



# En ensom kamp

*Et indblik i børns  
sundhed og trivsel  
i familier med  
få penge*

## En ensom kamp

udgivet af

### **Børnerådet**

Vesterbrogade 35A  
1620 København V  
Tlf: 3378 3300  
Fax: 3378 3301  
E-mail: [brd@brd.dk](mailto:brd@brd.dk)  
[www.brd.dk](http://www.brd.dk)

### **TrygFonden**

Lyngby Hovedgade 4,2  
2800 Kgs. Lyngby  
Tlf: 4526 0800  
[info@trygfonden.dk](mailto:info@trygfonden.dk)  
[www.trygfonden.dk](http://www.trygfonden.dk)

Juni 2006

#### *Redaktion:*

Kristine Sørensen  
Lene Hammer-Helmich  
Klaus Wilmann  
Else Guldager  
Anne Mejer  
Søren Gade Hansen

*Grafisk tilrettelæggelse:* Oktan, Peter Waldorph

*Foto:* Mikael Rieck. Alle billeder i dette hæfte er modellfotos.

*Tryk:* Schultz

*Oplag:* 3000

*ISBN:* 87-90946-38-3

En ensom kamp er gratis og fås vedhenvendelse til Børnerådet. Den kan ligeledes downloades fra Børnerådets hjemmeside [www.brd.dk](http://www.brd.dk)

Hæftet er en kort udgave af et speciale fra Folkesundhedsvidenskab på Københavns Universitet. Specialet kan ligeledes bestilles eller downloades hos Børnerådet: [www.boerneraadet.dk](http://www.boerneraadet.dk)

Der er blevet flere børn med **trivselsproblemer** i form af bl.a. **ensomhed** og **mobning**. De ensomme børn har brug for et fristed, hvor de kan henvende sig.  
Skoler og daginstitutioner bør være opmærksomme på børns trivsel og aktivt modvirke mobning.

*Regeringen, 2002*

(Sund hele livet – de nationale mål og strategier for folkesundheden)



Forestil dig **Bornholm...**

Der bor cirka 43.000 mennesker. Hvis Bornholm udelukkende var befolket af børn, så ville man på øen have samlet alle børn i Danmark, der lever i en familie præget af materiel fattigdom ifølge UNICEF's grænse for fattigdom. Hvis EU's fattigdomsgrænse var gældende, ville det svare til, at hele Frederiksberg med sine 90.000 indbyggere udelukkende var befolket af børn fra familier, der lever med en meget skrabet økonomi.

I dette hæfte møder vi ni børn, der alle kommer fra familier med meget få penge. Børnene, der alle er etnisk danske børn, er blevet interviewet om, hvordan det står til med sundheden og med livet i det hele taget. Undersøgelser på sundheds- og fattigdomsområdet plejer at handle om voksne og beskrivelser af deres liv - ofte i form af tabeller med fordelinger og procenter. I dette hæfte er det børnene, der kommer til orde.

Hvordan er det at være barn i en familie med meget få penge? Hvad er børnenes opfattelse af sundhed? Holder idéen om, at kærlighed, varme og en ukuelig vilje til at se det positive i livet kan kompensere for meget, hvis pengene er små? Er der ikke masser af tilbud og gratis glæder, man kan deltage i, og er det dybest set ikke et prioriterings spørgsmål at spise ordentligt, motionere mindst en time om dagen og huske madpakken?

Ikke overraskende viser interviewene med børnene, at den materielle fattigdom kun er ét problem ud af mange, som børnene kæmper med i dagligdagen. Fattigdom er både et symptom og et problem, men ikke den fuldt dækkende historie om, hvordan livet leves i familien set fra barnets synspunkt.

Vi møder børnenes beskrivelse af den afdøde far, eller hører om deres enlige mor, der er ædru alkoholiker og på kanten af et nervøst sammenbrud. Børnenes fortællinger om hvordan de må tage over derhjemme, alle de små dagligdags, men betydningsfulde ting, der ikke fungerer godt nok, blandt andet fordi penge ikke er der. Børnenes marginaliserede posi-

tion i kammeraternes kreds og manglen på solid kontakt med stabile voksne er både slående og nedslående. Ensomhed bliver børnenes stabile følgesvend. De afsavn børnene lider, deres sorger og glæder får her i hæftet et ansigt gennem klip fra børnenes udtalelser og korte faktuelle beskrivelser af den enkeltes livssituation.

Der er også lyspunkter, fx at børn, som går i specialskole, har stabile voksne omkring sig, som støtter og hjælper. Problemet er, at når denne gode foranstaltning ophører, så er barnet virkelig smidt ud på det dybe vand.

Børnene kender godt sundhedsbudskaberne, men de kommer langt nede på listen i deres bevidsthed. De bliver forståeligt nok overhalet af, hvordan en helt almindelig dagligdag kan klares med meget lidt voksenstøtte og mange krav til, hvad man selv skal klare.

I FN's Børnekonventions artikel om levestandard (artikel 27) står der:

*”Deltagerstaterne anerkender ethvert barns ret til den levestandard, der kræves for barnets fysiske, psykiske, åndelige, moralske og sociale udvikling. Forældre eller andre med ansvar for barnet har hovedansvaret for efter evne og økonomisk formåen at sikre de levevilkår, der er nødvendige for barnets udvikling. Deltagerstaterne skal i overensstemmelse med nationale forhold og inden for deres evner og økonomiske muligheder træffe passende forholdsregler for at bistå forældre og andre med ansvar for barnet med at gennemføre denne ret og skal i tilfælde af behov derfor yde materiel bistand og udarbejde støtteprogrammer, især med hensyn til ernæring, beklædning og bolig.”*

Danmark er forpligtet til at følge Børnekonventionen, og i Børnerådet mener vi, at det burde være muligt for Danmark, som et af verdens rigeste lande, at gøre det bedre. De stigninger i levestandard, som store dele af befolkningen har fået gennem mange år, skaber et endnu større svælg mellem fattig og rig. Og børnene i de materielt fattigste familier står som de største tabere i dette spil. Nogle af børnene er allerede i udkanten af et kriminelt miljø.

Man aner konturerne af, at børnene bliver næste generations udsatte voksne. Hæftet er en kort udgave af et afsluttende speciale for to studerende på kandidatuddannelsen i Folkesundhedsvidenskab på Københavns Universitet. Vi skylder Lene Hammer-Helmich og Kristine Sørensen tak, fordi de har stillet deres arbejde til rådighed for denne forkortede udgave af deres projekt<sup>1</sup>. Vi takker ligeledes TrygFonden for samarbejdet og for økonomisk støtte til denne udgivelse.

*Klaus Wilmann*

Formand for Børnerådet

*Else Guldager*

Medlem af Børnerådet

<sup>1</sup> Interesserede læsere kan downloade eller bestille specialet på [www.brd.dk](http://www.brd.dk)



Fattigdom  
i Danmark?



Fattigdom er mangel på nødvendige materielle ressourcer, penge såvel som andre ressourcer. Erik Jørgen Hansen, forskningsprofessor ved Danmarks Pædagogiske Universitet, forklarer, at fattigdom defineres som den situation, hvor man uanset hvad naboen har eller ikke har, selv har for lidt til at klare dagen og vejen. Man må i sin levevis på grund af pengemangel undvære en række nødvendigheder. De fleste af naboerne har måske disse nødvendigheder, men det er imidlertid ikke, fordi naboerne har disse ting, at man er fattig. Man er fattig, fordi samfundet fungerer ud fra den forudsætning, at borgerne besidder disse ting (Udsat nr. 6, 2. årgang, 2005).

I praksis anvendes ofte en bestemt indtægtsgrænse som mål for fattigdom. UNICEFs fattigdomsgrænse er, når indkomsten i en husstand er det halve af det, som andre danskere i gennemsnit tjener om året efter skat, sat i forhold til hvor mange børn og voksne, der er i husstanden. Det svarer til, at en enlig forsørger med ét barn har 8.100 kr. om måneden efter skat til dækning af alle udgifter (2002). EU benytter samme målestok, men sætter grænsen for fattigdom ved en samlet indkomst efter skat på 60% af gennemsnitdanskerens indkomst. Det betyder, at en enlig forsørger med ét barn har 9.800 kr. til rådighed efter skat om måneden (2002).

Danmark er ifølge UNICEF (2005) det land i verden, hvor færrest børn lever i fattigdom. Det svarer til 3% af de danske børn, men ikke desto mindre handler det om mindst 40.000 børn, der i kortere eller længere perioder af deres barndom vokser op i familier med lav indkomst. Tallet er ca. 90.000, hvis man anvender EU's fattigdomsmål. Danmark har ikke en politisk fastsat fattigdomsgrænse.

### **Fokus på børns trivsel i familier med få penge**

Fattigdom kan være en trussel mod det enkelte barns sundhed. Forskning har vist, at fattigdom som et element af social ulighed øger risikoen for langvarige helbredsproblemer, psykosomatiske symptomer og funktionsnedsættelse.

Børn fra familier i fattigdom har øget risiko for at mislykkes i skolen, udvikle afhængigheder og begå kriminalitet. Børn fra familier med lav socioøkonomisk status har desuden en øget risiko for flere fysiske og psykiske symptomer, end børn fra familier med høj socioøkonomisk status.

Social ulighed i sundhed blandt børn og unge har altså konsekvenser ikke bare for børnenes trivsel og helbred i barndommen, men også på længere sigt langt ind i voksenlivet. Fysiske og psykiske symptomer i barndommen er kædet tæt sammen med flere symptomer, sygdom og højere dødelighed i voksenlivet.

Hvordan opleves sundhed og trivsel blandt børn i danske familier med få penge?

Gennem interviews med ni børn i alderen 12 og 13 år fra familier med lav indkomst får vi mulighed for at opnå indsigt i børnenes tanker og i deres hverdag. Børnene har velvilligt ladet sig interviewe i to omgange derhjemme, på deres skole eller i nærmiljøet. Med to interviews har der været grobund for tillid og fortrolighed, og det har været muligt med mange af børnene at få en dybere indsigt i deres livsverden. Børnene præsenteres i det følgende under pseudonym, ligesom stednavne er anonymiseret. Alle billeder i hæftet er modelfotos.

Indblikket i børnenes hverdag er tankevækkende. Undersøgelsen viser nemlig, at børnenes trivsel og sundhed, mentalt, socialt og fysisk er på spil i familier med små penge, hvis ikke der bliver grebet aktivt ind.





Børn i familier  
med få penge

### *Vi er på kontanthjælp.*

(Gustav, 12 år)

---

*Gustav bor med sin mor. Faren er død. Han begik selvmord. Moren er ædru alkoholiker. Gustav har et par gode venner, som han ser en del. Han går ikke til noget, men kan lide at skate og spille computer, og han finder glæde ved at lære nyt og prøve sig selv af.*

---

Børnene kommer fra familier, som er trængt økonomisk. Familierne har blandt andet søgt hjælp hos kommunen eller hos Frelsens Hærs julehjælp. Herigennem er kontakten skabt til børnene.

Alle familierne har angivet en indtægt under 145.000 kr. før skat om året. I størstedelen af børnenes familier er moren eneforsørger og på kontanthjælp. Kun en enkelt har fast arbejde, men er ikke på fuld tid.

Forældrene har for de flestes vedkommende en uddannelsesmæssig baggrund i form af 8. - 9. klasse. Få har en ungdomsuddannelse eller en kort videregående uddannelse.

*Lige nu er jeg misundelig på, at de har en cykel. For min er blevet stjålet. Det er rigtig irriterende faktisk, fordiovre i skolen, så skal vi på cykelkursus med politiet og sådan noget, og så kan jeg jo ikke komme med, når jeg ikke har nogen cykel.*

(Louise, 12 år)

---

*Louise bor med sin mor. Faren er død efter et hjerteanfald. Hun har to yngre søskende. Louise elsker at være sammen med sine veninder og har flere kreative interesser. Blandt andet går hun til dans. Moren er stadig i sorg, så Louise hjælper ofte til derhjemme og må i mange henseender klare sig selv.*

---

Vi ved gennem vores kontakt til børnene, at de kommer fra familier med få penge, men børnenes fortællinger fokuserer ikke på at leve med fattigdom. Det er de ikke blevet spurgt om. De er derimod blevet bedt om at fortælle om deres hverdag, deres interesser, deres holdninger til sundhed og deres egen trivsel.

Fortællingerne handler derfor ikke umiddelbart om at leve med fattigdom. Alligevel skinner det klart igennem i børnenes historier at pengene er få i disse familier. Børnene er bevidste om, at de ikke har samme muligheder som andre børn.

*På et tidspunkt, kaldte de mig zombie, fordi jeg er jo ikke så meget ude at rejse som dem, så jeg får ikke så meget sol. Så jeg er jo meget hvid. Derfor kaldte de mig zombie, og det kunne jeg ikke så godt lide.*

**(Tom, 12 år)**

---

*Tom bor med sin mor og har tre søskende. En er på efterskole og en er på kostskole. Han elsker at læse. I skolen er en plageånd efter ham, men han forsøger at holde lav profil og klare det selv. Han har et par gode yngre venner, som han holder sammen med.*

---

## Sundhed og sygdom

Børnene går ikke op i deres egen sundhed til dagligt. De ved dog godt, at den hænger sammen med, hvad man spiser, og hvor meget man bevæger sig. De oplever at være sunde, når de har spist frugt, været ude hele dagen og har sagt nej tak til slik. Der er dog også forskelle i børnenes sundhedsforståelse. Mark fortæller, at man i hvert fald ikke skal spise for meget, hvor der er fedt i. Sådan noget som guldkorn og chokoladekiks. Så er man usund. Nogle gange spiser han alligevel kiks, men det er for at hygge! Og det er kun nogle gange.

---

*Mark er 12 år og bor med sin mor og storesøster, Maria, som også er med i undersøgelsen. Han har også en lillesøster. Han har i en længere periode boet på børnehjem. Han har DAMP og går på specialskole. Han elsker sin computer, men kan også lide at være sammen med kammerater ovre i skolen. Familiens problemer tynger ham, så han nyder skolens frirum og de voksnes nærvær og kommer hver dag en time for tidligt for at hygge sig.*

---

Henriette har ikke samme sikre opfattelse af sundhed, som de andre børn giver udtryk for. Hun er klar over, at man skal bevæge sig, og at motion har en betydning for velvære. Hendes forståelse af sund kost skiller sig dog markant ud fra de andre børns oplevelse af at være sund.

*Hvis jeg nu for eksempel vil være – vil ha' en sund dag, så spiser jeg frugt, og så tager jeg måske en is – altså en flødeis for eksempel, og så ruller jeg mig en lang tur (på rulleskøjter, red).*

*(Henriette, 13 år)*

---

*Henriette bor med sin mor. Faren ser hun sjældent og føler sig ikke velkommen i hans nye familie. Hun mistrives i skolen, og har med sin mor besluttet at tage en uge ad gangen og holde pause til kommunen finder en løsning. Henriette har kun få venner, som hun har mødt på en efterskole. De bor alle langt væk. Til daglig leger hun med børn yngre end sig selv eller spiller computerspil til langt ud på natten.*

---

At være usund forbinder børnene med dårlige vaner og deres egen dårlige samvittighed. De ved godt, at de spiller lidt for meget computer og spiser for meget slik. Enkelte spiller jævnlige fodbold i gården eller på et hold, men det er de færreste, der dyrker motion regelmæssigt gennem et organiseret fritidstilbud.

---

*Omkring 90.000 børn i Danmark er så fattige at idræt er et problem, og halvdelen må helt fravælge den. De bliver dermed skubbet ud af det sociale liv, børn normalt har. De må sige nej til fællesskab, idræt, stævner, skoler og lejre. Mange foreninger kender problemet og forsøger at finde løsninger. En ny pulje kan måske bane vejen for nye metoder. (Udspil, DGI. Januar 2005).*

---

*Jeg fejler ikke særlig meget særlig tit. Altså, jeg har været sådan lidt forkølet og snottet og sådan noget. Men det var kun én dag.*

*(Gustav, 12 år)*

Børnene opfatter ikke sig selv som mere syge end andre børn. De skelner klart mellem at være syg og rask. Det er normalt at være rask, og når man er syg, er det slemt. Så er der noget



i kroppen, der ikke fungerer normalt. Flere har haft kroniske sygdomme, som astma, men primært fokuserer børnene på forkølelse, influenza eller ondt i maven, når de tænker tilbage på deres egne sygedage. Enkelte kæder deres sygdomshistorier sammen med trivsel og velvære eller mangel på samme i skolen eller derhjemme.

*(At være rask?) Man er sådan glad indeni, at man ikke er sur og ked af det. Man er mere udadvendt, og man har det godt med sig selv.*

*Har et OK selvværd, og der er ikke noget i vejen, man er ikke syg og dårlig.*

*(Maria, 13 år)*

---

*Maria bor med sin mor og to yngre søskende, hvor lillebroren Mark også deltager i undersøgelsen. Faren ser hun sjældent. Det tager seks timer med tog at skulle besøge ham. Maria kæmper med sit udseende og sin vægt. Hun er blevet mobbet og har skiftet skole. Hun har ingen nære venner, men går i klub og til fodbold. Hun afprøver grænser og går nogle gange lidt for langt, så moren laver sanktioner med husarrest og restriktion på mobiltelefonen. Moren er ædru alkoholiker.*

---

A blue-tinted photograph showing the silhouettes of a man and a young girl looking out a window. The man is on the left, and the girl is on the right. The background is bright and out of focus, showing trees and a building. The text is overlaid on the lower part of the image.

Familien er børnenes  
**omdrejningspunkt**  
i hverdagen

*De elsker én, som man er. Og man elsker dem.*

(Maria, 13 år)

Omdrejningspunktet i børnenes hverdag er naturligt nok moren, både praktisk og følelsesmæssigt. Hun laver mad og smører madpakker. Hun sætter grænser for børnene i form af regler og forbud. Nogle børn accepterer hende i rollen, mens andre udfordrer hendes begrænsning af deres udfoldelsesmuligheder. Enkelte oplever nye sider af deres mor. Hun træder i karakter for øjnene af dem – som ædru alkoholiker: ”Før var det slik og Knorr, nu er det broccoli og sund mad” eller ved at spille en større rolle end tidligere efter farens død.

*Mor hun har bare altid været sådan en stille og rolig en. Når det var, vi havde været oppe at skændes eller et eller andet, min mor – det var aldrig hende, der stoppede os. Det var altid vores far. Sådan, min mor hun var ikke rigtig noget. Men efter min far så er død, så er hun blevet sådan mere skrap.*

(Louise, 12 år)

*Her for et par dage siden havde min mor rigtig meget ondt i hovedet. Det var rigtigt slemt. Så kom hun til at vælte en flaske vand... Så gik hun bare helt amok. Hun havde bare så ondt i hovedet. Så sagde jeg: Bare sæt dig ind og slap af. Jeg skal nok smøre de der madpakker. Slap nu af. Hun gik totalt bananas... Det gik bare helt galt.*

(Louise, 12 år)

Børnene oplever en skrøbelig mor med egne problemer, som er sårbar og ofte også afmægtig overfor børnenes problemer. Hun bryder sammen, stresser rundt eller virker opgivende overfor børnene.

*Alt går i kaos. Mor hun er syg, og mor bliver sur på mig og Maria, så...  
Og så råber hun, bare for at få Cecilie (lillesøster, rød) til at stoppe.  
Men det er et helvede den dag.*

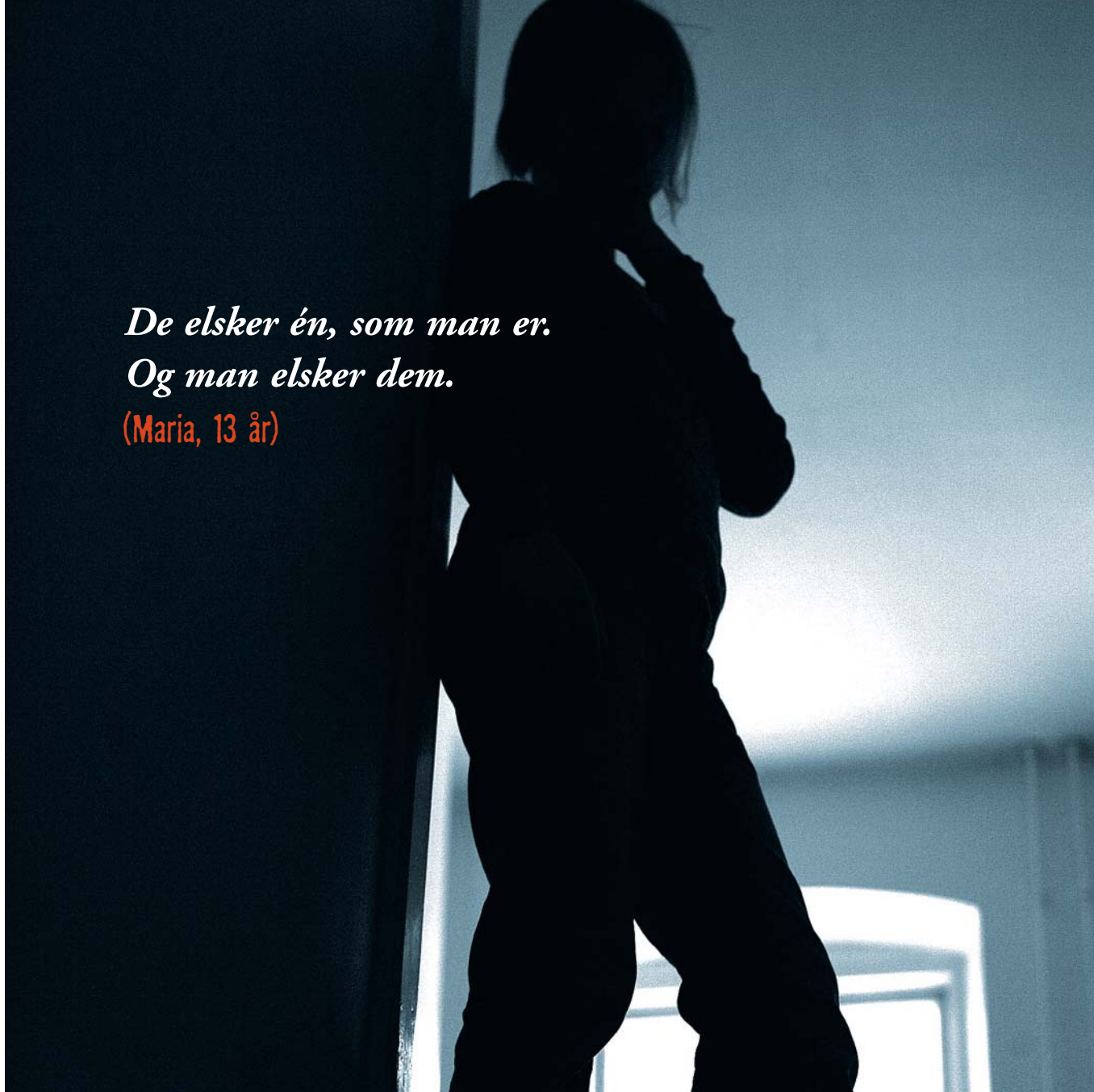
(Mark, 12 år)

Familien er det vigtigste i forhold til, om man har det godt eller skidt. Børnene glædes over at være sammen med familien, og længes stærkt efter mere samvær. Flere er meget kede af, at de kun har få slægtninge. De ses sjældent med farens side af familien eller har kun få medlemmer i den nærmeste familie.

*Jeg har ikke så meget familie, fordi jeg kender ikke rigtig nogen på min fars side af familien.*

(Gustav, 12 år)

Den fraværende far fylder i børnenes tanker. Følelser som stolthed, vrede, tristhed, længsel og ærgrelse viser, at faderen trods sit fravær – om han er død eller langt væk – har en stor betydning i børnenes liv. De samme følelser er ikke i spil på samme vis i den familie, hvor både mor og far er til stede. Børnene savner deres far, mindes ham og ønsker ofte mere tid sammen med ham, selvom de erkender, at det ikke er muligt i praksis.

A silhouette of a person with long hair, seen from behind, looking out of a window. The person is standing in a dark room, and the light from the window creates a strong backlighting effect. The window has a white frame and a small arched opening at the top. The overall mood is contemplative and quiet.

*De elsker én, som man er.  
Og man elsker dem.*

*(Maria, 13 år)*



**Børnenes  
venskaber og  
interesser**

Børnene har det godt, når de er sammen med venner. De nyder samværet og de fælles aktiviteter og hygger sig. Ved nærmere forklaring viser det sig dog, at børnene ofte kun har en lille omgangskreds. Enkelte mødes sjældent, fordi afstanden bliver for stor. Vennerne kender de primært igennem skolen eller som naboer – det er ikke venner, de har mødt gennem organiserede fritidsaktiviteter og med samme interessefællesskab.

*Jeg har gået til fodbold, men det er meget længe siden... Men nu vil jeg så gerne begynde igen. Jeg skal se at finde ud af noget med min mor. Før spillede jeg jo i Herlev... jeg ved ikke, om de stadig overhovedet har et hold.*

(Tom, 12 år)

Mange af børnene har et stort uopfyldt ønske om at ”gå til noget”. De fortæller, at moren ”bare lige” skal finde det rigtige sted eller finde tid til at tilmelde børnene det, de gerne vil gå til. Andre gange er forklaringen, at cyklen er stjålet eller i stykker, så afstanden forhindrer dem i at deltage i de ønskede aktiviteter.

Deres interesser derhjemme kan heller ikke altid realiseres. De fleste har adgang til computere, men mangel på internetopkobling eller computerproblemer afskærer flere af børnene fra at chatte, surfe på nettet og spille computerspil. De har derfor begrænset adgang til jævnaldrendes virtuelle netværk og samvær.

Tom elsker at læse, men han har ikke de briller som øjenlægen siger, der er brug for. Han fortæller, at det er vanskeligt at læse underteksterne i fjernsynet, men moren er ikke indstillet på at give ham dem, hvis brillerne nu går i stykker i skolen.

*Jeg bliver tit kaldt for gangster, fordi jeg går sammen med hende pigen der.  
Så bliver jeg også kaldt: Ej, Gangster-Louise.*

(Louise, 12 år)

Børnene færdes i et hårdt børnemiljø uanset, hvor i landet de bor. De konfronteres med et hårdt sprog, hærværk, mobning og nogle føler sig truet på livet. Nogle gange er børnene ofre eller vidner, og andre gange er de selv udøvere. Det strækker sig fra en ”smadre-rude-bande”, som Gustav har været medlem af, til decideret hærværk på biler, som Casper tidligt begyndte på.

---

*Casper er 12 år og har tre ældre søskende, som er flyttet hjemmefra for længst. Han bor derfor alene med sin mor. Faren må han ikke se for sin mor. Han går på specialskole, men er ikke glad for at være der. Casper har tidligere lavet ballade og hærværk, men gider det ikke mere. Han er mest hjemme og hører musik, ser fjernsyn eller spiller computer. Ellers driver han rundt med kammerater i nabolaget til langt ud på aftenen.*

---

Louise fascineres af en veninde, der er ”gangster”, og vil gerne være med i kredsen, mens andre som Tom, tager afstand fra ballademagere og holder sig udenfor. Maria er gennem længere tid blevet truet – med og uden kniv – til at gøre ting, hun ikke har haft lyst til og føler sig magtesløs overfor udøveren.

Vold og ballade bliver en mulighed i børnenes verden – i tanker og i handling. De har tidligt måttet slå fra sig og er klar til at gøre det igen, hvis det bliver nødvendigt.

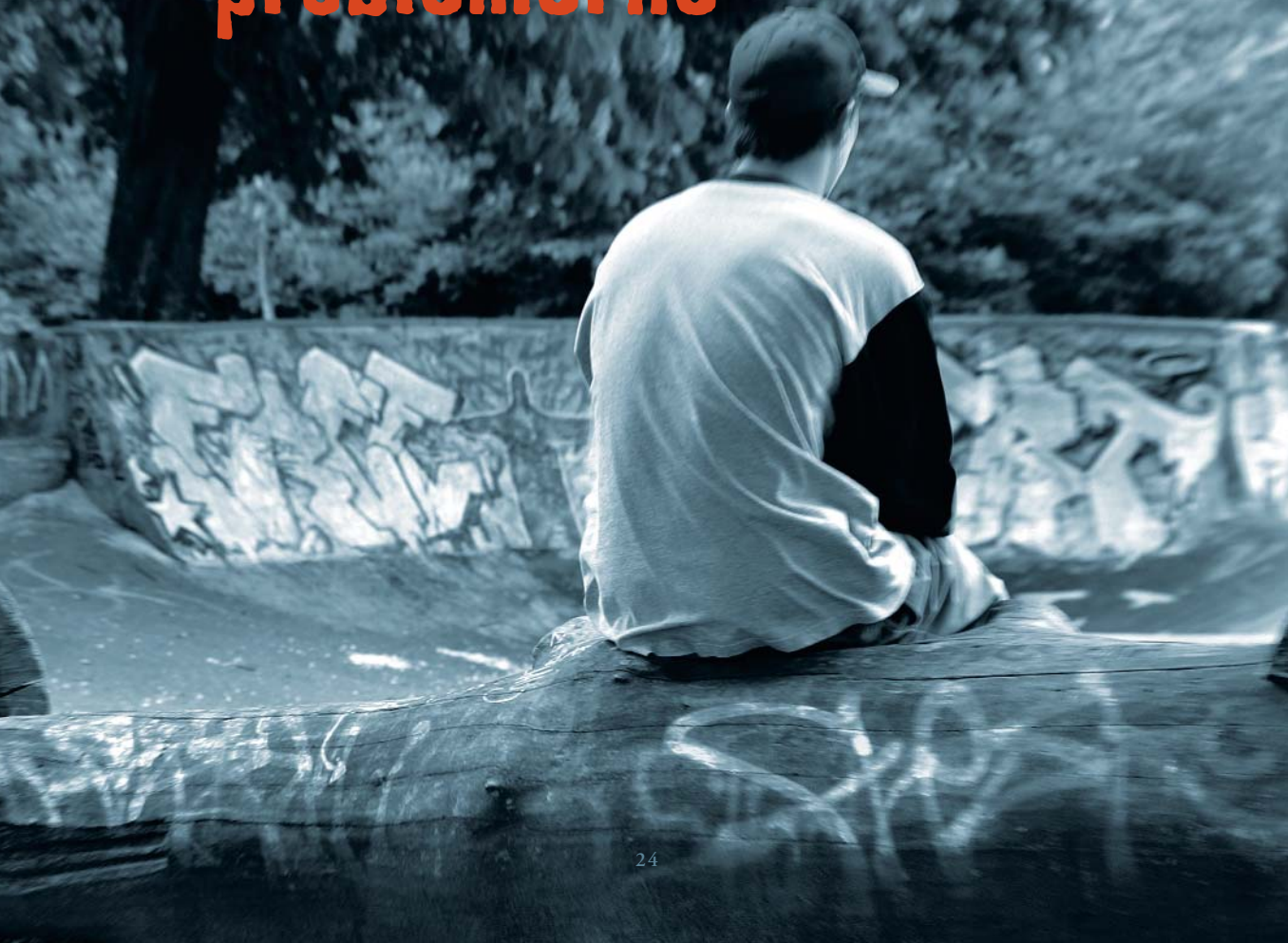
*Det ved de godt, at det skal de ikke gøre mod mig,  
fordi så bliver de selv truet.*

(Henriette, 13 år)



# Det hårde børnemiljø

# Alene om at løse problemerne



*Man kommer egentlig kun videre ved at snakke om det. Hvis man sidder bare og holder det inde, så bliver man endnu mere ked af det, og så kommer man aldrig videre. Man bliver nødt til at snakke om, hvad der er sket... fordi at ellers så går det helt galt.*

(Louise, 12 år)

Problemer og konfrontationer i hverdagen med moren, med kammerater eller lærere, skaber et behov hos børnene for at snakke med nogen om deres oplevelser. De fleste børn udviser fortrolighed overfor nogen, men det er ofte baseret på skrøbelige fortrolighedsforhold. I praksis viser det sig, at der kun er få personer i barnets verden, der kan komme i betragtning. I børnenes fortællinger fremhæves moren, men ofte har hun selv problemer at slås med. Er det en af deres egne venner, vil det være børn eller unge, som ikke har modenhed og samme handlemuligheder som voksne.

I enkelte situationer har børnene været fortrolige overfor professionelle voksne som læreren, skolepsykologen eller klubpædagogen, men det er ikke et fortrolighedsforhold børnene har stor tillid til. De føler sig ikke altid forstået eller lyttet til. Enkelte oplever at fortroligheden til professionelle voksne snarere har skadet dem end gavnet dem.

Victoria er helt bevidst om, at hun er en ”sag” i kommunen. Hun ønsker hjælp og vil gerne have alle parter samlet rundt om bordet: Socialrådgiveren, psykologen, familien, vennerne, så de sammen kan finde en løsning på de massive sociale og psykiske problemer, som hun og familien har.

---

*Victoria er 12 år og bor med sin mor og sin bror. Hun går på specialskole nu, men har prøvet en del forskellige skoler. Hun har også boet på børnehjem og hos en plejefamilie. Der er problemer i familien, og hun håber, at kommunen kan hjælpe dem. Den store interesse er hendes kæreste, at chatte på nettet eller drive rundt i byen med hendes veninde og en gruppe af større drenge.*

---

To af børnene har DAMP/ADHD. De er på en specialskole med en beskyttet hverdag. De får oplevelser og rejser og oplever støtte og opbakning fra de voksne. Der bliver taget hånd om ballade og problemer i langt højere grad, end det ser ud til blandt de andre børn, hvor der i praksis er tale om sparsom og skrøbelig støtte. En eventuel opfølgning er helt afhængig af den voksnes engagement i barnet.

#### **Personlig kamp for selvværd og selvtillid**

Børnene er bevidste om, hvad der skal til for at trives og være sunde og raske, men de oplever ofte, at deres ønsker og behov er svære at få opfyldt på grund af ydre omstændigheder eller egne begrænsninger.

Selvværd og selvtillid er ingen selvfølge for børnene, men noget der skal kæmpes for. De ved med sig selv, at de kan noget og gør noget. At springe på hovedet fra femmetervippen, stå på ski, sy en taske, score mål i fodbold eller køre på knallert. De gør det på eget initiativ, og drives ikke frem af fælles mål og ambitioner, som det ses i mere organiserede fritidsaktiviteter. Børnene er bevidste om deres egne personlige sejre. Også når det ikke bemærkes eller anerkendes af omgivelserne.

*(Når man taber sig) så får du flere venner... fordi de synes man er pænere. Så går man ikke rundt med sådan en dulle foran. Jeg kan sagtens løbe nu. Det kunne jeg ikke før.*

*(Ditte, 12 år)*

---

*Ditte bor som den eneste med sin mor og far og lillebror. Hun går på specialskole og holder meget af fodbold. Det fylder det meste af hendes hverdag. Ditte har en god veninde, som hun er meget sammen med, og ellers leger hun lidt med nogle børn i gården, hvor hun bor. Hun er lidt tyk, men har tabt sig meget – det har været rart, for før blev hun drillet med udseendet og følte sig ikke godt tilpas.*

---

Udseendet har stor betydning for børnenes selvværd. Flere kæmper dagligt med vægten, mens andre har haft den store sejr at tabe sig og dermed fået flere venner. Enkelte har været på julemærkehjem. Flere af børnene sukker over, at de ikke har råd til det smarte modetøj, som de ønsker sig, og som kammerater går i.

Mobning har været eller er en del af dagligdagen for de fleste af børnene. For nogle skal frikvartererne bare overstås, så de slipper for plageånderne og daglige ydmygelser. De har mærket på egen krop, hvor ødelæggende mobning er for selvværdet.

*Jeg går jo nok bare væk fra dem. Men så nogen gange, så følger han efter mig. Hvis han så bliver ved med at drille mig, så kan jeg sige til en voksen, at han irriterer mig og sige, at han skal stoppe. Men han bliver ved, for han hører ikke efter, hvad nogen siger.*

*(Tom, 12 år)*



En ensam  
**kamp**

Børnene er bevidste om deres egne ressourcer og barriererne i deres omverden i forhold til deres egne udfoldelsesmuligheder. Børnene har stærke viljer til at klare sig selv, og de finder styrke i venskaber og familier. De ved, hvad der skal til i forhold til deres egen trivsel.

- *En stabil familie*
- *Venner*
- *Nogle at snakke med*
- *Ingen mobning*
- *Deltagelse i fællesskaber med andre børn*
- *Mulighed for at lære nyt og dygtiggøre sig inden for interesseområder*

MEN – børnene lever i familier, der ofte har komplekse ”voksen” problemer, der hæmmer børnenes udfoldelsesmuligheder, og som børnene tager på deres skuldre. De færdes i et hårdt børnemiljø med stor risiko for at blive mobbet. Vægten og udseendet har stor betydning, og sammen med manglende selvtillid, kan det også give anledning til manglende trivsel i hverdagen. Børnene vil gerne have nogle at snakke med om hverdagens udfordringer, men kun få i familien, andre voksne og venner står til deres rådighed. At opnå en sund hverdag i mental, social og fysisk forstand er derfor en ensom kamp op ad bakke for børnene.

---

*Sundhed er en tilstand af fuldkommen legemlig, sjælelig og socialt velvære og ikke blot fravær af sygdom og gener.*

*(WHO's definition af sundhed)*

---

Mindst 40.000 børn er i risiko for i kortere eller længere tid at blive ofre for den ulighed i muligheder, som fattigdom er med til at skabe i børnenes levevilkår i Danmark. Det bør ikke være børnenes egen ensomme kamp at opnå samme livsmuligheder, som størstedelen af danske børn nyder godt af. Børnene har ressourcer og vilje til at udfolde sig, men omgivelserne formår ikke i tilstrækkelig grad at møde dem, hvor de er. Det er nødvendigt at komme dem i møde med opmærksomhed, anerkendelse og hjælp i en langt højere grad, end det er tilfældet i dag.

### **Velfærd for alle børn**

I dette hæfte har der været lejlighed til at møde blandt andre Louise, Tom og Gustav. Mærke hvordan de trives i hverdagen, i familien, i skolen og med kammeraterne. Et liv op ad bakke i modvind og et liv præget af at være alene med et alt for stort ansvar for sig selv og sin sundhed.

Børnerådet vil anbefale, at fattigdom blandt børn i Danmark anerkendes som et reelt problem, der ikke løser sig selv, men kræver en målrettet indsats og særlige programmer. Vi håber, at dette hæfte vil inspirere beslutningstagere til at tage de første nødvendige skridt.

Et af Børnerådets grundlæggende forlangender er, at det danske samfund må sikre velfærd for alle børn i landet. Et rigt samfund som det danske bør ikke acceptere, at en stor gruppe børn lever i en situation præget af afsavn og uden tro på fremtiden. Der er behov for en sammenhængende og anstændig politik overfor familier, der lever i armod. En politik der tager højde for, at mange familier, der lever i materiel fattigdom, ofte også har store sociale problemer at slås med. Mangel på ressourcer handler, som vi ser i dette hæfte, ikke kun om økonomisk nedtur, men også om mangel på psykisk overskud, mangel på menneskelig kontakt og en permanent oplevelse af at være sat udenfor.

Selvom kærlighed og varme og en vilje til at se det positive i livet kan kompensere for meget, må det aldrig være samfundets svar på fattige familiers situation. Når man som barn ikke





har råd til at holde fødselsdag med kammeraterne, aldrig kommer på ferie og kun deltager sparsomt i fritidsaktiviteter sætter det varige spor i barnets sind og vanskeliggør det gode, som skoler og institutioner kan gøre. Børn har ret til udvikling og gode rammer, og samfundet har pligt til at støtte alle børn. Det handler bl.a. om:

- At børn har brug for stabile voksne, som er på deres side og følger dem gennem barndommen. Hvis børnenes forældre i perioder ikke kan sikre denne stabilitet, må samfundet sikre, at andre voksne træder til.
- At børn har brug for, at der tages hånd om de belastninger familien har (psykisk sygdom, død, alkoholisme og arbejdsløshed). Børn må aldrig opleve, at familiens overlevelse bliver deres ansvar.
- At sanktioner, der indføres for at motivere forældrene, ofte rammer dobbelt hårdt. De rammer forældrene, men de rammer også barnet, som er uden lod og del både i problem og i løsning. Det må sikres, at børnene ikke straffes for forældrenes undladelser eller manglende overskud og evner.
- At folkeskolen for alvor skal udvikle rummelighed og bidrage til at børn fra familier, der lever i materiel fattigdom, ikke yderligere marginaliseres. En dagligdag som respekterer børnenes særlige indlæringsituation, tilbud om lektiehjælp, mentorordninger, gratis lejrskoler, og madordninger som ikke uddyber de sociale skel.
- At sundhedsordningerne og vilkårene for sundhed er noget alle børn har del i. Det kan fx være gennem støtte til børns fritidsaktiviteter med bevægelse og en sikring af, at sundhedsplejerskerne har mere nærkontakt med de børn, der lever i fattigdom.



## Børnerådet

### Børnerådet

Vesterbrogade 35A  
1620 København V  
Tlf: 3378 3300  
Fax: 3378 3301  
E-mail: [brd@brd.dk](mailto:brd@brd.dk)  
[www.brd.dk](http://www.brd.dk)

*Børnerådet er en statslig organisation, som skal arbejde på at sikre børns rettigheder samt informere og rådgive om børns forhold i samfundet. Børnerådet skal inddrage børns synspunkter i dets arbejde.*

## TrygFonden

### TrygFonden

Lyngby Hovedgade 4,2  
2800 Kgs. Lyngby  
Tlf: 4526 0800  
E-mail: [info@trygfonden.dk](mailto:info@trygfonden.dk)  
[www.trygfonden.dk](http://www.trygfonden.dk)

*TrygFonden arbejder for at skabe en mere tryk hverdag for dig og alle andre i Danmark. Med udgangspunkt i viden og forskning skaber vi rammerne for initiativer, der kan føre til større tryk for alle.*