

**Serie
om følelser:**

Der er altid følelser på spil i klasseværelset. I denne serie beskriver Gymnasieforskning nogle af dem.

Accept af unges vrede er ulige fordelt

Gymnasieelevers vrede over en sag eller situation kan bane vej for retfærdighed og forandring, men kan også gøre den enkelte elev forkert og indestængt tavs. Det afhænger af, om omgivelserne anerkender selve vreden som legitim eller ej, og der har unge slet ikke lige vilkår på tværs af klasse, køn og etnicitet.

Af **Annette Haugaard**

Vreden bor helt oppe i det røde felt. Udstyret med djævehorn, sammentrukne bryn og dampende røg ud af næsen. Man kan eksplo-dere, koge over, springe som en bombe eller blive bragt på krigsstien af vrede.

Ultimativt forbindes den voldsomme grundfølelse nemlig med noget voldeligt, der slet ikke hører hjemme i klasselokalet, men må forvises og sendes uden for døren eller helt hjem. Altså medmindre vreden udtrykkes gennem reflekteret tale frem for kropslig adfærd, og allerhelst med en hvid mandlig elev som afsender frem for en kvinde eller en ung mand med minoritetsetnisk baggrund og brun hudfarve.

Det er en af de foreløbige konklusioner i sociolog Betül Özkayas ph.d.-projekt på Aalborg Universitet, som undersøger, hvilke normer der påvirker, hvordan vredes-udtryk fra unge på stx, eux og erhvervsuddannelser bliver mødt og anerkendt. Hun er fortsat i gang med at analysere sit omfattende empiriske materiale bestående

af 50 interviews og 30 følelsesdagbøger, hvor elever på ungdomsuddannelser på forskellig vis beskriver deres oplevelser med vrede, men der tegner sig et tydeligt mønster: Adgangen til at vise og bruge legitim vrede i skolen er skævt fordelt på tværs af forskellige sociale kategorier.

"Elever har slet ikke samme forudsætninger for at være vrede på en acceptabel måde, for andre oplever vrede forskelligt afhængigt af, hvordan den udtrykkes, og af hvem. Det er generelt mere okay at sætte ord på vrede frem for at vise den med handlinger, og den verbale bearbejdning lærer man typisk i familier med længere uddannelse, så derfor spiller elevens klassebaggrund en rolle. Vrede hos mænd opfattes også oftere som udtryk for magt og kraft, hvorimod vrede hos kvinder hyppigere ses som hysteri, og hos mænd med minoritetsbaggrund og brun hud tilskrives vrede en forståelse som noget kriminelt og farligt. Som underviser skal man derfor være opmærksom på, hvilke normer man

>



fortolker og reagerer på elevers vredesudbrud ud fra," siger Betül Özkaya.

Negativ klang med potentiale

Vrede har historisk en negativ klang. Den katolske kirke ser den som en dødssynd, og buddhismen som en forstyrrelse af harmonien mellem mennesker og natur. Men i moderne psykologi er vrede en naturlig følelsesmæssig reaktion, man helst ikke skal undertrykke. Alligevel lærer elever stadig at tøjle deres vrede, så den ikke bliver for voldsom.

"Der er fortsat konsensus om, at vrede er noget, man bør holde sig fra, fordi det er en negativ følelse, der intet godt fører med sig, men det er både forældet og meningsløst at opdele følelser i positiv og negativ. Vredesfølelsen kan eksempelvis også være vældig fornuftig og måske ligefrem nødvendig. Man bør i stedet opdele følelsernes outcome i positive og negative resultater. Det, du kan få ud af vreden, er nemlig forskelligt afhængigt af situationen og din egen baggrund," siger Betül Özkaya.

Vrede er ofte en følelsesmæssig reaktion på, at noget opleves at være uretfærdigt og burde være anderledes, og vrede udspiller sig i et kontinuum af varierende styrke og intensitet. Man kan være frustreret, irriteret eller sur, men også så vred, at det bliver til had eller ligefrem vold, der skader andre. Man kan være vred på en person på grund af en specifik situation, man selv oplever, men man kan også være vred på andres vegne eller vred over en større sag. I alle tilfælde kan vrede ifølge Betül Özkaya rumme

en produktiv kraft, der er positiv, og som potentielt kan bane vej for vigtige forandringer.

"Vrede har potentiale til at vise, at noget skal være anderledes. Det kan man opnå i sit eget liv, men også strukturelt på et samfundsplan, når mennesker kollektivt går sammen om vrede og baner vej for forandringer. I nyere tid har vi eksempelvis set det med klimakampen, MeToo og Black Lives Matter, men forudsætningen for, at vrede kan forandre, er, at den først anerkendes som værende legitim," siger Betül Özkaya.

Bedre at tale end at vise

Sociologens kommende ph.d.-afhandling tydeliggør, at vejen til vredens potentielt produktive kraft går gennem ord frem for handling, for vrede, man taler om, er okay, modsat vrede, man viser ved for eksempel at råbe, kaste med ting eller slå. Det er ud fra den logik, at klassebaggrund ifølge Betül Özkaya giver unge ulige vilkår for at få noget ud af deres vrede.

Hun kan i sine interviews se, at elever fra ressourcestærke hjem med forældre, der har længerevarende uddannelse og god økonomi, selv oplever, at det er i orden at være vred, så længe man taler om det, hvorimod elever fra mindre ressourcestærke familier ikke har det samme sprog for vreden, fordi de ikke er vant til, at man sætter ord på den.

"Min empiri er gennemsyret af, at unge oplever, at verbale vredesudtryk er bedre end kropslige udtryk. Det er ikke okay at hæve stemmen eller kaste med noget i vrede, men derimod er det okay at tale om den. Vrede skal dog også udtrykkes på

bestemte måder. Eder og forbandelser anerkendes i mindre grad, hvorimod det er godt eksempelvis at kunne sige: 'Lige nu er jeg faktisk virkelig vred, og nu skal du høre, hvorfor...', for så taler man *om* vreden og på en reflekteret måde. Unge har derfor ulige kompetencer, fordi det typisk er i ressourcestærke hjem, at man øver sig i at håndtere og forstå følelser nuanceret gennem samtaler, mens unge fra ressourcevage hjem oftere har et mindre varieret sprog for vrede og er tilbøjelige til at udtrykke sig voldsommere. De siger måske '*Jeg hader ham*', selvom de taler om den samme følelse, som andre blot kalder at være frustreret, irriteret eller ked af det," siger Betül Özkaya.

Brun vrede gøres personlig og tavs

Etnicitet og hudfarve påvirker også, om unge hjemmefra lærer at vise vrede på en måde, der af andre opleves som legitim, og som derfor kan give gevinst.

"Unge med hvid hudfarve har typisk flere erfaringer med at udtrykke vrede på en måde, der skaber forandring, hvorimod unge med minoritetsetnisk baggrund og brun hudfarve oftere lærer, at vrede kan medføre, at politiet eller kommunen bliver indblandet. Unge minoritetsetniske mænd med brun hudfarve bider derfor langt oftere vreden i sig, gør den tavs og undlader at reagere på uretfærdigheder, fordi omgivelserne forstår deres vrede som voldsom og potentielt voldelig, selvom det faktisk er sjældent, at vrede bliver til vold."

Hvide Morten bliver sjældnere kaldt på kontoret, når han bliver vred, hvilket rigtig ofte sker for brune Hassan, fordi hans vrede nærmest kriminaliseres og opleves som skræmmende. Dette til trods for, at minoritetsetniske fyre med brun hudfarve faktisk oftere har en stærk følelsesregulering, fordi de for det meste er vant til at skulle undertrykke deres vrede, indtil den så måske til sidst koger over," siger Betül Özkaya.

Kvindes frygt for upopulære Karen

Kvinder har ifølge den kommende ph.d. heller ikke samme mulighed for at få anerkendt deres vrede som unge mænd med hvid hudfarve.

"Der er en tendens til, at kvindelige elevers vrede ses som hysterisk og som

udtryk for at skabe dårlig stemning, og deres vrede bliver sjældent bakket op, fordi andre dermed frygter at blive gjort upopulær i fællesskabet,” siger Betül Özkaya.

Hun giver som eksempel en episode, hvor en kvindelig stx-elev i en engelsktime bliver vred over et oplæg fra en fyr i klassen om, at ligeløn er urimeligt i elitesport, og hvor han også taler nedladende om kvinder generelt. Eleven af hunkøn er selv elitesportsudøver, så hun rækker hånden op og slår i vrede over i dansk, men hendes argumenter ignoreres af både klassekammeraterne og af den kvindelige lærer, der ikke griber ind.

”Elevens vrede blev aldrig anerkendt og gjort til genstand for en diskussion, fordi den blev knyttet til hende som person og ikke til selve situationen og emnet. Først efter timen kom nogle fra klassen hen og sagde, at de var enige i hendes argumenter, men pigen oplevede, at de tav i situationen, fordi de var bange for at blive gjort til grin eller skubbet ud af fællesskabet,” siger Betül Özkaya.

Hendes interviewmateriale viser, at kvindelige elever på ungdomsuddannelser generelt oplever at blive drillet og få sexistiske kommentarer a la *’Nåh, det er nok den tid på måneden,’* når de udtrykker vrede. Mange taler også om, at de bliver anset som mindre attraktive af deres mandlige medstuderende, når de viser vrede.

”Kvindelige elever fortæller, at de ikke bliver inviteret med til fester, hvis de udtrykker vrede i form af diskussionslyst, med begrundelsen, at det ødelægger den gode stemning, og hvis en pige droppes af en fyr, siger veninderne, at det nok er, fordi hun har for mange højlydte holdninger. Flere kvindelige elever taler ligefrem om, at de nødig vil være *’en Karen’* med reference til en tendens på sociale medier, hvor vrede kvinder i memes bliver gjort til grin.”

Hold øje med egen vredesforståelse

Som gymnasielærer er det ifølge Betül Özkaya først og fremmest vigtigt at være opmærksom på, hvilke forståelser af vrede man selv bærer rundt på, for at undgå at reagere stereotypt.

”Jeg vil opfordre til at overveje, om man anser vrede som noget negativt og i så fald husker, at vrede også har en mulig positiv effekt som katalysator for, at noget skal

ændres. Det betyder selvfølgelig ikke, at man skal acceptere alle former for vrede, men de fleste af os vil opdage, at vi har ret snævre normer for, hvad der er legitim vrede.”

Betül Özkaya mener ligefrem, at fravær af vrede hos elever kan være problematisk.

”I virkeligheden er det måske et større problem at have elever, som aldrig viser

Vrede

”Enhver kan blive vred – det er let. Men at blive vred på den rigtige person, i den rigtige grad, på det rigtige tidspunkt, den rette måde og af den rette årsag, det er ikke enhver beskåret.”

Sådan er den græske filosof Aristoteles citeret for at sige om vrede. Han anså ligesom andre græske og romerske filosoffer generelt følelser som i konflikt med fornuft og mente, at det er farligt at tabe kontrol over sit følelsesliv. I katolicismen er vrede en af de syv døds synde, ligesom buddhismen ser vrede som en af tre rodforstyrrelser, der skal overvindes for at opnå oplysning.

I moderne psykologi betragtes det derimod som potentielt skadeligt at undertrykke vrede. Blandt andet mener skaberen af den humanistiske psykologi, Carl Rogers, at selvudfoldelse kræver, at man udtrykker sine følelser – også vrede – for at være et autentisk menneske. I kognitiv adfærdsterapi anser man heller ikke vrede som problematisk i sig selv, men arbejder på at identificere vredens bagvedliggende tankemønstre og ændre sin adfærd i en mere konstruktiv retning gennem for eksempel kommunikation og alternative tanker.

vrede, fordi det kan være udtryk for, at de er vant til at blive gjort tavse, når de oplever noget som uretfærdigt,” siger hun.

Betül Özkaya anbefaler også, at gymnasielærere håndterer elevens vredesudtryk ved at holde fokus på sagen frem for personen, akkurat som logikken er i konflikt-trappen.

”Mange af os har blinde vinkler og tillægger kroppen hos den vrede person alt for stor betydning. Tendensen bliver, at vredesudtryk fra mandlige elever med hvid

hudfarve forstås som legitim og knyttet til situationen, der afføder den, hvorimod vrede forstås som et personligt anliggende, når den udtrykkes af kvinder og unge minoritetsetniske mænd med brun hudfarve. Nøglen til at skabe større lighed i håndteringen af vrede er at rette fokus på sagen frem for afsenderen ved at undersøge og tage alvorligt, hvad vreden og oplevelsen af uretfærdighed egentlig handler om.”

Med fokus på sagen bag vreden kan man som gymnasielærer være med til at lære alle elever at udtrykke vrede på en mere legitim måde.

”Måske er det i virkeligheden elever, der udtrykker vrede allermindst legitimt, som har allermost brug for at blive lyttet til. Ved at tale med dem om det, der ligger til grund for vreden, frem for selve vredens udtryk, kan man skabe et rum for, at de over tid lærer at udtrykke deres følelser på en legitim måde, selvom de hjemmefra måske ikke har lært at sætte ord på vrede og følelser generelt. Det bidrager til at undgå en slags ond cirkel, hvor nogle elever undertrykker vreden og på den måde accepterer uretfærdigheder mod dem, så de i værste fald til sidst risikerer at koge over og håndtere deres vrede illegitimt og uhensigtsmæssigt. Det er på den ene side meget at kræve af gymnasielærere, fordi deres opgave jo først og fremmest er at uddanne eleverne i specifikke fag, men på den anden side er gymnasiet også en dannelsesinstitution med en socialiserende opgave, som har et potentiale til at kunne reducere nogle af ulighederne i vores samfund frem for i værste tilfælde at komme til at reproducere dem. Men det kræver mere opmærksomhed og flere ressourcer fra politisk hold,” siger Betül Özkaya. ●

Betül Özkaya er sociolog og ph.d.-studerende ved Institut for Sociologi og Socialt Arbejde på Aalborg Universitet.

Læs mere på gymnasieforskning.dk

- 📖 Diversitet som stemningsarbejde: Interview med Manté Vertelyt
- 📖 Samfundsfag handler også om følelser: Interview med Katarina Blennow