

For nogle år siden var jeg indkaldt som censor til en re-eksamen på en videregående uddannelse. Det undrede mig lidt, at der, ud over de to undervisere, der skulle eksaminere, var en tredje underviser tilstede, som ikke sagde noget – en i både højde og drøjde overordentlig velvoksen mand – men jeg spurgte ikke nærmere til det.

Da vi desværre måtte dumpe en bestemt studerende, fandt jeg ud af hvorfor. Den velvoksne kollega rejste sig, og stillede sig diskret mellem underviserne og den studerende, sådan lidt ude til siden. Den studerende tændte fuldstændigt af, da han fik sin karakter. Han råbte op, slog næverne i bordet, tævede løs på tavlen, smed en vandflaske gennem lokalet, kylede sine noter efter eksaminator og råbte, at han var færdig med den l*rteskole og de l*рте undervisere, og at vi bare kunne vente og... Efter et par minutters larm forlod han lokalet og hamrede døren i, så hængslerne knagede og trampede ned ad gangen.

Og den store underviser blinkede til sine to kolleger og sagde blot, på vej ud ad døren: *nå, nu behøver I vist ikke mig længere.*

Maria Dressler og Camilla Obels lille, velskrevne bog retter sig mod lærere, pædagoger og andre, der i professionelle sammenhænge arbejder med netop denne type af unge. Unge mennesker, der har vanskeligt ved at passe ind i fællesskaber og fungere i samspil, fordi de ikke magter at beherske deres vrede.

Bogen er delt i tre: en kort teoretisk rammesætning af vrede, en praktisk orienteret introduktion til, hvordan man arbejder med at skabe forbindelse og samtaler med vrede unge, og et sæt af konkrete øvelser i kropslig regulering, emotionel regulering og mentalisering.

Forfatternes sympatiske udgangspunkt er, at vrede er et meningsfuldt, men uhensigtsmæssigt, forsøg på kommunikation. Vrede er ikke blot et udtryk – det er et udtryk for **noget**. Forfatterne lægger vægt på, at vrede ikke må opfattes og behandles som et individ-patologisk fænomen; vrede er en alment menneskelig følelse, og vredens udtryk er en kommunikation af, at der er noget galt. Specielt i arbejdet med unge påpeger forfatterne, at mange unge, der ikke har lært at håndtere og kommunikere vrede, ofte fanges i en ond cirkel af stigende eksklusion – de reagerer med vrede, bryder dermed fællesskabets spilleregler og ekskluderes yderligere. I stedet for at lære at håndtere vreden inden for fællesskabets spilleregler lærer de blot, at de er "forkerte" og har kun yderligere vrede at reagere med.

Bogens metodik og praktiske øvelser lægger op til at afindividualisere vreden for at bryde den onde cirkel. I stedet for at gøre den enkeltes vrede til problemet arbejdes der konstruktivt med samspillet mellem den enkelte unge og fællesskabet. Målet er at inkludere den vrede unge i fællesskabet, og gensidigt arbejde med at lade fællesskabet rumme den vrede unge og lære den vrede unge gradvist at kommunikere inden for rammerne og spillereglerne.

Forfatterne har arbejdet med forløb for unge om vredeshåndtering, og bogen har et klart praktisk anvendeligt sigte. Den retter sig mod praktikere, både i indhold, tilgang og sprog. Specielt doseringen af den teoretiske baggrund er virkelig fint ramt – på få sider rammesættes og forklares vrede som fænomen, med et stadigt øje på anvendeligheden frem for lange teoretiske diskussioner. De mange praktiske øvelser er velbeskrevne og lige til at gå til. Det kræver måske lidt mod og rammesætning at introducere dem i en klasse af teenagere, men forfatternes tillid til fællesskabets vilje til at hjælpe en udadreagerende ung ind i gruppen står klart frem.

Bogen er kompakt og letlæst, men er ikke nogen letvægter indholdsmæssigt. Bogens lille format skyldes mere, at den er behageligt fri for fyldstof mellem de mange gode og vigtige pointer.

Af Bo Brunsgaard, cand.psych.

