

Kvinde I KRYDSELTET

Unge kvinder med etnisk minoritetsbaggrund går også til psykolog. Hvordan kan psykologer udvikle tilbud om støtte, der matcher både symptombillede og kontekst?

Siden 1996 har jeg haft klienter med etnisk minoritetsbaggrund i forskellige sammenhænge.

Som oftest er mine klienter unge, der kommer fra en baggrund med omsorgssvigt og vold, men i de senere år er jeg begyndt at se en ny gruppe unge kvinder i min praksis. Det er unge kvinder med etnisk minoritetsbaggrund, som er i gang med en mellemlang eller videregående uddannelse, som bor hjemme, og som har søgt hjælp på grund af dårlig trivsel.

En del af dem har tidligere været til egen læge og har fået diagnosen depression med dertil hørende henvisning og psykologbehandling gennem Sygesikringen, men har ikke følt sig hjulpet af den behandling, de hidtil har modtaget. Gennem rådgivningstilbuddet Etniskung.dk kan de få en bevilling på ti samtaler hos en psykolog, hvis den problematik, de præsenterer, har æresrelaterede aspekter.

Når de unge kvinder kommer i min praksis, giver de typisk udtryk for, at de ikke forstår, hvorfor de har symptomer på mistrivsel. I deres egen optik har de det objektivt godt og ser sig selv som stærke unge kvinder, der har formået at kæmpe sig ind på en videregående uddannelse. Dette på trods af forhindringer som fx manglende lektiehjælp fra dårligere uddannede forældre og lavere forventninger til deres ambitioner fra uddannelsesvejledere på ungdomsuddannelserne.

De fortæller, at de fra hjemmet har støtte til at uddanne sig, og at de ikke har været udsat for omsorgssvigt eller vold. Alligevel er de ramt af overvældende tristhed og modløshed og har symptomer som angst eller søvnproblemer, der gør det svært at fastholde deres studier. Ofte er der også konflikter i familien, som særligt handler om den unge kvindes ønsker til et ungdomsliv og familiens forventninger til en ung kvinde med etnisk minoritetsbaggrund.

På sin vis repræsenterer ovenstående problematik et klassisk figur-grund-dilemma for den behandlende psykolog: Hvor skal det behandlingsmæssige fokus være? På den unge kvindes baggrund, opvækst, familie og tilhørende meningssystemer, eller på symptombilledet med tristhed, søvnproblemer, håbløshed og mulig depression? Hvilket fokus har klienten brug for, og hvilke aspekter af klientens liv tabes af syne ved fokus på det ene frem for det andet?

Diagnoser og kultur

Siden Freuds tid har der været en udbredt forståelse af, at der er en sammenhæng mellem kultur – forstået som aktuelle livsvilkår og tilhørende meningssystemer – og psykisk sygdom. Det klassiske eksempel er de ”hysteriske” lammelser, som stort set er forsvundet med kvindernes indtog på arbejdsmarkedet i Europa. I nyere tid kredser debatten om kulturens indflydelse på psykiske diagnoser om sammenhængen mellem informationssamfundets arbejdsvilkår og den øgede forekomst af diagnoser som stress, udbrændthed, depression og angst.

Psykiateren Jytte Willadsen skrev i 1983 bogen ”Depression, dit navn er kvinde” med undertitlen ”Mandsvælde og helbred”. Bogen var et feministisk bud på en forståelse af depression hos kvinder som en reaktion på deres kulturelt bestemte livsvilkår og den traditionelle kvinderolles krav om passivitet.

I de forløbne år, hvor den nye klientgruppe er dukket op, har jeg ofte sendt bogens titel en tanke. Jeg undrer mig over, om grunden til, at veluddannede etniske minoritetskvinder får diagnosen depression, er, at de har svært ved at håndtere modsatrettede krav om aktiv selvstændighed og passiv ærbarhed. Er symptomerne – som ligner depression – i virkeligheden noget andet, eller er det netop den slags livssituationer, som udløser en depression?

Som jeg ser det, har mange af de unge kvinder, der søger mig, livsvilkår med så mange og modsatrettede krav og forventninger, at det må udløse psykiske symptomer. Spørgsmålet er, hvordan vi som psykologer forstår og behandler de symptomer, den nye klientgruppe kommer med.

Det kulturelle krydsfelt

For mange unge kvinder med etnisk minoritetsbaggrund er der ikke én eller to ”kulturer” at forholde sig til, men flere samtidige og modsætningsfyldte kulturelle vilkår. Det kulturelle krydsfelt er et begreb, jeg introducerede på Servicestyrelsens kurser om socialt arbejde med etniske minoritetsfamilier i 2007. I det kulturelle krydsfelt kan der være flere konkurrerende meningssystemer, både

>



> i og uden for familien, hvor den unge kvinde, blandt andet, skal forholde sig til mere eller mindre diffuse krav om at leve op til en ikke nærmere defineret standard for, hvordan en ung kvinde med netop hendes etniske baggrund gebærder sig.

”Jeg er opvokset i en moderne familie, har gået i børnehaven og haft danske kammerater. Da jeg blev student som 19-årig, var jeg med til det hele – også festerne. Nu skal jeg være hjemme inden kl. 22 og skal forklare mig, hvis jeg vil besøge en veninde. Når jeg protesterer, siger min mor, at det er, fordi jeg er blevet voksen. Det giver bare ikke mening.” (Kvinde, 24 år, universitetsstuderende)

Nogle gange mødes den unge af absurde krav om taknemmelighed over forhold, der ville betragtes som meget belastende for de fleste andre unge: ”Da jeg sagde til mine forældre, at jeg havde en dansk kæreste, og at jeg ikke orkede at lyve om det længere, smed min far mig ud hjemmefra og sagde, at jeg ikke længere var hans datter. Da jeg senere mødtes med min mor, sagde hun, at jeg skulle være taknemmelig, fordi min far var en moderne mand. I andre familier var jeg blevet slået ihjel.” (Kvinde, 20 år, hf-studerende og bor på krisecenter)

De samme unge kvinder må samtidig forholde sig til uddannelsessystemets repræsentanter og andre med etnisk dansk baggrund, der har stereotype forestillinger om, hvordan unge med etnisk minoritetsbaggrund tænker, tror og mener. Endvidere mødes de unge af indirekte, direkte eller institutionel racisme i både uddannelsessystemet og blandt jævnaldrende og undervisere.

”Du tror det ikke, men de andre studerende taler ikke med os, der bærer tørklæde. Det er, ligesom vi er usynlige. Jeg har også en underviser, der ikke kan lide kvinder med tørklæde. Jeg har haft fingeren oppe i hver eneste time i dette semester, men hun ignorerer både mig og en anden studerende, der også bærer tørklæde.” (Kvindelig universitetsstuderende, 22 år)

Virkeligheden for de fleste unge kvinder, jeg har i behandling, er en dyb og eksistentiel ensomhed, som udspringer af manglende muligheder for at finde genklang for deres oplevelser og følelser, både i deres familier og blandt jævnaldrende. Mange af dem har svært ved at bruge deres netværk af jævnaldrende. De tror ikke, at deres etnisk danske veninder kan forstå, og orker måske ikke at forklare om de vanskeligheder, der er forbundet med at komme ud om aftenen, gå på café efter en forelæsning eller lave gruppearbejde i et sommerhus hen over en weekend. Deres veninder, med samme eller lignende baggrund, vil kunne forstå vanskelighederne, men en personlig beretning rummer også en potentiel fare for afsløring, sladder og ødelagt rygte i de etniske minoritetsmiljøer, hvor den unge færdes, og hvor ikke mindst hendes forældre er afhængige af accept og respekt fra de andre familier.

Frygten for sladder betyder, at det kan være meget svært for mine klienter at ytre kritik eller tage stilling til socialt indskrænkende praksisser eller vedtagne tros- og meningssystemer i de etniske minoritetsmiljøer. Sladder om ”upassende” holdninger eller adfærd kan ramme den unge som en boomerang og gøre hende og hendes familie til sociale pariaer.

Løgne og klassespring

Mange har opgivet at føre dialog med deres forældre. De har en forståelse af deres forældre som gammeldags og forankrede i deres nostalgiske forestillinger om ”det gamle land”. De unge har opgivet at forklare forældrene om den dagligdag og virkelighed, de selv er en del af, og vælger for manges vedkommende at skjule de aktiviteter, de tror eller ved at forældrene vil misbillige, frem for at kæmpe for at få forældrenes accept.

Nogle gange begrundes de løgnehistorierne om deres færden med et hensyn til forældrene, andre gange som en nødvendighed for at have det sociale liv, som de føler sig berettiget til. Uanset hvordan mine klienter begrundes det for sig selv, skaber det ensomhed ikke at kunne dele sit liv med sine forældre.

Endvidere har mange af disse unge minoritetskvinder foretaget et klassespring, helt på linje med det store ryk af danske arbejderklasseunge, der strømmede ind på de videregående uddannelser i 1960'erne og 1970'erne. Mine klienters forældre og miljøet omkring dem har sjældent en forståelse af, hvad en videregående uddannelse kræver, og hvilke aktiviteter der er nødvendige for at få et godt studieliv, eller viden om, hvordan man får et godt CV og netværk, der kan hjælpe én til job bagefter.

Ensomheden hos de unge forstærkes af, at mange universitetsstuderende med etnisk minoritetsbaggrund ikke kan tale med deres familie om deres studier eller trække på familiens akademiske netværk til praktikophold, eksamenshjælp eller studiejobs. På den ene side er de unge familiens stolthed og bærere af en masse forventninger til kommende status og indtjening. På den anden side bliver det svært at dele tvivl om studievalg, ikke-beståede eksamener og ensomhed på studiet med familien.

Livsvilkår og symptombillede

Som psykolog stillet over for en klient, der er henvist med en depressionsdiagnose, må jeg spørge, hvad der udløser en depression. Er det depression, når et ungt menneske reagerer på tilsyneladende uforenelige livssfærer med tristhed, modløshed og søvnproblemer? Er depression i nogle tilfælde en fejltilstand, hvor den unge bliver bærer af sin egen utilstrækkelighed? Burde diagnosen snarere være en stressrelateret lidelse for en ung, der skal håndtere flere krav, end hun har kapacitet til?

Uanset om årsagen til hendes symptomer skal findes i en depression eller i frustration over sine livsvilkår, har klienten brug for både at undersøge, hvor og hvordan hendes symptomer viser sig, og hvordan de hænger sammen med hendes livsvilkår i øvrigt.

Kernen i behandlingsarbejdet i min praksis består af bevidstgørelse af overordnede mønstre og fælles undersøgelse af, hvilke forhold for den enkelte klient der medførte de lidelsesfulde symptomer og deres muligheder for eventuelt at ændre på disse livsvilkår.

Mit fokus på fænomenologisk undersøgelse og bevidstgørelse er ofte en lettelse for klienter, som allerede har været i en mere symptomfokuseret behandling, enten i form af medicin eller kognitiv adfærdsterapi. Flere rapporterer om mere afklaring og bedring af symp-



tommer gennem vores samtaler. Flere af dem har undervejs eller efterfølgende taget skridt til dialog med familien. I andre forløb har klienterne fået en større forståelse af den sammenhæng, som deres symptomer indgår i, uden at der dog er sket en lettelse af deres angst eller tristhed. Sidstnævnte gruppe har jeg forsøgt at viderehenvise til kolleger med mere erfaring inden for angst- og depressionsbehandling, eventuelt kombineret med medicinsk behandling.

At stille de rigtige spørgsmål

Unge med etnisk minoritetsbaggrund strømmer ind på mellemlange og videregående uddannelser. Det betyder, at flere psykologer vil møde unge med etnisk minoritetsbaggrund, der er i gang med uddannelse, og som er i klemme mellem modsatte krav og forventninger. Disse unge har legitime forventninger til at blive mødt af psykologer, der kan afdække sammenhænge bag symptomerne lige så kvalificeret, som psykologen kan afdække symptombilledet.

Pointen i figur-grund-dilemmaet er, at begge positioner er legitime udgangspunkter, og at den ene position ikke kan eksistere uden den anden. De problematikker, etniske minoritetsunge præsenterer, handler om både symptomer, livsvilkår og meningssystemer. De fleste psykologer har en umiddelbar forståelse af dansk middelklassebaggrund, men de beretninger, jeg får fra de unge, tyder på, at mange psykologer ikke har tilstrækkelig viden og indsigt i livsvilkår og meningssystemer for unge med etnisk minoritetsbaggrund til, at de kan stille de rigtige spørgsmål.

Jeg opfordrer derfor mine psykologkolleger til at udvide deres kendskab til de unges kontekst, ligesom jeg selv har måttet udvide mit kendskab til klinisk diagnostik og behandling. ■

*Inge Loua, cand.psych., ingeloua@gmail.com
Forkvinde i Selskab for Interkulturel Psykologi*

RÅDGIVNINGSTILBUD

Etniskung.dk er et rådgivningstilbud til unge og forældre med etnisk minoritetsbaggrund under Landsorganisation af Kvindekrisecentre, finansieret af Ministeriet for Børn, Ligestilling, Integration og Social Forhold. Etnisk Ung yder landsdækkende telefonisk og personlig rådgivning samt konfliktmægling til unge med etnisk minoritetsbaggrund, der er udsat for æresrelaterede konflikter. Desuden sparring til og opkvalificering af fagprofessionelle i forhold til æresrelaterede konflikter i familier med etnisk minoritetsbaggrund. Se www.etniskung.dk.

INSPIRATION

Ud over kurser og faglitteratur kan også film, tv, biografier og skønlitteratur give indsigt i nogle af de dilemmaer, som unge med migrantbaggrund i Europa står i. Forfatteren anbefaler blandt andet:
TV: "Det slører stadig". Satireserie fra DR.

Biografier: Rushy Rashid: "Et løft af sløret", "Bag sløret" og "Du sagde vi skulle hjem". Anne Lønstrup: "Esmā Birdi. Et liv i to verdener". Simona Abdallah: "Lykkens Brud".

Skønlitteratur: Monica Ali: "Brick Lane". Mustafa Can: "Under morbærtræets skygge".

Faglitteratur: Inge Loua: "Når Aicha løber hjemmefra".