

‘Kraftedme historierne¹’ bliver byttet ud....

- arbejde med anbragte unge og adventure therapy - fælles refleksion over praksis mellem ung og pædagog.



¹ En 'kraftedme histore' er en potent fortælling den unge fortæller om sig selv bl.a. for at kunne positionere sig i fællesskabet. Ved anbringelse er det ofte om kriminelle bedrifter og ved udskrivelse er det f.eks om oplevelser og de færdigheder de har opnået gennem adventure therapy.

Motivation	3
Begrebsafklaring: Hvad er Adventure Therapy?	4
Døgninstitutionen No Name	6
Thomas' historie	7
Første faldskærmsspring	9
Første vandretur	11
Første dyk	13
Ridning	14
Tilbageblik	14
At opbygge tillid til både sig selv og andre	16
At skabe et nyt narrativ for sig selv.	16
Efterskrift:	17

Motivation

På døgninstitutionen No Name er vi en gruppe tværfaglige kollegaer, som arbejder aktivt og kontinuerligt med Adventure Therapy (AT) i Danmark. Vi har ikke fundet nogen litteratur, som beskriver AT på en så konkret måde som den implementeres i de unges liv og behandling på døgninstitutionen No Name. Efter at have læste om emnet mener vi - i al beskedenhed - at have både teoretisk, personlig og praktisk erfaring med emnet, som kan være anvendeligt for andre at læse om. Vi håber også, at bidrage til en forståelse for den form for konsekvenspædagogik bedrives her - en pædagogik som af nogle forfladiges til 'en strafpædagogik' men for os er en nænsom måde at vise de unge, hvordan verden hænger sammen.

Artiklen her er anvendelsesorienteret - derfor er 'den røde tråd' Thomas' fortælling om de år han har været på døgninstitutionen.

Forfatterne er:

Thomas Bertelsen - ung som var anbragt på No Name fra sommer 2015 til sommer 2018. Certificeret dykker på Advanced niveau, certificeret faldskærmsspringer på C niveau. Har deltaget i 4 vandreture i Norge og Sverige som elev. Er nu igang med at uddanne sig som befarende skibsassistent.

Erik Pedersen - uddannet i forsvaret og igang med pædagoguddannelse som forventes færdig 2020. Har været ansat på No Name 10 år med pauser. Certificeret dykker på Open wather niveau, halvvejs til C certifikat i faldskærm. Har deltaget i ca 40 vandreture i Norge og Sverige som ansat. Arbejder 37 timer om ugen på No Name.

Dorte Vilsgaard - autoriseret psykolog, specialist i Arbejds- og Organisationspsykologi. Certificeret dykker på Advanced niveau, certificeret faldskærmsspringer på C niveau. Er 7 timer hver anden mandag på No Name som mødeleder. Varetager desuden personprofiler ifm. rekruttering samt krisepsykologiske samtaler for de ansatte som ønsker det (der kan også ønskes anden psykolog efter eget valg).

Artiklen starter med en kort introduktion til den del af AT vi er optaget af, dernæst artiklens ærinde - nemlig Thomas' historie med konkrete eksempler på hvordan AT anvendes under opholdet. Disse eksempler indeholder faglige overvejelser fra hhv Erik og Dorte.

Begrebsafklaring: Hvad er Adventure Therapy?

Gass et al. (2012) definerer Adventure Therapy som:

"... the prescriptive use of adventure experiences provided by mental health professionals, often conducted in natural settings that kinaesthetically engage clients on cognitive, affective, and behavioural levels" (p. 1).

Teoretisk skal der i denne forståelse af AT være fokus på selv-indsigt, og øget opmærksomhed på tilgængelige valg (vi viser hvordan verden hænger sammen og hvilke valg de unge har). Her adskiller vores brug af AT sig tydeligt fra aktivitetsbaseret terapi - vi vælger ikke at give aktiviteterne som belønning for ønsket adfærd eller som en aktivitet der er neutral (en neutral aktivitet er f.eks. når vi til daglig sammen tilbereder mad på gården). Faldskærm, ridning, dykning og vandreture over flere døgn giver 'noget mere' - nemlig en adfærd som ikke er kunstig. Det bliver tydeligt for den unge ved disse aktiviteter, at her kan der ikke snydes. Kropssprogets signaler tolkes af pædagogerne i sammenhæng med de verbale signaler. Hvis der ikke er overensstemmelse med det den unge gør og det den unge siger, tages det op på en struktureret og meget håndgribelig og støttende måde af pædagogen.

Erik fortæller som eksempel: *"[...] vi skal alle voksne og unge springe fra en høj mole. Vi er ikklædt dykkerudstyr, som det er prøvet og trænet mange gange før - men hidtil kun i svømmehal.*

Ved instruktion er det vigtigt at den unge giver udtryk for eventuel usikkerhed / nervøsitet, før der hoppes. Dette italesættes af de voksne til de unge flere gange." Her anmoder pædagogerne de unge om at give udtryk for følelser samt bede om hjælp. Begge dele er noget der er vanskeligt for de unge.

"Der bliver givet klar-signal og alle hopper én efter én. Her belyses det konkret hvorfor man skal spørge om hjælp og hvad der sker når nogle af de unge ikke får det gjort - deres masker ligger i overfladen og flyder, fordi de ikke har fuldt det lærte, nemlig at placere fingre på masken. De fik ikke spurgt om hjælp eller givet udtryk for nervøsitet så vi kunne hjælpe." Her er det vigtigt at de voksne er omkring dem - de kan bidrage empatisk med egne erfaringer samt indgyde tro på de vil hjælpe.

"[...] I vandet er der kontant afregning. Angsten for det nye har låst dem, trods øvelse og instruktion fra voksne. Eftersom det er naturen der sætter grænsen, bliver der ikke en konflikt med de voksne, som istedet træder til for at afhjælpe og skabe ro til at gennemføre et efterfølgende dyk og derved opnå en følelse af succes når man formår at få hjælp".

De voksne kan således opnå at blive allierede istedet for mål for modstanden. Det samme gør sig gældende når der traves på vandreture i naturen og depoterne langsomt tømmes.

Den unge kan være i en voldsom opposition til de voksne, som dog hurtigt falder i intensitet, jo mere trætte og sulten den unge bliver. I den fase svinger humøret markant. De unges frustrationer giver sig til udtryk dels verbale i form af grov tale mod både sig selv og personalet dels bliver nogle så selvdestruktive, at de lægger sig i sneen i 20 graders frost og bare vil dø. Hele følelsesregisteret bliver gennemlevet af den unge, men det er i den fase de hårde lag bliver skrællet, en efter en. De voksne er blot neutrale og lyttende, og er afventende indtil naturen - som fast ramme - har gjort sit.

Derefter oplever man som pædagog at være inde ved de inderste ærlige lag, af et menneske, både det gode og det dårlige og netop her kan det pædagogiske arbejde begynde. Det er i disse tilfælde den voksnes opgave at være der parallelt med den unge som 100% tilstedeværende omsorgsperson - som også har været bange for at hoppe i vandet fra molen, som også er sulten lige nu men som kan gå foran med et godt eksempel og altid er parat til at hjælpe når den unge er klar. Det er den voksnes opgave, at aktiviteten her giver mulighed for udvikling og læring - hvis den voksne ikke lever op til de pædagogisk, relationelle og følelsesmæssige krav i opgaven, tabes muligheden for videre udvikling hos den unge.

Gass et al. (2012) giver derfor et bud på en definition, hvor AT beskrives som en behandlingsform, der bidrager med en terapeutisk tilgang til friluftslivet.

Definitionen inkluderer:

- En positiv indflydelse fra naturen i en terapeutisk healende proces
- Brugen af positiv stress (eustress)
- Den aktive og direkte brug af klientdeltagelse og ansvar i den terapeutiske proces
- Deltagelse i adventure aktiviteter, som er meningsfulde for den enkelte klient især i forhold til naturlig konsekvenser' Fokus på positive ændringer i klientens nuværende omgivelser og fremtidige adfærd
- En stærk etisk omhyggelighed og støtte, som gennemsyrrer hele den terapeutiske oplevelse, især i forhold til de ukendte oplevelser i terapien (Gass et al., 2012, p. 3)

Der understreges at dette skal ses som en tilgang og ikke udtømmende.

I USA har AT rødder i "experiential education", hvor det unikke beskrives med frasen: "learning by doing, with reflection", (Bandoroff & Newes, 2004, p. 2).

Med de to ovenstående eksempler i baghovedet håber vi således, at læseren nu forstår hvordan naturen og det at have en fælles opgave i naturen bruges som pædagogisk og terapeutisk genvej til de unge - først praktisk og dernæst i en fælles samtale / refleksion.

Døgninstitutionen No Name

No Name har over 23 års erfaring, som socialpædagogisk opholdssted for både unge med problemer og frivilligt anbragte unge. Institutionen har været et fast holdepunkt for mange unge med psykosociale problemstillinger. NN har et indgående kendskab til unge, der skal have en hånd til at stå på egne ben.

"At bo på No Name handler om mere end blot en midlertidig læring - målet er livslang læring."

No Names målgruppe er kendetegnet ved unge i alderen mellem 13 og 23 år, der kan være et begyndende misbrug, en historie med massiv omsorgssvigt og / eller svære tilknytningsvanskeligheder. De unge modtager ikke den nødvendig støtte hjemmefra og har typisk en historie med store følelsesmæssige svigt og nederlag. De unge kan være grænsesøgende og normløse og kan have svære adfærds- og tilpasningsvanskeligheder, herunder kriminell og voldelig adfærd. Der ses ofte manglende indlevelsesevne og udadreagerende adfærd, som brug af vold og trusler som udtryksform. Dette ledsages af at de ikke er i stand til at drage omsorg for sig selv eller andre.

No Names motto:

"Hjertet forreste og hovedet øverst. Handling slår alt"

På NN tilstræbes det at min. 75 % af personalet, i opholdsdelen, er pædagogisk uddannet. Sammensætningen sker på baggrund af personlige evner, ressourcer og kompetencer. Der gennemføres en person profil med Neo-Pi3 som er grundlaget for at de ansatte er 'castet' godt, at der er fokus på relevante udviklingspunkter i den tre måneders intensiv oplæringsperiode men også efterfølgende i ansættelsen. Dertil kommer at No Name ønsker at rekruttere rolige stabile voksne - også under pres - både ifht at være rollemodeller men også for at undgå at de ansatte får stress og udbrændthed i en hverdag med mange udfordringer. Det tilstræbes at have en personalegruppe, med en bred vifte af uddannelser, baggrund, erfaringer og meninger - det er holdningen at det giver en ressourcestærk og dynamisk arbejdsplads. Fagligheden bliver vægtet højt på NN, hvor unge og ældre medarbejdere profiterer af hinandens uddannelser, uagtet om de er af håndværksmæssig eller boglig karakter.

Personalet på NN er kendetegnet ved:

"Ressourcen er forudsætningen for den bedste handling og behandling"

"Handling skaber forvandling"

Personalet videreuddannes løbende og der er årligt to interne kurser, af to dages varighed. Hver 14 dag afholdes der personalemøde hvor også faglige forhold drøftes med NN's tilknyttede psykolog - psykologen har også personlig erfaring med AT samt faldskærmsspring, ridning og dykning således der sikres synergi i behandlingen.

Ledelsen består af en forstander, en souschef, samt en pædagogisk leder. Disse arbejder tæt sammen med NN bestyrelse på 5 personer.

Thomas' historie

Thomas kom fra hjemmet til en sikret institution. Det var kulminationen på 4 dage på stoffer og et fysisk sammenstød med biologisk far. Thomas fortæller at han blev tilbudt frivillig behandling, som han afslog, hvorfor han kom på den lukkede institution fulgt af 6 betjente og deres hunde.

Den sikrede institution beskrives af Thomas "som at leve i et bur" - de unge blev overvåget, der var lås og sluser overalt. Personalet blev af Thomas oplevet som "en blanding af 'dørmandspædagoger' og almindelige pædagoger som var 'gode nok'". Der var magtanvendelser da Thomas var der - han oplevede at konflikter ofte blev optrappet, f.eks. når de prikkede til ham med fingere og lagde en hånd på skulderen. Det endte med at Thomas fik en dom mod tjenestemand i funktion. Thomas var der en måned i alt, hvorefter sagsbehandleren og afdelingslederen på den sikrede institution besluttede at Thomas skulle på No Name.

Thomas var 17 år da han i slut 2015 kom til døgninstitutionen.

Hvordan husker I den første uge?

Erik: "jeg mødte en unge mand som var i opposition til både forældre, myndigheder og pædagoger."

Thomas: "Jeg var en 'båtnakke' da jeg kom. Jeg spillede bred. Men jeg har aldrig haft en magtanvendelse på No Name. Jeg kunne mærke at de respekterede mig - selv om jeg spillede op slog de mig ikke, det var jeg ellers vant til."

Erik: "Du kunne lide traktoren og kørte rundt til dyrene med det samme."

Første uge var der afrusning. Der havde været et massivt misbrug forud for anbringelse på sikret institution, hvor der også var misbrug af medicin.

Thomas ville ikke have noget med familien at gøre - moren var meget interesseret i kontakt og hun havde svær ved at forstå, at Thomas ikke ønskede kontakten. Erik havde mange lange dybe snakke med moren om, at det endnu ikke var Thomas' behov at have kontakt. Hun måtte vente på at det faldt til ro og Thomas tog initiativ. Kontakten til biologisk mor startede efter nogen tid op med små besøg.

Fra første færd var der kontakt med dyrene - dette er overvåget i starten, i fald de unge ikke er trygge ved samvær med dyr eller ikke er gode mod dyrene. Dyrene bliver her det fælles tredje.

Når vi på No Name gør brug af " det fælles tredje " i forbindelse med almindelig daglige opgaver på gården og særligt når dyrene er en del af dette, er det vigtigt at alle i personalegruppen har samme forståelse af hvordan den unge - her Thomas - inddrages i det fælles tredje.

Inddragelse i det fælles tredje sker på No Name efter en 4 punkts plan:

Beslutningsfasen - de voksne har overblikket over hvad der skal laves, men de unge inddrages på morgenmødet hvor de selv skal komme med forslag til hvad der skal laves f.eks. i stalden fra morgenen af.

Planlægningsfasen - opgaverne fordels i dialog mellem de unge og voksne.

Udførelsesfasen - de voksne hjælper de unge gennem udførelsen. Der kan være behov for både følelsesmæssig og praktisk støtte i opgaven. Det er også muligt at have en fortrolig snak under udførelse af opgaven.

Værdsættelsesfasen - den voksne sikrer at den unge får anerkendelse og ros for opgaven der er udført. Det er en vigtig del at den unge bygges op.

De voksne skal som professionelle være opmærksomme på, at opgaver ikke kan uddelegeres som til ansatte. Selv om det er de voksne, som har overblikket, er det afgørende, at de unge inddrages mhp læring og ikke mindst at de unge oplever at være en aktiv del af tingene bliver gjort . Dette gjorde sig også gældende i forhold til Thomas, som først skulle lære tingene med en voksen tæt ved siden af, siden skulle han lære at skabe et overblik der kunne lede til højere grad af selvstændigt arbejde.

Så efter en observationsperiode, som varierer fra ung til ung, får de voksne et overblik over Thomas håndværksmæssige kunnen, samt hans håndtering af dyr.

Pædagogiske overvejelser: Den unge oplever derpå at blive inddraget i de 4 punkter og ad den vej bliver den unge mere og mere selvstændig i opgaver uanset karakter. Succes

kriterie stiger og den unge får også mere og mere social kapital forstået som anerkendelse både hos de andre unge på gården og hos sin familie. En anderkendelse som er oprigtig og som giver den unge motivation til at fortsætte den gode udvikling, men også en anerkendelse som for unge kan være starten på at lære at de selv kan kontrollere forskellige forhold i livet med en aktiv indsats.

Psykologiske overvejelser: den første tid bliver den unge skærmet og kommunikation sker på deres initiativ samt i et fællesskab hvor der laves projekter og arbejdes med dyr - det betyder at pædagogen ikke kommer til at virke anmasende og insisterende i kontakten, men istedet er afventende og kan lade den unge tage initiativet. Det kan virke meget grænseoverskridende for de unge med dårlige voksenrelationer hvis nogen insisterer på at 'være dem nær' og hjælpe dem. På samme tid er de ude af træning ifht til at tage langtidsholdbare beslutninger for sig selv. Derfor er det en hårfin balancegang de ansatte i starten skal navigere i for ikke at forcere noget men dog skærme den unge fra at være destruktiv mod sig selv eller andre. De ansatte henter hjælp hos hinanden ved at reflektere og drøfte langt de fleste skridt. Der er systematisk opfølgning på de konflikter som kommer mhp at opsamle viden samt kontinuerligt at blive klogere og justere pædagogikken og behandlingen både generelt og ifht de enkelte unge.

Første faldskærmsspring

Efter en måned skal Thomas have sit første faldskærmsspring. Man skal være clean inden man kan starte med teorien - også her sættes en naturlig begrænsning, som ikke er de ansattes behov. I stedet er der en logisk sammenhæng mellem adfærd og mulighed for det de unge ønsker at opleve. Det er konsekvenspædagogik at Thomas skal være clean før han kan få lov at springe faldskærm. Det er farligt hvis man er påvirket, så de voksne støtter Thomas i at nå et attraktivt mål som kræver afrusning.

På No Name er der et miljø hvor de unge kommer med i faldskærmsklubben før de selv er aktive i sporten - de kan også få et tandemspring. Mest af alt motiveres de af og socialiseres i klublivet. De styrkes personligt af fællesskabet og de andre unges entusiasme når de kommer ned fra et spring. Miljøet omkring faldskærmssporten opleves som relationelt og menneskeligt rummeligt men når det kommer til udøvelse af sporten er det et meget rammesat og restriktivt miljø. Det er et optimalt læringsmiljø for mange af de unge idet de skifter mellem en setting hvor der er beskrevet nøje hvad der forventes af dem og ydes støtte til dette i vid omfang mens de på jorden kan træne sociale færdigheder med de samme mennesker men med en mere løs rammesætning. Det at komme ud at springe selv er ofte en afgørende motivationsfaktor for mange af de unge

ifht at blive stoffrie. I processen arbejder de uundgåeligt også med at få egne følelser mere under kontrol hvilket de oplever som en stor sejr når dette lykkes på de første spring.

Thomas husker en episode hvor han pga vrede sætter ild til sin teoribog og kaster det hen på underviserens fødder. Der kommer ikke en magtanvendelse og teorien fortsætter, til Thomas store forundring. Thomas oplever teoriprøven som tilgængelig. Erik supplerer med at nogle unge synes at det er svært, at der stilles krav som ligner det de har mødt i skolen - nemlig at sidde stille, tilegne sig viden og blive hørt i det af en autoritet. Fordelen på No Name er, at der kan vælges meget små sessioner af undervisning, viden kan opfriskes mens man hugger brænde eller spiser aftensmad og underviseren er en af pædagogerne på stedet som også er instruktør når de skal ud at springe. Undervisningssituationen bliver derfor sekundær i de unges bevidsthed og ønsket om at opnå målet sammen med en kendt voksen gør at der er færre konflikter og de der kommer kan løses på en anden måde end i skolen. Her er der en naturlig og gennemskuelige konsekvens af ikke at læse - du kan ikke springe faldskærm på onsdag!

Anerkendelse er af stor vigtighed i omgangen med andre mennesker i almindelighed, men med udsatte unge i særdeleshed. For at udvikle relations kompetencerne i forhold til Thomas, er det af største vigtighed at benytte anerkendelsestrappen. Denne bruges til at give Thomas selvtillid, selvagtelse og selv værdsættelse. Således er der balance i den teoretiske tilgang og den praktiske udførelse, som i eksemplet ovenfor. Her tolker pædagogen at Thomas frembyder 'gammel adfærd' (at sætte ild til teoribogen og provokere den voksne), når han bliver presset / usikker (af at skulle på 'skolebænken' igen med alle de oplevelser han har i bagagen herfra). Han bliver mødt anerkendende på den følelse han er i - det er svært men vi fortsætter - og det er han ikke vant til. Reaktionen fra de voksne ændrer hans billede / mønster, således at han bliver i stand til at bryde en ond spiral, og ad den vej blive en dygtig faldskærms udspringer.

Thomas følte ikke noget ubehag da han kom op i flyveren umiddelbart før første spring - fokus var på at han havde væddet med en af instruktørerne om han kunne lande på benene. Han mærkede ikke noget ved exit og han lander på benene. Der bliver klappet og han får sin cigaret. Først fire timer efter på vej hjem begynder kroppen at ryste og han kan mærke hvad der var sket.

Thomas *"Når man springer faldskærm kan man mærke sig selv. Man tester om man kan overvinde sin egen hjerne og al sund fornuft i kroppen. Man kan ikke forudsige hvilken reaktion man får, når man kommer derop."*

En vigtig del af pædagogikken på No Name er, at de unge efter faldskærmsspring hjælpes til at rumme alle de positive følelser - der bliver klappet og rost. Herigennem bliver det tydeligt, at det kan være lige så svært for de unge at rumme dette som negativ

feedback. Efterfølgende bliver de en del af en kultur - nu er de også en del af 'røverhistorierne' som fortælles om aftenen - deres narrativ er så småt begyndt at blive forandret.

Første vandretur

Thomas kom på første vandretur efter ca 4 uger tid på No Name.

Thomas *"Jeg kan gå i en måned og have det dårligt uden at kunne mærke hvad det er."*

Ugen op til vandturen var der noget fra fortiden, der indhentede Thomas uden han for alvor kunne mærke, hvad der var galt. Han sad bare og 'kiggede ind i væggen' når han ikke havde konkrete opgaver sammen med pædagogerne. Han kunne ikke være på værelset, men måtte spørge om han måtte sidde i mødelokalet.

Juridisk er der krav om at den unge frivilligt skal acceptere at komme på vandretur. Det kræver derfor den unge samtykker inden afgang. Thomas samtykkede og tog med, men nægtede at tage sine vandresko med - det betød at han var i Sverige med 24 minusgrader i sikkerhedssko. Det var No Name's daglige leder Michael og afdelingsleder Karsten som var med. Der blev badet i søer men der blev ikke gået lange ture, da det ikke var forsvarligt med de forkerte sko - men det fik Thomas ikke at vide på turen. Vejret var hårdt og turens formål var ikke at presse Thomas fysisk som han forventede, men konkret at opbygge tillid og en relation med de voksne.

Thomas: *"Det var en fed tur og de fortalte historier om andre oplevelser med unge på de steder hvor man gik. Vi hyggede os og jeg kan huske at vi fik pebernødder."*

Vandturen gav Thomas mulighed til, for første gang i mange år, at huske et godt minde fra barndommen. Det kom efter tre dage hvor han gik lidt bagefter de to voksne og kom til at huske. Det betød meget for ham og der blev snakket om dette minde omkring bålet.

Thomas er kommet til No Name, fordi han som mange andre anbragte, har taget beslutninger som har ført til nederlag. Det er ofte i forhold til forældre og skole. Thomas har ikke mødt forståelse for, at han er en selvstændig person med egne ønsker og initiativer hvilket skaber konflikter fordi han har et ønske om at tage beslutninger selv og har den formelle alder til det, mens han er er utrænnet i at tage relevant og gode beslutninger for sig selv.

En anbringelse på No Name skal give de unge mulighed, for at gøre sig erfaringer med, at det kan lade sig gøre at få magt over tingene, og at den unges handlinger ikke kun får negative konsekvenser, men også positive konsekvenser. De skal få øjnene op for at de med deres egne valgte handlinger kan styre væsentlige forhold i deres liv.

Thomas beskrivelse af turen ovenfor, fortæller os noget om erfaring via regler og forbud. Såfremt regler og forbud bliver håndhævet konsekvent, får den unge en erfaring om grænser og ved overskridelse af disse, erfaring omkring de naturligt følende konsekvenser.

Børn og unge vil ofte naturligt få erfaring med konsekvenser der vedrører relationen til andre mennesker, idet det er mennesker der sørger for at ens handlinger får konsekvenser. De anbragte unge har erfaringer, hvor de har haft 'for meget eller for lidt' kontrol over disse konsekvenser eller at der ganske enkelt ikke har været en logisk sammenhæng mellem adfærd og udfald.

For mange unge og især for Thomas kan disse udfald / konsekvenser virke, som en udfordring til at provokere og til hele tiden at afprøve og overskride grænser, for at teste de voksne (autoriteterne) af. Derigennem oplever de unge at få afprøvet deres egen ustabile identitet, som i bund og grund er afhængig af de voksnes interesserethed i dem, netop derfor er det altafgørende at konsekvenserne er meget gennemskuelige og målet meget attraktivt og opnåeligt de første gange så den unge kan hjælpes til at nyde et godt resultat istedet for at blive bekræftet i at fortsætte jagten på kontrol og opgør med autoriteter via negativ adfærd (en bekræftelse som følge af negativ adfærd kan være venners anerkendelse af uhensigtsmæssig adfærd eller berigelseskriminalitet).

Naturlovene sætter nogle betingelser for udfoldelse, som mennesker ikke kan sætte sig ud over. Her er det ikke mennesker der iværksætter konsekvenserne, men tingene i sig selv, der har naturlige konsekvenser. I Thomas tilfælde er det omkring vandring i kulde, med sikkerhedssko. " If you snooze, you loose " siges der ofte på No Name som en reminder om at man skal være årvågen og tage ansvar og initiativ på det rette tidspunkt.

Thomas bliver på vandreturen mødt af tydelige voksne, som diskret og neutralt, lader naturen sætte begrænsninger og give en relevant konsekvens, men der er sideløbende en strategi hvor de voksne involverer den unge og konsekvent holder den unge fast på egne beslutninger. De accepterer ikke at den unge stikker af fra sine beslutninger, istedet kræves det kontinuerligt at den unge tager stilling og vælger, da det giver erfaring i at de beslutninger man træffer og lever efter, ikke er ligegyldige. Den unge opbygger selvtillid ved at mærke at han kan gennemføre noget som er hårdt. Han støttes i høj grad mentalt og relationelt og i mindre grad praktisk. De unge lærer, at der ikke er nogen, der er ligeglade, og at de selv og de voksne har et ansvar. De unges beslutninger bliver taget alvorligt og bliver forpligtende. I Thomas tilfælde, hvor tydelige voksne på turen, holder fast, og er vedholdende, bliver han konfronteret i at have et ansvar over for sig selv. Denne erfaring kan styrke evnen til realistisk at erkende egne ønsker og værdier og dermed styrke evnen til at træffe beslutninger.

Første dyk

Thomas kan huske de første par dyk - det var i februar i Danmark. Det var noget andet end faldskærm.

Thomas *"Det er en 'nydelsessport' - har skal du træne roen. Man lærer kroppen og kende. Der skal være samarbejde mellem hjerne og muskler - ved vejtrækning kan man styre opdriften."*

Thomas er hurtig til at lære at dykke og i efteråret 2017 kommer Erik og han sammen på tur til Ægypten. Erik var begynder og Thomas var advanced. Det er karakteristisk for No Name at de voksne også gerne må opleve usikkerheden fra tid til anden. De unge må også gerne se at de voksne ikke er bange for at miste autoritet ved at være ny i en aktivitet hvor de selv er usikre. Det er en naturlig ting at man ikke altid er den bedste - det må de unge gerne se. Ved at bruge de voksne som rollemodeller når man skal noget ukendt lærer de unge hvordan man håndterer at være bange mm. Det er så at sige mesterlære ifht følelser. (følelsesmæssig mesterlære eller "vise forklare øve")

Pædagogisk overvejelse:

Den mest konstruktive form for erfaring finder sted, når den unge og den voksne, (eller de unge og de voksne) i fællesskab udfører et arbejde eller en aktivitet omkring et mål, de er fælles om som ikke vedrører deres indbyrdes relationer (fælles tredje).

Når man arbejder godt sammen og er opslugt af *sagen*, dvs. koncentrerer sig om bedst muligt at løse den opgave man er fælles om, viser det sig ofte, at de personlige relationer, som ellers kan være problematiske, falder på plads af sig selv.

Erik: *"I dette dykkertilfælde, er Thomas og jeg afhængige af hinanden, med en uddannelses overvægt til ham og som sætter ham i en rolle som guide/ underviser, som han voksende meget i".*

Faldskærm har en progressiv læringskurve - øvelserne bliver sværere og sværere i elevtiden². Dykning derimod starter med svære øvelser i sikkert miljø³ - men det er stadig

² I faldskærmsuddannelsen starter man med en erfaren instruktør som har al ansvaret. Denne sikrer udstyr og tjekker det når springeren har det på og skal i flyveren, instruktøren vælger udhopsstedet og angiver hvornår der skal springes, skærmen udløses automatisk og der er radio så man via snegl i ørerne guides til en god landing det rigtige sted.

³ Ved dykning starter man i 'confined wather' som f.eks pool hvor man skal sidde på bunden mens man tager maske og regulator / luftforsyning af. En af øvelserne er at få lukket for luften mens en anden er at svømme uden luft eller maske. Det er noget man sjældent skal som uddannet fritidsdykker og følelsen af at 'om lidt bliver der slukket for min luft men jeg ved ikke hvornår' er forbundet med angst for langt de fleste dykkerelever.

en stor overvindelse hvor det netop kræves at bevare roen og håndtere usikkerheden og angsten. Det kan være forskelligt hvilke aktiviteter der er hensigtsmæssigt at starte med alt efter den unges personlighed og historie. Dette vurderes sammen med den unge selv.

Ridning

Indledningsvis havde Thomas stor respekt for heste. Han havde redet hjemme som barn men kunne ikke huske det. Det betød at Thomas ikke oplevede heste som en stor udfordring, hvorfor ridning ikke blev brugt til den første opbygning af relation for ham. For Thomas blev ridning mere et 'gensyn' med noget kendt og en måde at få adrenalin-niveauet ned på mens han stadig arbejder med sig selv og evnen til at kontrollere og styre forskellige emotioner.

Thomas *"Det er en stor oplevelse at kunne styre så stort et dyr som hesten med små bevægelser i kroppen."*

For Thomas blev det et arbejdespunkt at skulle gøre op med nogle af sine antagelser ift ridning - bla at det kun er kvinder der rider på heste, men han nåede at blive glad for det og kan stadig tage ud at ride af og til.

Hos andre unge er faldskærm og dykning en overeksponering hvorfor hestene kan komme ind som den aktivitet man bruger sammen med dem. Hestene tilbyder noget grænseoverskridende relationelt som bruges i den dyreassisterede terapi - det er dog ikke vores fokus for denne artikel.

Tilbageblik

I foråret 2018 har Thomas været ca 2,5 år på No Name. Han bor i udslusningslejlighed på No Name - han læser til ubefaren skibsassistent på Martec i Frederikshavn. Senest har han fået to 12 taller på skolen. Det går godt og motivationen er der hvor den skal være for at opretholde et godt gennemsnit. Det er pga No Name at han ikke giver op men fortsætter når det er svært.

Relationen til familien er blandet. Der er ikke kontakt til faderen i familien - det har Thomas valgt fra for nu, han har gjort det for at passe på sig selv. Han vil måske om nogle år have overskud til at tale med faren.

Der er god relation til mor og hendes del af familien - Thomas holder ferier og helligdage med dem og har en god gensidig relation. Thomas kan også være der for moren og søskende.

Thomas *"Mor kan en gang i mellem give et guldorn, men ellers vender jeg mig mod pædagogerne på No Name"*

Pædagogerne kender ham efterhånden også bedre end moren, siger han. Thomas beskytter stadig sin mor for visse forhold i sit liv - hun bliver naturligt bange når der er noget som 'lugter af gammel adfærd'

Erik tilføjer; *"vi kan jo ikke træne de pårørende i overskud" så det er en naturlig reaktion, at de bliver nervøse".*

Thomas: *"Det har været det første sted hvor jeg ikke har sovet med våben - jeg har kunne lægge mig ned og sove"*

Erik: *"Han fik lov at være barn igen og havde brug for en rammesættende voksen. Rammen er ikke alene en begrænsning for mennesker - rammen skaber også tryghed og sikkerhed."*

Når rammen også er naturen og aktiviteter, bliver relationen ikke udfordret af at de voksen alene sætter en ramme. Der kan således arbejdes mere nænsomt og uden så store 'forstyrrelser' i relationen, når der også er en naturlig sat ramme.

Thomas beskriver som største forskel mellem No Name og andre oplevelser med et professionelt omsorgsmiljø, at han på No Name oplevede, at en af de ansatte sagde "det du lige sagde, kan jeg bruge". At han oplevede noget ligeværdighed. At der er respekt. Det at de voksne også kan være sårbare og kan håndtere det (f.eks. på turen til Ægypten hvor Erik var nybegynder og Thomas erfaren dykker).

Erik fortæller at man netop på No Name sikrer at pædagogerne ikke er bange for at miste autoritet ved at være nybegynder i noget. Mod er ikke at hoppe ud af en flyver uden at tænke sig om - mod er netop når man er bange, men håndterer sin egen angst og alligevel gør noget. Det må de voksne gerne gå foran med. I nogle af No Names personalekurser trænes de ansatte i at lære at håndtere angst ved at komme ud af egen 'komfort zone'.

Opholdet har gjort Thomas selvstændig - han kan selv både holde sig clean, ringe til læge ved behov og passe studier. Thomas har været lidt i en osteklokke på No Name hvor han præsterede godt og viste gode takter. Det betød, at han kom på produktionsskole lidt for hurtigt. Allerede på besøg blev Thomas usikker - det skal trænes. Han skulle styrkes endnu mere på No Name og man måtte sikre en mere blød overgang. Han kom ud at arbejde hos en pædagog fra No Name, men den relation var ikke god - det blev for stort et skift i roller. Derefter kom han i praktik hos en 'tømrmester fra No Names netværk. Det åbnede øjnene for nødvendigheden for at få en uddannelse. Det var svært at komme ind på skoleskibet Danmark, men det lykkedes at få plads på samme uddannelse på land.

At opbygge tillid til både sig selv og andre

Faldskærm, dykning, vandreture og ridning gør noget forskelligt. Ved alle aktiviteter fremvises den uhensigtsmæssige adfærd der skal behandles med det samme men på en legal vis - det er naturligt at være bange eller presset, det har alle prøvet (det er ikke noget man mister autoritet eller anseelse på, tværtimod bliver man en af flokken). Desuden er det ikke pædagogen som skaber det emotionelle pres - men den setting man er i. Det betyder at pædagogen bliver en allieret følelsesmæssigt istedet for at blive en modstander. Det er en fælles opgave at overvinde nature eller frygten - man er i samme båd. Den pædagogiske metode bliver inkluderende. En af mange listede karakteristika ved AT er **"Trust-building"** (tillidsskabelse). At skabe tillid beskrives som en vigtig del af behandlingen ligesom i enhver anden terapeutisk proces. Individet må i AT hvor der - som på No Name - er tale om læring i grupper således lære, ikke kun at stole på en ung eller voksen, men stole på alle i gruppen og være en del af gruppens 'trust worthy' samarbejde. Dette er et stort følelsesmæssigt skridt for mange af de unge på No Name. "I og med individet lægger sin fysiske sikkerhed i hænderne på de andre gruppemedlemmer, antages det, at individet også stoler på de andre medlemmer i gruppen på et emotionelt plan. Sammenlignet med mere traditionelle former for terapi, er den fysiske tillid et unikt karakteristika for AT" (p. 22). Ikke alene lærer de unge at give tillid til andre men mindst lige så vigtigt er at de blive givet tillid fra både pædagoger og andre unge. De unge lærer at have tillid til ikke bare sig selv men også til andre - det vokser de ved.

At skabe et nyt narrativ for sig selv.

Erik: *"De unge får en ny historie - kraftedme historierne om kriminalitet bliver byttet ud til aktiviteter om feks faldskærm som unge i alle miljøer har respekt for"*

De unge lærer via aktiviteter at få indhold i livet og det forplantes fysisk og psykisk positivt hos de unge. De oplever at blive mødt på en anden måde når de kommer videre i tilværelsen.

På skolen er Thomas blevet spurgt om han vil være med til at lave reklame for uddannelse - det ville han gerne. Lærerne har fortalt at han blev valgt fordi han er velklædt, veltalende og har fået gode karakterer. Det er han utrolig stolt af og for Erik viser det at No Name har lykkedes med bl.a. socialiseringen som det lægger meget vægt på.

Det er netop en del af No Names princip at der skal ske en fysisk socialisering. Man forsøger at undgå hættetrøje, caps og hængerøvsbukser, men det sker naturligt når man skal dykke, springe faldskærm eller i stalden, hvor der er tøj som passer til formålet og det giver mening hos den unge at få andet tøj på. På et tidspunkt bliver det til en ny identitet.

Det betyder, at når den unge kommer ud i livet kan de fortælle hvad de har lavet på No Name istedet for historier om kriminalitet og misbrug. Thomas møder meget respekt når han fortæller om de ting han har lavet på No Name.

Thomas *"Man bliver set som et ordentligt menneske. De ved at man har styr på sit liv for nogle der ikke har det vil ikke bruge penge på faldskærm."*

Læg mærke til Thomas' ændrede narrativ. Han fortæller videre at han oplever at komme ind i fællesskabet og at andre regner med ham. Han bliver vist tillid fra dag et fordi han er tillidsvækkende i udseende, væremåde og tale.

Når de unge har været med i alle fire aktiviteter får de en No Name t-shirt. Dvs de har sprunget faldskærm, dykket, redet og været på vandretur. T-shirten er en anerkendelse. Det er en særlig gruppe og de voksne får den også først når de har alle fire aktiviteter gennemført - så når der kommer nyansatte er det ikke ualmindeligt at de ikke har den eftertragtede t-shirt, mens nogle af de unge har.

Efterskrift:

Artiklen er skrevet sammen med Thomas i foråret 2018 og endelig færdiggjort i foråret 2019.

Idag er Thomas fortsat i uddannelse som befaren skibsassistent. Thomas følger sin uddannelse og nyder det og er god til det. Thomas har stadig vanskeligheder ved at forvalte sin fritid. Derfor har han selv ofte valgt at opsøge No Name til No Name når han har fri. Det viser både betydningen af efterværn, men også betydningen af den trygge og gensidig tillidsfuld base med en relationel tilknytning som stadig skal være der i ungdomsårene.