp de som har det vanskelig å ha gode rutiner for samhandling og samarbeid. Målet må være å styrke familier som opplever vanskelige tider slik at barn og unge likevel opplever livsmestring, styrke og glede og det gode liv i Nes.

Godt nytt år fra helsesykepleierne Anne Lise Tjørnås og Vibeke Bang i skolehelsetjenesten i Nes kommune.

