

GREINARØÐ

ANGIST KANN BARA BASAST VIÐ ANGIST

– TAÐ ER IKKI **VANDAMIKIÐ** AT KENNA **ANGIST**, OG TAÐ BER IKKI TIL AT **FLÝGGJA** UNÐAN HENNI. **ANGIST** ER NAKAÐ, **ØLL** MUGU LÆRA SEG AT **HANDEFARA**. TAÐ BER **VÆL** TIL. MEN TÁ TAÐ **SNÝR** SEG UM **BØRN**, MUGU TEY **VAKSNU** EISINI VERA VIÐ TIL **VIÐGERÐINA**, SIGUR **ANNA ELISABETH IVERSEN**, SÁLARFRØÐINGUR



SÁLARFRØÐI

Súsanna O. Skaale
post@socialurin.fo

Anna Elisabeth Iversen tók lut á Sálarfrøðiliga fakfestivalinum í 2011 við einari verkstovu, sum bar heitið »børn og angist«. Uppmøtingin var stór til verkstovuna um hetta evni, sum Anna Elisabeth í tvey ár hevur arbeitt við og granskað á Universitetsklinikkini við lærda háskúlan í Keypmannahavn.

Anna Elisabeth bleiv útbúgvin cand. psych. í 2006. Hon læs fyrstu fyra árinum í Edinburgh og tók síðani yvirbygnaðin í Keypmannahavn. Hon hevur roynt ymiskt innan sálarfrøðiliga økið – millum annað arbeitt í vaksins psykiatri í Føroyum, granskað og arbeitt við børnum og ungum á universitetsklinikkini í Keypmannahavn. Seinastu tvey árinum hevur hon arbeitt innan barna- og ungdomspsykiatri á Bisbebjerg sjúkrahúsinum í Keypmannahavn.

– Sálarfrøðiligi evnini, ið hava upptikið meg síðani lestrartíðina, hava verið ymisk. Á universitetinum granskaði eg í og skrivaði høvuðsritgerð um kynsligan ágang. Undir lestrartíðini hevði eg ein sera hugkveikjandi vegleiðara, ið hevði

vígt sítt lív til at arbeiða fyri rættindum hjá børnum. Hetta hugtók meg nógv, og so ella so hava tað eisini altíð verið børn og ung, ið eg serliga hava brent fyri.

Tá Anna Elisabeth fekk høvi til at luttaka í granskingarprojekti um angist hjá børnum, var hon tí eisini skjót at taka av. Hon helt Sálarfrøðiliga Fakfestivalin vera eitt upplagt høvi til at leggja fram sína vitan um hetta evni.

– Tað er mín fatan, at hetta evnið – børn og angist – ikki hevur verið so nógv viðgjørt í Føroyum, og tí var tað sjálvsagt, at eg legði mína vitan um júst hetta evnið fram á fakfestivalinum.

Tey óttafullu børnini

Anna Elisabeth greiðir frá, at hóast angist er mest vanligi sálarlígi trupulleikin millum børn og ung, so er hetta eitt evni, ið samfelagið mangan ikki gevur sær far um.

– Eyðkennini hjá hesum børnum eru ikki sjónlig. Hetta eru ikki tey villu børnini, ið órógva ella fylla nógv á stovnum ella skúlum, men tey friðarlígu, skikkiligu børnini, sum ikki siga frá hvussu tey hava tað, uttan at onkur spyr. Av tí sama vera tey eisini sjáldan ávíst í viðgerð vegna ótta, men sum

oftast tí tey kanska taka seg aftur frá øðrum, ella tí onkur heldur tey vantrívast. Eisini kunnu tey vera ávíst, tí onkur leggur til merkis, at tey læra ikki eins væl og onnur børn.

Anna Elisabeth lýsir hesi børn sum tey tarnaðu, smædnu børnini, sum ikki tora at sova hjá vinfólki ella fara túrar við flokkinum. Hesi børn hava eisini mangan stóran tørv á at vera har, sum foreldrini eru, og vilja kanska ikki sova í egnari song, men millum foreldrini. Tey kunnu eisini klaga um kropsligar trupulleikar sum búkilsku ella høvuðpínu.

Tað finnast fleiri sløg av angist. Men hetta eru tey yvirskipaðu eyðkennini, ið eyðkenna flestu angisttrupulleikar.

Tyrlumammur

Eins og við øðrum sálarsjúkum eru bæði umhvørvið og arður ella genetikur orsök til, at summi børn fáa angist. Harafturat er tað eisini ein kognitívur faktorur, ið ger seg galdandi. Nógv gransking hevur víst, at børn við angist hava ein serligan tendens til at vera meira upptikin av- og fokusera meira uppá signal um vanda enn onnur børn. Um tey t.d. hoyra um kríggj ella sunami í fjølmíðlunum, so fyllir hetta

sera nógv hjá hesum børnum. Tí ber til at siga, at tey hava ein ávísan hátt til at viðgera/processera vandar, ið brýtur frá vanligu hátinum.

Umframt hetta hava hesi børn eisini ein tendens til at kopiera reaktiónsmynstrini hjá sínum foreldrum og systkjum. Hetta er tað, ið nevnist modelinlæring.

– Tað, sum kanska serliga er áhugavert við gransking innan hetta økið er, at tað vísti seg, at bert upp til 30% av orsökini til angist hjá børnum kemst av arvi. Hetta er ikki serliga nógv, tá hugsað verður um aðrar sálarsjúkur, so sum bipolera sjúku, ella tunglyndi. Hetta merkir, at umhvørvið spælir ein sera stóran leiklut, tá tað snýr seg um angist hjá børnum. Millum annað vísa nógvir kanningar, at uppalingarstíllur hjá foreldrum er rættiliga avgerandi: Børn, ið hava yvir-verjandi, stýrandi ella atfinningarsom foreldur, hava størri sannlíkindi fyri at fáa trupulleikan.

Anna Elisabeth lýsir tær »yvir-verjandi« mammurnar sum »tyrlumammur«. Hetta eru mammurnar, sum allatíðina eru yvir barninum, soleiðis at tað ikki fær móguleika at kanna umhvørvið sjálvt.

– Tað var atstøðingurin Alfred