

Hva skal vi si til barna om flodbølgen?

Av Magne Raundalen og Atle Dyregrov, Senter for Krisepsykologi

Mens barna har juleferie fra skolen og fra mange barnehager, preges hele mediebildet av en katastrofe som kanskje har tatt mer enn 100 000 menneskeliv, deriblant mange nordmenn. Mange norske barn har døde, savnede eller har overlevd katastrofen.

Det er grunn til å anta at barn generelt ser mer på Tv nå i juleferien enn ellers i året. For mange barns vedkommende har de foreldre i huset og ofte i samme rom. Det gir de fordelene at foreldrene kan se på Tv sammen med barna, foreslå at de skal se mindre, samt gi de forklaringer og bakgrunn for det de ser når de er for små til å skjønne dette. De eldste av de små barna kan, i likhet med de store barna, ha stor nytte av å snakke med foreldrene både om årsaker til katastrofen, men kanskje mest det hjelpe- og redningsarbeidet som nå settes inn fra alle verdens kanter.

Det er to spesielle grunner til at denne katastrofen blir mer nærgående formidlet enn mange andre. For det første fordi det for Thailands vedkommende, det vil si Phuket og delvis Sri Lanka og Maldivene, dreier seg om populære feriesteder. Allerede nå er det meldt om flere omkomne fra Norge og om flere hundre lever de pårørende i uvisshet. I tillegg angår det Norge spesielt på grunn av det store antall tamiler og andre fra Asia som bor her. Den andre årsaken er at videokamera er blitt alle manns eie spesielt med det for øye å forevige ferieopplevelser. Siden katastrofen kom plutselig og uventet uten TV-team til stede, vil mediebedriftene kjøpe privatopptak av ferierende som rakk å filme det verste. Dette gjør at vi på ulike kanaler får dramatiske og skremmende opptak. På denne bakgrunn vil vi gi noen generelle råd til foreldrene.

De små barna – under seks år

I den grad du som far eller mor er tilfreds med på dagtid å skaffe deg informasjon om katastrofen på tekst-tv, kan du spare dine barn for mange unødvendige opprivende bilder på tv-skjermen. Når det er stor aldersspredning blant søsken er ikke det så lett, men et generelt råd er å prøve å begrense eksponeringen av groteske og skremmende bilder. De kan ikke gjøre ditt barn noe godt. De små barna kan ikke unngå å høre og oppfatte at noe forferdelig har hendt, og mange av dem har bare vage forestillinger om avstander og hva et land egentlig er, og hvor det ligger i forhold til oss. Din hovedoppgave som foreldre er på en enkel og forstått måte å gjøre de små barna like trygge som du selv er på at dette ikke kan hende her. Det har du jo et godt grunnlag for å si, enten du bor i Mandal eller Kirkenes. I de tilfellene hvor de små barna er hjemme med større søsken eller andre fordi både mor og far er på jobb, er det ditt ansvar som mor eller far å forhåndsbestemme tv-bruken. Hvis besteforeldre eller andre dere kjenner er på ferie i Syden eller andre fjerne steder, er det viktig at barna får forsikringer om at de er trygge der de er. I de tilfellene hvor slektninger befinner seg på de rammede stedene, er det viktig at barna får en godt forstått versjon av det dere til enhver tid får vite. Om dere vet at de er i sikkerhet, trenger de minste barna flere bekreftelser på dette. Dersom dere er i telefonkontakt med slektninger eller andre dere kjenner, vil telefonsamtalen ofte få et svært følelsesmessig preg, inkludert at du gråter. Barna må få en umiddelbar forklaring på dette, enten det skyldes glede eller fortvilelse. Det samme gjelder alle telefonsamtaler med Utenriksdepartementets opplysningstjeneste. Når det gjelder direkte kontakt via telefon, må foreldrene overveie nøye og deretter ta avgjørelsen om barnet selv skal snakke med den det gjelder.

De store barna fra sju år og oppover

Som dere foreldre godt vet, er det bare en glidende overgang fra det en seksåring kan forstå og det åtte- og niåringer begriper. Det vil si at det som er skrevet om de små barna i stor grad kan gjelde for de minste av de store barna også. I økende grad søker de større barna faktaopplysninger og forklaringer av alle slag. Det vil si at de ligner på oss voksne. Vi sitter jo klistret til skjermen når geologiprofessoren forklarer hvordan uro i fjellet like under havflaten, hadde det vært lengre ned hadde det ikke vært så farlig, gjør at fjellet plutselig sklir ned. Dessuten er det en fjellstrekning på flere kilometer. Da dumper vannet ned i det ledige rommet og bølgen begynner å gå mot overflaten og der oppe får den en fart på flere hundre kilometer i timen. Når den når land er det på et langgrunt sted så den får lite motstand og landet innenfor er så flatt at den legger svære områder under vann. Alt dette kan foreldrene finne mer detaljert på nettet, eller de kan tegne og forklare for barna etter at de selv har sett forklaringen på fjernsynet. Større barn vil også ha forsikringer om at slike bølger ikke truer den norske kysten i det hele tatt.

Et spørsmål som foreldre ofte stiller er hvor store barna må være før de kan sitte og se på det verste. For det første vet vi ikke på forhånd hvor ille bildene blir, så det er egentlig opp til foreldrene selv å bestemme hva de skal ta sjansen på at barn mellom sju og fjorten skal bli eksponert for av død og grusomheter i form av bilder som kan bli vist kun fordi de er dramatiske. Vårt råd er at man begrenser det om dere kan, og at dere diskuterer med de store barna behovet for å beskytte mindre søsken. Det pleier faktisk å gå mye greiere enn å sette opp et forbud. Vi har faktisk ikke truffet på barn som insisterer på å se død og lemlestelse, mange har faktisk sagt at de ikke har godt av det. De har rolig godtatt at dette ikke er noe bra for noen av oss. Men vi har truffet på barn som protesterer når de som hele tiden får høre hvor store de er, plutselig og uten forklaring er for små.

Vårt viktigste råd til foreldrene er at de tenker igjennom hva barna bør slippe å se, og hva de trenger av forklaringer og forsikringer, når en stor katastrofe kommer oss så nær inn på livet. Husk også på at mens vi voksne har erfaring og kunnskap som hjelper oss til å fortolke det som skjer, så mangler mange barn denne livserfaringen. Dette gjør at det lettere kan oppstå misforståelser og feiloppfatninger i forhold til det som de tar inn gjennom media. Det er derfor voksnes ansvar å ta opp en samtale med barna om hva de har tatt inn av informasjon slik at en forsikrer seg om at de ikke går videre med feiloppfatninger, fantasier og frykt som er ubegrunnet.

De gode nyhetene

Midt i katastrofen finnes det gode nyheter som vi alle trenger, nemlig budskapet fra Røde Kors, med faktaopplysninger om at det finnes mye forhåndslagret hjelpeutstyr i områdene fordi dette er steder hvor man må være forberedt på naturkatastrofer som innebærer flomskader. Nå sendes medisiner, telt, mat og utstyr der det trengs mest, og hjelpen er kommet i gang. Kongen og Statsministeren har sendt telegram hvor de skriver at det er synd på de som nå er rammet, og at de skal få hjelp. Norge har allerede mange millioner kroner til de hjemløse på Sri Lanka, og mer vil følge. Etter hvert vil vi få høre gode nyheter fra de andre hjelpeorganisasjonene også. Det er meget viktig at barna får med seg disse nyhetene, slik at det ikke bare blir katastrofen og håpløsheten som dominerer. Barna er selvsagt opptatt av barna som er rammet, og de foreldrene som klarer å finne ut av planene for gjenoppbyggingen av barnas hjem og skoler for å formidle dette til sine egne, har gjort dem en stor tjeneste. Vi har allerede fått spørsmål fra barn om det kan komme nye jordskjelv. De var blant annet opptatt av at det kunne være farlig for hjelperne. Her har vi fått noe motstridende meldinger i media, men etter som dagene går avtar mulighetene for etterskjelv, og det synes som om ekspertene er enige om at faren for nye store flodbølger er liten. Hher gjelder det å følge med

og formidle videre det man selv stoler på er mest riktig – selv om det kan være vanskelig å avgjøre.

Når barna vil gjøre noe selv

Mange barn gir uttrykk for at de ønsker å gjøre noe. Vårt råd til foreldrene er at barna er med når de selv velger å sende penger til Røde Kors eller andre hjelpeorganisasjoner enten dette skjer via nettbank eller ved å fylle ut en bankgiro. Videre ber vi dere som foreldrene å støtte opp om barnas initiativ når de gir uttrykk at de vil starte en lokal aksjon for å hjelpe barn i nød. At barna får ta del i den kollektive mobilisering som skjer for å hjelpe de mange som er rammet, gir en god anledning til å utvikle empati (medfølelse) hos barna. Vi råder ikke foreldrene til å gi uttrykk for forventning eller pålegg om at barna skal gjøre dette.

Først og fremst er nødhjelp et voksent ansvar.