

122 unge  
deler  
erfaringer  
om et  
ungdoms  
liv, når  
det bliver  
svært

# Ung nu



Socialt  
Udviklingscenter

## **Ung nu**

122 unge deler erfaringer om et ungdomsliv, når det bliver svært

Udarbejdet af SUS - Socialt Udviklingscenter, 2023

Socialt Udviklingscenter SUS  
Nørre Farimagsgade 13  
1364 København K  
[www.sus.dk](http://www.sus.dk)

# Indhold

1. Forord .....	4
2. De unges livssituation .....	6
3. Fællesskab og relationer .....	32
4. Vejen gennem skole og uddannelse .....	64
5. Mødet med systemet .....	133
6. Metode: Sådan har vi gjort.....	185

# Forord

Hvordan opleves det at være ung i en tid, hvor der er mange forventninger til, hvad de unge generationer skal bidrage med for at få det danske velfærdssamfund og samfundsøkonomien til at hænge sammen i fremtiden? Hvor forskning og statistik samtidig peger på, at unges mistrivsel er et stigende problem, fordi flere unge end nogensinde før har oplevet at være stressede og er udfordrede på deres mentale helbred. Og hvor en stor gruppe af unge står uden for fællesskabet, når de i kortere eller længere perioder hverken er i job eller uddannelse.

Det forsøger denne publikation med ungefortællinger fra 122 unge fra mange dele af Danmark at give et indblik i – set fra de unges eget perspektiv.

Igennem de seneste par år har SUS – Socialt Udviklingscenter i forskellige sammenhænge samlet fortællinger fra grupper af unge, som selv oplever, at de har eller har haft udfordringer i ungdomslivet. De unge har delt bidder af deres liv og deres historier med os og med hinanden. Det er samlet blevet til 197 nedslag i ungeliv, som præsenteres på de følgende sider.

På baggrund af de unges fortællinger har vi sammen med de unge tematiseret og med dem samskabt viden om ungeliv i flere forskellige sammenhænge. Fælles for disse sammenhænge er, at de unges levede erfaringer har været en grundpille i vidensgrundlaget for initiativer, der ønsker at skabe markante og nytænkende forandringer for unge og unges levebetingelser, trivsel og fremtidsmuligheder. Vores metodiske tilgang til indsamlingen af de unges fortællinger beskrives sidst i publikationen.

Vi ønsker at give flere muligheden for at lytte til de unge gennem vores samling af ungefortællinger. Til formålet har vi her tilladt os at genramme alle fortællingerne under temaer, som for os rummer essensen af det, de unge har fortalt os. Temaerne afspejler også de temaer, som de unge selv har været med til at udpege i de enkelte involveringsprocesser, vi har lavet med grupper af unge rundt i Danmark.

Unge levede erfaringer er en unik viden, som ofte får alt for lidt plads i bestræbelserne på at udvikle samfundsmæssige rammer og støtte og hjælpeindsatser, der påvirker de unges liv og muligheder. Den erfaringsbaserede viden, som de unge besidder, udfolder og tilfører andre –

nogle gange overraskende og nye - vinkler og perspektiver på temaer og problemstillinger, som forskning, praksis, statistik eller anden professionel produceret viden ikke gør. Men at tage den type viden alvorligt kræver, at man lytter, spørger åbent og nysgerrigt, inddrager, involverer, analyserer sammen med og giver stemme til unge.

Fortællingerne her er en buket af vidnesbyrd. De rummer en bredde, som understreger, at unges mistrivsel i dag har mange nuancer. De repræsenterer både elementer af det, vi traditionelt har forstået ved social udsathed, og 'ny udsathed' som et langt bredere kulturelt og socialt fænomen, der trækker spor på tværs af sociale lag og problematikker. Fortællingerne spænder således over udfordringer med udspring i svære sociale opvækstvilkår, alvorlige og lettere psykiske vanskeligheder og problemer af faglig karakter igennem skole og ungdomsuddannelse, til oplevelser af stress og pres og af at stå alene og uden for fællesskabet. Udfordringerne fletter sig sammen og kobler sig til bredere strukturelle faktorer. De peger på dét, der er svært. Men også det, der er hjælpsomt. Det, der ikke fungerer optimalt, når man vokser op i velfærdsstaten Danmark. Og dét, der virkelig gør godt og gør en kæmpe forskel.

Vi håber, at denne publikation skaber anledning til, at endnu flere beslutningstagere, ledere, eksperter, fagpersoner og flere vil lytte til det, de unge fortæller, og anvende den viden i arbejdet med at tackle den mangfoldighed af udfordringer, en stigende andel af unge står med.

Vi ville ikke kunne have samlet buketten uden vores gode samarbejdspartnere. Tak til de deltagende kommuner, Lauritzen Fonden, MedVind i Østerbyen, Bikubenfonden, Modstrøm - foreningen for FGU-elever og unge omkring FGU, Akademiet for Social Innovation, Mobilize Strategy Consulting og alliancen En Vej Til Alle.

Og særligt tak til de 122 modige og seje unge, vi har samarbejdet med. I gør en forskel.

### **Vibeke Normann Andersen**

Direktør i SUS - Socialt Udviklingscenter, maj 2023

*Fortællingerne er de unges egne stemmer, hvorfor vi ikke har redigeret i formuleringer, sprogbrug m.v. Alle fortællinger er anonymiseret og godkendt til brug af de unge.*

Vidnesbyrd

“

# De unges livssituation

Trivsel, familie og social baggrund

## **Jeg kan ikke huske noget fra min barndom**

Jeg er det, man kalder særlig sensitiv, og det tror de fleste er et personlighedstræk. Det er det selvfølgelig også, men det er også en biologisk betinget ting, ligesom når man har ADHD osv. Jeg er det enorm meget, så det er sådan noget med, at jeg bliver meget påvirket af lyset og andre folks stemninger. Bevægelser er jeg rigtig, rigtig påvirket af, så når jeg skal koncentrere mig, skal der helst ikke være nogen omkring mig.

“ Altså når man lukker så meget ned for sig selv, så er du faktisk ikke til stede, eller også er du så meget til stede, at du ikke registrerer de ting som du oplever.

Bare sådan noget med at blive forstyrret af lyset i klasselokalet, og at ens sanser er så følsomme og så skulle lære at finde ud af, hvordan man er til stede i et rum, hvordan er man til stede i sin egen krop. Det syntes jeg var vildt svært. Men igen, der drukner jeg mig selv i arbejde, altså jeg gør mig selv travl med min skole, for det kan jeg finde ud af. Jeg har let ved skolen, jeg har det let arbejdsmæssigt, så på den måde.

Samtidig med det er jeg også vokset op i en familie, hvor rigtig mange mennesker har diagnoser; ADHD, autisme. Forskellige ting og samtidig med dét også fysiske sygdomme. Fordi jeg har dyret sport og været i et lukket miljø, har jeg ikke været klar over, at jeg har været særlig sensitiv dengang. Fordi jeg hele tiden har skullet noget. Der har altid været en plan, jeg har ikke haft tid til at tænke mig om og mærke efter.

Der var lange perioder, hvor jeg slet ikke kunne føle noget. Jeg var bare tom og en skal. Altså jeg har rigtig mange ting... det har jeg snakket med senere hen

med psykologer om, at jeg kan slet ikke huske særlig meget fra min barndom. Jeg har ingen minder. Intet. Der er bare tomt, og det har jo været konsekvensen af det. Altså når man lukker så meget ned for sig selv, så er du faktisk ikke til stede, eller også er du så meget til stede, at du ikke registrerer de ting, som du oplever. Det er først fra, jeg er sådan noget 17 år, at jeg sådan rigtigt begynder at have erindringer om mit liv. Og det er jo ikke lang tid. Jeg troede også, at der måtte være noget galt med min hjerne, fordi jeg nærmest ikke kunne huske noget.



## **De ved ikke, hvad det er, men jeg tror, det hænger sammen med stress**

Jeg kom til Danmark som 13-årig og fik opholdstilladelse. Inden da var jeg i Danmark 3 måneder ad gangen, fordi min far og søskende var i Danmark, mens mig og min mor var i mit hjemland.

Jeg var i skole i hjemlandet, helt indtil jeg var 13 år. Min mor kunne ikke få opholdstilladelse, så der var jeg væk fra hende.

Det gør, at man mangler noget hele tiden. Man mangler noget, når man kun er sammen med én af sine forældre. Jeg manglede min mor i Danmark og min far i hjemlandet. Efter 2 år fik min mor opholdstilladelse. Der var jeg 15 år.

Jeg kom i sprogklassen først. Jeg er ikke så god til dansk, men jeg har lært det hurtigt. I 8. og 9. klasse begyndte jeg i en almindelig klasse, men jeg havde aldrig lyst til at sige noget, og jeg ville ikke i skole.

Jeg har haft mange psykiske problemer og sundhedsproblemer. Jeg fik at vide, at jeg havde kræft, men så sagde de lige pludselig, at der ikke var noget, men jeg havde hele tiden sundhedsproblemer og var indlagt hele tiden, så jeg kunne ikke komme op til afgangseksamen.



Jeg blev mere syg, da jeg startede i 10. klasse. Jeg har været på sygehuset i hjemlandet, Danmark og et tredje land. De ved ikke, hvad det er, men jeg tror, det hænger sammen med stress. De sagde så, at det må være mavesår. Jeg stressede rigtig meget, også fordi jeg mistede min fætter, som jeg var tæt med. Jeg lukkede mig inde på mit værelse. Jeg havde det svært med at komme i gang igen.

---

### **Jeg hørte bare, at de skreg ad hinanden**

Jeg kommer fra en dejlig, skøn kernefamilie, men jeg har en søster, som... Altså, der er fire år imellem os, så det er jo en del. Men hun har altid været det her problembarn, der altid har råbt højst, altid har skullet være i centrum. Jeg tror ikke, vi har et eneste billede af mig, uden hun er kommet ind over det på en eller anden måde. Så senere er der så fundet ud af, at hun har nogle diagnoser som ADD og angst. Men det var meget sent, at hun fandt ud af det. Det var også meget hårdt for mig at finde ud af.

Jeg vidste, at mine forældre skændtes meget med min søster. Jeg vidste, at min søster smækkede med døren. Og jeg vidste, at jeg sad ude på trappen og græd. Og min mor kom ud og trøstede mig og sagde, "det er bare din søster, der er træls igen". Jeg tror, jeg græd, fordi jeg var uvis om, hvad der skete. Jeg hørte bare, at de råbte og skreg ad hinanden. Det blev så voldsomt, at jeg kunne ikke lide at være i det. Men på en eller anden måde befandt jeg mig i det. Der var ikke noget at gøre. Den eneste mulighed var at prøve at lukke det ude.

## **Min far**

Og så har jeg sgu været støtte for ham på en eller anden måde. Jeg har følt, at jeg skulle besøge ham. For han ligesom ikke var så ked af det, for at holde modet oppe. Men jeg har aldrig rigtig nydt at være sammen med ham. Vi har aldrig lavet far-og datterting. Vores forhold er meget stille. Vi kender ikke hinanden. Jeg kender ham ikke. Jeg ved ikke, hvem han er som person. Og jeg tror heller ikke, han ved, hvem jeg er. Selvom vi alligevel også... Da jeg var mindre, så vi hinanden i hvert fald hver anden weekend. Men så da jeg blev ældre, så jeg ham ikke så meget mere. Da jeg blev ældre og gik i 8. klasse, der begyndte jeg at forstå mere ting med min far og hans familie. Som jeg ikke forstod, siden jeg var barn.



## **Jeg er meget bekymret for min familie**

Jeg er bekymret for min mor og søskende og særligt min ældste bror, som er udsat for noget, der kan blive til PTSD. Min bror har tidligere været sammen med nogle, som jeg er bange for kommer tilbage efter ham, så jeg er meget bekymret for ham. Jeg er også bange for, at de kommer og finder min mor og søster. Det er en frygt, om de kunne finde på at gøre noget og komme tilbage.

Min mor har også nogle sygdomme, som gør mig bekymret. Hvad hvis min mor ikke bliver rask og dør, hvad skal der så ske med mine søster? Skal de bo ved en anden eller ved mig? Hendes helbred er dårligt og tænk nu, hvis der skulle ske hende noget, hvad sker der så med min søster, der er 7 år?

Jeg går til psykolog for at komme af med bekymringen. Nogle gange hjælper det, og andre gange har jeg ikke lyst til at snakke om det. Nogle gange vil jeg bare gerne prøve at leve livet. Jeg prøver nogle gange at leve mit liv, som om min mor ikke fejler noget, og som om vi bare er en almindelig familie. Min ældste bror og mig skiftes om at være dem, der holder sammen på familien. Min bror er faktisk mere ansvarsfuld end mig. Han forsøger at holde sammen på

familien.



## **Det er ikke meningen, jeg skal have det sådan her**

Jeg har altid været meget nervøs. Altid et meget nervøst barn. Jeg kunne ikke lide at tale med fremmede mennesker. Jeg kunne ikke lide at være alene. Jeg var meget tryghedsfreak. Jeg søgte tryghed. Jeg kunne ikke engang tale i telefon eller være væk fra min mor. Jeg skulle vide, hvor hun var hele tiden. Men det har jeg ikke rigtig tænkt over. Jeg troede bare, at det var ligesom sådan, det var.

Så begyndte den der alder med, at nu kan du få et job. Jeg ville gerne have et job. Jeg kan huske, at jeg fik et arbejde, hvor jeg skulle ud et sted med min veninde og arbejde. Men vi havde ikke lige vagt sammen. Det tænkte jeg, at det er fint nok. Vi må bare prøve det. Så kommer jeg derud, og jeg er bare så nervøs. Jeg har det så ubehageligt, at jeg når at være der i to dage, inden jeg ikke kan mere. Som i jeg har grædt derude. Det var bare... Og så tænkte jeg, okay, det prøver vi at tage en pause fra.

Så fik jeg et arbejde, hvor jeg kunne arbejde hjemmefra. Det var helt perfekt. Det fungerede i et par år. Og så i sommer tænkte jeg, jeg har ikke noget at lave i sommerferien. Jeg bliver nødt til at finde noget. Så jeg finder mig et job, som er på en campingplads. Og jeg tænkte, det lyder fedt. Jeg har alligevel brug for nogle nye venner, jeg har brug for en ny oplevelse, jeg har brug for noget nyt. Og den idé, den lyder perfekt inde i hovedet. Den lyder som en rigtig, rigtig god plan. Lige indtil jeg sidder der dagen før, jeg skal afsted. Jeg skal simpelthen pakke til de her tre-fire uger, jeg skal være afsted i. Og der knækkede den.

Jeg kunne ikke se mig selv være et sted. Jeg vidste ikke, hvad jeg skulle gøre, hvilken situation jeg skulle være i, hvad jeg skulle lave, hvilken seng, jeg skulle sove i, hvem jeg skulle sove med? Jeg kunne slet ikke, jeg nåede ikke engang at

tage afsted. Jeg ved ikke, hvad der ville ske, hvis jeg tog afsted. Men tanken om det var alt for slem.

Jeg tror meget, det er det der med at fejle eller at skulle gøre noget nyt, som "åh nej, kan jeg finde ud af det? Er jeg god nok til det? Er det det, de forventer af mig? Eller kommer jeg bare til at stå og, åh nej, mennesker, hvad siger du? Hvad skal jeg gøre?" Den der panikfølelse. Sådan helt angstagtig. I at sidde og ryste og sidde og blive ked af det og have den der knurren.

Så jeg havde det rigtig dårligt der og havde det egentlig dårligt i meget lang tid. Det var ligesom der, jeg fandt ud af, at der er noget her, der ikke skal være der. Det er ikke meningen, jeg skal have det sådan her. Men det var ikke rigtig noget, jeg ville snakke så meget om. Det var sådan noget, der var meget under overfladen. Og så gik sommerferien. Altså, jeg var alene det meste i sommerferien...



## **Jeg vil hellere klare det selv**

Jeg har aldrig haft det så godt derhjemme. Min bror er syg oven i skallen, og min far er et svin. De er begge to fucking lige glade. Da jeg gik i 3. klasse, blev mine forældre skilt, og min mor gik ned med stress.

Jeg begyndte at få noget angst, men jeg stolede ikke på så mange mennesker, så jeg spurgte aldrig om hjælp. Men der var så en lærer, der mente, at jeg skulle starte til psykolog. Det gjorde jeg, men det hjalp ikke en skid. Derfor flyttede jeg skole, og så gik det så fint nok. I starten i hvert fald. På et tidspunkt begyndte jeg at skille mig ud. Jeg gik i en klasse med en gruppe af piger, som der var meget fnidder med. Det gider jeg fucking ikke. Så jeg sagde fra, og så var der en af dem, der fik alle til at hade mig. Og lærerne gjorde ikke en skid. Så jeg passede meget mig selv, hvilket resulterede i, at jeg ikke gad komme.

I 7. klasse blev jeg bortvist to uger, fordi jeg havde delt en video, som nogen fik

ondt i røven over. Og så begyndte de at snakke om, at jeg var et dårligt menneske. Så jeg bad dem om at lukke røven, og så gik jeg og kom ikke rigtig tilbage. Midt i 8. klasse startede jeg på ungdomsskole. Det var røv kedeligt at gå der faktisk. Man kommer kl. 10 og går kl. 12. Det er meget individuelt. Det var fint nok, fordi jeg fik lov til at passe mig selv. Jeg kan godt lide, at folk bare skal fucke af fra mig - bare at være mig selv.

Jeg blev også overfaldet. Det resulterede i, at jeg begyndte at drikke rigtig meget. Her gik det op for min familie, at det ikke stod så godt til. Jeg fik noget psykologhjælp, men har det meget sådan, at det hjælper ikke. Jeg vil hellere klare det selv. Det har jeg lært af min far og bror. Jeg er blevet overfaldet igen, men jeg gider ikke engang prøve at gå til psykolog.

---

## **Det var mærkeligt at være den kraftige**

Da jeg begyndte at blive teenager, kom der en masse problemer med. Om hvordan man selv ser ud. Jeg havde altid været kraftig bygget. Min bedste veninde, hun var tynd. Hun var den eneste, jeg kunne spejle mig i. Det var altid lidt mærkeligt at være den kraftige, lidt anderledes på en måde. Det begyndte sådan, og jeg følte mig rigtig usikker på det. Jeg kunne ikke rigtig forstå hvorfor. Hvorfor skulle jeg se sådan her ud? Jeg følte jo, jeg dyrkede motion. Jeg gik til springgymnastik og sådan noget, så jeg kunne ikke forstå hvorfor. Det havde jeg det rigtig dårligt med. Jeg kunne ikke se mig selv i spejlet. Så jeg søgte anerkendelse på en anden måde, men forkerte steder. Det gik lige så stille over, men jeg tror altid, det vil være der en lille smule.

## Forbandede nøgenbillede

På min 18-års fødselsdag lagde min gode veninde nogle billeder og videoer fra vores venskab op på min Facebook-profil. Det, hun bare ikke havde opdaget, var, at der var et billede af mig, hvor jeg var splitternøgen. Billedet blev delt med lynets hast, og jeg følte, at alle havde set videoen og grinede af mig, hver gang de så mig.

“ Jeg tænker stadig på, om dem, der skal ansætte mig, mon har set nøgenvideoen.

Det var dråben for mig. Jeg pakkede min taske og flyttede hen til min kæreste et andet sted for at starte på en frisk. Jeg skulle være flyttet noget før, for jeg var i et dårligt miljø og røg ind i et alkoholmisbrug.

Jeg bor stadig sammen med min kæreste; vi har en lejlighed, og det er godt. På mandag skal jeg til jobsamtale på et sygehus. Flere i min kærestes familie arbejder der, og de har foreslået det. Jeg tænker stadig på, om dem, der skal ansætte mig, mon har set nøgenvideoen.

---

## At komme op om morgenen

For andre er det en nem ting at komme op om morgenen, men for mig er det en kamp. Hver morgen, når jeg vågner, orker jeg ikke noget, der er kun negative tanker i gang. Jeg har fået styr på min angst, men depressionen har taget rigtig godt fat. Nogle gange, når jeg vågner, ville jeg ønske, jeg ikke vågnede. Så skal man kæmpe med at komme ud af sengen, og for det meste syntes jeg ikke, at jeg vinder.

Men når jeg er kommet ud af sengen og har spist morgenmad, så er jeg klar til at komme ud ad døren og afsted. Der er ikke andre, der kan hjælpe mig med at komme op om morgenen end mig selv.



## **Endelig kom jeg i psykiatrien**

Jeg begyndte at få rigtig mange angstanfald i 9. klasse. Og generelt i 9. gik jeg faktisk næsten ikke i skole. Jeg tror, jeg havde været der i fire måneder i alt. Skolen gjorde ingenting, de prøvede heller ikke at få mig tilbage. Det ville have hjulpet, hvis de skrev til mig, "at det kunne være rigtig dejligt, hvis du kom, for vi savnede dig". Du ved sådan nogle beskeder, som egentlig godt kan hjælpe ret meget.

Mens jeg gik i 9. kl., var der en episode. Det var fordi, den kæreste, min mor havde... Han voldtog mig ikke, men han havde stillet krænkende spørgsmål en aften. Og han rørte mig lidt, men det var ikke sådan noget, hvor man kan kalde det voldtægter. Han havde drukket den aften, så det var rigtig ubehageligt. Jeg vidste ikke, hvad jeg skulle gøre. Og dagen efter, der truede han mig med en kniv, at hvis jeg fortalte nogen, så ville jeg....

Og så fortalte jeg det alligevel. Jeg sagde det til min veninde, og vi begyndte begge to at græde. Og så kom jeg hjem til hende, og så fortalte jeg det til hendes mor, og så blev jeg hurtigt ringet til politiet, men der var ikke nogen beviser eller noget. Så der skete ikke rigtig noget. Jeg kunne så efter alt det her komme i familiehuset et par gange. Til samtale om alt meget.

Men efter den her oplevelse har jeg været endnu mere bange for livet. Og været rigtig bange for at komme ud. Og så var jeg igen hjemme et halvt år efter det. Jeg var rigtig meget hjemme på grund af mit helbred. I 10. klasse kom jeg på efterskole, og jeg tænkte, det ville være en god start for mig. Og så gik det

bare ikke. Jeg havde det rigtig dårligt. Og så fik jeg meget angst. Og så begyndte jeg en ny selvskade på det tidspunkt. Jeg cuttede plus også at kaste op. Så det var begge dele. Og jeg tror, det var det, der gjorde, at psykiatrien så endelig ville gerne tage en samtale med mig.



## **Man føler sig halv**

Jeg kom til Danmark som 5-årig. Jeg var her kun i 3 måneder ad gangen. 3 måneder i hjemlandet, hvor jeg gik i skole og så 3 måneder i Danmark. Vi søgte opholdstilladelse, men fik det ikke. Min far var i Danmark, og mig og min mor var skiftevis i Danmark og hjemlandet. Man føler sig halv, fordi jeg havde min mor i hjemlandet, og min far i Danmark. Jeg var hele tiden 3 måneder det ene og det andet sted.

Det var svært at være 3 måneder i Danmark i en modtagerklasse og så 3 måneder i hjemlandet, hvor jeg ikke gik i skole. Det var frem og tilbage i nogle år, fordi jeg i 2014 fik min opholdstilladelse. Men min mor fik det ikke, så jeg manglede min mor, som fx da jeg havde min første menstruation, der manglede jeg min mor, og min far var på arbejde.

Jeg boede sammen med min far alene, men var hjemme ved min moster, indtil min far fik fri. Min mor ringede til mig 4-5 gange om dagen, men jeg ville gerne have, at hun var ved siden af mig. Min far støttede mig, og jeg var meget fri, men alligevel så skulle jeg passe mig selv og tage mig sammen. Min søster begyndte at bo i en anden by, da hun var 5 år, og min mor fik først opholdstilladelse, da hun var 14 år - min søster manglede vores mor. Jeg synes man burde give opholdstilladelse til min mor på grund af hende.



---

## Megagode karakterer, men tom indeni

Jeg har virkelig følt mig overset i min barndom – særlig også i skolesystemet, at der ikke var nogen, der spurgte ind til, hvordan jeg havde det, eller overså, at jeg måske ikke havde det godt, selvom jeg var supergod til bare at putte en facade på.

“ Jeg har ret tit bare gået igennem mit liv med nedlukkede følelser og så kørt på en autopilot”.

Jeg havde det ret svært i folkeskolen. Jeg havde svært ved at føle, at jeg havde venner. Jeg havde venner i mit sportsmiljø, men jeg havde ikke rigtigt venner i skolen. Jeg havde svært ved at danne relationer, fordi jeg ikke følte, at jeg kunne relatere til mange af de andre. Jeg følte også, at der var klikker. Plus, at de heller ikke havde nogen derhjemme – eller det vidste jeg i hvert fald ikke – der var syge. De havde ikke nogen, de skulle tage stilling til. Generelt set var jeg bare rigtig meget alene, og jeg dyrkede individuel sport, som også var meget på den måde.

Jeg kom igennem med megagode karakterer og så videre. Men lige så stille og roligt går det op for mig, at jeg på en eller anden måde ikke var glad.

Jeg har ret tit bare gået igennem mit liv med nedlukkede følelser og så kørt på en autopilot. Jeg er vildt god til at presse mig selv ud over mine egne grænser, så jeg har bare tænkt, at fordi jeg havde en søster, der fik mere opmærksomhed end jeg, så har jeg kæmpet med ikke at føle mig god nok.

Jeg har hele tiden følt, at jeg var nummer to, og jeg skulle være bedst til alt for at få mere opmærksomhed. Jeg skulle have de bedste karakterer, jeg skulle være den bedste svømmer. Jeg pressede bare mig selv så langt ud, at jeg var sindssyg god på papiret. Jeg var jo helt vild og havde opnået de vildeste ting, men jeg havde det ikke godt indeni. For jeg var helt tom. Jeg kunne ingenting mærke. På den måde kom jeg igennem det, men på bekostning af, at jeg udbrændte mig selv.

---

### **Folk undervurderer mig**

Jeg oplever, at folk undervurderer mig sindssygt meget. Jeg har nogle gange oplevet, at folk har talt til mig i 3. person. Da jeg var på skiferie med efterskolen, hvor vi var 10 elever med handicap, så måtte os med handicap sidde på hotellet og spille Uno, mens de andre stod på ski. Jeg prøvede at fortælle dem, at jeg er rigtig god til at stå på ski. Jeg elsker at stå på ski. Det er et af de tidspunkter, hvor man ikke kan se mit handicap, hvor jeg føler mig som alle andre.

Lærerne havde taget vores telefoner, da turen startede. Da vi var nået til den sidste dag, var jeg så rasende. Jeg gik op til lærerne og råbte, at enten gav de mig min telefon, eller også gav de mig lov til at komme ud og stå på ski. Så gav de mig lov. Jeg fik én dag på pisten. Jeg var den bedste af dem alle sammen. Mange af de andre havde aldrig stået på ski før.

---

## **Altså, jeg er dansker!**

Jeg blev engang bedt om at fortælle min historie om, hvordan jeg kom til Danmark. Altså, jeg kom ud af min mors mave, på hospitalet. Jeg er vokset op i Danmark og har hele livet fået at vide, at jeg er dansker, men når jeg er ude i samfundet, får jeg en helt anden behandling.

Jeg tænker rigtigt meget på, hvilken uddannelse jeg skal vælge, også i forhold til hvordan jeg ser ud. Mit udseende har en effekt på, om jeg bliver ansat eller ej, så jeg kigger også på uddannelser alt efter hvilke jobs, jeg kan få. Vi er nødt til at tænke over, hvad mulighederne er for at få et job. Når mine børn kommer til verden, skal jeg forklare dem om forskelsbehandling, selvom deres mor er født i Danmark, og de er født i Danmark.



## **Afslag på ansøgning, når de læste mit navn**

I folkeskolen var der ikke nogen form for forskelsbehandling. Det var først senere, hvor mine venner begyndte at få fritidsjob. Jeg begyndte at søge, men fik bare afslag på afslag. Jeg søgte alle jobs. Jeg tænkte på, om der var noget galt med min ansøgning. Jeg føler bare, at de læser mit navn og ser, at jeg har tørklæde på, og så afviser de mig. Vi bliver opfattet som samfundsnassere, mens den danske veninde, som heller ikke kan få job, får sympati.

Jeg fik mit nuværende job gennem en veninde, som arbejder i Bilka, hvor jeg kom til samtale, og de heldigvis ansatte mig. Der er mange kunder, men jeg føler ikke, at jeg nogensinde har oplevet noget racistisk. Jeg går altid hen og spørger, om de har brug for hjælp.

Og lederne siger også, at jeg virkelig ikke skal føle mig udenfor. Det er lidt synd, at de altid tænker, at jeg er udenfor, men det er selvfølgelig sødt af dem at forsøge at inkludere mig i fællesskabet.

---

## **Du kan ikke finde ud af noget, dit sorte svin**

Jeg har startet nyt job i en biograf, og jeg kunne ikke helt finde ud af systemet i starten. Jeg kunne ikke få gæstens billetter ud rigtigt, og så sagde gæsten: "Du kan ikke finde ud af noget, dit sorte svin. Kald på din kollega". Min kollega, som er etnisk dansker, fik en helt anden behandling af gæsten, selvom hun heller ikke kunne finde ud af det. Jeg endte med at gå ind i slikrummet og begyndte at græde.

For gæsten var jeg bare en "tørklæde-pige". Det er svært, når man føler, at man burde være den samme, for jeg er født og opvokset i Danmark. Da jeg skulle ind til jobsamtale ved biografen, var jeg den eneste med tørklæde og brun hud. Der er en stereotyp opfattelse af, hvem man skal være for at passe ind. Jeg skulle snakke lidt mere fint og ikke tale lige så hårdt eller om de samme emner, som jeg ville. Jeg var ikke en del af drukkulturen, hvilket gjorde det svært at passe ind.

Det gjorde det svært at passe ind med mine kollegaer, og hvis du ikke passede ind, så fik du en anden behandling.

Der var udfordringer, og jeg skulle hele tiden vise over for folk udefra, at "vi kan godt", så de måske kunne ansætte flere af "os". Så de kunne se, at "hende med tørklædet gør lige lidt ekstra". Når gæster skrev om oplevelsen i biografen, skrev de også om mig som "hende med tørklædet" eller "hende den brune".

## **Der er os, dem og jer**

I folkeskolen var vi meget forskellige; både etniske og ikke-etniske danskere, så der var ikke så meget forskelsbehandling. Men ude i offentligheden føler jeg, at jeg hele tiden skal bevise, at jeg ikke var som "de andre", som terroristerne, for eksempel.

Jeg føler, at folk der ser mig på gaden, ser mig som dum. Der var engang, hvor jeg parkerede med en handicappet på en handicapparkering, og en dame kom hen og spurgte, om vi vidste, at det var en handicapparkering. Jeg blev faktisk sur dengang, og hun sagde, at "der er mange typer som jer, der ikke har styr på det". Det er udmattende altid at få de spørgsmål. Og blive påmindet om at der er os, dem og jer.



## **En måde at slippe væk**

Min søster blev meget syg i 5. eller 6. klasse. Så hver gang, der var nogen, som snakkede til mig, så var det for at høre, hvordan min søster havde det. Så jeg følte meget, at jeg blev skubbet til side, og folk ikke rigtig tænkte på, hvordan jeg havde det.

Da vi ramte 8., blev min klasse splittet fuldstændig op, fordi der ikke rigtig var noget, der fungerede. Os, der blev tilbage, blev splittet op i to klasser, og jeg fik ret hurtigt tilpasset mig en gruppe, som tog meget ud og festede. Jeg havde ikke rigtig nogen at være sammen med, og så lærte jeg at spejle andre og lade som om, jeg passede ind i en gruppe. Det var en gruppe, som lavede indbrud og var oppe at slås med andre, fordi de skyldte en masse penge til hinanden.

Jeg begyndte at ryge hash med dem, og jeg kom ud i et hashmisbrug, hvor jeg røg 4-5 joints om dagen. Det var en måde for mig at slippe væk fra alle de problemer, jeg havde. Men jeg kom ud i flere problemer. Jeg kom op i slagsmål

og blev stukket ned et par gange, fordi jeg har været uvenner med folk.

Jeg blev en del af den gruppe for at blive accepteret. De accepterede mig og værdsatte det, jeg gjorde. Hvis jeg til at starte med var blevet accepteret af andre, så tror jeg, at jeg var jeg gået en anden vej. Det var lidt ligesom med en tegneseriefigur med englen og djævelen. Jeg havde englen på den ene side sådan: "Det her skal jeg stoppe, hvordan kommer jeg ud af det?" og så djævelen på anden side, der sagde: "Hold din kæft. Det her virker".



### **Siden 5. klasse har jeg tænkt over, om mor er vågen, når man kommer hjem**

Jeg havde noget spiseforstyrrelse fra 8. klasse af, som havde være der i 5 års tid. Vi vidste ikke helt, hvad det var, for jeg sultede ikke, men jeg ville hellere lade være med at spise end at gøre noget som helst. Og det skjulte jeg jo sådan lidt for mine forældre, fordi min mor var syg. Hun fik en blodprop i hjernen, da jeg blev født. Og har ligget syg siden. Det er sådan *on and off*. Hun er velfungerende nu, men det hopper sådan frem og tilbage. Jeg tror, vi er på 38 blodpropper i hjernen, og de fleste mennesker dør af én. Der har været måneder, hvor det har fungeret, hvor man ikke har kunnet mærke noget, og så er der måneder, hvor hun bare ligger i sengen.

“ Det er først ved at komme til en psykolog, at jeg har fundet ud af, hvor meget det egentlig fyldte, for jeg omlægger jo min dag til, hvordan er det derhjemme.

Siden 5. klasse har jeg tænkt over, om mor er vågen, når man kommer hjem. Og det har altid bare været en - ikke noget, jeg har tænkt over - men det husker

man jo, når hun ikke tager telefonen. Så ringer jeg lige igen og igen.

Det har jo ikke betydet det ekstra for mig, for det har jeg jo altid gjort. Vi har jo altid være forberedt på at... jeg har altid 100 % vidst, at min mor ikke ville nå at opleve mit barn. Det har jeg vidst, siden jeg var 10 år gammel, fordi hun ville nå dø at inden. Det er hun så ikke af en eller anden grund. Hun holder stadig ved.

Det er først ved at komme til en psykolog, at jeg har fundet ud af, hvor meget det egentlig fyldte, for jeg omlægger jo min dag til, hvordan er det derhjemme. Er hun frisk, er hun ikke? Men det har været en vanesag, ligesom man skal ud at gå med hunden. Vi har jo været vant til det, og vi har aldrig fået hjælp fra kommune eller noget som helst, ikke noget støtte, psykolog. De har ikke tilbudt det, vi har ikke vidst, det eksisterede.

Sidste år fik hun så en ny blodprop efter vaccinen, hvor hun har fået hjælp, da det var på grund af vaccinen. Og så har vi så fundet ud af nu, at vi har kunnet få så meget hjælp, som vi ikke har fået.

Der har ikke været særlig meget støtte, overhovedet. Vi har heller aldrig snakket særlig meget sammen hjemme, fordi min far er opdraget forkert. Jeg ville gerne have haft, at vi havde snakket sammen. At det blev en hverdagsting. Alle ved, at mor er syg, vi snakker ikke om det. Vi ved reelt ikke, hvorfor hun er syg, stadigvæk, men det er også lægerne, der ikke ved, hvad der foregår. Vi har aldrig snakket særlig meget sammen om, hvad der foregår, og det gør vi jo så stadig heller ikke nu.

Og det har så ødelagt familien nu, fordi de skal skilles. Og det har vi så fundet ud af efterfølgende, at det hele hænger sammen. Han har været overbelastet over at skulle passe på børn, hunde og hus, hvor man ikke har vidst, om mor eksisterede, når man kom hjem. Det havde han jo også brug for at snakke med nogen om, og det havde vi jo også som børn. Men det har vi aldrig haft.

---

## **Jeg er bange for at miste ham**

Det at leve med en far, der er syg med to sygdomme, er svært, fordi han er min bedste ven. I skolen kigger jeg tit på min telefon for at se, om min mor har skrevet, at han er blevet indlagt igen. Jeg har været tæt på at miste ham før, så jeg er meget bange for at skulle miste ham. Jeg snakker med min mor om min frygt for at miste ham, og det er hun god til, fordi hun kender og forstår mig. Hun gør sit bedste for at hjælpe mig, men hun skal jo også gå på arbejde.

I min barndom føler jeg ikke, at han altid har været der, fordi han ofte er røget ind og ud af sygehuset. Min storebror tog min fars rolle, når min far var indlagt, fordi min mor også var inde på sygehuset.

Efter han er flyttet hjemmefra, så er stemningen blevet mere tung derhjemme. Jeg er bekymret for, at han ikke flytter hjem igen, fordi han altid har været en god støtte for mig.

“ I skolen kigger jeg tit på min telefon for at se, om min mor har skrevet, at han er blevet indlagt igen.



## Nu får jeg lov til at være barn

Gennem det meste af min barndom var det mig, der stod for alle de der huspligter. Min mor var nede med stress, min far snakkede jeg ikke rigtig med, efter mine forældre blev skilt, og min bror var stofmisbruger. Min mormor kom nogle gange og hjalp med opvasken, men ellers var det mig, der stod for det meste.

“ Det var rigtig godt for mig at komme væk fra mit gamle miljø og alle de dårlige ting.

Jeg havde ingen rammer. Jeg gik i skole, når jeg ville, hvilket var meget sjældent. Ellers var jeg bare derhjemme, drak mig stiv, gjorde ting, man ikke skulle. Der var ingen krav til at møde op i skole, og min mor gjorde ikke noget ved det. Jeg ville ønske, min mor havde været mor fra starten. Når hun prøvede, gad hun ikke.

Da min bror flyttede hjemmefra, boede jeg alene med min mor. Jeg var ved at rive hovedet af hende, fordi hun var nede med stress. Jeg prøvede at komme ind i en ungdomsbolig, men det lykkedes ikke. Så flyttede jeg hjem til min tante og onkel og startede på FGU. Det var rigtig godt for mig at komme væk fra mit gamle miljø og alle de dårlige ting. Det var ikke godt for mig at passe mig selv. Hjemme hos min tante og onkel har jeg faste rammer. Jeg skal ikke vaske tøj, det gør de. Jeg skulle lige vænne mig til, at jeg godt måtte være ung. Det er forfærdeligt, når de siger, at jeg ikke må gå i byen. Jeg er ikke så god til folk, der bestemmer over mig. Men nu har jeg lov til at være barn... Eller teenager.

## Ud at opleve verden

Jeg ser meget op til en i min familie, der er kunstner. Jeg ser virkelig meget op til hende, fordi hun har også oplevet en masse dårlige ting, men hun er da alligevel der, hvor hun er.

Nu forestiller jeg mig, at jeg får det bedre og kan fokusere mere på det, jeg gerne vil. Men det, jeg gerne vil, er kreative ting. Det er sværere at nå op til, tror jeg. Fordi jeg har ikke lyst til at sidde ved en computer eller sådan noget. Jeg vil gerne ud i verden og lave noget kreativt og er egentlig ligeglad med, hvad det er, om det er kunst eller musik eller whatever. Jeg vil bare gerne ud i verden og opleve verden mere.

Men jeg føler også, når jeg fortæller den her drøm, så føles det bare som om, det ikke virker som en realistisk drøm på folk. Jeg ved ikke, men det er som om, systemet gerne vil have, at man skal gøre noget for nogen. Hvis du fx arbejder i en børnehave, så hjælper du deres forældre, så de ikke skal tage sig af barnet. Men jeg ved heller ikke, om jeg har lyst til de der kloge, store ting.

Altså, jo, jeg er klog på... Jeg er klog, jeg er bare klog på andre ting.



## Generthed

Jeg er ikke født i Danmark. Jeg kom til Danmark, da jeg var ret lille, og jeg havde det svært med sproget til at starte med. Jeg var en meget genert dreng. Jeg snakkede faktisk aldrig, og hvis jeg skulle snakke, hviskede jeg ind i folks ører.



Så mine forældre blev kaldt til samtale for at høre,

hvordan jeg havde det derhjemme. Det forstod mine forældre ikke noget af, for derhjemme var jeg glad og snakkede derudad.

I børnehaven eller 0. klasse kan jeg huske, at jeg blev hentet sammen med nogle andre udlændinge og kørt hen til en anden skole. Jeg ved faktisk ikke, hvad vi lavede der, men det var ret mærkeligt at være derhenne. Jeg følte mig alene, og det gjorde mig ked af det. Jeg ville hellere være hos mine forældre.

Når læreren spurgte mig om noget, eller nogen snakkede til mig, svarede jeg aldrig. Jeg kiggede bare på dem. Så troede de, at der var noget galt med mig; at jeg blev slået derhjemme eller et eller andet. Så mine forældre blev kaldt til samtale for at høre, hvordan jeg havde det derhjemme.

Det forstod mine forældre ikke noget af, for derhjemme var jeg glad og snakkede derudad.

Jeg var meget knyttet til min familie, så når min far afleverede mig i skolen, var jeg meget ked af det og græd. Jeg følte mig alene, og det var svært for mig. Heldigvis var der en anden udenlandsk dreng i klassen, og vi blev bedste venner.

Han snakkede meget; det gjorde jeg ikke. På et tidspunkt begyndte jeg pludselig at snakke. Så kunne jeg pludselig lege med de andre børn, fordi jeg kunne spørge.

Men jeg havde sparet op siden børnehaven, så jeg begyndte at snakke meget, og jeg kunne ikke tie stille. Så det endte med, at jeg blev lidt en ballademager, fordi jeg larmede, forstyrrede og lavede sjov.

Senere, under min uddannelse, fik jeg et studiejob hos et teleselskab, hvor jeg skulle lave opsøgende salg. Det var jo lidt vildt, fordi jeg altid havde været genert. Så jeg var rystende nervøs, da jeg startede. Men efter nogle måneder begyndte jeg stille og roligt at åbne mere og mere op. Jeg udviklede mig faktisk rigtig meget og blev så udadvendt, at jeg slet ikke var nervøs længere. Jeg var meget mere snakkesalig. Jeg begyndte bare at snakke med folk.

---

## **Fuck hjem til din mor, jeg gider dig ikke**

Derhjemme har det heller ikke fungeret. Slået som barn. Så har jeg en lillebror, der var... favoritbarn. Jeg er bare smidt til side. Fuldt ud. Så mine forældre har... Min far flyttede væk fra mig, da jeg var 3 måneder, fordi han ikke gad... Han gad ikke være sammen med mig for at sige det lige ud. Og så - her var jeg blevet 17 - hele sommerferien var jeg i lejligheden alene og skulle sørge for selv at få mad. Så jeg var meget... Hvor min far så sidder og siger til mig et par måneder efter: "Fuck hjem til din mor, jeg gider dig ikke". Så flytter jeg derhjem, og der bliver det ikke bedre. Hmm. Og så flytter jeg til kæresten. Og så er jeg på egen rejse nu.

---

## **Der står en forkert diagnose i mine papirer**

Kommunen har skrevet i min aktindsigt efter min udredning i psykiatrien, at jeg lider af en dyssocial personlighedsstruktur. Det er på godt gammelt dansk, at man egentlig er vurderet til at være psykopat. Men det har de egentlig skrevet uden sådan et belæg og grundlag, fordi de ikke har snakket med psykiatrien. Jeg fejler noget helt andet, end det, der står i papirerne. Så de har skrevet nogle ting uden belæg, og når man så kommer til dem og siger: "Hey, det synes jeg ikke er i orden", "ja, men det kan vi ikke ændre på, det er det, der står. Vi kan lave et lille notat, men vi kan ikke fjerne det fra dine papirer." De tager ikke ansvar.

---

## Familieproblemer

Først blev mine forældre skilt. Og det skete på en lidt... Altså, de blev skilt. Og det kan jo ske.

Men så lige pludselig er der en masse ting, der tyder på, at min mors nye kæreste også var hendes nye kæreste, *inden* mine forældre blev skilt. Det så sgu lidt skummelt ud. Så allerede dér var min forældres relation jo fuldstændig. Og min fars familie de hadede jo min mor. Og der er yngre fætre og kusiner, der har fortalt om, at så sagde farbror, at din mor var sindssyg. Altså, sådan nogle ting.

Jeg var 13 dengang, og så har jeg en lillebror. Han var så 9 der. Og ham følte jeg jo lidt, at ham skulle jeg lidt beskytte. Jeg var lidt sådan et skjold. "Skyd på mig, ikke på ham".

Men det havde sådan lidt lagt sig, men det lurede stadigvæk i overfladen. Og så kom det der sommerhus i min fars familie, som er sådan et, der har været mine oldeforældres. Og så skal det ligesom gå videre til os andre. Det var sådan et sted, der betød meget for os. Og min farmor og min farfar havde sagt, at lige om lidt så bliver det kørt over i de næstes navn, som er min fars og hans to søskendes. Og så er det pludselig en eller anden random hverdag, så sender min farmor en sms. Nu er Fanø jo solgt. Og vi var alle sammen sådan lidt: "Hvad?!" Og det var så solgt til min farfars søster og hendes mand. Så min farmor sagde, at "det er, det er jo stadig i familien, og vi må gerne låne det". Men vi står jo tilbage med en følelse af, at hun sådan har svigtet os i, at det der, det lige pludselig var væk. Og historien er jo sindssygt lang, og der er rigtig mange detaljer. Men det har bare gjort, at hele min fars side af familien - som egentlig var min favoritside af min mors og min fars - den er bare fuldstændig et shitshow nu.

Og jeg bliver jo ved med at ses med min fars side af familien, men det kan jeg

godt mærke, at det så min far jo helst, at jeg ikke gjorde. Men hvis jeg lader være med at se dem, så synes min farmor og min farfar, at det er træls, og de bliver kede af det, de bliver ved med at have kontakt. Men hvis jeg tager over til dem, så står min far jo og siger: "Undskyld mig, kan du ikke se, de har svigtet mig, vil du så ikke være på min side?" Og lige pludselig så ringer onklen langt udefra og sviner min far til på telefon.

Det er sygt svært...

---

## **Er der overhovedet en fremtid?**

Så er der jo også lige en klimakrise, corona, sygdomme. Krig. Kriser. Jeg føler lidt, at verden er ved at gå under, og der er ikke så meget at gøre. Jeg vil gerne prøve, men så ser man så mange, som der ikke gør en skid, og så kan det sgu også være lige meget.

Altså igen, om der overhovedet er en fremtid. Fordi der bliver jo sagt og sagt, at temperaturerne stiger, og isen smelter, og så er det sådan, om overhovedet Danmark... Dem, der var der før os, altså den ældre generation, førhen. De har jo ikke tænkt over det. De har bare været fuldstændig ligeglade, fordi de ikke har tænkt over, at det ville gøre noget.

Og nu er det folk, som det ikke engang kommer til at gå ud over, som tager alle valgene. Sådan noget. Så det stresser også.

## **Jeg kommer nok til at være fuldstændig leverpostej, kedelig, normal**

Der er så mange, der har det svært. Jeg kender mange, der er mange voksne, men også mange på min alder, som er vokset op med, at sommerferierne har gået til Vesterhavet eller et eller andet. Der var også en, jeg kendte, da jeg var yngre, at hendes mor ikke havde råd til at købe nye sko til hende.

Så derfor tænker jeg, at hvis jeg kan kende så mange, som har svært ved at få det til at køre rundt nogenlunde, og de arbejder, så kan jeg da ikke forestille mig, at det bliver meget nemmere for mig. Jeg er da ikke noget geni, jeg kommer ikke op med en megasmart idé, som gør, at jeg bliver millionær. Jeg kommer nok bare til at være helt fuldstændig, leverpostej, kedelig, normal.



Vidnesbyrd

“

# Fællesskab og relationer

**Betydningsfulde voksne og andre unge  
- at være anderledes eller udenfor**



## **Hvis jeg var blevet taget hånd om i folkeskolen, havde jeg nok været et andet sted i dag**

Når jeg kigger tilbage, er det nok tiden i folkeskolen, der har påvirket mig mest. Jeg blev mobbet fra 2. til 8. klasse. Jeg var den største dreng i klassen. Lærerne kendte godt til mobningen, men de gjorde ikke noget ved det. Det gik hårdt ud over min selvtillid og mit selvværd. Og selvom jeg føler, at jeg burde være kommet over det, sidder det stadig i mig.

Derhjemme var tingene ikke meget bedre. Min mor kæmpede for at holde sammen på det hele, men min far havde et stofmisbrug, som gjorde ham meget aggressiv. Han udøvede aldrig fysisk vold, men den psykiske vold påvirkede mig meget. Det var også en af grundene til, at det var så svært i skolen. For når jeg kom hjem, var der ikke noget roligt rum.

Valget om at tage på efterskole i 9. klasse er det bedste, jeg nogensinde har gjort for mig selv. Det var en stor befrielse at komme væk fra mobningen. Jeg fik nogle venner, som jeg stadig tager på stadion med i dag. Og jeg fik en god kontaktperson, som jeg kunne snakke med om de ting, der var svære. Han kunne forstå mig. Det betød meget. For det var ikke nemt at skulle væk fra min familie. Og min dårlige selvtillid gjorde det ikke nemmere. I starten turde jeg ikke tale med nogen, men min kontaktperson hjalp mig.

“ Han ser mig som et menneske og ikke bare en elev, der bare skal sættes i gang.

Efter efterskolen forsøgte jeg mig med et par forskellige uddannelser. Først procesoperatør. Det var ikke lige mig. Derefter murer. Her bestod jeg grundforløbet og

fandt efter noget tid en læreplads. Men det var ikke et godt sted. Min mester mindede om min far. Han var ikke stofmisbruger, men hans adfærd var den samme. Under lærepladsen fandt jeg ud af, at jeg med alt det, der foregik derhjemme, nok ikke var klar til at fortsætte med uddannelse. Og så kom jeg på FGU.

På FGU fik jeg Morten som lærer. Efter jeg har fået Morten som lærer, er det blevet meget bedre med min selvtillid. Han er en af de vigtigste grunde til, at jeg er så glad for at gå på FGU. Han minder faktisk lidt om min kontaktperson på efterskolen. Han forstår mig. Han hjælper mig personligt før fagligt. Han ser mig som et menneske og ikke bare en elev, der bare skal sættes i gang. Vi løber sammen, og når vi løber, snakker vi meget om de ting, der foregår i mit liv. Hvis jeg var blevet taget hånd om på samme måde, som Morten tager hånd om mig, i folkeskolen, tror jeg, at jeg havde været et andet sted i dag.



## **Jeg slog mig selv for panden, fordi det var så dumt**

Jeg prøver ofte at gå i finere tøj, for ellers kommenterer folk på, at jeg bare ligner en perker på gaden. Hvis jeg bare kommer i et tracksuit, så er der nogle, der kommenterer på det.

Det er virkelig synd, hvordan unge bliver påvirket af medierne. Pludselig i klassen er der én, der siger: "Er det ikke rigtigt, at kvinder bliver undertrykt i islam?". Jeg slog mig selv for panden, fordi det var så dumt, men læreren sagde, at jeg ikke skulle til at forklare noget om det nu. Folk tror på det, de ser i medierne.

Hver gang vi gør noget negativt, bliver vi omtalt som indvandrere, men hvis vi gør noget godt, bliver vi omtalt som det sted i Danmark, vi kommer fra.

Folk ser kun det negative, hvis en indvandrer begår kriminalitet, men medierne

fokuserer ikke på, hvordan indvandrere kommer med arbejdskraft.



## **Min ensomhedsfølelse blev så stor**

Under corona-lockdown havde jeg en veninde, der boede oppe ad vejen. Min mor kunne godt se, at det tog virkelig hårdt for mig, det der med at isolere mig selv. Fordi jeg er et meget socialt menneske, og jeg har kæmpet rigtig meget med ensomhed. Så jeg fik lov til at se hende. Men ensomheden blussede virkelig voldsomt op under både første og især anden corona-lockdown. Så det der med, at jeg så hende enkelte gange, så jeg kunne få et frirum fra bare at ligge i min seng hele dagen. En dag var jeg på vej hjem, og så var det, ca. en meter fra vores indkørsel, så fryser jeg bare og får det vildeste angstanfald. Min krop siger bare, at jeg ikke skal derind igen. Ind på mit lille værelse, hvor jeg bare ligger for at ligge, fordi jeg ikke har nogle andre steder, jeg kan gå hen. Jeg ser ikke nogen mennesker, den normale tryghed og de her kram, jeg fik normalt, de var der lige pludselig ikke mere. Så jeg manglede noget på en eller anden måde. Og jeg vidste ikke, hvordan jeg skulle få det.

Det var særlig slemt under anden corona-lockdown, hvor jeg var på efterskole, hvor vi var hjemmesendt i to og en halv måned. Plus, det er vinter og mørkt, og jeg kan blive meget vinterdepressiv. Og så skete der en masse ting i min familie også, som gjorde det hele... Fordi det var så mange ting på én gang, fik jeg det virkelig skidt. Vi var på efterskole, men gik glip af så meget. Det var ikke fordi, vi ikke kunne snakke, vi havde bare ikke noget at snakke om. Der skete ikke noget. Min ensomhedsfølelse blev så stor. Jeg endte med at komme så langt ned, at jeg bare sådan... Jeg havde egentlig ikke lyst til at komme tilbage til min efterskole, fordi nu havde jeg lige pludselig fundet mig til at rette i det her med at ligge i min seng og sådan drukne i mine egne følelser på en måde.

Så det endte med, at jeg hele den der to timers tur på vej op til min efterskole,

sad jeg bare og græd med angst. Jeg kunne simpelthen ikke overskue tanken om, at nu skal jeg ind og så give en masse kram. Nu havde jeg vænnet mig til, at der ikke skulle være nogen fysisk kontakt. Så jeg blev super overstimuleret på de ti minutter, jeg var der. Og endte bare med at tudbrøle ind i min mors arme. Og jeg ville godt hjem igen. Og de andre kunne bare ikke forstå det, fordi de havde glædet sig så meget til at komme tilbage. Og de havde haft deres familie som støtte, men mine, de arbejdede bare hele tiden.

---

### **Der går sport i, hvilke lærere man kan svare igen**

Når først man har fundet ud af, hvilke lærere, man kan svare igen, så bliver det også en sport, hvor meget man kan svare dem igen og sådan. Så begynder alle... Når jeg tænker tilbage på det, så var vi jo nogen fucking lorte elever, men det tænkte vi ikke en skid på dengang... Elever har ikke nogen respekt for lærere, og det skal lærere altså lære at forstå.

Hvis en lærer er sød over for eleverne, så er eleverne enten søde over for læreren eller tænker: Okay, dig kan vi fucke med. Det handler om at have sådan en grænse for, hvor sød man skal være, og hvor streng og hvor meget man skal sætte sig i respekt... Det er der rigtig mange særligt ældre lærere, der ikke kan finde ud af... og så er det bare sjovere at fucke med dem.

---

### **En god lærer siger: Jeg slipper dig ikke**

Jeg har været lidt af en ballademager, men efter 10. klasse holdt jeg sabbatår og begyndte på FGU. Jeg begyndte at tage mig helt meget sammen, og der fik

jeg også en ny lærer. Han er god og siger, hvad man skal gøre, og han får en til at tro på sig selv. Jeg begyndte at lave noget og lære en masse. Der er stor forskel på den, jeg var i 9. klasse, og den jeg er i dag. Jeg tror det, der gjorde forskellen, er den lærer, som jeg har fået.

“ Jeg har sagt til min lærer på FGU, at jeg aldrig har haft en som ham før.

I 9. klasse sagde lærerne, at jeg ikke ville blive til noget, men på FGU er læreren én, der tror på dig og følger én, til man har fået sin hue på. Nu får jeg bare 10-taller og har ikke fået et eneste 07-tal. Jeg er gået fra 02 og 04 til 10. Jeg har fået at vide til en eksamen, at jeg var så tæt på at få et 12-tal.

Det at have en lærer, der tror på én, det gør noget for ens motivation. Jeg har sagt til min lærer på FGU, at jeg aldrig har haft én som ham før. Han siger, at selvom du på et tidspunkt får en anden lærer, så kan du bare ringe til mig. Han viser, at han ikke kun er en lærer. Han er der for én og støtter én som en far. Han siger også, at vi er hans ekstra børn. Det hjalp også at komme væk fra de tidligere venner, og jeg snakker ikke med de tidligere venner mere.

---

## Lærerens betydning

Min matematiklærer sagde, at jeg var dum. Han sagde, at jeg skulle stramme mig an, og jeg prøvede virkelig. Men når jeg ikke kunne finde ud af det, sagde han bare, at jeg var dum. Det gjorde mig endnu dårligere til matematik, så jeg dumpede selvfølgelig også eksamen. Men nu har jeg bestået matematik på FGU, så fuck ham.

På FGU mødte jeg Per. Han er en helt fantastisk lærer. Han er der altid for én,

han lytter og interesserer sig for én og hjælper – ikke kun med det faglige – men også hvis der er noget derhjemme. Han er en rollemodel, og han tror på mig. Og så kan man altid få et kram. Der skulle være flere som Per.

---

## **Pres på karakterer**

Jeg er aldrig kommet hjem og sagt, at jeg har fået 02, for jeg har aldrig fået 02, men min bror kom hjem og havde fået 02 i dansk, hvilket han blev drillet med af min far. Jeg tør slet ikke tænke på, hvad der ville ske, hvis jeg kom hjem og sagde, at jeg havde fået 02.

I starten af HF ville jeg også have 10 og 12, men under corona, da jeg var oppe til første eksamen, kom jeg ud med 7, og jeg var bare så skuffet over mig selv. Men jeg har lært ikke at tage det så tungt.

I sidste ende definerer tallet ikke mig, så der har jeg valgt ikke at lade det påvirke mig.

Jeg føler ofte, at der bliver fokuseret meget på karakterer, og at det første, folk spørger om, når man kommer ud fra eksamen, er, hvilken karakter man har fået.

Men jeg har aldrig søgt hjælp i forhold til karaktterræset og mine forældres pres med karakterer, for jeg har altid været vant til at håndtere tingene selv.

---

## **Jeg har lært at acceptere forskelsbehandling**

Jeg har lært at acceptere forskelsbehandling. Det er realiteten, og det kommer

til at være realiteten resten af mit liv. Selvfølgelig har jeg nogle veninder, hvor jeg bare kan være mig. Men jeg har bare lært at hvile i det og gøre det til min vej. Hvis ikke jeg føler mig tilpas i noget, så lukker jeg mig bare. For jeg har andre fællesskaber, hvor jeg føler mig tilpas. De er hovedsageligt af anden etnisk baggrund, hvor jeg ikke skal forklare mig selv, og der er en større forståelse. Og selvfølgelig er der også danskere.

---

## **Danmark er mit hjemland**

Første gang, jeg oplevede forskelsbehandling, var i folkeskolen, hvor der pludselig var én, der sagde: "Smut hjem til dit hjemland". Danmark er mit hjemland.

I folkeskolen var vi meget forskellige, men jeg oplever stadig én i min klasse, som nærmest stolt sagde, at hun var racist.

Jeg har oplevet forskelsbehandling og nedsættende kommentarer, selvom jeg ikke har tørklæde på. Nedsættende kommentarer fra folkeskolen til gymnasiet er noget, jeg oplever til daglig som en del af hyggeracismen. Jeg skal forsvare, hvorfor jeg ikke går med tørklæde, fordi jeg er muslim. Det er ikke spørgsmål af nysgerrighed eller oprigtig interesse. De har ikke erfaring med andre kulturer og kommer med kommentarer og antagelser. De er ikke interesserede i forklaringen, så jeg gider ikke engang forklare dem om min kultur, selvom der ligger meget mere bag det, end hvad de antager.

I stedet for at inkludere mig, kunne de andre elever bruge spørgsmål om religion imod mig. Jeg er blevet kaldt "sort kælling", selvom jeg ikke ser så anderledes ud, så tænk på hvor mange racistiske kommentarer folk med tørklæde møder dagligt. Der er også gange, hvor folk bare kalder mig "perker".

Bare når man snakker normalt eller driller hinanden. Jeg tror, at de gør det, fordi

de ved, at jeg ikke reagerer. Jeg snakker ikke med dem, fordi jeg ikke gider bruge min tid på dem. Når jeg er færdig med gymnasiet, så tror jeg ikke, at jeg vil have en relation til nogen.

---

### **Hyggeracisme overkommes ved at gøre noget ekstra**

Jeg føler, at der er pres på én, og at man er en af "de gode". Og hvis man ikke laver noget på et tidspunkt, kommer læreren over og beder en om at gå i gang igen. Det gør de ikke ved de etniske danskere. Vi overkommer hyggeracismen ved at gøre ekstra.

Jeg skal hele tiden række hånden op, aflevere mine opgaver til tiden. Jeg føler hele tiden, der er pres på mig, og mine lærere sætter krav. Jeg bliver straffet hårdere for ikke at aflevere eller lave mine ting. Så får jeg en besked om, at det bliver indberettet, og der kommer konsekvenser. De snakker hele tiden om, at vi skal integreres, men når en lærer siger "Nå, hvor kommer du fra?", får det én til at føle sig anderledes. Det bliver de andre ikke mødt med. Hvordan skal man blive integreret i samfundet, når man ikke bliver anerkendt?

---

### **For mig hjalp det at starte i et udvalg**

For mig hjalp det at starte i et udvalg for at aktivt skabe nogle relationer til nogle andre. Fordi jeg har haft en ret god folkeskoletid og havde det megafedt på efterskole. Og jeg startede dejlig naiv på gymnasiet og tænkte: "Det bliver en fest. Det kan da kun blive fedt. Det bliver skidegodt det her."



Og så bare komme ind og føle, man er i en klasse, der kender hinanden i forvejen og ikke har interesse i at lære flere at kende. Så møder man den der mur.

Og selvom jeg også gik i klasse med flere af mine gode veninder fra folkeskolen, så hjalp det for mig også at starte i et udvalg. For det her med at så kunne man snakke med nogle fra de andre klasser om, hvordan var det der. Og sådan lidt lære om skolen, for der var også nogle 3.g'ere med i et udvalg og sådan noget.



## **Jeg handler på vegne af andre med tørklæde**

Når jeg handler eller gør noget, så handler jeg og gør ting for andre med tørklæde eller anden etnisk baggrund.

“ Vi ligner ikke etniske danskere, så vi er bare en skydeskive.

At skabe et godt indtryk af alle ikke-etniske danskere og folk med tørklæder. Alle, der ser ud som dig, falder med i de handlinger og perspektiver, etniske danskere får af dig.

Konsekvensen er, at man er bange for, at ens handlinger går ud over alle dem, der ligner én selv.

Det vigtigste er de sociale *skills*, og hvordan man ser og accepterer andre mennesker og kulturer. Så der er mange, som ikke kan forstå eller acceptere os. Det er noget, børn burde lære i en tidlig alder; i børnehave eller skolen – at have respekt for andre. Når nogen siger racistiske ting, føler jeg et ansvar for at sige

noget, så jeg kan stoppe dem fra at bruge racisme igen. Nogle gange kan man selv være med til, at det ikke kommer videre og forklare folk, når de er dumme. Vi ligner ikke etniske danskere, så vi er bare en skydeskive.

Jeg har set min mor blive kaldt grimme ting på gaden. Men når man så selv oplever det, så kommer det virkelig tæt på. Jeg føler mig slet ikke accepteret eller lige så meget værd som en dansker længere.

Ja, du er dansker på papir, men du ligner ikke en dansker. Folk ser dig ikke som en dansker. Det, at jeg var dansker, var noget, jeg følte, jeg var nødt til at bilde mig selv ind.



## **Man skulle bunde en øl foran hele skolen for at være med**

Jeg gad egentlig godt have været med i festudvalget på skolen. Men jeg hørte et rygte om, at hvis man kom med, så skulle man bunde en øl foran hele skolen. Det var det eneste, der gjorde, at jeg ikke meldte mig til.

Jeg synes, sådan noget med at planlægge og være til at arrangere sådan noget, det er megafedt. Men det der med, at man så skulle gøre alt muligt, at man skulle ydmyges foran hele skolen, det havde jeg overhovedet ikke lyst til. Det er meget, det der med pres. Jeg har også før oplevet at komme til en fest, hvor indgangsbilletten var at tage en ølbong. Det har jeg aldrig gjort, og jeg synes, at det virkede så ubehageligt.

Jeg har også nogle gange tænkt: "Jamen, alle gør det. Så gør det dog". Men så blev det sådan et princip, at jeg sagde: "Nej, det har jeg ikke lyst til". "Men det skal du", sagde de så. Og så stod jeg og tænkte tre sekunder, og så tænkte jeg, enten så holder du fast, ellers så gør du det. Og så sagde jeg: "Så må jeg tage hjem igen." Og så sagde de: "Nå, okay, så kom ind". Men det der med, at det

skulle lige... Hvis du ikke har en god undskyldning for det, så er det ikke accepteret.



## **Jeg er nødt til at bevise mig selv hele tiden**

Jeg føler ikke, at gymnasiet vil vise, at der er en forskelsbehandling, men jeg føler, at den er der. Jeg er nødt til at bevise mig selv hele tiden. Det er udmattende at skulle opretholde.

Når jeg er sammen med lærerne, er jeg nødt til at give et godt indtryk hele tiden og vise, at jeg arbejder hårdt. I folkeskolen glædede jeg mig til gymnasiet, men fik at vide, at det ikke var det samme. Og nu har jeg virkelig indset, at det ikke er det samme. Jeg oplevede, at der var plads til mig i folkeskolen. Men det var anderledes på gymnasiet, hvor jeg følte, at det var en stor mavepuster.

“ Jeg forsøger altid selv at inkludere folk, som jeg tænker kunne føle sig udenfor.

Jeg føler ikke, at jeg har oplevet deciderede negative ting, men jeg har selvfølgelig oplevet hyggeracismen. I gymnasiet har jeg haft "outsider"-episoder, hvor jeg ikke kan være med i samtalerne. Det er okay nogle gange, men andre gange ikke. Nogle gange er vi i grupper, og de andre sidder bare hele dagen og snakker om ting, jeg ikke kan være med til. Der er virkelig meget forskellighed, og nogle gange har etniske danskere svært ved at se, at andre måske føler sig udenfor.

I situationer, hvor jeg føler mig udenfor, kan jeg godt forsøge at bidrage med

noget. Men i situationer, hvor jeg føler mig helt udenfor, sidder jeg bare i baggrunden. De forsøger ikke at inkludere mig. Jeg forsøger altid selv at inkludere folk, som jeg tænker kunne føle sig udenfor.

Udefra ser det ud som om, vi er meget blandede, men indvendigt er klasserne stadig meget grupperede. Men vi har i det mindste hinanden. Jeg tager ikke med til fester og steder, hvor der bliver drukket, for jeg føler mig ikke tilpas. Folk bliver helt anderledes, end jeg kender dem.



## **Så blev jeg stemplet som stræberen**

De øverste i hierarkiet, det er dem, der fester virkelig meget. Det er i hvert fald mit indtryk. Der er sådan en kultur om, at du er typen, der tager i byen hver weekend og har vildt mange sjove historier. Man er sjov, og man er populær, man er fremme i skoene, og man er ikke så optaget af det der med lektier.

Jeg følte, at jeg var den nederste i hierarkiet. Og meget fordi, at det var en bestemt type, der gik i min klasse og dannede den her kultur. Jeg var ikke en del af det. Jeg kan godt lide at række hånden meget op i timerne og vil rigtig gerne lave noget. Men jeg synes også godt, det kan være svært nogle gange, når de andre bare sidder og snakker. For man vil samtidig gerne være en del af det sociale. Jeg blev meget stemplet som stræberen. Eller det følte jeg i hvert fald selv, at jeg gjorde.



## Det er ikke rart at være anderledes

I de små klasser var der kun 2-3 andre med anden etnisk baggrund. Alle andre kom fra klassiske danske familier, så vi var anderledes. Vi kunne ikke det samme, og vi fik ikke det samme med i madpakken, hvilket var med til at skabe en opdeling. Jeg havde det lidt svært med at føle mig anderledes.

“ Første gang, jeg snakkede med en pige på en ikke-platonisk måde, sagde hun: ”Vi kan ikke snakke sammen, for du er mørk.”

For eksempel det her med ikke at spise svinekød. Når man er 6 år og går i 0. klasse, ved man ikke nødvendigvis, hvorfor man ikke må spise svinekød. Så når folk spørger, svarer man bare, at det har ens forældre sagt. Da jeg blev ældre, blev det værre at være anderledes. De andre syntes, at jeg var mærkelig, fordi jeg spiste anderledes. De sagde også: ”Hvorfor drikker du ikke med os? Kom nu, du lever med os, så skal du også gøre det.”

Jeg oplever, at medierne tegner et billede, som gør, at man er dømt på forhånd; det gør det sværere at have en anden etnisk baggrund. Første gang, jeg snakkede med en pige på en ikke-platonisk måde, sagde hun: ”Vi kan ikke snakke sammen, for du er mørk.” Jeg vidste ikke, at det betød så meget. Det var nok første gang, jeg virkelig indså, at det havde konsekvenser at være anderledes.

Derfor blev det mit mål at bevise, at jeg kunne gøre noget andet, end folk forventede. ”Det kan godt være, at I har en forudindtaget mening om mig, men jeg skal bevise, at I tager fejl”. Jeg tror, at jeg kæmpede lidt hårdere for at komme ind på en god uddannelse. Så jeg en dag kunne sige: ”Jeg klarede det, og alt det, I troede om mig, var en fejl.”

Gymnasiet var den fedeste tid i mit liv. Men også den værste. Jeg fik en masse

gode venner og havde det supersjovt. Men det var også i gymnasiet, at jeg for første gang for alvor oplevede diskrimination. Der var hele tiden nogen, som skulle pointere, at jeg var mørk, var anderledes. Og spurgte om jeg virkelig var lovligt i Danmark. Det var hyggeracisme, men jeg hyggede mig ikke.

Jeg arbejdede hårdt i gymnasiet og involverede mig i alt muligt. Jeg blev tutor, jeg blev festformand, og jeg kom med i elevrådet. Og så kom jeg ind i bestyrelsen for hele uddannelsesinstitutionen sammen med de voksne. Jeg lærte virkelig meget af at være en del af alt det. Holde alle de bolde i luften og samtidig være social og have venner og familie. Det har hjulpet mig meget.

Mange havde på forhånd dannet et billede af indvandrere, der var meget negativt og havde dårlige konnotationer. De mente at alle "mørke" enten var kriminelle eller ville ende ud i problemer senere i deres liv.

Jeg havde dog efter de 3 år på gymnasiet formodet at ændre en masse folks meninger og holdninger, hvilket jeg så som en kæmpe sejr. Det gør mig glad, hvis jeg kan ændre så mange holdninger bare ved at være mig selv.

På universitet er det helt anderledes. Der har folk slet ikke samme billede af os indvandrere. Det er mere sådan: "Nå, du går på uni og læser det samme som os'.

Jeg vil i sidste ende mene, at jeg stadig har haft en fin skolegang og et fint liv, jeg har bare skullet kæmpe lidt hårdere for at nå mållinjen.



## **At føle sig seksualiseret**

Der er nogle drenge i vores klasse, som giver ret tydelige signaler til, hvordan en pige skal se ud, før man har lyst til at have sex med hende. Det vil jeg nok godt kunne sige. Det er på daglig basis, at det bliver et emne. Altså, snakker jeg

med 10 drenge, vil de alle sammen sige, at de godt kan lide piger, der er små, som har en stor røv, men ikke for stor, men heller ikke for lille, den skal være flot rund, men ikke bule for meget ud heller. Så skal de have smalle lår, for hvis de har store lår, så er det bare nej. Men så skal de stadigvæk, selvom de har en stor røv, så skal de stadigvæk have en smal talje. Og selvom de måske har sådan en tynd mave, så skal de stadigvæk også have store bryster. Men heller ikke have fedt på ryggen. Så det er sådan lidt, det er det der med, hvor man tænker...

Det stiller rigtig mange af vores piger i, måske ikke i et dårligt lys ... Men jeg tror, at vi i virkeligheden sidder med en følelse af, at vi bliver set lidt ned på. Vi bliver seksualiseret. Det gør vi. Især i starten, hvor vi ikke helt har lært hinanden at kende endnu, var de meget over os. Og lærerne gør ikke noget ved det.

Der blev fx et lavet væddemål med, at hvis du kan være din kæreste, som ikke går på skolen, utro med en af pigerne fra vores klasse, så giver jeg dig 100 kr. Det blev en ting til vores første klassefest. Det var meget sygt at være i. Det var helt vildt. Også ubehageligt faktisk. Først og fremmest.



## **Det sociale fællesskab betyder, at jeg møder op hver dag**

Folkeskolen var bare noget værre pis for at sige det pænt. Det eneste fællesskab, der var, handlede om at mobbe eller at blive mobbet, hvilket overhovedet ikke var sundt at være en del af. Jeg tror, at vi fra 5.-9. klasse mobbede en 16-17 mennesker ud af klassen, og det var megadumt af skolen, at de bare blev ved med at tage nye elever ind i klassen igen. På et tidspunkt meldte jeg mig ud af fællesskabet i klassen, fordi jeg ikke gad det mere.

På den første ungdomsuddannelse, som jeg gik på, blev jeg holdt meget uden for fællesskabet. Jeg var anderledes end de andre i klassen, fordi jeg var en ballademager og ude i meget lort. Jeg tror, det gjorde, at jeg ikke rigtigt havde lyst til at møde op og ikke gad følge med i timerne, for nu var jeg allerede blevet

sat i en bås, som handlede

om, at jeg ikke passede ind. Jeg satte mig derfor bare bagerst i klasselokalet og sad og spillede computer i timerne. Lærerne satte mig også i en bås allerede fra dag 1, fordi min bror havde gået på uddannelsen tidligere, og han var også ude i noget skidt. Det påvirkede min motivation, og jeg gad ligesom slet ikke komme på et tidspunkt, fordi jeg alligevel bare blev mødt med lave forventninger og var skoletræt.

“ Jeg tror, at vi fra 5.-9. klasse mobbede en 16-17 mennesker ud af klassen”.

Det sted, hvor jeg går nu, der har det sociale fællesskab en betydning for, at jeg møder op hver dag. Jeg vil gerne møde op for at være sammen med folk, som jeg godt kan lide, i stedet for bare at sidde derhjemme og glo. Det betyder noget at se nogle mennesker og lave noget, der giver mening for mig. På et tidspunkt arbejdede jeg også et sted, hvor der var det fedeste samvær. Vi mødtes efter arbejdstid og spillede computer, og jeg kunne glemme alle mine problemer med alkohol og misbrug. Første gang jeg var med til det, der havde jeg en følelse af at være en del af noget og en følelse af bare at kunne slappe af og være mig selv. Det er også derfor, at jeg stadigvæk holder fast i det.

---

### **Så fandt jeg ud af, at vi ikke var inviteret**

Vi var en pigegruppe på ti piger, som var sammen hele tiden. Og så lige pludselig blev en af pigerne, der hed Mia, sådan lidt... Altså, hun blev ikke



inviteret. Og jeg blev stadig inviteret, og hun var den eneste, der ikke blev inviteret. Men jeg synes, det blev mere og mere mærkeligt. Der var sådan bred enighed om, at Mia, hun kunne godt være irriterende. Det synes jeg også selv.

Men jeg synes jo ikke, det var i orden, at vi bare udstødte hende. Især ikke fordi, når vi så var i skole, i hverdagen, så lod alle jo som om, at, "åh, hej Mia, ej, hvor godt at se dig". Og hun vidste ikke, at vi så lige alle sammen var sammen i weekenden.

Og jeg kunne godt se, at der var bare noget der, hvor jeg tænkte, det hænger jo ikke sammen. Enten så er vi nødt til at fortælle hende, hvordan landet ligger, eller så må hun være med til det hele. Så kom der et arrangement. Og vi var alle sammen inviteret - undtagen Mia. Og jeg skrev en besked på den der facebookgruppe, at hvis ikke Mia blev inviteret, så kom jeg ikke. Jeg synes ikke, det var i orden.

Og så endte de faktisk med at sige, det kunne de godt forstå. Så blev Mia inviteret. Hun havde så ikke lyst til komme med. Når man ikke er tiltænkt med fra starten, så vil man hellere blive hjemme. Og så en dag fandt jeg ud af på Instagram eller Snapchat, at de alle var sammen. "Nå, jeg er da ikke med". Så blev hverken mig eller Mia inviteret.



## **Hvorfor var der ikke nogen, jeg lige kunne danse med?**

I min gamle klasse havde jeg svært ved at finde noget at have til fælles med de andre. Jeg følte, at jeg ikke havde noget at sige og sådan. Og så følte jeg, at jeg blev meget den stille, lidt som taberen. Der var ikke nogen, der opsøgte mig. Jeg besluttede mig for at skifte klasse.

Det var faktisk efter en fest, hvor jeg havde oplevet, at jeg snakkede rigtig godt

med en enkelt fra min klasse. Og så havde vi den her fest, hvor jeg virkelig følte, at jeg havde snakket med ingen, fordi hun havde ligesom også nogle andre. Jeg følte virkelig, at det var en virkelig lang aften for mig.

Og jeg kan huske, at da min mor kom og hentede mig, så græd jeg hele vejen hjem. Jeg stor-brølede! Og så kom jeg til at tænke på, hvad der lige er galt med mig, hvad har jeg lige sagt eller gjort, siden der ikke var nogen, jeg lige kunne danse med, eller nogen jeg lige kunne snakke med. Det blev drejningspunktet for mig.



## **De svære relationer**

Jeg har gået på mange forskellige skoler, fordi vi flyttede nogle gange, og fordi jeg blev mobbet. Jeg har aldrig rigtig haft venner i folkeskolen, og de mange skift gjorde det endnu sværere at få venner. Det er svært at møde nye mennesker, når man er vant til ikke at kende folk særlig længe ad gangen. Man gider ikke rigtig blive ved med at lære nye at kende.



Rigtige venner respekterer ens grænser og har ens ryg.

Fordi jeg blev mobbet meget og ikke havde venner, gjorde jeg rigtig meget for at passe ind i fællesskabet. Jeg var ikke så god til at sætte grænser og gjorde bare, hvad de andre ville have mig til. Jeg var en "pleaser".

Det var først efter folkeskolen, da jeg kom i en ungdomsklasse og nu også på FGU, at jeg har fået rigtige venner. Og det er først efter, at jeg har fået rigtige venner, at jeg kan se, at de andre var falske venner. Rigtige venner respekterer

ens grænser og har ens ryg.

---

## **Transport udfordrer fællesskaber**

Jeg har i hvert fald oplevet nogle gange, hvor nogle af mine venner har hængt ud uden mig. Fordi du ikke havde transportmulighed. Man mister rigtig meget på sådan noget. Rigtig mange venskaber og sådan noget på at man ikke har mulighed til at komme med til ting. Ja, det er svært at komme med til fester. Fordi der er jo ikke særligt mange, der synes, det er sådan en vildt sjov, der skulle stå op klokken 2-3 om natten og komme og hente én til en fest.

Og der er heller ikke vildt mange. Og det er også lidt træls, så hver gang man skulle spørge, om man skulle sove, om man kan blive at sove der. Og hvis man så heller ikke kan lide at sove hos folk, så bliver man jo bare nødt til at lade være med at tage afsted. Fordi der jo ikke rigtig er andre muligheder endnu. Hvis der først kører en klokken 6 om morgenen, så vente indtil. Og det er jo også bare lang tid at vente. Hvis man sidder megatræt og har det af helvedes til efter en by-tur og bare gerne vil hjem og sove, så er det meget lang tid at skulle vente indtil klokken 6.

---

## **Fællesskabet trumfer det faglige**

For et par uger siden, var jeg til åbent hus på RUC og snakkede med nogle af eleverne. Mine gamle kollegaer fra praktikstedet var begge uddannet på RUC. Jeg havde delt mit forbehold for boglige uddannelser, men de fortalte, at RUC havde en anden tilgang – gruppearbejde og fokus på fællesskab. Derfor ville jeg

gerne kigge lidt på RUC af ren nysgerrighed.

Da jeg var der, havde jeg en følelse af, at det sted ville jeg gerne være – jeg var ligeglad med, hvad man skulle bruge uddannelsen til, men mere sådan: de mennesker, der var der, den stemning, der var der og oplevelsen som elev at være der. Man udvikler sig ikke som person ved at lære forskellige facts, man udvikler sig af de oplevelser, man har med andre mennesker. Jeg har haft svært ved at retfærdiggøre at bruge tid på boglig undervisning, når jeg synes, det gav mig så lidt i forhold til at være ude i verden, opleve ting og arbejde med virkelige ting, som ikke er fuldstændig abstrakt teoretisk. Jeg vidste ikke, hvad min plan var, før jeg var til åbent hus, hvor jeg tænkte, at nu er det dette, jeg går efter. Der kunne jeg godt se mig selv være.

Det der med fællesskabet. I virkeligheden, hvis der er noget andet end det faglige, der ikke fungerer, har det faglige ikke så stor betydning i sidste ende. Trivslen trumfer altid det faglige.



## **Det er os, der er forkerte, fordi det er os, der er anderledes**

Diversiteten i folkeskolen gjorde, at vi fik en forståelse for hinanden og dét, at vi er forskellige. Vi har måske haft en opvækst, hvor der kun har været en slags type, og så giver diversiteten folk en forståelse for andre, som er forskellige fra dem selv. Vi skulle ikke forsvare vores religion, men mere forklare den. Intentionen var at omfavne religionen og lære, ikke at nedgøre.

På mit gymnasium er der plads til alle, men man kan godt føle, at man skal være på en bestemt måde, alt efter hvilken linje man går på. Jeg kom på grundforløb, hvor der kun var to af anden etnisk baggrund. Det var et kæmpe chok, at der kun var én kultur, man kunne blive en del af.

Jeg har det med at tilpasse mig i forhold til drukkultur. Man kan ikke rigtigt relatere, men man ændrer lidt på sig selv for at passe ind. Det er enten eller. Alle arrangementer er bare *fest fest fest*. Nogle gange kan man godt føle, at det måske ikke er bevidst forskelsbehandling, men at de (gymnasiet) ikke er helt målrettede mod os.

Så føler man lidt, at det er os, der er forkerte, fordi det er os, der kommer med noget anderledes. De kan godt se, at vi har tørklæder på, så de kommer ikke hen og spørger, om jeg var med til fest eller inkluderer mig i den del af det sociale. Jeg tror bare, det er nemmere at finde nogen af sin egen slags, hvor det ikke skal handle om druk og fest.



## **Det kan godt føles, som om alle andre har prøvet det**

Jeg har slet ikke nogen erfaring. Så det er lidt en usikkerhed for mig, jeg kan jo ikke snakke med. Og det er nemlig det, jeg føler... At vi er i en aldersgruppe, hvor der er nogle, der har haft kærester i 3 år og virkelig har prøvet det hele.

Og så er der sådan nogle som mig, som ikke har prøvet noget og aldrig har været forelsket før. Og det kan jeg være ret pinligt berørt over faktisk. At jeg ikke rigtig tør at sige det. Fordi det er sådan noget, man lidt skal have prøvet nu. Så kan jeg godt føle mig rigtig bagud. Og så altså... I december var jeg faktisk til en fest, hvor der var en fyr, der viste interesse for mig. Så var jeg lige ved at være sådan: "Skal jeg bare kysse ham bare for at få det overstået?" Og det synes jeg er virkelig vildt, at ja... Jeg føler mig meget bagud, fordi jeg jo... Der er jo mange mennesker, der er et helt andet sted. Det kan godt føles, som om alle andre har prøvet det.

Og så tror jeg også lidt, at jeg er den romantiske, og jeg tror bare, jeg tænker, jeg vil godt vente, til det føles rigtigt. Men så kan jeg også føle, at så går der jo

længere og længere tid, hvor det bliver mere og mere mærkeligt, at nå...  
Kommer jeg til at blive sådan en gammel kattedame, som aldrig er blevet kysset  
rigtigt?

---

### **Førhen var jeg tit ude med vennerne**

Man kan ikke rigtig tage ud i byen og hygge sig med nogle venner eller tage ud  
at drikke. Hvis jeg har været ude at drikke, så skal jeg jo også have en mulighed  
for at komme sikkert hjem.

Og det har man bare ikke. Fordi man tager ikke rigtig hjem fra byen af klokken  
21. Det gør man ikke. Så jeg har ikke rigtig mulighed for at komme hjem. Jeg er  
for eksempel aldrig rigtig ude og drikke mere, fordi jeg har ikke mulighed for  
det. Førhen, da jeg boede i en anden by, der var jeg hele tiden med nogle  
venner... og ude at hygge mig og få et fællesskab og sådan noget. Det kan jeg  
ikke rigtig mere.

---

### **Det er ikke sporten, men fællesskabet, man er med i**

Da jeg var yngre, var jeg med og spillede basket. Jeg var ikke særlig god til det,  
men i det projekt, jeg er med i, behøver man ikke at være god til sporten - det er  
mere fællesskabet, man er med til. Og så syntes jeg, at det var fedt, at jeg kunne  
være med til en sportsgren, hvor jeg kunne være sammen med både folk, der  
lignede mig, og folk, der ikke lignede mig, men som forstod mig.

For vi spillede basketball eller fodbold, selvom vi alle sammen var lige dårlige  
eller gode. Det var det vigtige. Og man gik ikke op i at forbedre sig som sådan i

sporten, men bare oppe i hovedet.

“ Det var fedt, at jeg kunne være med til en sportsgren, hvor jeg kunne være sammen med både folk der lignede mig og folk der ikke lignede mig, men som forstod mig.

Da jeg begyndte i 1.g, var der en af playmakerne, der spurgte, om jeg ville være med i projektet igen. Så det kom jeg, og nu er jeg koordinator for playmakerne. Jeg er deres kontaktperson, og så skal jeg sørge for det udstyr, de har brug for.

Så skal jeg til møde med kommunen og SSP, hvis nogle af vores zone-børn kommer i problemer. Det er fedt.



## **En helt intuitiv søgen efter at blive anerkendt**

Jeg føler, at jeg kommer til at se mig selv udefra eller tænker over, hvordan ser de andre mig? Jeg tror, det er det med at overtænke.

Jeg tror, jeg er en overtænkner, om det er på gymnasiet eller ej. Hvis jeg fx tager noget bestemt tøj på. Jeg tror, det bunder meget i sammenligning. At man tænker, hvordan udtrykker jeg mig, hvordan udtrykker de andre sig? Passer det sammen? Hvis nu de synes, at jeg ser tjekket ud, så vil de godt snakke med mig, eller så kan de godt lide mig. Så det er helt intuitivt en søgen efter at blive accepteret, at blive anerkendt.

---

## **Man vil gerne passe ind**

Der var et fint sammenhold i klassen i min skole, men det var også sådan, at hvis man skilte sig lidt ud, hvis man var lidt mærkelig eller anderledes, så kunne man nemt blive smidt ud af gruppen og blive holdt ude.

Så det var altid sådan, at man skulle præstere eller vise et eller andet for, at man var sej nok til at være sammen med de seje. Man skulle præstere og sørge for, at man altid kunne vise, at man hørte til i den seje gruppe.

Det havde jeg svært ved, og jeg synes, det var hårdt en gang imellem. Senere, da vi blev ældre, fandt jeg ud af, at venskaber er noget andet.

---

## **Skolen kan også være sjov**

Jeg har altid været en person, der har tænkt sådan: "Skole er en nødvendighed, men det er ikke fordi, det er det fedeste i verden". Sådan tror jeg, de fleste har det. Så man er jo nødt til at finde andre ting ved skolen, der er sjovt - som gør det lidt federe at stå op om morgenen.

Jeg tror også, det hjalp mig meget, at jeg startede til sport. Jeg har gået meget til sport hele mit liv. Igennem folkeskolen spillede jeg fodbold, og basket var en stor del af mit liv. Det var noget, der hjalp mig meget med at kunne danne venskaber. Selvom jeg var anderledes, delte vi glæden ved fodbold, og så var det andet ikke vigtigt.



---

## **Man kan mangle tre ben og stadig have nogen at snakke med**

Ude på den ungdomsuddannelse, hvor jeg går, der er der nogle gode fællesskaber. Man kan mangle tre ben og stadigvæk have nogle at snakke med. Der er altid nogen at ryge med, nogen, der gerne vil med i Netto, og nogen, der gerne vil med i kantinen. Hvis man ingen venner har, så er det lidt ens egen skyld. Jeg tror, at det sociale fællesskab er vigtigt, for ellers holder man sig for sig selv, og hvis man har brug for hjælp, så kan man ikke spørge nogle.

Da jeg gik på en folkeskole, hvor jeg havde en del fravær, der trivedes jeg ikke med de andre så godt, fordi de ikke lige var min kop te. Jeg glædede mig ikke til at komme i skole og snakke med folk, så det betød nok noget for, at jeg havde en del fravær.

---

## **Hvis man ikke drikker, er man kedelig**

Vi havde en virkelig god folkeskoleklasse. Det var sådan, at man inviterede alle, når man holdt fødselsdag og sådan noget. Og så efterhånden, som man kom op i de større klasser, så var det bare lige pludselig ikke det, der betød noget længere. Det, der betød noget, det var mere, hvor mange venner havde man - eller gav man udtryk for, man havde - hvor meget drak man til fester, og gik man til fest og sådan noget. "Nååå ham der, han var ude, og han blev virkelig stiv i weekenden", og "de der, de var ude at drikke". Eller der var en vildt fed fest, og så sad man der: "Nå, men jeg er ikke med". Jeg følte bare, det var lidt sådan en social kode om, at det er sejt at gøre det, og hvis man ikke gør det, så er man

sådan en, der sidder hjemme hos sine forældre hver aften. Det var ikke okay at være sådan.

“ Jeg følte hurtigt, at jeg blev stemplet som: Det er jo så bare hende, der sidder og læser en bog fredag aften.

Og der tror jeg hurtigt, at jeg kom til at føle... Fordi jeg kunne ikke helt finde ud af, om jeg havde lyst til det der eller var klar til det. Så blev man hurtigt stemplet. Jeg følte hurtigt, at jeg blev stemplet som: Det er jo så bare hende der, der sidder og læser en bog fredag aften og går op i skole, og hun drikker ikke. Og jeg kunne hurtigt lige pludselig finde en masse stereotyper, som jeg passede rigtig meget ned i, og tænkte at så var jeg kedelig og sådan.

Og så har jeg egentlig haft ret travlt med siden da at prøve virkelig at gøre alt for ikke at ryge ned i den der kasse. Så da jeg kom i gymnasiet, holdt jeg mig lidt tilbage, for jeg ville gerne høre, hvad er stemningen her, er det okay at deltage i timerne, hvordan er det? Men når de andre snakkede, fandt jeg hurtigt ud af, at der blev holdt klassefester, hvor halvdelen af klassen var inviteret. Og jeg kom hurtigt til, at det var... Ja, så føler man sig lidt forkert, og hvis jeg skal have nogen forhåbning om at blive inviteret næste gang, okay, hvad skal jeg så ikke sige, og hvad skal jeg så gøre, og synes de, jeg er kedelig?



## **Der mangler et sted**

Det er ikke rigtig noget ungdomsliv. Der var et sted, men den er lukket eller i gang med at lukke. Det var den eneste ungdomsklub, der var. Så er der sådan en ungdomsklub, som ligger langt ud fra byen, så der er heller ikke nogen mulighed for at nærmest komme derud. Det er det eneste, der er. Altså, så

sidder man er hjemme ved folk, holder fest i private hjem, sådan noget. Eller holder det ude på gaden, hvor det ikke er helt sikkert. Altså for eksempel i byen tæt på, der er der flere, der holder det på skolen. Der er jo bare folk, der sidder og drikker på skolen. På en folkeskole, altså. Og så er der jo så i denne by, hvor jeg oplever, at der er rigtig mange, der bare går rundt og drikker. De sætter sig ikke rigtig ned nogen steder, de bare går rundt, fordi der ikke rigtig er nogen muligheder for at gå et sted hen.

---

## **Man ved ikke, hvad normalt er**

Jeg er stolt af den, jeg er blevet i dag, og hvor jeg er. I starten var det jo fordi, jeg ikke var glad for den, jeg var. Jeg havde det så svært med, at jeg så gerne ville passe ind hos folk. Der passer jeg bare ikke ind. Altså, de havde det sgu lige så af helvedes til, som jeg havde, og de var sgu lige så dumme at høre på, som jeg var. Og det var dem, jeg passede ind med. Så begyndte jeg stille og roligt at komme tilbage til noget normalt. Men det kan man alligevel ikke, for du ved ikke, hvad normalt er, og så bygger du bare noget nyt op derfra.

Hvis du skal skaffe nogle venner, hvis der er en bestemt vennekreds, du gerne vil være i. Hvis du har det sådan: "Dem der har jeg det godt med," men udseendemæssigt eller et eller andet, så passer du bare ikke ind. Så skal du lave dig om for at være sammen med dem. Det er ikke, fordi du på en eller anden måde bliver dømt, men du er bare nødt til at krænke dig selv for at passe ind - uden at du føler, du bliver dømt, eller at du faktisk bare bliver dømt.

## **Alle lurere på hinanden**

For at skabe en vis status for sig selv på gymnasiet, føler jeg, at man skal søge hen imod dem, som folk gerne vil snakke med. Finde ud af, hvem er det, man skal snakke med, for ligesom hurtigst muligt at komme ind og få startet den her lille tryghedsgruppe af personer, man godt kan snakke med og føle sig tryk med. De her små klikker her. Dem, man kan spise frokost med og sætte sig sammen med.

Det var det der med... Jeg tror, at rigtig mange sad i en stor frygt for at sidde alene de første dage. Fordi det er ligesom de første dage, hvor man får skabt sit førstehåndsindtryk. Men i virkeligheden, alle lurere på hinanden. For at forsøge at lure, hvad der er det gode og det rigtige at gøre lige nu.

Det handler både om, at det der med at få fundet sin bedste side af sig selv frem, så andre også har lyst til at snakke med én selv, men også at finde andre, som man selv gider at snakke med samtidig med. Det var superhårdt, og det var virkelig energikrævende.



## **Allerede i børnehaven tænkte jeg over, at jeg var udenfor**

Jeg har jo altid været en meget overtænkende person. En, som ser alle detaljer. Og der kan jeg allerede sige, at den startede allerede i børnehaven, alt det der med det sociale der. At føle sig lidt udenfor. Det tænkte jeg allerede meget over i børnehavetiden. At nu er jeg... Jeg skal vide, om jeg nu... Altså den der oplevelse af at være bevidst om, at nu står jeg udenfor og tænker på det. Og det er man bare hele tiden opmærksom på. Den har jeg haft med mig siden børnehaven.

Men det har ikke bare været en følelse. Jeg føler, at jeg gør alle de her ting, og jeg gerne vil hjælpe folk. Men man føler konstant, at de sætter ikke sådan bare

lidt pris på, at man faktisk gerne vil være der for dem. Men det er nok også fordi, jeg er god til at se det hele. Så hvis jeg bare ser det mindste negative, så giver jeg bare sådan lidt op. Så hvis det er, at jeg har hjulpet Mads med at få en bedre dag, de dage, han har haft en lortedag, to-tre gange eller sådan noget, i streg der. Og så at man ikke nødvendigvis selv har en lortedag, men hvis man går og er lidt alene, at personen så ikke kommer hen til én. Det var noget, der kunne gå mig rigtig meget på. Men det er jo ikke fordi, at jeg forventer det. Det er det værste ved det hele. Jeg vil gerne have det, det vil alle. Men jeg forventer det ikke.

---

### **Sidst, jeg var sammen med nogen efter skole, var i 4. eller 5. klasse**

Så længe, jeg kan huske, så har det været sådan - ikke kun, hvor jeg går nu, men også i folkeskolen - at jeg var i skole, så tog jeg hjem, og så var jeg bare hjemme. Og det har jeg gjort så meget nu, at jeg tror bare, at jeg har sådan vænnet mig til det. At når jeg ikke tager hjem efter skole, så føles det mærkeligt, fordi man er ikke vant til det. Man er bare vant til at tage hjem og så vente på næste dag at tage i skole. Gøre det samme. Jeg tror, at sidst jeg faktisk var sammen med nogen rigtig efter skole, det har nok været tilbage i folkeskolen, da jeg var i 4. eller 5. klasse. Ellers så har det bare været direkte hjem.

---

### **Fuck, hvor er det egentlig klamt, den måde, de snakker om sex**

Sex er et meget stort tema i vores klasse. Og hvor man nogle gange tænker, fuck, hvor er det egentlig klamt, den måde de snakker om sex, om piger, om

drenge. Hvad er det, de egentlig har gang i?

Jeg kan sidde med en følelse af næsten afsky for det, for det har jeg overhovedet aldrig nogen som helst lyst til at prøve. Det virker næsten helt skræmmende at have sex. Det skal det overhovedet ikke være, jo. Det skal jo være en ting, man gør, fordi man føler sig tryk med en.

Men efter alle de forskellige måder, jeg har hørt både drenge og piger snakke om sex på, det virker så meningsløst lige pludselig. Det går meget ud på, det med bare at score for at score. Jeg tror, mange ser det som en tryghed. Det der med at have en, som man kan få en lille smule anerkendelse af, i stedet for at det er faktisk noget reelt, seriøst noget. Jeg tror bare, det bliver en søgen efter anerkendelse. Man er bange for at blive set ned på. Stemplet som en kedelig type. En, der ikke følger normen.

Jeg tror også, det handler meget om ens tilgang til det. Der er nogen, der sidder og siger: "Jeg kan sagtens gøre det uden at lægge noget som helst i det". Men andre sidder med tanken om, at det vil de aldrig kunne forestille sig at gøre med en, som de ikke har følelse for. Jeg tror bare, det er blevet en naturlig ting, at vi har sex bare for at have sex. Jeg tror virkelig, det har ødelagt vores syn på kærlighed.



## **Min tillid er nok højere, end den burde være**

Der, hvor jeg går nu, har jeg oplevet mange, som jeg var rimelig gode venner med, og nu snakker jeg ikke med dem mere. Fordi så har jeg fundet ud af, at de ikke var de rigtige. De har bare snydt mig og dolket mig, hvis man kan sige det sådan.

Jeg har mange gange troet, at nu kommer den rigtige, og så finder man ud af,

at det var det ikke.

Så tænker man: "Jeg prøver lige at give det en chance mere". På de tidspunkter har man givet så mange chancer, ikke kun til den samme person, men til rigtig mange. Man har tænkt, at det skal nok blive godt igen, og så har man bare fundet ud af, at det gør det aldrig. Så stopper man lidt med at prøve, fordi man ved, at man får alligevel det samme resultat.

Altså, hvad jeg har følt, så er det sådan, at folk, de kommer kun over - ikke alle, men de fleste - de er kun kommet over for at snakke med mig, hvis de har opdaget, at de ikke har andre. Men lige pludselig så ligger jeg nederst i rækken.

Min tillid er nok en lille smule højere, end den burde være. Men så er der også nogle gange, hvor jeg lige pludselig tænker, at det her går nok fint, og så er jeg lige lidt for hurtig, og så går det så galt igen. Så nogle gange kan jeg godt blive lidt for ivrig, men ellers prøver jeg at være forsigtig, for at det ikke skal ske igen.

Vidnesbyrd

“

# Vejen gennem skole og uddannelse

**Faglige udfordringer, valg af uddannelse, overgange  
og at føle sig hægtet af**



## **Jeg fik at vide, at jeg var dum**

Jeg blev testet ordblind i 6. klasse. Selvom jeg var ordblind, fik jeg ikke den samme hjælp, som de andre i klassen. Jeg gav lidt op. Til en skolehjem samtale fik jeg også at vide, at jeg var dum i ord. Jeg tænkte, at så kunne skolen også være ligegyldig. Jeg begyndte at holde mig tilbage.

“ Jeg gik med nogle ligesindede, som alle havde en svaghed med at læse eller regne.

Jeg havde det svært i 8. klasse, så jeg skiftede skole. Men på den nye skole blev jeg heller ikke accepteret i klassen. Jeg følte, at jeg blev set forkert på, fordi jeg var lidt anderledes. Det var svært. Jeg ville gerne føle, at jeg var god nok. Lærerne gjorde ikke noget for at hjælpe. Det gjorde, at jeg ikke havde de bedste karakterer.

Kommunen betalte for, at jeg kom på efterskole i 10. klasse. Det hjalp mig rigtig meget. På ordblindeefterskolen fik jeg gode karakterer og gode venner. Vi var alle ens. Alle var der for hinanden, hvis man havde brug for hjælp. Jeg gik med nogle ligesindede, som alle havde en svaghed med at læse eller regne. Det hjalp også, at vi højst var 15 elever i en klasse.

---

## **Jeg sad bare og sov**

Jeg har ADHD, og jeg har altid haft svært ved skolen. Jeg kan huske i 1. klasse eller sådan noget, så sad jeg og faldt i søvn i timerne. Og det var ikke, fordi jeg ikke havde sovet nok. Eller fordi jeg ikke havde energi til at gå i skole. Jeg blev

bare træt af al den information. Jeg blev sådan overstimuleret. Alle de ting, der skete rundt om mig. Jeg tror, jeg var mere fokuseret på alle andre omkring mig, så jeg kunne ikke fokusere på de opgaver, jeg skulle lave. Så blev jeg bare træt og faldt i søvn.

Jeg gik i specialklasse fra 3. til 9. klasse. Det var ikke lige det fedeste. Fordi folk tænkte, det var "de mærkelige", der går derovre. Jeg følte mig mere tilpas med dem, der gik i normalklasse.

Der var mange af dem, der gik i specialklasse, der kom fra familier, som ikke havde så mange ressourcer og sådan noget, og det har ikke været mit tilfælde. Jeg følte mig så meget udenfor. Jeg følte mig forkert placeret. Det har også altid gjort, at jeg har fået mange dårlige venskaber, folk, som ikke var gode for mig.

Jeg var god til sprog, fordi jeg altid har været ude at rejse meget med mine forældre. Men det blev der ikke holdt fast i, fordi jeg skulle være på samme niveau som alle de andre i specialklassen. Jeg var fx megagod til engelsk. Men jeg gav nok bare op. Jeg tror egentlig bare, jeg havde brug for mere ene-undervisning eller en mere normal klasse, hvor jeg ikke skulle koncentrere mig om alle de andre, der var i klassen – selvom man ikke er mange i en specialklasse. Man er måske 10 i en specialklasse. Men de havde så mange problemer derhjemme, dem, der var der, og det forstyrrede hele undervisningen.

---

## **Jeg elskede min støttepædagog**

Min skolegang? Den har været fin nok, men der har selvfølgelig været det, som vi alle sammen oplever. Mobberier og det har været lidt hårdt, fordi jeg har lidt af ordblindhed, som først er blevet opdaget rigtig, rigtig sent. Faktisk først i år. Og det har jeg jo altid haft på en eller anden måde, så derfor har det været rigtig svært for mig at være en del af klassen.

Jeg ved ikke, om de ikke har opdaget det. Jeg tror bare ikke, at de har gjort noget ved det. Altså, de har ikke rigtig ville teste mig. Eller også så har det bare ikke været så slemt på det tidspunkt. Jeg ved det faktisk ikke.

Jeg tror, at jeg er ude i, at jeg lidt har glemt min barndom og min folkeskoletid, fordi det måske alligevel ikke har været så rart.

I 1. klasse får jeg så støttepædagog, da de godt kunne finde ud af, at der var et eller andet... socialt måske... som har haltet. Hun kom så ind og var sammen med mig i nogle af timerne til at starte med, og så blev det justeret op til, at hun var der i alle timerne og kun var placeret på mig. Jeg beholder min støttepædagog frem til 4. eller 5. klasse, hvor jeg så vælger at sige, at jeg ikke ville være i den klasse, så jeg starter i specialklassen, hvor vi kun er - jeg tror, vi har været 5 til at starte med, men vi ender med at være 7.

“ Desværre ender det også med, at jeg var en af dem, der blev placeret bagerst, for hun var der jo til at hjælpe mig, så jeg behøvede ikke at være med i undervisningen.

Jeg elskede min støttepædagog. Jeg var simpelthen så glad for hende, og jeg ærgrer mig virkelig også meget over, at jeg ikke snakker med hende i dag.

Altså, jeg er venner med hende på Facebook, og jeg kan se, at hun lægger opslag op en gang imellem, og hun har da også kommenteret nogle af mine, når jeg har skrevet noget succesfuldt om, hvad der er sket skolemæssigt. Men jeg var glad for hende, og hun hjalp mig. Hun var der, når det var svært i klassen.

Men desværre ender det også med, at jeg var en af dem, der blev placeret bagerst, for hun var der jo til at hjælpe mig, så jeg behøvede ikke at være med i undervisningen. Og så i 8. klasse bliver vores specialklasser nedlagt i folkeskolen, så der var ikke noget, der hed specialklasser mere.

---

## **Min ordblindhed blev først opdaget i 10. klasse**

Da jeg nåede udskolingen, skiftede jeg skole. Der var kun op til 6. klasse på den skole, jeg havde gået på indtil da. På de få år havde jeg haft 7 forskellige dansklærere. Så lærerne vidste ikke rigtig, hvem vi var. Fra 7. til 9. klasse gik det faktisk godt. Jeg havde god støtte fra min mor, der er dansklærer, og jeg fik fine karakterer. Men så kom jeg til 10. klasse. Her fandt de så ud af, at jeg var ordblind. I 10. klasse!

Det er egentlig ikke, fordi jeg har følt, at det har været en udfordring. Men det kunne da have været lækkert at finde ud af noget før, for så kunne man have givet den en ekstra skalle til prøverne. Det var ikke et stort problem for mig, men det var da træls, at jeg altid sad som den sidste. Hvis jeg havde vidst det lidt før, kunne jeg måske have givet den en ekstra skalle til prøverne. Og så ville jeg have haft en forklaring på, hvorfor jeg altid var den sidste.

---

## **Når det kun er eksamen, der tæller - hvorfor så tage sig sammen?**

Jeg har gået på rigtig mange folkeskoler. Jeg startede på en skole fra 0.-2. klasse. Men det var en *rigtig* dårlig skole, så den lukkede ned. Jeg flyttede over på en anden skole og var der et år, men der var forfærdelig undervisning, så mine forældre valgte at flytte mig til en privatskole fra 4.-5. klasse. I midten af femte klasse valgte mine forældre at flytte til udlandet. Og så flyttede jeg jo med.

Jeg missede skolen i 8 måneder, så da jeg kom tilbage, var jeg jo ikke klar til at komme videre. Så jeg gik 5. klasse om. Jeg havde det helt fint med det. Men jeg valgte selv at sige til mine forældre, at jeg ikke gad at være på den privatskole mere, for den kunne jeg ikke lide. Så flyttede jeg fra 6. klasse til en anden skole, hvor jeg så færdiggjorde min folkeskole.

Jeg har altid siden, jeg var lille, ikke kunnet lide skolen. Det er ikke fordi, jeg ikke er klog, jeg kan bare ikke lide skolen. Det er bare ikke noget for mig. Det interesserer mig ikke at sidde i skolen og lave opgaver... I hvert fald ikke på det tidspunkt, jeg gik der... Jeg har altid fået dårlige karakterer, fordi jeg ikke har taget mig sammen. I 9. klasse kom min lærer til mig personligt og sagde: "Du er en skuffelse, og du kommer aldrig til at blive til noget." Og det har jeg fået at vide flere gange i folkeskolen, ikke?

Til terminsprøverne i 9. klasse, der fik jeg at vide, at jeg ikke var uddannelsesparat, fordi jeg havde et snit på 1. Så lavt var det. Jeg kunne ikke engang komme ind på en erhvervsuddannelse. Men så valgte jeg at tage mig sammen til eksamen og få gode karakterer, så jeg kunne komme ind på lige den uddannelse, som jeg vil. Så jeg endte med at gå op til eksamen og få gode karakterer. Jeg endte med at få 8,9 i snit. Det er jo meget godt til eksamen. Jeg mente selv, at folkeskolen var spild af tid. Hvorfor tage sig sammen, når det kun er dine eksamener, der betyder noget, ikke?

“ I 9. klasse kom min lærer til mig personligt og sagde: "Du er en skuffelse, og du kommer aldrig til at blive til noget." ”

---

## **At fuldføre noget for sin egen skyld**

I 2018 fik jeg min 9. classes eksamen. Derefter fik jeg en lejlighed ét sted, så et

andet, og nu er jeg flyttet igen. I den tid har jeg startet på flere ting og droppet ud. Jeg startede på noget business skole, det var ikke lige mig. Så begyndte jeg på blikkenslager, heller ikke lige mig. Der, hvor jeg har været i længst tid, er der, hvor jeg har arbejdet frivilligt. Jeg var frivillig i et halvt år i et projekt. Jeg fandt ud af, at jeg godt kan lide at arbejde med mennesker. Nu er jeg så startet på SOSU-skolen. Jeg har aldrig været så glad for en skole før nu. Jeg kan mærke, at jeg brænder for det. Det er en skole med høje standarder, og lærerne er dygtige. Der er meget struktur, og jeg har godt af at være i en struktureret hverdag.

Dengang tænkte jeg: "Hvad fuck skal jeg bruge det til", når jeg var i gang med noget. Nu tænker jeg: "Fuck, jeg glæder mig til at blive færdig og komme ud at arbejde". Jeg kan se mig selv i SOSU-jobbet, og vigtigst af alt har jeg brug for at få fuldført noget. Også for min egen skyld.

---

## **Han hjalp mig, og det endte faktisk med, at jeg bestod min 9. klasses eksamen**

I 9. klasse fik jeg en matematiklærer. Han var rigtig god. Han hjalp mig op, og det endte faktisk med, at jeg bestod min 9. klasses eksamen.

Jeg havde nogle karakterer, som var okay, ikke lige de bedste, men heller ikke de dårligste. Min studievejleder mente, at jeg ikke var fagligt god nok til at komme ind på gymnasiet - bl.a. fordi hun ikke troede på, at jeg ville kunne bestå matematikeksamenen. Hun anbefalede, at jeg skulle komme ind på en erhvervsuddannelse, selvom jeg gerne ville ind på gymnasiet.

Matematiklæreren, jeg fik i 9. klasse, hjalp mig rigtig meget. Han var rigtig dygtig, og han så alle elever som lige gode. Der var ikke nogen, der var bedre end andre. Han fokuserede på hver elev. Og han var også med til at melde mig på et matematikhold, hvor man kunne få ekstra hjælp to gange om ugen, og det

hjalp faktisk rigtig meget. Og han hjalp også efter timerne. Han var meget dygtig til at hjælpe mig med matematik og få ens niveau op, og jeg endte jo med at bestå.

At få at vide man var god nok. God nok fagligt. At man kan komme ind på de ting, man gerne vil. Hvis man får at vide, man ikke engang kan komme ind i gymnasiet, hvorfor skal man så? Så det handler jo bare om at få at vide, at man godt kan.

Hvis man får at vide, man slet ikke kan, hvorfor skal jeg så spille min tid på det.

“ Han var rigtig dygtig, og han så alle elever som lige gode. Der var ikke nogen, der var bedre end andre.

På VUC fungerer klassen, og jeg har nogle gode lærere. Der er en lærer, hun ser alle lige og vil ikke have, at nogle skal dumpe - lidt lige som ham matematiklæreren, jeg havde. Lærerne på VUC gør, at man faktisk gider at komme. De har en stor indflydelse. Hvis en lærer ikke hjælper dig, så får man ikke lyst til at følge med i timen, det har jeg prøvet mange gange. Men hvis de hjælper dig, kommer og spørger og faktisk holder øje med dig i stedet for at ekskludere dig, vil man gerne følge med.

---

### **Man går rundt med en alene-følelse**

Jeg endte også med at droppe ud i gymnasiet. De siger så meget om, at de gerne vil fokusere på de unges mentale helbred. Men hvis man ender med at have noget, så virker de ret ligeglad med det. Man bliver hurtigt slået over fingrene, hvis man fx har noget fravær eller mangler en skriftlig opgave. Man føler sig set ned på, hvis man ikke helt kan følge med, fx fordi man har lidt svært

med at komme afsted. Eller har angst eller depression, som holder én fra at komme. Man bliver faktisk ikke rigtig med taget alvorligt, hvis det giver mening.

Man går rundt med en alene-følelse, fordi man føler sig anderledes, selvom der sikkert også var mange af de andre, der gik med problemer, som holdt dem væk fra at komme. Uanset hvad, så følte man sig alene med det, selvom man nok ikke er. Man synes, at man har fejlet, fordi alle ens venner stadigvæk er i gang med gymnasiet, og de klarer sig fint. Og så får man skyldfølelse over, at man ligesom ikke selv kunne fortsætte.



## **Svære overgange**

Da jeg gik i 9. klasse, havde vi brobygning, og jeg var både ude på erhvervsuddannelser og HTX. Men det sagde mig ingenting. Jeg vidste, jeg gerne ville på STX, så jeg tog til åbent hus-arrangementer, og fandt ud af at et bestemt gymnasium var det rigtige for mig.

Da jeg startede på gymnasiet, skulle jeg vælge linje. Det var vildt forvirrende. Jeg startede med en god veninde, og hun valgte samfundsfag/engelsklinjen, og det kørte bare derudaf for hende. Jeg følte mig forvirret og ret dum, fordi jeg ikke vidste, hvilken linje jeg skulle vælge.

Jeg talte meget med min familie og venner, og det hjalp mig at høre om deres erfaringer. Jeg talte også rigtig meget med studievejlederen. Jeg var glad for at have nogle at tale med, for det kan hurtigt blive meget langtrukket at sidde med det alene. Min studievejleder sagde, at jeg bare kunne prøve de forskellige linjer af, og så kunne jeg ombestemme mig. Det var det, der gjorde, at jeg fik prøvet flere forskellige linjer af. Jeg startede på erhvervsøkonomilinjen, men det var ikke noget for mig, jeg syntes, økonomi var kedeligt.

Så startede jeg på mediefagslinen, men heller ikke noget for mig. Jeg kunne



ikke finde en linje med mine interesser. Til sidst endte jeg på samfundsfag/matematik/engelsklinjen, og det var lige noget for mig.

Jeg blev student i 2019 og så tog jeg et sabbatår, fordi jeg ikke ville starte på en uddannelse med det samme, der var alt for mange valgmuligheder. Så jeg arbejdede og rejste og prøvede en masse ting af. Jeg havde mange samtaler med studievejledningen og læste rigtig meget op på alle uddannelser. Nu går jeg på Kommunikation og IT.

Jeg havde sagt til mig selv, da jeg startede, at jeg bare kunne prøve det af, og hvis det ikke lige var mig, kunne jeg jo droppe ud. Det var en meget stor omvæltning at starte på universitetet. I gymnasiet behøvede man ikke rigtig lave så meget, man behøvede ikke engang at komme. Men på universitet skulle man læse meget. Jeg havde svært ved at tilpasse mig og var skoletræt. Men jeg havde en rigtig god gruppe, og vi hjalp hinanden med at få læst og lavet opgaver.

Nu er jeg på 4. semester og kan rigtig godt lide fagene. Når jeg er færdig, vil jeg rigtig gerne arbejde i en organisation i udlandet.



## **Hele mit liv har jo handlet om, at jeg skulle finde det rigtige**

Efter folkeskolen tog jeg 10. klasse, fordi jeg ikke vidste, hvad fanden jeg skulle lave. Så kom livets store spørgsmål jo, om hvad fanden jeg egentlig skal gøre karriere indenfor. Jeg var sådan lidt på bar bund - men begyndte som IT-supporter, fordi jeg tænkte, jeg er en computer-nørd. Der må sgu være et eller andet inden for det, jeg godt kan lide.

Så gik der et par måneder, og jeg fandt ud af, at det skulle jeg ikke. Jeg stenede lidt derhjemme i en periode. Så tænkte jeg at prøve elektriker, fordi hvorfor ikke? Der fandt jeg også ret hurtigt ud af, at det skulle jeg ikke. Så gik jeg

hjemme igen. Så begyndte jeg at arbejde i et supermarked.

“ Det krævede en tur på hospitalet, før jeg besluttede mig for, at det her simpelthen var for åndssvagt.

Da jeg fyldte 18, kom jeg lidt ned i et sort hul, jeg begyndte et misbrug med stoffer, hash og alt sådan noget. Jeg begyndte på produktionsskole, mens jeg havde det der lort ved siden af. Jeg startede på tømmerlinjen, fordi jeg tænkte, at jeg måske skulle noget inden for det. Det fandt jeg så ud af, at det skulle jeg ikke og var endnu mere på bar bund. Så prøvede jeg nogle andre linjer og kom nærmest hele vejen omkring på skolen, og jeg stod stadig på bar bund.

Jeg begyndte primært på stofferne på grund af depression. Jeg var sådan lidt ligeglad med konsekvenserne i den periode. Jeg var pisseteprimeret og ligeglad med livet. Det krævede en tur på hospitalet, før jeg besluttede mig for, at det her simpelthen var for åndssvagt. Så begyndte jeg endelig at søge hjælp og fik en mentor på det tidspunkt, som hjalp mig i gang.

Jeg er lige blevet færdig på produktionsskolen efter fire år. Så nu har jeg fået arbejde og venter bare på, at jeg skal starte, og så har jeg været clean i 3 år. Så jeg prøver ligesom at rydde lidt op, i alt muligt rod fra før i tiden.

---

## **Han har fået mig til at tro på mig selv**

Den første lærer på FGU behandlede mig som et barn. Den anden lærer behandler mig anderledes. Han forstår mig.

Det var min kammerat, der fik mig til at starte på FGU. Han sagde, at jeg skulle

prøve det, i stedet for at jeg gik og ikke lavede en skid. Den første lærer, jeg fik, var ikke den bedste. Han behandlede mig som et lille barn, der ikke fattede en skid. Han opførte sig som en pædagog. Jeg tænkte, at det var noget pis at gå på FGU. Men der kom en anden lærer, som hjalp mig i gang.

“ Jeg kunne godt bruge, at jeg fik hjælp til at finde ud af, hvad jeg gerne vil.

Min lærer hjælper mig igennem FGU. Han har fået mig til at tro på mig selv. Han gør, at jeg får noget ud af at gå der. Han ser ind i én og behandler én anderledes. Jeg går derfor stadig på skolen.

Jeg har nu fået mod på at finde ud af, hvad jeg gerne vil. Jeg går og tænker over, om jeg skal have en uddannelse eller bare have et job. Jeg har en ven, som jeg nok ser meget op til. Han har været ude i nogle rigtig dårlige ting, men i dag har han et arbejde, en kæreste og en bolig. Jeg kunne godt bruge, at jeg fik hjælp til at finde ud af, hvad jeg gerne vil.

---

### **Det har taget nogle år, men jeg kom da igennem det**

Jeg har haft en lidt svær tid i folkeskolen. Sådan lidt op og ned. Jeg kan ikke lide for mange mennesker, for mange i klasselokalerne, så jeg er gået fra at have skiftet skole hele tiden. Det samme med uddannelser. Det er bare gået lidt skævt. Jeg kunne ikke tage mig sammen i timerne. Jeg har også selv siddet og sovet. Jeg kan ikke følge med i timerne. Det er gået for hurtigt.

“ Jeg har vidst, jeg var ordblind siden fjerde klasse.

## Men jeg fik ikke noget hjælp eller støtte.

Det var kommunen, der flyttede mig. Det tog noget tid, men det blev gjort. Min sagsbehandler gjorde det for mig. Hun ville gerne støtte mig i alt. Jeg gik i almindelig folkeskole til 4. klasse og så på privatskole fra 4. til 9. Det blev ikke bedre der. Jeg havde dårligt nok nogen lærere. Jeg sad altid og lavede det selv, så jeg har ikke lavet noget i 6 år. Jeg havde meget fravær, fordi jeg jo ikke havde nogen lærere, der tog sig af mig, så ville jeg hellere bare lave nogle ting derhjemme.

Jeg har vidst, jeg var ordblind siden 4. klasse. Men jeg fik ikke noget hjælp eller støtte. Nej, det er noget, jeg selv har arbejdet med. Det har taget nogle år, men jeg kom da igennem det. Jeg tog min eksamen på privatskolen. Det blev ikke lige de bedste karakterer, men det er blevet gjort.

Jeg har prøvet at tænke på det positive frem for det negative og så bare prøvet mig frem.



### **Kompliceret transport**

Så er der et kvarter op til busstoppestedet og en halv time op til stationen. Så toget og bus herfra, det er fint nok. Men det tager en halvanden time at komme hjem, når jeg har fri her. Og det er alligevel ret meget. Hvis jeg får fri kl. 2, så er der en bus her, der går til en by, så tager det en time. Ved at jeg også skal gå fra busstopstedet.

Men hvis der er så mange i den bus, kan jeg slet ikke finde ud af at tage den. Jeg tror, jeg har taget den fem gange i år. Og det er virkelig ubehageligt, for jeg var altid bange for at komme ind, og så er der ikke nogen pladser. Der er rigtig mange, jeg kender, og det gør mig virkelig utryk. Så synes jeg, at bussen er

virkelig fyldt. Jeg kommer først hjem kl. 16, fordi jeg kan ikke tage den bus. Så bliver jeg nødt til at vente på en anden bus, der går til min hjemby.

---

## **Der er ikke plads til energiske drenge i folkeskolen**

Jeg blev sendt på specialskole, og jeg ved stadig ikke rigtig hvorfor. På specialskolen var der nogen, der var mere energiske end mig, og nogle, som var mere stille end mig. Men jeg burde ikke have været der, jeg passede ikke ind

Men dengang vidste man ikke så meget om ordblindhed, så hvis en var langsommere til at lære, så blev man sendt på specialskole. Der var ikke nok støtte eller hjælp at få i folkeskolen. Jeg var for energisk i folkeskolen, jeg snakkede hele tiden. Lærerne havde ikke tålmodighed til mig. De havde ikke energi til at hjælpe og støtte mig.

Men jeg følte, jeg fik plastret et eller andet på, bare fordi jeg havde for meget krudt i røven. Jeg vil gerne prøve at have et andet liv, jeg har altid gerne villet prøve noget andet. Jeg vil gerne på eventyr. Når jeg bliver færdiguddannet, vil jeg gerne til Sverige og så måske England. Jeg vil gerne prøve noget nyt, jeg har alt for meget adrenalin i kroppen. Og hvis jeg gerne vil arbejde i udlandet, så arbejder jeg for det, og så laver jeg en plan, og så gør jeg det.

---

## **På et tidspunkt giver man op**

Man får ikke altid sine drømme opfyldt, så jeg tror ikke det kommer til at være IT. Der er lang vej, tror jeg. Jeg har stadig mine drømme om at blive IT-ingeniør,

men jeg tænker bare, at på et tidspunkt giver man op.

Jeg skal supplere fag på universitetet og så arbejde for kommunen, og så skal jeg arbejde privat, efter jeg har arbejdet for kommunen i nogle år. Så vil jeg gerne være privat IT-konsulent. Her tjener jeg bedre, det er mere lønnen. Jeg vil gerne have en høj løn. Der er mange, der siger, at man gerne vil arbejde for noget, man er glad for - selvfølgelig er det også rigtigt, men hvis man arbejder for noget, man er glad for, med en lav løn, hvordan skal man så forsørge sin familie og fx holde et stort bryllup? Jeg skal have bil, jeg skal ud og rejse. Der skal være råd til det. Det er det, jeg går efter lige nu.



## **Fik aldrig at vide, hvordan jeg kunne gøre det bedre**

Da jeg gik i 7. og 8. klasse havde jeg svært ved dansk. Jeg tog specialtimer, fordi jeg var ordblind og ville være god til at tage prøve. Min lærer tog hver uge en læseprøve eller diktat frem, og jeg var megapresset, fordi der var tid på. Sådan foregik det hver uge. Jeg havde ingen hjælpemidler til det, og jeg fik hele tiden 00 eller 02. Det var svært, når de andre fik høje karakterer, for jeg følte, at jeg ikke var lige så god som de andre. Hver gang jeg afleverede opgaver, så fik jeg dårlige karakterer og fik mine fejl at vide, men læreren sagde aldrig, hvad jeg kunne gøre bedre til næste gang. Det synes jeg er forkert.

Jeg ville ønske, at hun havde været god til at guide mig i, hvordan jeg skulle blive bedre til dansk. Min lærer sagde, at jeg havde brug for mere dansk, og hun sagde, at dansk var en af mine store udfordringer. Den hjælp, som hun foreslog, at hun kunne give mig, var ekstra undervisning.

---

## 11 skoleskift

Jeg har svært ved at følge med i skolen, fordi jeg er ordblind. Jeg har haft mange skoleskift, og det var svært, fordi jeg så startede midt i skoleåret. Vi flyttede meget - mig og min mor - og der skete rigtig meget. Jeg har gået på 11 forskellige folkeskoler. Jeg vil helst ikke tænke på det, for det var ikke rart. Jeg blev mobbet på alle skoler, fordi jeg havde den forkerte hudfarve - jeg var den eneste med lys hudfarve - var ordblind og havde det forkerte tøj. Engang, jeg kom i skole, så blev jeg vasket med sne i skolen, indtil det blødte ud af munden. Jeg blev mobbet, fordi jeg havde lys hud og lyst hår. Det er samme mobning, som hvis det er over for folk med anden etnisk baggrund.

“ Jeg har gået på 11 forskellige folkeskoler.  
Jeg vil helst ikke tænke på det, for det var ikke rart.

Der var ikke nogen, der greb ind. Jeg havde ønsket, at lærerne havde taget en snak med børnenes forældre, fordi børn lytter ikke, hvis lærerne siger, at de ikke må noget. Sådan er det jo bare. Sket er sket, man kan ikke lave om på det. Hvis jeg nogensinde får børn, så håber jeg ikke, det kommer til at ske for dem.

Det, der var svært ved skoleskift var, at jeg haft mange forskellige lærere, og de forklarer ting og underviser forskelligt. Det er svært at skulle lære folk at kende hele tiden og hele tiden starte forfra. Den måde, man lærer på, er forskelligt fra skole til skole. Det er forskellige bøger, man har, og alt muligt. Jeg var bagud, fordi jeg på en skole kom i femte klasse, men bogen svarede til en sjette klasse for mig. Det var svært at følge med fagligt, og socialt gik jeg for mig selv.

Da jeg var mindre, skulle jeg hele tiden håndtere, hvordan andre var, før jeg

kunne blive venner med dem. Jeg stod nærmest og kiggede på dem, fordi jeg er indadvendt, så jeg ventede på, at folk skulle komme.



## **Det betyder meget, at man har én, man kan komme til**

Efter 9. klasse tog jeg en HHX, og så kom corona, og jeg fik meget fravær pga. hjemmeundervisning. Det var ikke noget for mig. Derfor skiftede jeg til 10. klasse i stedet for, at jeg ville blive smidt ud pga. fravær. Så færdiggjorde jeg 10.klasse og søgte ind på EUX. Så det er der, jeg går nu. Jeg tænker, at til sommer så tager jeg 2 år i praktik – så svarer det til en EUD-uddannelse.

Da jeg skulle snakke med min studievejleder på HHX, så var hun ikke så tilgængelig. Hver gang man var der, var der altid en samtale i gang. Jeg snakkede med hende en gang, hvor hun spurgte ind til, hvorfor jeg ville stoppe. Hun hjalp ikke så meget, hun prøvede mere at overtale mig til at blive der. Så jeg gik over til studievejlederen på min gamle folkeskole – der vidste jeg, at jeg kunne få hjælp, fordi jeg kendte ham. Så hjalp han mig med at skifte og søge ind på 10. klasse.

Jeg vil nok sige, at lærerne har hjulpet meget, fx min lærer fra EUX, han hjælper mig meget med at søge dansk pas. Så har han printet mange sider ud, som han siger, jeg skal øve mig på, og så kan vi også sidde sammen en gang imellem og snakke om det, så jeg kan blive klar til prøven.

Det betyder meget, at man tænker, at man har en på sin side, som man kan tage over til og spørge.

Jeg tænker, det kunne være fedt, hvis der var et eller andet, hvor nogen sidder og fortæller, hvilke uddannelser der er. Fordi mange af dem er godt pakket væk. Man ved ikke, hvad der er.



---

## **Du bliver ikke til noget**

Jeg er blevet mobbet hele min skoletid både af de andre elever, men også af en lærer. En dag sagde min tysklærer til mig: "Du bliver ikke til noget". Jeg blev sur og kastede noget efter ham. Jeg blev virkelig vred. Han har også sagt noget lignende til andre elever. Efter det gad jeg ikke tage det seriøst mere. Jeg blev i skolen, men jeg vidste ikke, hvad jeg ville.

Nu går jeg på FGU, hvor jeg går i en klasse med et godt fællesskab. Efter FGU vil jeg gerne være social- og sundhedshjælper. Det er min mor, og jeg har prøvet det i praktik, det var godt nok.

---

## **Svært at sidde stille**

Jeg var ret glad for det sociale på min ungdomsuddannelse. Men det med at sidde foran en bog og læse hele tiden; det var jeg ikke vild med. Jeg fik konstateret ADHD, lige inden jeg startede, og jeg havde svært ved at sidde stille.

Jeg sagde til min studievejleder, at jeg havde svært ved at sidde stille, og at jeg havde brug for at sidde bagerst i klassen, så jeg kunne rejse mig op og gå lidt rundt uden at forstyrre de andre. Det lavede vi en aftale om, hvilket jeg var glad for.

Men de fleste lærere sagde, at jeg skulle blive siddende på min plads og ikke

rejse mig, for ellers ville jeg forstyrre de andre. Så der blev ikke taget hånd om mine problemer, selvom jeg havde lavet en aftale med studievejlederen om det.

Jeg synes egentlig, jeg havde det okay med at være til timerne, men jeg har ikke gidet at lægge alle mine kræfter i det, fordi jeg godt selv vidste, at det var ikke den her vej, jeg ville.

Nu er jeg telefonsælger, og det er jeg god til.

---

## **Jeg fik god hjælp i skolen**

Jeg kom til Danmark, da jeg var 8 år. Vi startede fuldstændig fra nul – absolut nul – for vi havde ingen plan, ingen penge eller noget, men bare to kufferter, ingen penge eller noget. Jeg kom alene med min mor, fordi mine forældre blev skilt, og vi valgte så at flytte til DK, fordi der ikke var nogen fremtid i mit land.

Min mor prøvede for min skyld at kæmpe for min fremtid, og derfor flyttede vi til DK, og det er jeg meget glad for i dag. Jeg startede i 3. klasse i en helt almindelig klasse. Jeg kunne ikke et ord dansk, og det eneste, jeg var god til, var matematik, det var jo bare to plus to. Jeg fik meget hjælp med ord og sprog. Jeg fik noget privat hjælp i skolen, sådan ekstra dansk.

Efter nogle år flyttede vi til en ny by, og jeg startede i 4.-5. klasse. Jeg kunne lidt mere dansk, men det var stadig svært, for jeg vidste ikke, at jeg var ordblind.

Det var svært at følge med i skolen, når jeg ikke kunne dansk og var ordblind. Jeg fandt først ud af, at jeg var ordblind i 8.klasse, men det var også svært for lærerne at se, om jeg bare være dårlig i dansk eller ordblind. Jeg flyttede på en ny skole i 7. klasse, fordi den anden skole kun gik op til 6. klasse. Jeg startede igen på en helt ny skole, men det var bedre, fordi jeg kunne snakke mere dansk.

Jeg synes, at jeg har haft nogle gode lærere, og de hjalp mig på de 3 skoler.

## **Så blev jeg uddannelsesparat**

Jeg synes, det har været en rigtig fin skolegang. Jeg har haft venner, jeg er selvfølgelig blevet mobbet, men jeg har ikke haft det der karakterræs på mig, som jeg synes, andre har. Jeg er selvfølgelig ked af, at jeg ikke har været så god til at få de gode karakterer, som så mange andre er rigtig gode til. Jeg ved ikke, om det er fordi, jeg er dårlig til at aflæse, hvad opgaven er, for jeg gør bare det, jeg tror, den siger.

Jeg ved ikke, om det er fordi, jeg har autisme, for vi har svært ved at tolke på nogen ting, hvis det ikke er meget specifikt.

Altså, jeg synes, jeg fungerer meget normalt, men der er måske punkter, hvor jeg afviger, hvor man godt kan se, at der er noget autisme. Det der med at være engageret socialt og sådan noget lignende, det synes jeg, at jeg har lidt svært ved. At komme i gang med at snakke med folk og møde nye mennesker.

Jeg blev erklæret ikke uddannelsesparat, fordi mine karakterer ikke var gode nok. Jeg var sikkert lidt trist, fordi nogle af mine venner blev erklæret uddannelsesparate. Der var også nogen der tog på efterskole og sådan noget lignende. Så der blev jeg delt op fra mine venner, og jeg skal starte op et helt nyt sted, hvor alle er virkelig fremmede. Da jeg startede i grundskole, kendte jeg rigtig mange, fordi jeg havde gået i børnehaven med dem. Men så i 10. klasse, der er alle bare fremmede.

Der kunne jeg godt mærke det der angst-nervøs med fuldstændig at lukke munden. Dagen efter vi var startet, skulle vi på tur i 2 dage, så der var jeg sådan "hold da op, hvordan gør man?"

Men jeg kom igennem min 10. klasse og blev uddannelsesparat, så det var fedt. Jeg har haft mange forskellige uddannelsesønsker; fra arkitekt, til biolog, til historiker og nu til urban landskabsingeniør.

---

## **Tvunget i gymnasiet**

Jeg fik rigtig gode karakterer i folkeskolen, fordi det var det, jeg fokuserede på. Uddannelse er ikke rigtig noget, der fylder i min familie, så jeg vidste ikke, hvad jeg ville efter skolen. Jeg gad ikke på gymnasiet, for hvad skulle jeg bruge det til.

Men min studievejleder var helt uenig og ville ikke lade mig træffe det valg. Derfor tog jeg en kombineret 10. klasse, hvor jeg fik grundforløb inden for noget kontor og handel, og det syntes jeg var det fedeste. Og eksamenerne syntes jeg rent faktisk var sjove at lave, fordi det var case-opgaver. Jeg kunne se, at jeg skulle faktisk bruge det her engelsk til noget.

Jeg fik gode karakterer i de case-baserede eksamener og ikke nær så gode i de andre. Men selvom de kunne se, at jeg klarede mig bedre med nogle læringsmetoder end andre, ville min vejleder stadig have mig på gymnasiet. Så jeg startede på HTX, hvor jeg havde fundet noget, der lød bare en lille smule spændende.

I folkeskolen havde jeg bare siddet stille og lavet mine ting, men det kunne jeg ikke i gymnasiet. Så jeg begyndte at gå vildt meget op i det sociale, og det gik ud over min skolegang. Mine lærere sagde, at jeg godt kunne og bare skulle tage mig sammen. Men jeg kunne ikke overskue at klare det godt. Det gik okay de første par år, som jeg gennemførte, men på et tidspunkt gik det skævt på grund af uenighed om fravær i forbindelse med elevrådsarbejde, og på det tidspunkt blev jeg smidt ud.

Nu har jeg fundet ud af, hvad jeg vil, og jeg regner med at starte på HF her til sommer. Jeg vil gerne være skibsfører, som er en professionsbachelor, så jeg behøver heldigvis ikke at tage en udvidet HF. Det kunne have været meget rart at vide tilbage, da jeg skulle vælge efter folkeskolen, at jeg kunne have valgt 2-årigt gymnasium. Jeg har jo færdiggjort to år. Men nu kommer jeg i stedet til at blive student samtidig med dem, der startede, da jeg skulle være gået ud.

I starten havde jeg nogle tanker om, at jeg har spildt noget tid, men jeg tror bare, at jeg har indfundet mig med, at jeg har lavet noget andet. Altså, at jeg har bare ventet lidt med at tage gymnasium, og så har jeg fået det her politiske arbejde med, og det har også formet mig.



## **Jeg tror godt, at jeg kan klare et job**

I Specialisterne spillede jeg i et band. Jeg spillede bas og lavede musikredigering. Vi lavede også noget med computer, hvor vi både skulle samle en computer og programmere.

Jeg kunne bedst lide at samle noget konkret og blive færdig med en opgave. Men jeg har det allerbedst, når jeg er på min computer eller ser på tegneserier, jeg skal til at købe. Det gør mig glad, når jeg researcher noget.

Fremtiden er svær. Jeg har en blokade i hovedet, noget, der slører for at tænke fremad. Det er ikke forudsigeligt. Jeg er meget selvkritisk. Jeg ser mange negative ting ved mig selv - mere mangler i stedet for fordele. Jeg har svært ved at se, hvordan man kan komme fra en uddannelse til et job, der kan være relevant for mig. I mange uddannelser skal man skrive mange opgaver. Det har jeg svært ved at se, hvordan jeg skulle kunne klare. Jeg tror godt, at jeg kan klare et job. Vil gerne sidde foran en computer. Fx at samle noget eller finde fejl. Noget på en computer.

---

## Finde min egen vej

Jeg droppede ud sammen med en kammerat. Jeg kom op på 2-3 sabbatår. Her prøvede jeg at følge mine egne interesser og undersøge tingene på min egen måde.

Vi var ude og arbejde frivilligt på en gård. Det gjorde, at jeg blev mere motiveret til, at jeg skulle lave noget mere praktisk og fysisk af en art. Jeg synes, at jeg voksede i den tid, jeg var på gården.

“ Så tænkte jeg, at 'det her er jeg ikke bygget til', så jeg måtte finde på noget andet. Det sagde min læge også.

Efter den tid så ville jeg give erhvervsskolen et forsøg, for det skulle man, hvis man gerne vil arbejde med noget praktisk og håndværksmæssigt.

Jeg startede på bådebygger-uddannelse, fordi det var håndværkernes altnuligmand. De skal kunne lidt af det hele, så hvis jeg fandt et eller andet, der var mig, ville jeg have nemmere ved at beslutte mig.

Det gav mig nogle gode muligheder i mit hoved. Problemet med erhvervsskolen var, at der ikke var så meget fællesskab. Man var meget alene om opgaverne - jeg synes, det var lidt ensomt. I virkeligheden var der ikke så meget der, der klikkede.

Og da vi arbejdede med epoxy og polyester og skulle have beskyttelsestøj på til arbejdet - det arbejdsmiljø kunne min hud virkelig ikke lide. Så tænkte jeg, at

'det her er jeg ikke bygget til', så jeg måtte finde på noget andet. Det sagde min læge også.

Jeg startede på produktionsskolen, og det var superfedt. Vi lavede mange forskellige ting. Jeg gik på krea - og event-holdet, og vi lavede mange projekter med pædagog-holdet, hvor min bror gik. Vi lavede teater for børn. De oplevelser, man aldrig havde prøvet før, var superinteressant. Jeg lærte meget om, hvad jeg var interesseret i.

Så var jeg i praktik. Min værkstedslærer havde spottet mine interesser og fandt et rigtig godt sted: Et frilandsmuseum med dyr. Det var det perfekte match, der var noget praktisk, event, teoretisk, gruppearbejde mm. Det var alt, hvad jeg havde brug for at blive motiveret til at stå op om morgenen.

Da produktionsskolen blev lavet om til FGU, kom jeg med i produktionsskolernes elevorganisation Modstrøm. Jeg har aldrig interesseret mig for ungdomsforeninger eller været socialt anlagt uden for skolen. Jeg gjorde det bare, fordi lærerne foreslog det. Men jeg kunne vildt godt lide at være der, det var en varm stemning og nogle rare mennesker.

Så mit FGU-forløb blev dobbeltsidigt - jeg var med i Modstrøm, hvor vi arbejdede med udfordringerne på FGU, og så var jeg eventkoordinatorassistent på museet, hvor jeg arbejdede relativt praktisk med dyrene, gæsterne, museet og evaluering. Det var den perfekte kombination for mig. Jeg fik så mange gode erfaringer og kompetencer der, at det halve nærmest kunne være nok.

Jeg fik overtalt mig selv til at starte på et HF-forløb. Jeg ville bare gerne finde ud af, om jeg havde nogen faglige interesser tilbage, eller om jeg stadig var skoletræt. Så havnede jeg på HF VUC, hvor de har en super god tilgang, fokus på trivsel, begrænset lektiemængde, de gjorde et rigtig godt stykke arbejde.

Jeg er blevet ved med at lave debatindlæg og engagere mig på andre måder, da det giver mig noget at prøve at sætte ord på mine holdninger og måder at se ting på. Så forstår jeg også mig selv og den vej, jeg skal gå, lidt bedre.

---

## Kampen for det bedste udgangspunkt

Jeg har aldrig været i tvivl om, at jeg skulle på STX efter grundskolen, men jeg faldt ikke til på det gymnasium, jeg begyndte på, så jeg har gået på 3 forskellige. Jeg er typen... jeg skal prøve ting, før jeg finder ud af, om det er noget for mig. Det har fyldt rigtig, rigtig meget for mig. Det med ikke at kunne finde rundt i, hvad det egentlig er, jeg gerne vil.

“ Der er ikke plads til at finde ud af, at man har valgt forkert og er nødt til at starte forfra.

Jeg var heldig med, at det alligevel kun tog 3 år at gennemføre gymnasiet, så jeg ikke spildte tiden. Jeg tror, mange er bange for spildtid. Det kunne jeg også selv mærke. Det var vigtigt for mig at komme gennem gymnasiet på 3 år, selvom jeg skiftede retning og var meget i tvivl undervejs. Der er ikke plads til at finde ud af, at man har valgt forkert og er nødt til at starte forfra. Det kan jeg godt mærke. Jeg kan godt mærke et pres nogle gange.

Jeg har altid haft virkelig høje forventninger til mig selv. Jeg har altid prøvet at kæmpe mig op på og få de bedste karakterer, jeg kan få, så jeg kan få de bedste muligheder for mig selv. Det kan godt være overvældende nogle gange at have det sådan. Ikke mindst nu, hvor jeg går på et virkelig konkurrencepræget studie.

Folk er virkelig dygtige, og der er kamp om de gode karakterer. Der er pres fra alle sider, og jeg har også selv fået det sådan, at jeg også skal komme ud med topkarakterer, så jeg kan få det bedste job i fremtiden. Hvis man er den bedste,



så har man også flest muligheder.

Jeg ved ikke, hvad fremtiden skal bringe. Det tager vi til den tid. Jeg er kun på andet semester, så der er længe til, at jeg skal finde ud af, hvad jeg vil. Og heldigvis er de supersøde, dem, jeg læser sammen med.



## **Fra lille skole til stort gymnasium**

Jeg gik på en lille privatskole med små klasser, og hvor alle kendte alle. Lærerne var lidt ligesom forældre, og vi elever lignede hinanden. Det kunne godt være lidt udfordrende, da vi blev teenagere, men der var flere fordele end ulemper. Der var kun én klasse pr. årgang, og klasserne var små, så lærerne virkelig kunne tage hånd om hver enkelt elev.

Jeg begyndte på et kæmpe, kæmpe gymnasium. Det var en meget stor forskel i forhold til, hvad jeg var vant til, og det var en udfordring at skulle tilpasse sig til det. Derfor stoppede jeg og gik i en anden retning. Men det var heller ikke mig, og så endte jeg med at tage en 2-årig STX, så jeg ikke spildte et år.

Jeg var i tvivl undervejs om, hvad jeg ville. Jeg var inde på uddannelsesguiden, og så kiggede jeg bare på de forskellige uddannelser, og der var intet, der sagde mig noget. Og så sagde jura mig bare lidt, men jeg var meget bange for, at jura var sådan et fag, hvor at man var meget begrænset og kun kunne blive advokat. Hvem siger, at jeg gerne vil være advokat om 3 år? Men så fandt jeg ud af, at det var meget bredt, og det åbnede en masse forskellige døre. Der er brug for jurister over det hele.

---

## **Man har ikke nok tid til at vælge**

Skole var fint. Jeg kunne godt lide det, og undervisningen var stille og rolig - lærerne var også gode. Så kom jeg til 9. klasse og var igennem det og eksaminer. Så tog jeg en optagelsesprøve og kom på gymnasiet. Så havde vi et grundforløb, men jeg vidste ikke, hvad jeg skulle være på det tidspunkt. Jeg havde en tanke, men var ikke 100 %. Jeg skulle bare igennem. Så gik der et år. Og efter 2. g tænkte jeg, at jeg skulle være IT-ingeniør. Og den her linje, jeg har valgt på gymnasiet, har ikke noget med IT-ingeniør at gøre. Så nu er jeg bare i gang med den her uddannelse, og så må jeg bare få den overstået og supplere fag bagefter.

Det er svært at vælge linje. Man ved ikke, hvad man skal være. Jeg tænkte, at gymnasiet bare var den mest basic vej. Men der er ikke noget galt med at tage tømrer, det kunne jeg sikkert have taget, hvis jeg havde tænkt over det fra starten af. Man har ikke så lang tid til at træffe et valg. Man går direkte ud af 9. til gymnasiet. Har 3 måneders grundforløb, og skal vælge ny linje igen der. Du har ikke nok tid.

Og hvis man holder et sabbatår, skal man huske, hvad man har lært - og så når man kommer tilbage til skolen, har man glemt det, man har lært tidligere. Så du er ikke klar til det, du er i gang med at opbygge.

## **Jeg var der 3 måneder, så droppede jeg ud**

Jeg startede med at gå på én skole fra 0. til 7. klasse. Men jeg gik ud, fordi jeg syntes, der var for meget larm i klassen... Jeg tror bare ikke, at lærerne kunne styre os. De havde ikke ressourcerne til dem, der var på skolen. De skulle måske være sendt på en specialskole... Så jeg skiftede skole. Der var stadig meget larm, selvom det var mindre. Men efter, så gik jeg i 10. klasse, og så var det et af de bedste år i mit liv.



Jeg skulle måske have opsøgt nogen.

De første 2 måneder lavede jeg rent faktisk noget arbejde i timerne og viste noget engagement over for lærerne. Så da jeg stoppede, vidste de godt, hvad jeg kunne.

Min matematiklærer kunne godt se, at jeg ikke rigtig havde behov for at lave det, de lavede i timerne. Jeg kunne det ligesom godt. Så stoppede jeg bare med at lave lektier... Altså, jeg ved ikke lige hvorfor. Jeg tror, jeg var lidt ligeglad. Selvfølgelig arbejdede jeg så i de fag, hvor jeg ikke var specielt god, ikke... Det blev man jo nødt til.

Jeg ville gerne på HTX og blive ingeniør. Men det droppede jeg hurtigt... Jeg kunne bare ikke lide hverken klassen, lærerne eller tingene, man skulle lave i skolen... Jeg ville gerne have gået med mine venner på STX, men min mor fik mig til at tage HTX i stedet.

Jeg var jo god naturfagligt, så HTX var måske et sted, jeg hørte lidt mere til. Det fandt jeg jo så meget hurtigt ud af, at det gjorde jeg ikke... Jeg tror max, jeg var der i 3 måneder... Og, jamen så startede jeg på at arbejde i nogle boder og noget lagerarbejde. Jeg prøvede også en elektrikeruddannelse. Men igen var det bare ikke mig. Det blev hurtigt kedeligt.

Jeg tror, jeg stoppede efter et par måneder. Og ja, så arbejdede jeg lidt videre.

Jeg kunne bare ikke rigtig koncentrere mig overhovedet. Jeg kunne ikke huske de ting, vi lavede. Eller hvordan man gik ind på de der forskellige ting i Microsoft med Word og sådan noget. Jeg var ikke så god til at navigere i det... og så var det ikke så nemt at lave lektier og sådan noget. Altså, måske skulle jeg have været til lægen, ikke? Altså, se om det er hukommelsesproblemer eller sådan noget. Det var noget, jeg manglede, eller... Jeg skulle måske have opøgt nogen. Jeg ved det ikke.

---

## **Jeg har opbrugt mine 3 EUD-klip**

Jeg har opbrugt mine 3 EUD-klip på grundforløb, som jeg ikke gennemførte. I dag går jeg på FGU for at finde ud af, hvad jeg gerne vil. Jeg ved, at jeg skal noget med mine hænder og ikke noget bogligt.

Jeg har gået på mange forskellige EUD-grundforløb. Det første grundforløb gennemførte jeg. Det var dog ikke var den vej, som jeg ville gå. Jeg startede så på et andet grundforløb. Selvom jeg gennemførte det, kunne jeg ikke komme videre. Jeg var for ung. De ville gerne have, at man har mange års livserfaring, og jeg var kun 17 år.

Jeg fandt ud af, at jeg gerne vil være kok. Jeg startede derfor på gastronom-uddannelsen, men stoppede, fordi jeg kørte galt. Mit liv gik i stå, og min drøm blev ødelagt. Efter ulykken var jeg i chok. Jeg trak mig tilbage og var hjemme i 1 ½ års tid. Kok er stadig min drøm, men presset er for stort, og det kan jeg ikke klare længere. Jeg valgte så at starte på konditor-uddannelsen, da det minder om kok. Men jeg stoppede. Jeg kunne mærke, at det var en fritidsinteresse, som jeg ikke kunne komme videre med.

På FGU har jeg muligheden for at finde ud af, hvad jeg gerne vil. Jeg er kommet

godt ind på skolen og snakker godt med alle. For at man kan gå på EUD igen, når ens klip er opbrugt, skal man først have fundet en læreplads.

---

## **Jeg har altid vidst, hvad jeg skal være**

Jeg har altid vidst, hvad jeg skal være. Jeg skal være VVS'er. Og jeg skal være økonomisk uafhængig, når jeg er 25! På et tidspunkt var der en masse ballade her i byen, og så tænkte mig og min mor, at det var bedst, jeg kom væk. Så vi flyttede til en anden by. Hvad var jeg? 10-12 år gammel, det er også lige meget.

Så flyttede vi herover og jeg gik oppe på skolen. Der gik jeg et par år, og det var helt fint. Der var også nogle lærere, jeg ikke kunne så godt med, men det gik fint, og jeg fik okay karakterer.

Og så gik jeg ud af 9. kl. med okay karakterer, vil jeg sige, i forhold til, at jeg næsten ikke har gået i skole. Så startede jeg på EUC, teknisk skole, og gik der lidt. Det gik fint, og jeg kunne godt lide at være der, men en dag kom min lærer og sagde: "Det går sgu' ikke det her. Din matematik er sgu for lav". Jeg kunne simpelthen ikke komme videre på grundforløb 2, fordi mit matematiksnit var for lavt, så jeg ville dumpe uanset hvad, og så tænkte jeg, at der var ikke nogen grund til at gå til eksamen så. Jeg blev kort sagt smidt ud, og det var 14 dage inden eksamen. Jeg tror også godt selv, jeg ville kunne det, men det fik jeg sgu ikke lov til, så tænkte jeg: Fuck det.

“ En dag kom min lærer og sagde: "Det går sgu' ikke det her".

Der gik en uge måske. Kort tid efter, så var det min lærer, der mente, at det var en god idé, at jeg tog en FGU. Der går jeg nu.

Det kan godt kan være lidt for meget som en børnehaveklasse, hvis man kan sige det sådan, hvor det er, vi sidder og spiller meget kort og spiller spil og sidder og ser film. Og det kan godt irritere mig.

---

## **Vi bliver nogle gange overhørt**

Jeg synes, at lærerne på FGU nogle gange godt kan overhøre nogle af eleverne oppe på skolen. Og det er jo ikke supergodt gjort. Fordi der har været nogle problemer deroppe, som jeg har været meget åben om, men jeg synes ikke rigtig, at de har gjort noget. Og det er tydeligt, at de her problemer har gået ud over lærerne og undervisningen. Meget tydeligt faktisk. At der ikke bliver gjort noget ved det, for det er svært at gøre noget ved det, når de ikke kan fjerne eleven. Så det er lidt svært. Og det er jo nok, fordi der er for meget forståelse.

---

## **Man kan jo ikke være et 12-tal i alle fag**

Det sværeste ved at gå fra folkeskole til gymnasiet har været karakterpresset. Det fylder virkelig meget, også bare mellem venner og veninder. Jeg føler ikke, at man skal snakke om karakter, fordi det ikke definerer os som person. Jeg har bare lært, at man ikke skal snakke om det. Vi skal ikke gøre det værre for hinanden. Jeg har min kusine og min søster, som jeg snakker med og deler mine frustrationer, men med venner og andre deler jeg ikke karakterer, fordi jeg ikke vil være en del af det der karakterræs. Jeg har min kusine og min søster som jeg snakker med og deler mine frustrationer, men med venner og andre deler jeg ikke karakterer, fordi jeg ikke vil være en del af det der karakterræs.

Dét, at der er krav til bestemte karakterer på uddannelser, gør karakterræset værre.

Jeg bliver stadig presset over karakterer i dag. Jeg bliver bange og tænker altid på det værste; på mine forældres syn på mig og mine læreres syn på mig. Jeg føler, at lærerne lægger et pres på os som elever og har meget fokus på karaktererne. Så jeg føler, at man selv må lære ikke at tage karakterer så tungt. Jeg er bare hård ved mig selv. Men man kan jo ikke være et 12-tal i alle fag. Jeg tror, at før i tiden var jeg tilfreds med et 7-tal og over, men i tiden under corona havde jeg det rigtigt hårdt og kunne ikke sove om natten, hvilket har fået mig til at indse, at det vigtigste er mig selv.

Så nu tænker jeg, at jeg selvfølgelig skal bestå, men at et 4-tal eller over, er okay. Men jeg bestræber mig selvfølgelig altid på 12.



### **Det er jo bare et tal, men...**

Den første sammenligning, jeg oplevede, var karaktererne i skolen. Det var den første sammenligningskultur. Det ved jeg ikke, om man kan kalde det. Men det første var, at vi går rundt og sammenligner os virkelig meget med hinanden. Så vi er sådan: "Hvad fik du så? Ej, det var da ikke så godt. Ej, hvor er du god." Og så sidder man der selv med sit eget. Så det tror jeg faktisk var første gang. Det er de der karakterer, man får et tal på, hvor dygtig man er til forskellige ting. Det har virkelig også ødelagt meget. Så sidder man der og fik næsten den laveste karakter, og så går man ud og tænker. Det kan virkelig ødelægge én sådan mentalt, fordi man gør det til noget meget mere, end det er. Altså, fordi det er jo bare et tal for en eller anden fremlæggelse, du laver, men man gør det til meget mere, end det er faktisk.

“ Det er de der karakterer, man får et tal på, hvor dygtig man er til forskellige ting. Det har virkelig også ødelagt meget.

Der er faktisk både pres på, hvis man får lave karakterer, og hvis man får de allerhøjeste karakterer. Fordi der er sygt meget pres på dem begge to. Fordi så er der pres på, at du skal få meget bedre karakterer, end det du får lige nu. Men når man får de gode karakterer, så skal du også bare blive der. Og du kan ikke komme under det tal, fordi så er du bare ikke god nok længere. Så er du blevet værre. Ja. Og så er det ligesom ikke godt nok længere, fordi så er du kommet under det tal.

---

## Karaktererne blev læst op

I folkeskolen havde vi ret tit test, digitaltest og sådan noget. Også bare præsentationerne. Og så plejede lærerne at sige karaktererne frem foran hele klassen. Og så efter digitaltestene, så var lærerne sådan: "Hvad fik I alle sammen?" Og så gik der en runde, hvor alle skulle fortælle deres karakterer. Og så var det meget sådan, at dem med 12-taller. "Åh, okay, haha, har du fået det igen, så klarer du dig jo perfekt. Så næste gang igen også". Hvis man så fik et lavere tal næste gang, så kunne man godt føle sig lidt som om, at folk kiggede på en. Man kunne godt føle sig lidt paranoid: "Nå, fik hun det?"



## **Man bliver stemplet tidligt; vil lærerne bruge tid på én?**

Jeg kan huske en i min parallelklasse, som dumpede sin danskeksamen i 9. klasse. Og det var jo sådan lidt, så kan man jo ikke rigtig komme ind på noget som helst. Han ville gerne have været på noget, hvor han egentlig bare skulle bestå sin matematik og dansk. Men der var ingen af lærerne, som sådan rigtig råbte op. Altså, man kunne godt fornemme, at man bliver stemplet tidligt med, om man er en, som lærerne gider at bruge tid på. Det føler jeg lidt.

---

## **En dag rakte jeg hånden op og talte**

Der var nogle bump på vejen, da jeg startede på gymnasiet, for niveauet er højere her. I starten med corona påvirkede det mig meget at være hjemsendt og ikke kende lærerne. Jeg havde det hårdt, fordi jeg gerne ville præstere og give lærerne et godt indtryk, men hvordan gør man det gennem en skærm?

I folkeskolen rakte jeg meget hånden op, men i starten af gymnasiet begyndte jeg at holde tilbage, selvom jeg kendte svaret. Men en dag rakte jeg hånden op og talte, og bagefter kom læreren hen til mig og sagde, at hun godt kunne se, at jeg kunne svaret og bare skulle række hånden op igen. Så nu snakker jeg bare og rækker hånden op, når jeg kan, men det hjalp virkelig meget at få den støtte af læreren.

Jeg tror, jeg ikke rakte hånden op i starten af gymnasiet, fordi jeg var i en ny klasse og havde nye lærere og ikke vidste hvilket syn, de ville have på mig som den eneste af anden etnisk baggrund.

---

## **Det bedste valg er det, man vælger**

Det var svært at give mig tid. Jeg følte virkelig, at jeg var en taber, at jeg hele tiden skulle argumentere imod en idé om, at jeg havde truffet et ufornuftigt eller dårligt valg. Alle var i gang med uddannelse. Men jeg havde troen på, at min livskvalitet ville blive meget større, hvis jeg tog valg ud fra det, jeg følte motiverede mig, og som gav mig noget personligt.

Jeg har prøvet at snakke med andre om deres oplevelser og uddannelsesmæssige erfaringer. Er der i virkeligheden noget, der hedder det rigtige valg? Jeg har altid haft en idé om, at der var et valg, der var bedre for mig end andre, men jeg er kommet frem til, at der er mange valg, der kan være gode for en. Det bedste valg er det, man vælger, fordi man giver den valgte ting mere værdi.

Jeg har heldigvis haft en rigtig god familie og en god ven, der har kunnet støtte mig og underbygge min filosofi om, hvad der ville være bedst for mig.

Min ven og jeg inspirerede hinanden. Der har også været op og nedture, og det med ikke at have en plan. Der skulle have været en form for konsensus om, at det er okay at tage sig tid, at den bedste vej ikke nødvendigvis er den lige vej - og en større informationsdeling om, at der ikke er særlig mange unge, der ved, hvad de vil. Man tror at alle andre ved mere, end de gør, at de kan mere, end de kan, og har en bedre plan end de har.

Når jeg kigger ud på verden, ser jeg en masse mennesker, der ved, hvad de vil og er på vej et sted hen, så hvis billedet på en eller anden måde blev ændret, kunne det være, at jeg ville have det meget bedre med at gøre tingene, som jeg har gjort det.

---

## **Det var et godt råd, hun gav mig**

Jeg bestod min 10 klasse. Jeg kunne komme ind på to ungdomsuddannelser og tænkte, at jeg bare kunne starte på en af dem.

Men min lærer anbefalede mig, at jeg skulle prøve at gå på FGU grundet mine problemer, og for at jeg måske kunne blive bedre socialt og blive mere, som jeg var engang.

Jeg manglede det sociale for at komme ind på uddannelse. Jeg var sammen med mennesker i frikvarterne, men ikke i timerne. Jeg føler, at jeg lidt spilder tiden, fordi jeg godt kunne starte ungdomsuddannelse, men jeg synes alligevel, at det var en rigtig god beslutning at starte på FGU.

FGU gør én klar til at komme på ungdomsuddannelse, og det forbereder én, og tempoet er også lidt lavere. Det er det også nødt til at være, fordi man er på FGU af en grund.

Det var et godt råd, hun gav mig, og jeg har fået mange gode venner på FGU. De gode venner gør, at jeg bliver bedre til det hele.

---

## **Alt det, man skal leve op til**

Jeg tror også, det kommer meget af, at alle mine kusiner har bare været sådan nogle, der er været direkte igennem skole og gymnasie og så direkte videre til

universitet. Og så har jeg også en kusine, som lige er ved at være færdig med at studere til sygeplejerske. Og så er hun sådan, hun vil gerne fortsætte i tre år mere på universitetet, fordi hun egentlig bare godt kan lide at studere.

Og så er man jo, wow. Det skal jeg leve op til. Det kan jeg bare slet ikke, fordi jeg ikke engang kan komme igennem en helt normal gymnasieuddannelse. Jeg ved det ikke helt. Når jeg tænker på fremtiden, så bliver jeg helt overvældet. Jeg skal tage alle de her valg, og så ryger man helt i en spiral.

---

## **Os, der ikke har så mange problemer, bliver sat til side på FGU**

Den måde, lærerne håndterer problemerne, altså håndterer elever med mange problemer, i forhold til den måde, de håndterer os, der ikke har særlig mange problemer. De glemmer os, og vi bliver bare sat til side. Vi får bare lov til at ligge der og bare dampe af. Dem med diagnoser, de bruger meget energi på dem. Og det er også super, men jeg har det ikke supergodt nede på skolen, fordi der er en person dernede, som kræver måske lidt for meget energi for lærerne. De er i gang med at finde nogle løsninger, men jeg har sagt til dem flere gange: "Det her, det kan jeg ikke, det vil gå galt".

Jeg er normalt meget stille og rolig, men jeg får indre aggressioner. Nogle gange går jeg fra skole meget sur. Jeg gik fra skoledagen i mandags, hvor jeg bare gik, fordi jeg blev simpelthen for sur. Jeg gik bare i aggression, og det har aldrig sket før.

Når jeg kommer til lærerne, takker de mig for at stå frem og sige til dem, at det vil gå galt. Og det er sådan, det ender. Fordi de har ikke... Hvordan skal jeg forklare det? De kan ikke hjælpe hende supermeget. De kan ikke hjælpe hende nok. Fordi skolen er nok ikke beregnet til det. Det er fint nok, at der er så mange

forskellige, men jeg tror, at lige den type hjælp er skolen nok ikke supermeget beregnet til.

Jeg havde hørt, at FGU er et godt sted for os, der ikke lige ved, hvad vi skal. Men jeg blev overrasket over, hvor mange mennesker, som havde problemer. Jeg fik måske lidt et kulturchok. Sådan... Jeg vidste ikke lige, hvad det var, jeg havde sagt ja til. Men helt klart, folk kan have problemer, men jeg synes også, man kan godt have for mange problemer til at gå der.

FGU, det er et rigtig, rigtig godt sted at gå, hvis du har lig i bagagen. Hvis du har brug for at komme på rette spor. Men skolens ressourcer er ikke store nok til at kunne tage imod alles problemer på én gang.



## **Lærerne bakkede ikke op om det, jeg ville**

Det eneste, der var fokus på fra lærernes side, var karakterer. De syntes, at vi skulle forberede os til gymnasiet, og at erhvervsskolen var for tabere - ikke sådan nogle som os. Jeg begyndte at miste tiltroen til lærernes beslutninger.

Jeg havde svært ved at have tillid til, at de vidste, hvad der var bedst for mig. De lagde ikke mærke til, at jeg ikke trivedes, for jeg er ikke typen, der viser, at jeg har det dårligt, jeg vender det indad.

I 8. klasse flyttede jeg til en Rudolf Steiner skole, som var superkreativ, uden karakterer og en anden måde at lære på end den folkeskole, jeg havde været på. Der følte jeg, at der var plads til at være sig selv og skabe sin egen vej. Men da jeg kom op i 10. klasse, var det som om steinerfilosofien clashede med de krav, som staten har til, hvor meget man skal lære på det niveau. På den ene side har man en idé om, at man skal kunne gå i dybden med opgaverne, men på den anden side skal man nå igennem ekstra mange opgaver på kort tid. Det skabte en utrolig stresset atmosfære, der gjorde, at man følte, at man ikke

gjorde det godt nok. Man måtte altid gå på kompromis. Jeg trivedes ikke med det, og jeg tror også, det var et generelt problem for skolen, frafaldet i de store klasser var stort.

Jeg sagde til min lærer, at jeg gerne ville gå på produktionsskolen, fordi jeg syntes, det virkede spændende – jeg ville ikke indrømme, at jeg ikke syntes, at undervisningen fungerede.

“ Jeg havde svært ved at have tillid til, at de vidste, hvad der var bedst for mig.

For jeg kunne godt lide dem, og jeg synes, de prøvede at gøre deres bedste. Lærerne ringede til mine forældre, fordi de ikke kunne forstå, hvorfor jeg ville det.

Både i folkeskolen og Rudolf Steiner havde lærerne svært ved at bakke op om de valg, jeg tog, og det gjorde ikke noget godt for mit syn på uddannelse. Jeg var i virkeligheden nok lidt skoletræt og havde mistet troen på, at jeg kunne få noget ud af en boglig uddannelse, og at jeg skulle prøve at lave noget mere praktisk og relevant i dagligdagen.

---

## **Den største udfordring har været, at man får at vide, man ikke er god nok**

Jeg ville gerne ind på gymnasiet, men min studievejleder mente, at jeg ikke var fagligt god nok til at komme ind – bl.a. fordi hun ikke troede på, at jeg ville kunne bestå min matematikeksamen. Hun sagde, at jeg var nødt til at bestå den eksamen for at kunne komme ind. Så hun demotiverede mig på en eller anden måde. Jeg tænkte godt, jeg kunne komme på gymnasiet, men det

tænkte hun ikke, så hun anbefalede, at jeg skulle komme ind på en erhvervsuddannelse.

“ Jeg tager mine egne valg nu. Om det så er en uddannelse, eller hvad det er – mine valg frem for andres.

Jeg har altid tænkt, om jeg overhovedet kunne tage en uddannelse, for når man får de her ting at vide, så tænker man, kan man overhovedet?

Er det overhovedet noget for mig, skal jeg bare arbejde resten af livet, eller hvad skal man gøre?

Jeg har fået at vide af rigtig mange, at jeg har gode pædagogiske kompetencer. Så min søster hjalp med at melde mig ind på VUC, hvor jeg så går nu i dag. Og det er faktisk gået meget godt. Jeg er i gang med at supplere fag for at kunne komme ind på pædagogseminariet.

Nu er jeg mere motiveret og selvsikker, jeg er meget mere selvsikker. Jeg tager mine egne valg nu. Om det så er en uddannelse, eller hvad det er – mine valg frem for andres.



## **God vejledning**

I 8.-9. klasse, da vi skulle til at vælge studieretning, havde vi faktisk frit slag. Vi havde en studievejleder, der kom ned og forklarede os det hele, og der var faktisk ikke noget pres. Det var bare sådan "Hvad har du lyst til?" "Hvad vil du gerne?"

Jeg ville gerne i en retning, hvor jeg skulle have matematik, fysik og kemi på A-niveau, fordi jeg elskede de fag. Min vejleder rådgav mig til at begynde på B-

niveau i stedet, så jeg ikke knækkede halsen. Og så kunne jeg altid opgradere til A-niveau. For A-niveau var ret svært, sagde han. Det viste sig at være en rigtig god ide og hjalp mig faktisk meget. Det var rigtig god vejledning.

---

### **De sagde, at jeg ikke var uddannelsesparat**

Da jeg sluttede 9. klasse, sagde de, at jeg ikke var uddannelsesparat, selvom jeg havde et snit på lige omkring 7... Man tager til sådan en samtale med en lærer... så siger de, at du har fået det og det i snit, men du er desværre ikke uddannelsesparat. Altså, det var jo lidt frustrerende, at du havde arbejdet i 10 år, og så kan du ikke rigtig bruge det til noget på grund af en lille ting som dit snit... Jeg tror også nogle af de lærere, der bestemte det, ikke så godt kunne lide mig... Jeg var måske lidt en ballademager i nogle af timerne. Jeg gad ikke rydde op efter noget rod, andre havde lavet. Det gad jeg altså ikke. Og så lavede jeg ikke mine lektier så tit. Jeg gad ikke lave lektier i de fag, jeg ikke kunne lide... og faktisk heller ikke i de fag, jeg godt kunne lide og var god til.

---

### **Du dur ikke til andet end erhvervsuddannelse**

Alle siger til hinanden, at erhverv, det er for dumme mennesker. Det er ALLE folkeskoleelevers opfattelse. Sidste udvej, det er erhverv. Jeg tror, at det er fordi, man kigger på, at jo højere snit du skal have for at komme ind, jo klogere er mennesker. Erhvervsuddannelserne bliver også talt ned af lærerne.

Altså, hvis du får gode karakterer i folkeskolen, så synes lærerne, at det er synd, hvis du tager en erhvervsuddannelse. De siger: "Brug dine evner". Jamen, hvad



nu hvis jeg gerne vil lave noget med det her? Det synes de er åndssvagt.

Det gør bare, at der er nogen, der ikke søger ind på uddannelserne. Og alle dem, der søger ind på gymnasiet, de ender ligesom mig selv med at tænke "hvorfor er jeg her?" Ligesom mig selv. Og det er åndssvagt, for så ender man med at blive *rigtig* skoletræt til sidst. Det er bare en ond spiral. Det bringer ikke noget godt med sig overhovedet. Og vi har brug for håndværkere og ikke flere akademikere, eller jo, men kun til et vist punkt, ikke?

---

### **Man er lavere nede**

De oplærer én til at kunne gå på de her gymnasiale uddannelser og ikke rigtig noget andet. Jeg tror, uddannelsen skal være så lang som overhovedet muligt. Altså, det længste, du ved, og så den højeste. Og så er der nogen, der bare godt vil stoppe som tømrer. Men man kan uddanne sig videre til noget mere... Men der er jo nogen, der ikke har lyst til det.

Jeg tror også, at det med erhvervsuddannelser, fx hvis man skal være rengøringsassistent eller være kok, der arbejder i et køkken. Så tror jeg, der er en mentalitet med, at *du* arbejder for *mig* på en eller anden måde. Når de kigger på dem, der skal rengøre dit hus, så er det for *mig*, du gør det her for. Jeg betaler dig for det. Så det er sådan et system, hvor man er lavere nede?

---

### **"Du er ikke uddannelsesparat"**

Jeg havde et rigtig godt snit, da jeg gik ud, men jeg var stadig ikke uddannelsesparat, fordi jeg ikke kunne finde ud af at opføre mig ordentligt i

skolen...

Men jeg følte, det var rigtig uretfærdigt. Det var sådan et stempel, de elever, som lærerne ikke kunne lide, fik.

Fordi alle de elever, der egentligt var kloge nok, men som lærerne ikke kunne lide, de fik *alle sammen* at vide: "Du er ikke uddannelsesparat". Mens alle de der stille mennesker, der ikke er så kloge, de blev erklæret uddannelsesparate, selvom de havde et meget lavere snit. Men de var stille i timerne, så derfor fik de lov. Lærerne brugte det over for os, det kunne man tydeligt se.



## **Den eneste udvej er ikke, hvad de siger**

I folkeskolen har man en uddannelsesvejleder, der bare forklarer generelt. Jeg har oplevet, at STX bliver promoveret virkelig meget, og at du kan alt med en STX.

I vores folkeskole blev især Teknisk Skole promoveret og talt meget om. Jeg var på en udsat skole, og folk snakkede meget om, at man får så meget i SU på Teknisk Skole. Så er der også HF og IB (International Baccalaureate, red.), men dem taler man ikke så meget om.

HF, som er det, jeg har valgt, siger de, at man kun kan læse til mellemlange uddannelser. Og så henviser de til Uddannelsesguiden. De promoverer de andre uddannelser, men har ikke fokus på, at jeg kan læse fag op og gå videre til universitetet. De fokuserer kun på STX som det bedste. Og de fortæller, at gymnasiet bliver virkelig hårdt og svært og lægger pres på.

Men da jeg kom på HF, oplevede jeg, at det overhovedet ikke var hårdt, også selvom man får mange afleveringer. Gymnasie- og uddannelsesvejlederne er ikke til meget hjælp, for de fortæller kun overordnet, uden at gå ind i at du for

eksempel kan uddanne dig til sygeplejerske og så fortsætte til læge.

“ Hvis jeg havde fået bedre vejledning, kunne jeg godt have taget videre på SOSU-skolen, da jeg gerne vil arbejde med mennesker og sundhed.

Den eneste udvej er ikke, hvad de siger. Da jeg var til brobygning, stod der kun mellemgående uddannelser som muligheder efter HF. Folk siger, at STX åbner mange døre, men der er også mange, som ikke får det snit, de gerne vil have.

Der kan være mange veje til det, man gerne vil i fremtiden. Da jeg var til brobygning, var det også kun STX og Teknisk Skole, som var promoveret, ligesom med vejlederne.

Jeg har udelukkende selv søgt på uddannelser og har været nødt til selvstændigt at finde frem til, hvilken uddannelse jeg gerne ville på. Jeg har også talt med forskellige folk, jeg møder, og så efterfølgende søgt på dem.

Hvis jeg havde fået bedre vejledning, kunne jeg godt have taget videre på SOSU-skolen, da jeg gerne vil arbejde med mennesker og sundhed. Jeg kunne godt have ønsket, at man fik bedre vejledning i forhold til andre uddannelser end STX, for man får ikke vejledning til andre muligheder.

---

## **Erhvervsuddannelser tales ned**

I min folkeskole oplevede jeg, at lærerne og UU-vejlederne opretholdt et klart hierarki mellem uddannelserne. Der var de gymnasiale uddannelser, og så langt derefter kom erhvervsskolerne. Den fortælling holdt mange forældre også fast i, og det var ærgerligt, at der var den holdning, synes jeg. De gymnasiale

uddannelser førte til penge og prestige, fik vi fortalt.

“ Ensidig vejledning med fokus på det boglige og gymnasiale sender mange ind i en blindgyde, tror jeg.

Samtlige elever i min folkeskoleklasse tog i gymnasiet efter 9. klasse, men jeg tænker, det er urealistisk, at det var den bedste løsning for alle.

Jeg klarede mig godt i skolen, og lærerne og vejlederen sagde, at jeg burde gå gymnasievejen. Så jeg fulgte rådene og startede i 1.G ligesom alle mine klassekammerater. Men gymnasiet var ikke lige mig, så jeg droppede ud og tog i stedet på en gratis gymnasial uddannelse i udlandet.

Det er superærgeligt, at man ikke bliver præsenteret for de alternative muligheder – der er ikke ret mange, der kender til dem. Ensidig vejledning med fokus på det boglige og gymnasiale sender mange ind i en blindgyde, tror jeg.

---

## **Vejlederen gav nogle øjenåbnere**

Jeg havde en god overgang til gymnasiet, og vejlederen var supergod. Jeg føler ikke, at der var favorisering af uddannelser, og vejlederen gav nogle øjenåbnere til, hvilke muligheder der var. Han kom ned et par gange og havde forskellige fokus. Han snakkede bare om de forskellige muligheder og havde PowerPoints med, som viste, hvad man kunne.

Jeg har altid vidst, at jeg gerne ville på gymnasiet, men jeg var usikker på linjen. Så var jeg på brobygning og fandt ret hurtigt ud af, hvad der var noget for mig.

På gymnasiet har jeg kun været ved vejlederen én gang. Men jeg synes, at hun var god.

Sidst, da vejlederne kom forbi, sagde de også, at de var åbne for samtaler om alt fra uddannelser til kærestesorger.

---

## Ensporet vejledning

Jeg har altid godt kunnet lide at lave mad. Men jeg har aldrig tænkt på det som en fuldtidsbeskæftigelse, for de fleste kan vel godt lide at lave mad? I 9. klasse, da jeg skulle til vejledning hos min UU-vejleder, landede snakken hurtigt på madlavning, og han vejledte mig til at starte på kokkeskolen. Jeg fulgte hans råd, men jeg følte aldrig rigtig, at han spurgte ind til, hvad jeg ville i mit liv.

“ Jeg ville ønske, at den UU-vejleder havde spurgt mig om, hvilket liv jeg drømte om, og ikke bare hvad en af mine interesser var.

Da jeg havde været på kokkeuddannelsen i et halvt år, droppede jeg ud. Jeg fandt ud af, at arbejdet som kok ikke passede med mine drømme om en familie og et hjem. Og jeg fandt ud af, at man godt kan droppe ud og starte på noget andet. Jeg ville ønske, at den UU-vejleder havde spurgt mig om, hvilket liv jeg drømte om, og ikke bare hvad en af mine interesser var.

Nu går jeg på FGU og forbereder mig på at skulle starte på HF til sommer. Efter huen er kommet på, vil jeg uddanne mig som pædagog. Det job passer perfekt ind i både mine interesser og mine fremtidige drømme.

---

## Jeg gider ikke spille min tid

Så læste jeg om den her uddannelse, og det lød sindssygt spændende. Der ville jeg ind. Og jeg kom ind, fordi jeg havde sindssyge karakterer.

Jeg kom i gang med mit grundforløb i 2-3 måneder, og så kom der en lærer over til mig. En, der er rigtig god, som jeg rigtig godt kan lide, og som også rigtig godt kan lide mig. Han sagde til mig, at "nu, når du har chancen, så vil jeg råde dig til at stoppe uddannelsen". Da jeg spørger hvorfor, siger han: "Du er indvandrer, du kommer aldrig nogensinde til at få en læreplads her i Danmark". Der er rigtig meget racisme med de firmaer... Der er kun to her i byen, der tager lærlinge, og de tager kun 2-3 hvert år. Hvis ikke jeg får en læreplads, kommer jeg slet ikke til at lære grundlaget for min uddannelse, og jeg gider ikke flytte, selvom jeg sagtens kunne få en læreplads i udlandet. Men jeg havde ikke lyst til at starte på noget nyt i udlandet.

Jeg blev rigtig glad for, at han sagde det til mig. Han er slet ikke racist selv, han sagde det bare, så jeg ikke spildte min tid.

Så startede jeg på en anden uddannelse, og jeg synes, det var pisse let. Jeg kom igennem grunduddannelsen, og så begyndte problemerne at komme... Fordi efter du er færdig med grundforløbet, så skal du finde læreplads, og det er et helvede at finde læreplads som indvandrer. Der er rigtig mange firmaer, der siger: "Du er indvandrer, vi gider ikke have dig." Men jeg var så heldig, jeg sendte 9 ansøgninger og fik svar af 6.

“ Da jeg spørger hvorfor, siger han: "Du er indvandrer, du kommer aldrig nogensinde til at få en læreplads her i

Danmark”.

De siger jo, når du starter på uddannelsen, at det er meget let at finde en læreplads, men det er det fandme ikke. Hvis du er pæredansk, er det let. Altså, nu har jeg jo også dansk pas, så jeg siger jo ikke, at jeg er pæredansk, fordi jeg har familie, der er fra andre lande, men jeg er født og opvokset her og har altid boet i Danmark. Men de har stadig den der bagtanke i hovedet, at du er indvandrer, så du kan ikke. Og så er det fandme svært at få en læreplads. Og hvis du endelig får en læreplads, altså, jeg kender mange af mine indvandrer venner, der har læreplads, og de bliver behandlet som lort i de der firmaer.

Der er selvfølgelig nogle få, der bliver behandlet som konger, men der er rigtig mange, der bliver behandlet som lort med lorte opgaver. De siger, at det bare er lærlinge, der få lorte opgaverne, og ja ja, men det her er de ekstreme lorteopgaver.

Jeg har haft rigtig mange forhindringer under uddannelsen og haft lyst til bare at sige: ”Fuck det hele og jeg dropper ud. Jeg gider ikke mere, jeg gider slet ikke mere.”

---

## **Almindelige gymnasier, der er de pisseligeglade**

Da jeg blev færdig i 10. klasse, flyttede jeg hjemmefra og levede en vild livsstil med stoffer og sprut, men jeg tænkte, at jeg skulle noget, så jeg meldte mig ind på HTX.

Jeg kom igennem første år med 4 fraværstimer og andet år med 6 fraværstimer. Jeg var motiveret, fagene var spændende, og jeg gad det faktisk godt, så jeg havde ikke så meget fravær. Det afbræk, jeg fik i 10. klasse med skolen, hjalp mig virkelig meget.

Men så i 3.G havde jeg 500 fraværstimer. Jeg kom slet ikke, og jeg blev smidt ud. Jeg var blevet skoletræt igen.

“ Den første dag trak han eleverne ind én efter én og snakkede med dem om, hvad de egentlig ønskede for at blive på uddannelsen, og hvad han kunne gøre for, at de fik noget hjælp, hvis der var brug for det.

Fra jeg var 15 år til 22 år, havde jeg deltidsarbejde, jeg havde en kæreste, skole og et misbrug, så jeg gik ned med stress og mavesår, som gjorde, at jeg slet ikke kunne stå op om morgenen. Jeg skrev til skolen, at jeg blev syg med mavesår, så jeg fik SU i hele året, fordi jeg var sygemeldt, men skolen bad aldrig om dokumentation for det.

Efter jeg fik styr på mit mavesår, startede jeg på mureruddannelsen, men der var jeg så langt ude med stoffer, og jeg kom ind i et dårligt selskab. Jeg var der kun i kort tid, så droppede jeg ud. Jeg fuckede rundt i lang tid, og så kom jeg til en ny by og tog grundforløb 1 og 2 på murer.

Generelt på håndværkeruddannelser er der lærere, som er gode til at trække én ind, når man er startet. At hjælpe én med at få overskud, hvis man har nogen problematikker, eller rent faktisk giver sig tid til at finde ud af, hvad for nogle elever, de

har. Jeg havde en lærer. Den første dag trak han eleverne ind én efter én og snakkede med dem om, hvad de egentlig ønskede for at blive på uddannelsen, og hvad han kunne gøre for, at de fik noget hjælp, hvis der var brug for det. Altså, han ville gerne gå det ekstra skridt for at hjælpe én. Og det har jeg kun mødt på håndværkeruddannelser. Almindelige gymnasier, der er de pisseligeglade.



---

## **Min motivation steg, efter jeg skiftede skole**

Det gik ikke så godt i skolen. Det startede i 5. klasse, hvor jeg hang ud med nogle rødder, og så gik det ligesom galt, og vi ødelagde nogle ting, fordi vi kedede os. Jeg lavede ikke en skid, havde problemer med lærerne, og de var ikke så glade for mig på skolen. Jeg tror også, at lærerne så sig sure på mig, fordi jeg ikke afleverede mine ting. De kaldte mig dum og idiot, så det var ikke så fedt. Altså jeg var selv skyld i den situation, som jeg var i, men jeg blev demotiveret af det, og jeg gad ikke lave mine ting.

Jeg lavede nok ballade, fordi jeg vidste, at man havde mere snor i folkeskolen. Det er jo sådan, at de skal holde på én, så de kan ikke bare smide én ud, fordi man laver ballade.

Men på et tidspunkt blev mig og nogle andre fra min klasse sendt ud i et tilbud på skolen, fordi vi havde svært ved at lave opgaver, afleveringer og sådan. Der begyndte det faktisk at gå lidt bedre, fordi vi kun var 4, der fik hjælp af en lærer. Når man er 20+ elever i en klasse, så kan det ligesom være svært at få hjælp.

Det var mine forældre, der mente, at det var på tide, at jeg skiftede skole i 7. klasse, fordi det jo ikke gik så godt på min tidligere skole, selvom jeg var i tilbuddet.

Jeg skiftede til en skole, der havde en e-sportslinje, og allerede efter de første par måneder var jeg mere glad for at gå i skole, og mine karakterer steg. Det gav nogle frirum at have e-sport timer, fordi jeg kunne få klaret mit hoved og lave noget andet end skoleting.

Jeg tror, at skoleskiftet var med til, at min motivation steg, men jeg gad alligevel ikke skolen, så jeg vidste også, at jeg ikke skulle gå på en gymnasial uddannelse efter folkeskolen. Men jeg kom igennem 9. klasse med 5 i snit.

---

## **Jeg lå og kørte skraldebil**

Det eneste, der var lidt besværligt på uddannelsen, var at tage de 8 timer om ugen med 4 lektioner. Hvis ikke vi havde fået merit for det, så skulle vi have dansk, engelsk, matematik og fysik. Det blev vi nødt til at tage.

Jeg kom igennem det, men det er nok det sværeste ved skolen, det var at klare timerne, fordi vi havde to dage kun i klasselokalet. Jeg hører ikke til i en klasse. Jeg hører ikke til at skulle sidde stille i et lokale. Jeg er håndværker. Jeg skal være på et værksted.

Jeg var så heldig, at det var i starten af corona. Så det blev meget hurtigt til hjemmeundervisning. Der skulle vi kun møde op på Teams. Det var klokken 8.15 om morgenen og så igen klokken 15.20 om eftermiddagen. Men jeg lå meget af tiden og kørte skraldebil og arbejdede med mine venner. Den dag, jeg skrev min eksamen, sad jeg i en skraldebil og skrev den. Jeg lavede den hurtigt færdig dér, og så hoppede jeg ud og arbejdede videre.

De timer i klasselokalet skulle bare overstås. Nu er jeg så på mit hovedforløb, og der har vi ikke undervisning på den måde. Vi har 2 gange 4 timer om ugen, og så har vi undervisningen i klassen, men det er mere relevant undervisning. Det er værkstedsundervisning.

---

## **50 % fravær i 9. klasse**

I 4. eller 5. klasse skiftede jeg skole, og det var noget lort, fordi det var noget, som mine forældre havde besluttet uden at spørge mig. Jeg gad ikke skolen, så jeg fulgte aldrig med og kom aldrig til timerne. Da jeg så startede på en efterskole i 8. klasse, så kunne jeg faktisk godt lide at gå i skolen, fordi der var nogle gode lærere og kammerater, men jeg måtte ikke fortsætte der i 9. klasse. Jeg skulle derfor tilbage på min gamle skole i 9. klasse. Det var egentligt godt nok, fordi jeg selv havde bestemt, at jeg gerne ville tilbage på den skole, men jeg havde dog en del fravær.

Jeg tror, at min fraværsprocent var på 50 % eller sådan noget i 9. klasse. Jeg kunne bare ikke komme op om morgenen, og mine forældre var skilt, og min far var på arbejde, så der var heller ikke nogen til at sige, at jeg skulle stå op og komme af sted i skole.

Det var nemt bare at skippe skolen, og jo mere jeg blev væk, desto sværere blev det også at komme tilbage i skolen igen.

Lærerne gjorde faktisk heller ikke noget ved det, og det var kun enkelte gange, at de ringede, og sagde til min far, at jeg ikke var mødt op i skole, så jeg tror ikke, han vidste, hvor slemt det var. De sørgede heller ikke for at notere mit fravær, så der skete faktisk ikke noget ved, at jeg havde 50% i fravær. Og jeg kom jo også igennem 9. klasse, så det er vel også sådan lidt lige meget nu.

---

## **Jeg pjækkede hele 7. klasse**

Jeg har hoppet skoler i hele min folkeskoletid. Jeg gik cirka 3 år på hver skole. Jeg startede ud på en fra 0. til 3. klasse, hvor jeg blev mobbet hver dag, og så blev jeg flyttet over til en privatskole, hvor de ikke kunne håndtere nogen, der ikke var normale og i 6. klasse fik jeg konstateret ADHD, autisme og generelt

Aspergers syndrom. Der kunne de ikke håndtere mig. Altså, jeg blev sat i et hjørne og fik sat høretelefoner på ørene, og så lå de og hev 25.000 kr. ind på mig uden at lære mig noget. Jeg havde så en pissegod lærer på privatskolen, der kunne tage mig til side, og som hjalp mig lidt. Men de kunne ikke gøre noget som helst for mig. Jeg begyndte at få voldelige udbrud, og så valgte mine forældre at flytte mig til en normal folkeskole.

Jeg tog en beslutning, uden mine forældre vidste det. Jeg tog hjemmefra hver dag, og vidste hvornår de var taget på arbejde, og så kom jeg hjem igen. Jeg havde den bedste tid i mit liv. Jeg tog hjem, lagde mig til at sove igen, spillede PlayStation. Men jeg fik så et helt års fravær i 7. klasse, og så røg jeg på specialskole. Og jeg havde ikke lyst til at møde op eller noget som helst. Vi blev samlet op i en taxa derhjemme, og han kunne holde derude og dytte af mig, og jeg kom ikke ud. Men så fik jeg en lærer, der tog et væddemål med mig. Hun mente ikke, at jeg kunne klare at komme i skole i 14 dage. Det mente jeg jo så godt, jeg kunne, så det væddede vi om. Siden det væddemål er jeg mødt op i skole hver dag og færdiggjorde min 9. og 10. klasse.

“ Siden det væddemål, er jeg mødt op i skole hver dag og færdiggjorde min 9. og 10. klasse.

Men det var også bare det rigtige sted for mig. De sørgede for, at vi også kom afsted på ture. Hele tiden holdt de os ved hornene.

Hvert år tog vi på skiferie med skolen, og hver sommer tog vi på lejrskole, så de sørgede for også at få os væk hjemmefra, fordi ja... nu kom jeg fra et stabilt hjem, men der var mange i skolen, de havde et mindre stabilt hjem med forældre, der måske ikke havde råd til at tage på ferier og så noget. Så tog skolen os på ferie, og de holdt ved.

---

## Hvorfor tage sig sammen, når det kun er eksaminer, der betyder noget?

Jeg har gået på rigtig mange folkeskoler. Jeg startede på en skole fra 0.-2. klasse. Men det var en *rigtig* dårlig skole, så den lukkede ned. Jeg flyttede over på en anden skole og var der et år, men der var forfærdelig undervisning, så mine forældre valgte at flytte mig til en privatskole fra 4.-5. klasse. I midten af 5. klasse valgte mine forældre at flytte til udlandet. Og så flyttede jeg jo med. Jeg missede skolen i 8 måneder, så da jeg kom tilbage, var jeg jo ikke klar til at komme videre. Så jeg gik 5. klasse om. Jeg havde det helt fint med det. Men jeg valgte selv at sige til mine forældre, at jeg ikke gad at være på den privatskole mere, for den kunne jeg ikke lide. Så flyttede jeg fra sjette klasse til en anden skole, hvor jeg så færdiggjorde min folkeskole.

“ I 9. klasse kom min lærer til mig personligt og sagde: “Du er en skuffelse, og du kommer aldrig til at blive til noget”. Og det har jeg fået at vide flere gange i folkeskolen, ikke?”

Jeg har altid siden, jeg var lille, ikke kunnet lide skolen. Det er ikke fordi, jeg ikke er klog, jeg kan bare ikke lide skolen. Det er bare ikke noget for mig. Det interesserer mig ikke at sidde i skolen og lave opgaver... I hvert fald ikke på det tidspunkt, jeg gik der... Jeg har altid fået dårlige karakterer, fordi jeg ikke har taget mig sammen. I 9. klasse kom min lærer til mig personligt og sagde: “Du er en skuffelse, og du kommer aldrig til at blive til noget”. Og det har jeg fået at vide flere gange i folkeskolen, ikke?

Til terminsprøverne i 9. klasse, der fik jeg at vide, at jeg ikke var

uddannelsesparat, fordi jeg havde et snit på 1. Så lavt var det. Jeg kunne ikke engang komme ind på en erhvervsuddannelse. Men så valgte jeg at tage mig sammen til eksamen og få gode karakterer, så jeg kunne komme ind på lige den uddannelse, som jeg vil. Så jeg endte med at gå op til eksamen og få gode karakterer. Jeg endte med at få 8,9 i snit. Det er jo meget godt til eksamen. Jeg mente selv, at folkeskolen var spild af tid. Hvorfor tage sig sammen, når det kun er dine eksamener, der betyder noget, ikke?

---

## **Ikke plads til at være anderledes**

I 0.-2. klasse var jeg virkelig begejstret for at være i skole. Men i 3. klasse fik skolen

skimmelsvamp, det hele blev lukket ned, og vi blev smidt lidt rundt på forskellige skoler midlertidigt. Det blev lidt kaotisk.

Skolen valgte at bygge nogle barakker på en af fodboldbanerne, indtil de fandt ud af, hvad der skulle ske efter. Det var træls, der var ikke noget musikrum, kantine mm. Man kunne stadig være udendørs, men det var ikke det samme. Lærerne var også pressede. Det faldt også sammen med, at skolerne fik smartboards, og vi fik alle udlånt en iPad til undervisning. Alt var forandret fra den gamle skole. Det synes jeg var virkelig irriterende, for jeg kunne godt lide at være kreativ, bruge min krop og være fysisk. Det var der ikke rigtig plads til.

Jeg havde en idé om, at hvis jeg bare holdt ud, til den nye skole var færdig, ville alt blive meget bedre. Det tog 4-5 år at bygge skolen. Så kom vi over på den nye skole, det var helt anderledes. Nærmest hospitalsagtigt. Der lugtede af plastik og var klaustrofobisk. Endnu mindre plads til at være kreative og lidt anderledes.

---

## **Jeg er den eneste i verden, der har det her**

Jeg har haft et lorteliv. Sådan føler jeg det i hvert fald, fordi jeg har haft et handicap, lige siden jeg blev født. Men så fik jeg lov til at være der i en slags børnehave med nogle andre børn, der også havde det svært, så begyndte jeg hurtigt at finde ud af, at jeg var ikke den eneste. Det havde frustreret mig sådan: "Ej, jeg er den eneste i verden, der har det her." Det var jeg så ikke, så begyndte jeg så at få nogle venner der.

Så voksede vi op sammen, og så skulle vi i skole sammen - også i en sprogklasse. Der skulle jeg så være til 4. klasse, fordi det var sådan lidt... jeg ved ikke. Der var ikke noget, der hed 5. klasse, som kom jeg i almindelig skole.

Der gik det også rigtig godt i et stykke tid, indtil jeg fik en lærer, der ikke kunne fordrage mig - og hun var både min dansk-, engelsk- og tysklærer. Bare ved, at hun havde set min mor, var jeg bare sådan: "Ej, hun er sådan og sådan". Så hver gang vi skulle have hende i dansk eller i engelsk, og hvis jeg ikke fattede det, blev jeg smidt ud.

Den eneste lærer, som jeg fik, som faktisk hjalp mig igennem, var en matematiklærer, som hed Simon, og sagde sådan: "Ej, nu er det fandeme løgn. Nu stopper du fandeme". Så fandt de ud af, at jeg var ordblind, og det var først i slutningen af 6. klasse.

“ Så fandt de ud af, at jeg var ordblind, og det var først i slutningen af 6. klasse.

Det er stadig lidt svært for mig i dag at skrive, men jeg har faktisk selv kunnet lære mig mange af de der svære ord, som nogle ordblinde ikke rigtig kan. Men det er, fordi jeg bare har siddet derhjemme og øvet med mig selv og skrevet uden det skide ordblindeværktøj.

Jeg valgte FGU, fordi jeg stod og var i tvivl, om jeg skulle have et sabbatår, eller skulle jeg ikke have et sabbatår. Jeg følte ligesom, at det der danske godt kunne gøres bedre, hvorimod med matematikken var jeg bare sådan: "Ej, fuck den matematik, det kører som smurt."

FGU. Jamen, det er fedt at tage en afslapning i stedet for det der almindelig folkeskole. De der folkeskoler kan jo godt være røvsyge med de der tykke bøger, hvor FGU derimod...Det er det der med, at det er mere stille og roligt. Det er et andet niveau, og man bliver ikke udsat som i en folkeskole med: "Ej, hvor er du dum, du kan jo ikke finde ud af det der". FGU er en slags hjælpe-år, så jeg også får noget mere hjælp med min ordblindhed.



## **Jeg fandt ud af, at jeg kunne bidrage med noget**

Så fandt jeg ud af, at jeg var ordblind i 9. klasse, inden jeg skulle op til eksamen, så jeg gik ikke op. Jeg tog direkte fra folkeskolen til kokkeskolen, for det kunne man godt, og det klarede jeg faktisk meget godt.

Jeg fik 10 og 12 i det hele. Lærerne, der forstod en. Næsten alle var ordblinde eller havde ADHD eller et eller andet.

Det var lidt en drøm, fordi begge mine forældre er kokke og stadigvæk arbejder inden for faget, men det er et meget hårdt job. Både psykisk og fysisk. Men jeg fandt ud af, jeg kunne noget og kunne bidrage med noget, og der var noget, jeg faktisk var god til. Jeg var på tre forskellige lærepladser, hvor den ene var en michelin-restaurant.



Jeg blev næsten færdig, men så stoppede jeg inden, og så har jeg bare arbejdet for private, nogle selskaber og taget ud og serveret og arbejdet med det. Jeg har været udsat for nogle ting, som gjorde, at jeg har fået angst og posttraumatisk stress.

Jeg havde ikke så sød en kæreste, og det er jeg ikke lige kommet mig over. Det begyndte at gå dårligt på arbejdet, og så begyndte jeg at få præstationsangst og at hyperventilere meget. Så blev jeg nødt til at stoppe.

Efter kokkeskolen prøvede jeg faktisk at starte op på VUC for at tage 9. klasse færdig, men det fungerede bare ikke for mig. Det der med at skulle sidde så mange timer foran en skærm. Og de der nederlag er jeg ikke så god til, så går jeg lidt i baglås. Jeg ville ønske, at jeg kun kunne gå i skole eller komme på en uddannelse, der har noget med klima at gøre. Jeg vil gerne hjælpe til med alt det her klima-krise, og jeg synes ikke rigtig, at der er nogen muligheder. For hvad kan man lige blive inden for det, hvor jeg kan komme igennem det.

---

## **De behandlede os med respekt, og så er det bare sjovere at gå i skole**

Der har lige været et par skoleskift... Den ene af skolerne lukkede, og så flyttede vi jo, så ja... og så blev jeg smidt ud af den ene... Ja, det har bare været sådan lidt... jeg har måske ikke været så sød i skolen. Jeg syntes bare, alt andet end skolen var sjovere, tror jeg.

De venner, jeg fik i folkeskolen, har jeg stadig den dag i dag, men jeg kan ikke huske noget, nogen lærer nogensinde har sagt til mig. Selvfølgelig har jeg lært noget af at gå i skole, jeg er jo ikke sådan snotdum og har aldrig nogensinde lyttet efter, men... jeg husker bare ikke folkeskolen som sådan "juhu!". Jeg syntes, det var fedt, at man ikke havde ansvar for noget, det kan man da godt

savne en gang imellem, men jeg syntes ikke, det var sjovt at gå i folkeskolen.

Til gengæld synes jeg, at 10. klasse var rigtig sjovt. Men det er fordi, at der syntes jeg, at det var rigtig sjovt at være i skolen. Jeg ved ikke, om lærerne generelt var klogere, men de var ikke så negative. De lærere mødte os bare med en anden respekt, og det gjorde, at forholdet blev bedre. Og så er det bare sjovere at gå i skole. Altså, jeg begyndte ikke at lave betydeligt mere, men jeg var mere stille i timerne og sådan nogle ting.



Jeg ved ikke, om lærerne generelt var klogere, men de var ikke så negative.

Jeg tror ikke, problemet er, om du er klog eller ej, for boglige elever kan også godt rende ind i problemer. Jeg tror, at problemet er, om du har meget uro i dig, og du måske er lige mellem at skulle være i en specialklasse og ikke skulle være i en specialklasse. Så er du meget urolig, og du larmer meget i timerne, og du skal tie stille, det bliver lærerne jo også trætte af. Så det bliver bare dig hver gang.

Så hvis der måske er nogle andre, der larmer i timerne, så er det alligevel dig, der får skylden, for det er jo altid dig alligevel... Så bliver det bare sådan en ond spiral, og du bliver ham der den irriterende i klassen, og lærerne synes det, og så til sidst, så gider man heller ikke være der.

Jeg tror ikke, det er fordi, man tænker sådan: "Jeg skal være sjov, jeg skal irritere de andre og larme i timerne". Jeg tror bare, man har så meget uro indeni, du ved, har så meget energi, at man ikke kan lade være... ligesom hvis du er rigtig glad, så tænker du heller ikke så meget over, hvad du siger, du siger bare noget.

Det er den samme mængde energi, små skoledrenge har indeni, og de kan bare ikke komme ud med det, så de sidder bare og bla bla bla.

---

## **Han sagde, vi alle skulle tage en erhvervsuddannelse**

Det er ikke fordi, jeg skal sidde og tale dårligt om nogle uddannelser. Men man kunne godt mærke, at den vejleder, som vi havde fået i folkeskolen, han sagde, at han synes, vi alle skal tage erhvervsuddannelse og snakkede kun godt omkring erhvervsuddannelse.

Jeg har ikke noget imod erhvervsuddannelser på nogen måde. Men jeg synes bare, det er problematisk, at man kun sidder og argumenterer for det, og man ikke rigtig viser andre veje til andre gymnasiale uddannelse. Man kun viser dem.

Jeg synes, det giver et forkert perspektiv på, hvordan uddannelsessystemet er osv. Han viste vejene igennem, men der var ikke rigtig noget vejledning. Man havde ikke de der samtaler, face-to-face, hvor man går igennem: Det her er vejen til, hvis du vil være håndværker, og det er vejen igennem til, hvis du vil være læge. Jeg tror bare, man vil kunne undgå en masse problematik op igennem, så der ikke er så mange, der dropper ud af ungdomsuddannelsen.

Jeg havde nogle forældre, der satte sig ned og hjalp mig og kiggede på det. Det var meget heldigt. Hvis man ikke har den hjælp, så er det jo lidt problematisk.

---

## **Erhvervsuddannelse er kun, hvis du ikke kan klare det boglige**

Du begynder at få karakterer i 8. klasse, og du begynder at blive vurderet til at være uddannelsesparat. Og der kommer sådan nogle ud på skolen og fortæller

om nogle uddannelser. Der blev mest snakket om STX. Der blev mest kun snakket om de boglige uddannelser, som man kan bagefter.

Jeg vidste ikke rigtigt, at der var andet. Fordi de fortalte ikke om andet. Og de lagde det lidt op på en måde, som om, at... og det synes jeg ikke selv, men de lagde det lidt op på en måde sådan, at hvis du tager en erhvervsuddannelse, så er det fordi, at du ikke kan det boglige. Altså, at du ikke kan finde ud af det boglige.

Jeg havde et udmærket snit, så derfor var de sådan, at du kan jo komme ind på alting. Så du skal vel på den uddannelse, som har det højeste gennemsnitskrav. Så jeg fik ikke rigtig noget at vide om andet, hvilket jeg godt kunne have tænkt mig. Jeg tror, at jeg ville have været bedre med noget, hvor jeg var mere fysisk med mine hænder.

Men det fik jeg slet ikke tilbudt eller kigget på, fordi de så, hvordan jeg klarede det boglige. Og så var de bare, ja, det skal du være.

---

### **Ville ikke være kok eller bager**

Jeg tror ikke, der var særlig mange i min klasse, der tænkte, at blive bager eller kok var lige så sejt, som det at kunne noget vildt matematisk noget. Jeg har aldrig følt, det var sejt at blive håndværker. Det er til dem, der ikke kan det skoleagtigt. Jeg tænker, at studievejlederen har et ret stort ansvar for at formidle det på en måde, så alle tænker wow, at det ikke er nogle muligheder. Jeg tror, det ville gøre en stor forskel. Det ville ændre hele mentaliteten i den skole, vi alle sammen har gået i. Jeg tror virkelig, det ville kunne ændre.

---

## **Så mødte vi hende her, den fantastiske dame**

Der var på et tidspunkt med skolen, hvor vi var i en anden by for at se på deres FGU. Og der mødte vi så hende her, det er omkring samme linje, som vi går på, men det er lidt andet. Og så mødte vi hende her, den fantastiske dame, vil jeg nok godt kalde hende.

Hun, jeg ved ikke, hun er kun dansklærer. Jeg ved ikke, om hun var andet. Men hun var på det samme niveau som hendes elever. Og hendes elever havde umiddelbart ikke lige, det reneste mel i posen. Det var jo sådan nogle, ja, de der hårde typer, de der gangstere, hvis du ser dem ud i byen.

Med hende her, hun har været nede på deres niveau, og hun kunne af en eller anden underlig årsag få dem til at snakke om sine følelser og af en eller anden underlig årsag få dem til at græde i timen, fordi hun kunne få deres... Ja, deres... De her hårde typers følelser ud.

Og jeg kigger bare på det og tænker mig sådan, det var da fantastisk at kunne det. En lidt ældre dame kunne få de her hårde typer til at åbne sig op på den måde.

Måske var det fordi, at hun har stået i samme situation. Hun sagde også, at hun har taget al muligt sjovt stof, og hun har været lige så langt ned som de her. Og nogle af de her elever her, de havde nogle forfærdelige historier om, hvor de kom fra. Altså, at hun kunne få dem til at åbne op på den måde, det synes jeg bare var fantastisk at kigge på.

---

## Når ikke engang ens nærmeste familie forstår

Jeg tror, mange kan have den grundfølelse, at man er lidt alene hele tiden, men uden at være det. Det føles som om, at man bliver set ned på. Så det har nok også meget med ens eget selvbillede. Altså, hvordan man ser sig selv. Og så da jeg fik angst og skulle begynde at tænke på diagnoser og sådan noget, så synes jeg, at det bare blev endnu værre. Fordi så lige pludselig kiggede folk igen på mig på en anden måde. Det er faktisk også på det her tidspunkt, hvor jeg føler mig allermost anderledes. Det er, når ens nærmeste familie ikke forstår, at man arbejder med noget, og man ikke er i gang med at få en vild uddannelse. Så hvad skal du så næste år? Jeg føler hele tiden, at man skal forsvare, at man tager det med ro, fordi der er noget andet, der fylder.

“ Jeg føler hele tiden, at man skal forsvare, at man tager den med ro, fordi der er noget andet, der fylder.

Det er noget, at man møder i sin familie, som man ikke ser hele tiden. Så kan man godt blive lidt stødt. Du ved, vi skal hele tiden ind på: "Nåh, hvad skal du så nu? Du har det meget godt nu, så hvad så?" Det får en til at tvivle meget på, om ens dømmekraft er i orden. Jeg har meget svært ved at træffe valg, fordi jeg sådan... Det er faktisk meget svært. Man kan også mærke, at ens venner kigger på én. Alle venner, der går i gymnasiet, de accepterer det ikke helt. De er også lidt: "Hvad skal du så efter det?"

FGU er stillestående, men man ved ikke, hvad man skal efter det. Ens venner behøver slet ikke at... Så føler man sig nemlig alene, for så står man der og tænker, at der er i hvert fald ikke nogen, der har det på samme måde som mig.

Men der er FGU faktisk ret fedt, for der er flere, der har det på samme måde. Så kan man spejle sig lidt. Det gjorde vi også sidst, vi snakkede sammen nedenunder. Vi kan spejle os i hinanden, og det er nogle gange ret rart, når man føler sig alene.



### **Så slemt har jeg det heller ikke**

Det var svært at starte på gymnasiet, fordi det sociale var meget anderledes, end det jeg kom fra. Jeg har været på efterskole i 2 år og faktisk ikke haft den bedste folkeskoletid. Og så da jeg kom på efterskole, var det ligesom... Jeg følte mig lige pludselig meget... Altså, jeg fik utrolig mange venner og følte virkelig det her fællesskab, der opstår på en efterskole.

Så derfor så at komme ud af de trygge rammer og komme på gymnasiet, hvor det sociale er anderledes. Og det kan jeg også godt mærke, at jeg stadigvæk synes, det med at det er lidt mere overfladisk end det, der var på efterskolen. Og det er ligesom noget, som jeg i hvert fald lige det efterår, hvor vi startede 1.g. Der havde jeg det faktisk virkelig svært med det. At sådan... At også i den her ensomhedsfølelse. At lige pludselig gå fra at være omringet af mennesker hele tiden til kun at være med nogen på gymnasiet i skoletiden og ikke engang at være så tæt med dem.

Jeg ved ikke, om I har hørt om det. Kommunen har faktisk tilbud nogle gange. Jeg har været i et i nogle uger, hvor jeg snakkede med en uddannelsespsykolog om det. Det hjalp mig virkelig meget.

Men jeg var jo meget i et dilemma om det med - og sådan føler jeg også tit, at jeg kan have det - "så slemt har jeg det heller ikke". Der er andre, der har det meget værre. Så var jeg lige i tvivl om, er det slemt nok til at kontakte nogen og

søge hjælp? Men jeg er rigtig glad for, at jeg gjorde det. Det synes jeg i hvert fald hjalp mig ud af den periode.

---

### **Det var bare en megamur af overfladiske relationer**

Efter et halvt sabbatår, hvor jeg havde arbejdet i et supermarked og ikke haft noget socialt liv med nogen på min egen alder, havde jeg glædet mig så meget til at starte på gymnasiet. Komme ud og få nogle nye venner og en social omgangskreds. Jeg har også venner, der går herude, som har sagt, at "jeg glæder mig så meget, at du kommer, så vi kan sidde og spise frokost hver dag". Så jeg havde opbygget alle mine forventninger til, hvordan det egentlig ville være, fordi jeg havde hørt så meget fedt om, hvordan det var herude.

Og så var det bare en megamur af overfladiske relationer. Det her med, at der var de her hierarkier, som jeg ikke havde oplevet før. Fordi nu kom jeg fra efterskole også, hvor det er et trygt sted, hvor man får lov til at udfolde sig selv hundrede procent, og man skaber nogle virkelig dybe relationer, fordi man går op og ned ad hinanden hele tiden.

Så det her med at komme ud af stedet, hvor det her med at skabe det perfekte billede af sig selv for at opnå en vis status for at gå her, det skaber også nogle super overfladiske relationer. Det er lidt en kultur her på gymnasiet, at man, altså det gælder ikke om at have tætte, meget dybe samtaler og venskaber, men det er mere at have mange. Så er det ligegyldigt, hvor dybe de er, eller hvor tætte man er.

---



## **Hver dag, jeg kom hjem fra skole, lagde jeg mig i sengen og kunne ikke mere**

Så kom tiden til, at jeg skulle starte på HF. Og det har jeg det dårligt med. Men jeg ved, at jeg skal starte på noget nyt. Jeg skulle også have startet på efterskole. Det blev også meldt fra, for det kunne jeg heller ikke. Det var jeg heller ikke klar til. Og så var der ligesom et valg mellem 10. i den almindelige klasse eller en HF. Og jeg vidste, at jeg skulle have en HF. Så hvorfor ikke starte på en HF og få det overstået. Det der med at komme i gang.

Og jeg starter egentlig, og jeg er skidenervøs første dag. Jeg tror ikke, at jeg kigger nogen i øjnene hele første dag. Virkelig. Og jeg kommer ind i en klasse, hvor der er rigtig, rigtig mange, der kender hinanden. Jeg ved, hvem to personer er, som jeg kender igennem andre folk. Og så er der en, som er gået på min folkeskole en klasse over mig, som jeg har snakket lidt med. Så jeg hænger mig lidt op af de her tre personer. Men ikke fordi det er mit selskab at være i. Og jeg føler lidt, at jeg bliver en person, som jeg egentlig ikke har lyst til at være. De var meget højtråbende og meget fremme i skoene og meget... Lavede alle mulige ting, hvor jeg tænkte, at det er ikke sådan noget, jeg laver. Selvfølgelig gjorde jo noget af det, men ikke alt det der. Så de var ikke det bedste selskab. Og det var ikke det selskab, jeg egentlig havde lyst til at være i. Så det tog mig noget tid, men jeg troede også, at det var fint nok at komme ind på den måde, fordi så kunne jeg ligesom se de andre an, inden jeg ligesom fandt min "klike".

Men imens alt det her skete, så havde jeg det så dårligt. Som i hver dag, jeg kom hjem fra skole, der lagde jeg mig hjemme i sengen og kunne ikke mere. Jeg var fysisk og psykisk udmattet. Jeg tog afsted om morgenen fra klokken 7 og kom hjem klokken halv 5 nogle dage. Og jeg blev så sur. Der var bare vrede inden i mig, blev det ligesom til. For jeg var så ked af det. Så alle omkring mig derhjemme... Jeg tændte bare af. Det var sådan en mekanisme, der bare ligesom skete, for jeg var bare helt oppe i hovedet. Det fyldte bare det hele. Og så en dag, jeg kunne ikke få mig selv afsted. Jeg kunne ikke få mig selv i skole. Jeg kunne ikke komme afsted. Jeg var sådan... "Jeg passer ikke ind. Jeg kan ikke være der". Jeg har det forkert med at skulle gå rundt på den måde og komme ind i nyt lokale med nogle nye lærere. Det er bare forkert for mig. Jeg får

den der mærkelige følelse og de der tårer i øjnene, hver gang det skal ske. Hver gang jeg skal komme afsted.

Og så endte jeg en dag med, hvor jeg blev kørt i skole af min mor, og vi står ude foran skolen, og jeg er sådan "jeg skal ikke i skole". Og så knækker det hele bare. Og så siger hun: "Det her, det går ikke mere. Du skal enten gå ind lige nu, eller vi ringer til lægen".

“ Og så endte jeg en dag med, hvor jeg blev kørt i skole af min mor, og vi står foran skolen, og jeg er sådan "jeg skal ikke i skole". Og så knækker det hele bare.

Og jeg kunne ikke komme ind. Så hun ringer til lægen, og så får jeg en tid samme dag, og så snakker jeg med min læge. Ligesom man snakker med en psykolog eller sådan noget. Og det giver mening. Hun siger, det er helt almindeligt. Hun siger, at mange andre har det på samme måde. Det var rart at få vide og rart at få ud. Og vi fik også snakket om, hvad der kunne ligge bag det og sådan nogle ting. Men nu er det kun et halvt år siden, det skete. Jeg har ikke følelsen her mere, men jeg ved, den vil komme igen, hvis jeg skulle starte et nyt sted. Og derfor undgår jeg alle nye situationer eller alle nye ting.

---

## **I folkeskolen blev jeg rigtig meget mobbet**

I folkeskolen, der blev jeg rigtig meget mobbet, men der var der ikke ligesom nogen, der tog hensyn til det. Jeg føler, at mange har været mest efter *mig* igennem folkeskolen. Hvor nogen har gjort et eller andet, og så har det så ikke fået nogen konsekvenser. Men når det var mig, så var det som om, jeg altid var

den, der blev set mest på som et problem eller et eller andet.

Jeg prøvede adskillige lærere og selve chefen, hvis man kan sige det sådan. Men det stoppede jeg ret hurtigt med, for jeg følte, at det var ikke helt... Nogle gange så følte jeg, at de så det, men de gjorde bare ikke noget ved det. Jeg har prøvet at få hjælp, men føler ikke at jeg har fået hjælp. Så har jeg bare endt med at holde det inde.

“ Nogle gange så følte jeg, at de så det, men de gjorde bare ikke noget ved det.

Jeg gør det ikke så meget mere, men jeg gør det stadigvæk. Og nogle gange, så føler jeg sådan lidt, at jeg ikke sådan burde gøre det, men igen, det er bare sådan en vane, så man gør det bare. Når der er et eller andet, så holder man det bare for sig selv. Når man i skole så på med den glade maske, som man siger, så er der ingen, der ser noget som helst.

---

## En spontan beslutning

Efter 10. klasse kunne jeg godt tænke mig sådan et sted med alle mulige ting, tømrer, smede og sådan noget. For jeg kan godt lide at bruge mine hænder også. Men det er jo sådan lidt, fordi jeg er en pige. Fordi de ville jo nok kigge lidt mærkeligt. Det tror jeg, de ville.

Jeg vidste ikke rigtig for, jeg syntes ikke, at mine karakterer var skidegode. Men studievejlederen mente, at de var rigtig gode. Det blev social- og sundhedsskolen. Det var en meget spontan beslutning. Men det gik ikke så godt. På det tidspunkt gad jeg jo godt. Men jeg fandt ud af, at det ikke var noget for mig. Eller i hvert fald ikke lige den gren. Jeg gad godt den der pædagogisk

assistent-uddannelse. Men der skal man altså være lidt klogere. Så den kan jeg ikke rigtig komme ind på. Jeg gennemførte næsten hele grundforløbet. De sagde, at jeg godt kunne komme op til eksamen, men det sagde jeg nej til. Fordi jeg skulle fremlægge næsten hver dag, og det kan jeg ikke. Bare sådan generelt eksamener.



### **Lidt stress, der plantes i én**

Det er faktisk lidt sådan en stress, man får plantet i sig. Altså, det er ikke noget, man går og tænker på hver eneste dag. Man har alligevel den der stress i kroppen om, at man er bange for at stå stille i sådan en uddannelse. Man er bange for, at man er den, der står og kigger, imens alle de andre er løbet.

Jeg følte, at folk ville dømmе mig, fordi jeg ikke tog gymnasiet og blev den der person, der gik til eksamen og hele tiden bestod det vilde. Så jeg følte mig ikke-værdig i forhold til, at jeg ikke tog den. Jeg tænkte, okay, jeg fortjener ikke særlig meget, fordi jeg ikke engang kan tage en gymnasial uddannelse. Jeg ved ikke helt, hvad det handler om. Men det er det med, at man ikke er værdig, så er der ingen, der kan bruge mig til noget. Men jeg vil virkelig ikke kunne lide at sidde i klasselokalet i 7 timer om dagen. Bare sidde. Men så tænker man, at det er fordi, jeg ikke er klog nok. Det føler man, at de tænker. Og det kan godt være, at de ikke gør.

Vidnesbyrd

“

# Mødet med systemet

**Mangel på støtte og hjælp i tide  
- og til andre aspekter end uddannelse og job**

## **Ingen reaktion, da jeg ikke kom i skole**

Jeg valgte på et tidspunkt at stoppe med at gå i skole, det varede i et halvt år, og ingen gjorde noget ved det. Min mor ville gerne have mig og mine brødre i skole, men hun vidste, at vi havde det svært, så hun ville ikke tvinge os. Det er forkert af systemet, at de ikke gør noget ved, at jeg var væk i et halvt år. Det kunne jo faktisk godt være, det var min mor, der havde sagt, jeg ikke måtte komme i skole, og så er det jo mærkeligt, at kommunen ikke forsøger at kende årsagen til, at man ikke kommer i skole.



## **Førtidspension for at få lidt fred**

Jeg kæmpede for hårdt på STU'en (særligt tilrettelagt ungdomsuddannelse, red.). Der blev ikke taget hensyn til mig. Jeg gik i klasse med nogle autister, og de sagde alt for meget og læste rigtig meget, så jeg tænkte: Så må jeg også læse. Så jeg holdt ikke de pauser, som jeg har brug for. Det resulterede i, at jeg blev uvenner med alle mulige og havde det svært. Og så var anbefalingen, at jeg tog orlov fra min STU.

“ Men når man har stress og er mentalt overbelastet, så hjælper det overhovedet ikke at få en opringning hvert 14. dag, og skulle fortælle sin historie forfra.

Nu har jeg fået førtidspension. For når man går på orlov på STU, så er det lovkrav, at kommunen går ind og ringer til dig hver 14. dag og spørger: "Hvad så, skal du i uddannelse?" eller "Hvad så, skal du i arbejde?". Hos dem står det, som om du ikke laver noget. Og det vil kommunen ikke have. Men når man har

stress og er mentalt overbelastet, så hjælper det overhovedet ikke at få en opringning hvert 14. dag og skulle fortælle sin historie forfra.

Så nu har jeg en førtidspension, men det er ikke ensbetydende med, at jeg skal sidde og lave ingenting hele livet. Det er bare for, at kan jeg få lidt fred og ikke bliver ringet op. Jeg kan tage det i mit tempo.

Jeg vil gerne arbejde. Men kommunen siger hele tiden: Nu skal du det her. I stedet for, at man selv kan få lov at sige: Nu vil JEG det her.



## **Der mangler noget rådgivning**

Rådgivningen til unge mennesker, det er bare ikke eksisterende i kommunen. Der mangler i hvert fald noget rådgivning omkring, hvad man skal fra folkeskolerne op. Det er jo, må man indse, en problematik, man også står i som ung. Det er, hvad skal man efter? Og det synes jeg også bare på en eller anden måde mangler.

Det er sådan noget med, hvor kan jeg søge hjælp henne? Hvad skal jeg, når jeg er færdig? Og alt muligt. Som jeg må indrømme som ung nu, den kan være lidt svær.

Jeg ville ønske, at, der hvor jeg går nu, at der faktisk var noget rådgivning. Og at det ikke bare er sådan noget med, at man ryger til rådgivning eller til samtale, når det handler om fravær. Men at det faktisk er noget, hvor man kan søge hjælp, når man har lyst, eller når man har brug for det. At der faktisk er et sted at søge hjælp.

Lige nu, der ved jeg ikke engang, hvad min studievejleder hedder. Jeg synes virkelig, det er... Det synes jeg måske bare ikke er helt optimalt, at det skal være

svært at søge hjælp. Fordi hvis man i forvejen ikke synes, det er det fedeste at søge hjælp, så bliver det bare lidt problematisk.



## **Redskaber til at vende angsten**

Det ville være vildt fedt, hvis man nu kunne få hjælp til at forebygge sit lave selvværd. På en eller anden måde, hvor det ikke blev så personligt, men som skulle gøre, at man ikke ville få social angst. Det kunne være megafedt. Ja. For jeg dykker virkelig også nogle gange, og jeg ville så gerne have nogle redskaber til at kunne at vende det. Eller sådan... Ja.



## **Beslutningerne blev truffet hen over hovedet på mig**

Den første dag efter sommerferien i 3. klasse mødte jeg op sammen med min mor på skolen. Men jeg var ikke længere indskrevet på skolen. Jeg skulle på specialskole. Det var der bare ikke nogen, der havde fortalt mig. Jeg forstod det ikke. Så gik jeg i specialskole fra 3. til 6.

6. klasse skulle jeg tage om. Det blev jeg pissesur over. Det forstod jeg ikke, hvorfor jeg skulle. Og de forklarede det ikke, de sagde bare, at sådan var det. Jeg tog mig ikke sammen i skolen. Jeg magtede det ikke og kunne ikke se, hvad jeg skulle bruge det til.

Det eneste, jeg tænkte på i folkeskolen, var, at jeg ville bare gerne ud. Komme ud at arbejde, for jeg kunne mærke, at jeg skulle ud at lave noget - ikke noget særligt, bare lave noget.



Da jeg kom tilbage i folkeskolen i 7. klasse, var det svært at få venner. Så jeg så bare YouTube eller sov i timerne. Lærerne gav op på mig. Jeg tog mig sammen i 9., fordi jeg vidste, at jeg ville være fucked, hvis jeg ikke bestod. Og så bestod jeg også, så det er fint.

Efter folkeskolen sendte kommunen mig på efterskole. Det var et helvede. Jeg lærte ingenting. Det var ikke den efterskole, jeg skulle have været på. De sagde, at jeg skulle vælge tre efterskoler, jeg ville på. Jeg valgte to, men de valgte en tredje for mig. De traf valget om, at jeg skulle på efterskole, ikke jeg. Jeg gik ud to uger før, det stoppede.



### **Lærerne kunne ikke rumme, at jeg havde problemer i hovedet**

Jeg var ikke skideskarp, men det interesserer jo ikke en at sidde og lave dansk og matematik, så jeg har klaret mig relativt gennemsnitligt. Fordi jeg har bare lagt det til side. Og det har så sat sig i min måde at træne og spise på, fordi det kunne jeg kontrollere – jeg kunne kontrollere, hvad der skulle ske, når jeg spiste. Jeg kunne ikke kontrollere det, der skete i skolen eller derhjemme, så maden og træning: dét kunne jeg styre.

Selve uddannelserne og lærerne dér, de var gode, men de er ikke forberedte til – ikke at jeg var et problembarn – men at jeg havde problemer i hovedet. De var ikke uddannet i at arbejde med sådan en som mig.

På alle de uddannelser, jeg har været på, så har jeg haft to lærere, hvor den ene lærer havde kendt mig i en uge, da hun sender mig til en ny psykolog, fordi hun kunne se, der var noget galt.

Og den anden lærer, han blev ved med at holde fast i mig, han kørte mig op til psykolog, bankede på døren og skubbede mig ind ad døren. For ellers var jeg

ikke kommet afsted. Han kom med mad til mig og satte det foran mig, han var der virkelig hele tiden - dén forælder, man ikke havde.

“ De var ikke uddannet i at arbejde med sådan en som mig.

Det er ikke fordi, der ikke var plads til ens forskelligheder, fordi det er der, men der var ikke plads til den ekstra hjælp og fysiske støtte. Der er jo mentorer, men man skal jo selv gå op. Jeg ville aldrig i mit liv gå op og søge en mentor, for så kan folk se, at jeg havde brug for en mentor. At man har brug for hjælp. Jeg tog heller ikke valg selv, for hvad nu hvis jeg tog et forkert valg. Det er først de sidste få år, at jeg gør noget selv.

Dengang kunne jeg ikke tage ned på McDonalds og beslutte mig for noget mad, for så skulle jeg tage et valg. Men et valg i det hele taget: Skal jeg sidde foran eller bagved i bilen? Det var svært, da jeg skulle vælge min retning her i livet og vælge en uddannelse. Man får at vide, at man har de der 3 klip, og at jeg nu har brugt 2, så jeg har kun et klip tilbage.

---

## Lærere misbruger deres magt

Der er nogle lærere, der hjælper og forstår én, men så er der andre lærere, som ikke burde være lærere. De kender ikke grænserne, hvis man betror sig til dem. Jeg føler, at nogle lærere misbruger den magt, som de har, med at lave indberetninger til kommunen.

De sætter en familie i fare, før de har snakket med børnene og fundet ud af, hvad der faktisk foregår. Jeg har prøvet, at en lærer lavede en indberetning, fordi jeg ikke havde madpakker med i skole. Men jeg spiser ikke madpakker.

Lærerne burde snakke med mig først, derefter med min familie og så er sidste udvej at kontakte kommunen og lave en indberetning.

---

## **Der var ikke noget hjælp at hente**

Vores klasse - det var sådan lidt bare en opgivende klasse for lærerne. Altså vi fik sgu ikke meget hjælp hos lærerne overhovedet. I nogle af timerne, der havde vi ikke engang lærer på. Hvis vi skulle have vikar, så gad de ikke engang møde op til os. Vi rendte rundt og lavede røgbomber på skolen. Alt muligt pis. Altså, der var ikke noget hjælp at hente fra skolen, overhovedet. SSP gad ikke engang at snakke med os.

Jeg har ikke haft mange skoleskift. Jeg ville skifte klasse i 7.- 8. klasse, men det måtte jeg ikke for mine forældre, fordi det var en fin nok skole, som jeg gik på. Jeg var allerede begyndt at drikke og andre ting i 5. og 6. klasse, så jeg tænkte, at jeg lige så godt kunne blive ved. Jeg havde intet fravær i folkeskolen, men jeg gik og fuckede op hele tiden og lavede nogle dumme ting, men jeg mødte op i skolen og kom ud med et snit på 7 eller 10 i 9. klasse.

Jeg sagde til de gamle, at så vil jeg gerne på efterskole eller have et sabbatår, men de sagde nej til begge ting. Så sagde jeg: "Fint, så tager jeg bare 10. klasse på den dårligste skole og lader være med at møde op". Jeg tror kun, jeg mødte op til 5 eller 6 timer i hele skoleåret i 10. klasse, fordi jeg var skoletræt, og jeg havde andre interesser som druk og stoffer. Lærerne gjorde ikke noget ved det, altså min mor blev kontaktet, men hun kunne ikke gøre noget ved det.

---

## **Psykologtiderne er jo booket op som ind i helvede**

Altså, lige nu er der ikke rigtig... Hvis man skal søge hjælp sådan med... Hvis det skal være psykologhjælp, så er der ikke... Det tror jeg ikke engang er et tilbud, der er på gymnasiet.

Hvis man skal se det som noget uddannelse, så er der studievejleder, men ellers er der ikke rigtig andet. Der kunne man måske godt ønske, at der bliver taget lidt mere hånd omkring det. Måske man lige kunne snakke om: "Hvorfor er det egentlig, du ikke møder op om morgenen?" Og at man måske kunne gøre det lidt før, man rammer de 30% fravær, og man står med foden ude.

Jeg har selv søgt over til Headspace. Fordi jeg selv følte, at jeg havde behov for at snakke med nogen. Det handlede egentlig bare grundlæggende om, hvordan gymnasielivet kan være lidt nederen og lidt hårdt. Mange lektier, karakterraace og så videre.

Det var ikke det nemmeste at få psykologhjælp, fordi tiderne er jo booket op som ind i helvede. Men det er ikke fordi, der er hjælp på skolen. Du skal aktivt selv ind og finde hjælpen. Sådan er det jo med mange ting. Jeg tjekkede jo mod Headspace, for jeg vidste, at de ville gå hurtigt. Og de fungerer faktisk ekstremt godt. Så jeg synes, at man i kommunen kunne prioritere det lidt bedre.



## **Et system, der gør det nemmere at være mig**

Jeg kom på efterskole i 10. klasse, fordi jeg havde rigtig svært ved at finde ud af, hvad jeg skulle. På efterskolen var der 120 elever, hvor 10 af dem havde fysiske handikaps. Og jeg prøvede virkelig det her med at kæmpe, men det var svært.

Jeg har et stort temperament. Det har jeg altid haft, og jeg har aldrig helt forstået hvorfor. Men det blev værre og værre, også da jeg kom hjem fra efterskolen. Da jeg fyldte 18 år, fik jeg lavet noget, der hedder en VISO-rapport.

Jeg blev testet for alt muligt af en neuropsykolog, og så blev der skrevet en lang rapport om, hvad jeg kan og ikke kan mentalt. Den viste, at jeg har en retardering. Jeg kan sagtens lære ting, det skal bare gå lidt langsommere end normalt. Og jeg kan ikke mærke mental træthed, og jeg kan fx heller ikke mærke sult. Så jeg kører mig selv helt ned.

Hvis vi havde vidst det, da jeg gik i 4. klasse, havde jeg været et helt andet sted i dag. Så havde vi vidst, at jeg havde brug for flere pauser. Men det er først, da jeg bliver omkring 18 år, at man begynder at tænke på, hvordan det kan blive nemmere at være mig. Det burde man have gjort tidligere.

Jeg har tænkt på, om det er os, der har nogle udfordringer, der skal tilpasse os systemet, eller er det systemet, der skal tilpasse sig os? Skal vi lave om på os selv og bruge kræfter på at lave om på nogle udfordringer? Jeg synes, det burde være systemet, der tilpasser sig efter os. Der skal være et uddannelsessystem, der tilpasser sig.



## **Skræmmende at man kan gå hele sit liv med en diagnose, uden at vide en skid om det**

I folkeskolen var jeg lige så meget klassens klovn fra en meget ung alder. Det gav nogle problemer på min første skole, og mine forældre besluttede, at jeg skulle skifte skole og gå et år om, fordi jeg var "umoden" eller whatever. Jeg blev revet væk fra alle mine venner uden egentlig at have nogen som helst del i det. Jeg blev aldrig nogen sinde spurgt om noget som helst. Bare revet væk, og det var jo så der, hvor depressionssymptomerne startede.

Da jeg fyldte 18, kom jeg lidt ned i et sort hul, begyndte et misbrug med stoffer, hash og alt sådan noget. Det var primært på grund af depression, jeg var sådan lidt ligeglad med konsekvenserne i den periode. Jeg var pisseligeglad, pisseteprimeret og ligeglad med livet. Havde ikke noget indhold i mit liv.

Så begyndte jeg endelig at søge hjælp og fik en mentor, som hjalp mig i gang. Jeg tror, det var gennem en lærer på produktionsskolen eller studievejlederen, som spurgte om jeg skulle have en mentor. Jeg fik ufattelig meget hjælp, da jeg fik en mentor. Hun tog mig direkte ind på afvænnings-forløbet. Så det var, da jeg bad om hjælp, at jeg fik rigtig god hjælp. Der var noget udredning imens, og jeg fik stillet en diagnose i en alder af 21, som åbenbart var medfødt. Det var mærkeligt at få diagnosen. Det kan jo så forklare en del af den depression og angst, jeg har haft. Det hører åbenbart med. Det var lidt svært at forholde sig til, fordi jeg har levet et relativt normalt liv inden da. Haft en almindelig skolegang og hele lortet. Så det føles lidt ligesom at få et stempel i starten.

Jeg føler måske, der skulle have været nogle forældre eller lærere, som før eller siden skulle havde opfanget et eller andet. Især når jeg havde så problematisk en skolegang. Fagligt nej, men på andre punkter ja. At spørge ind til, hvorfor er det egentlig, at han gør, som han gør.



## **Du kan lige så godt droppe ud**

Jeg har haft angst siden 4. klasse. De psykologer, jeg har talt med, peger på, at angsten er startet på grund af forskellige situationer i folkeskolen. Jeg har altid haft sceneskræk og ikke brudt mig om at stå foran andre. I 4. klasse havde vi en lærer, som råbte én i hovedet, hvis man ikke havde lavet lektier. En dag kom jeg lidt for sent i skole. Men før jeg var kommet, havde de andre snakket om, at der var en masse, der ikke havde lavet lektier. Så aftalte de i fællesskab, at "så siger vi bare til læreren, at vi ikke har lavet det".

Så da jeg kom ind ad døren, udpegede læreren mig og spurgte, om jeg havde lavet lektier. Det havde jeg, og derefter fremhævede hun mig over for de andre i klassen: "hvorfor kan i ikke alle være ligesom hende?", og så skældte hun alle de andre ud. Så det endte med, at jeg var den slemme i klassen, og jeg blev

frosset ude.

“ Jeg var skuffet over, at de bare gav op på mig på den måde, og ikke prøvede at hjælpe mig.

En anden gang, da vi var på skoletur i Tyskland, fik jeg et angstanfald på en togstation og nåede derfor ikke toget med de andre. Jeg var alene, men heldigvis mødte jeg politiet, som hjalp mig og ringede til min lærer. Min lærer var rigtig sur. Ikke fordi de skulle bruge tid på at komme frem og tilbage, men fordi jeg fik et angstanfald.

Da jeg var halvvejs gennem 8. klasse, blev jeg og mine forældre kaldt til en samtale med skolen. Jeg havde nærmest ikke været der siden sommer. De mente, at jeg lige så godt kunne droppe ud, fordi jeg kom jo ikke alligevel. Men jeg havde jo angst. Så meget, at hvis jeg kom for tæt på skolen, faldt jeg helt sammen.

Jeg var skuffet over, at de bare gav op på mig på den måde og ikke prøvede at hjælpe mig. Jeg blev sat til siden med en følelse af, at de ikke gad at bruge tid på at håndtere problemerne. Jeg ville ønske, de i stedet havde grebet fat og set på, hvad man kunne have gjort for at hjælpe mig.

---

## **Jeg har altid fået at vide, at jeg var for stille**

Mine skolegang er lidt rodet i mit hoved, der er nogle sorte huller. Jeg fik en dyb depression i 7. klasse, og derefter skiftede jeg skole 7 gange på under 3 år. Jeg fik angst for at være på min folkeskole.

“ Jeg blev tvunget til at gå i den skole, som udløste min angst.

Jeg passede ikke ind. Jeg følte mig ikke set og forstået, og jeg kunne ikke klare det, som skolen krævede. Jeg blev ikke inkluderet, og lærerne pressede mig. De sagde til mine forældre, at jeg skulle have legeaftaler 2 gange om ugen. Men jeg havde brug for bare at slappe af efter skole. Jeg har altid fået at vide, at jeg var for stille. Jeg fik at vide, at jeg skulle larme mere i timerne. På et tidspunkt havde jeg en lærer, som jeg havde det rigtig godt med, men han blev fyret. Derefter var der ikke sammenhold på klassen.

Da jeg fik en depression, blev jeg testet for Asperger syndrom, og det havde jeg så. Vi prøvede at få hjælp, men fik det ikke rigtigt. Jeg ville gerne på specialskole, men det var der lukket ned for i den periode, fordi der var inklusion. Så jeg blev tvunget til at gå i den skole, som udløste min angst. De sagde, at der ikke var andre skoler, men det var der.

Så jeg skiftede skole 7 gange, frem og tilbage fra min folkeskole. Jeg gik også kort på friskole, men de sagde, at de ikke kunne have folk med diagnoser, så tilbage på folkeskolen igen, så prøvede jeg efterskole, det kunne jeg ikke klare, så kom jeg tilbage igen, så 10. klasse, så Specialisterne, så FGU. På FGU sagde de, at de godt kunne hjælpe mig, men det kunne de slet ikke. Så stoppede jeg og mødte ikke op, og nu er jeg på Kickstart.

---

## **Jeg skal nok bevise, at jeg kan blive til noget**

Jeg droppede ud i slutningen af 9. klasse, så jeg... Jeg følte mig ikke tilpas og min lærer sagde alligevel, at jeg ikke ville blive til noget. Første gang jeg fik det at vide var i 3. klasse i dansk. Derfor vil jeg bevise over for lærerne, at jeg sagtens kan blive til noget, selvom de sagde, at jeg ikke kunne. Jeg har kun de



skriftlige eksamener fra 9. klasse.

Jeg tog 5 sabbatår, inden jeg startede på FGU. Jeg gik derhjemme i de 4 år og havde et lille fritidsjob ved siden af. Jeg gik ud som 16-årig og startede så som 20-årig på FGU. Jeg var meget såret efter alt det, der var sket i min folkeskole.

Jeg sagde til min mor, at når jeg føler mig mentalt klar igen, så vil jeg gerne starte på skole. Jeg synes, det var dejligt med en pause, fordi jeg var meget skoletræt, men det er ikke fair, at de skriver til en ung i ens e-boks om, at man skal i gang. De truer ikke én med at trække i børnepenge eller noget, men der stod bare i brevet, at jeg skulle kontakte en person, hvis jeg skulle i gang igen. Det var altså os, der skulle kontakte dem og ikke omvendt. I de 4 år sagde kommunen, at jeg skulle komme i gang med noget. De skrev til mig 2 gange på 4 år.



## **Det er ikke sundt at hænge ud med sin mor og far hver dag**

Da jeg startede på STU (særligt tilrettelagt ungdomsuddannelse, red.), besluttede kommunen, at jeg ikke længere måtte komme i min ungdomsklub. Deres argument var, at når jeg gik i skole, havde jeg ikke brug for klubben. Men klubben betyder vildt meget for mig, fordi det er der, mine venner er. Jeg kunne ikke hænge ud med dem fra skolen. Jeg synes, det er ret vildt, at der ikke var nogen, der lyttede til mig. Jeg ringede en gang om ugen til min sagsbehandler og spurgte, om han havde hørt fra Ankestyrelsen. Han sagde, at jeg skulle bare være afventende. Han kunne ikke gøre mere. Det var sagsbehandleren, der havde besluttet, at jeg ikke kunne være i ungdomsklub, fordi jeg gik i skole.

Så det, jeg gjorde, var, at jeg hver dag efter skole gik hen til Borgerservice og sad og drak gratis kakao. Der gik 1,5 måned, så kom en af de der vagter og spurgte, hvad er det egentligt, du laver her? Og så sagde jeg: "Jamen, I har jo

taget min ungdomsklub fra mig, hvor vil I have, jeg skal være?”. Så sagde han, at det kunne han godt se, men han var jo bare vagt. Så kom der en eller anden dame, og jeg spurgte hende: ”Hvor fanden vil I have, jeg skal gå hen?”. For det ikke er sundt at hænge ud med sin fucking far og mor hver dag, det er ikke sundt. Man får ingen venner af det.

Det var det, så fik jeg lov til at komme i klub igen. Men det var røvkedeligt at sidde der på Borgerservice hver dag i 2 måneder.



## **Jeg savner en voksen, der ved, hvad der foregår**

Min drøm er at bygge min egen zoo. For at blive i stand til det, begyndte jeg på at uddanne mig til anlægsgartner for derefter at kunne søge ind på landskabsarkitekt. Jeg skulle så have en mester fra januar i år, men fordi jeg er så langt i min graviditet, så kan jeg ikke - der er jo ikke nogen, der vil ansætte mig for at betale mig i tre måneder og så betale hele min barsel. Så det var fysisk umuligt at finde en, der gad, så det gad jeg ikke at prøve. Og så var det jo at søge arbejde. Og igen, hvis man kommer ud i Super Brugsen, Netto med mere og arbejder der mere end 120 timer, så skal de betale ens barsel. Så det var der ikke nogen, der var interesseret i.

Jeg ringede til kommunen og snakkede med dem. Jeg snakkede med vejlederen på skolen og 3F og min skolelærer på min gamle ... Jeg har virkelig skullet snakke med alle, der var ikke rigtig nogen, der vidste noget. Det er der stadig ikke.



De håndterer det som om, de aldrig har prøvet det før.

Men min kommune er også bare fuldstændig til at lukke op og skide i. Man ringer til kommunen, og så er det sådan en sur gammel kost, som egentlig ikke har lyst til at snakke med dig. Der sidder i kundeservice. Og dem på skolen, de er jo ikke en del af kommunen, de er bare et tilbud, man kan komme til, så de ved heller ikke noget om det her.

Jeg ved ikke en skid. Jeg ved intet overhovedet.

Og krydser fingre for at kommunen giver mig nogle penge, når jeg går på barsel. Jeg leder også efter mine feriepenge, for dem kan jeg heller ikke finde. Min gamle chef kan heller ikke finde dem.

Man savner bare en voksen, der faktisk ved, hvad der foregår, som man kan spørge. Svare på de spørgsmål, jeg har. Jeg ved bare ikke helt med mine spørgsmål – altså jeg er jo ikke den eneste, der har været i den her situation. Men de håndterer det som om, de aldrig har prøvet det før.

Jeg tænker ikke over det hver dag, jeg synes ikke, jeg skal spille tiden med at bekymre mig om det, for det skal jo nok komme, men det begynder bare at være snart, at jeg skal have et svar. Og det svar virker det ikke til, at der er nogen, der har.



## **Jeg manglede én, der satte sig ned og spurgte, om jeg var okay**

I både 8. og 9. klasse mødte jeg sjældent op til time. Jeg endte med at forlade folkeskolen med dårlige karakterer og startede derfor i 10. klasse. Her blev det ikke bedre. Tværtimod. Jeg fik en kæreste og nogle venner, der ikke var gode for mig.

“ Hvis jeg havde fået den hjælp i 8. klasse, havde jeg været et helt andet sted i dag.

Jeg var der hele året, men det var ned ad bakke hele vejen igennem. Efter 10. klasse blev det en smule bedre. Jeg søgte ind på EUD - handel og kundeservice. Jeg gennemførte grundforløbet i to forsøg, men fik desværre ikke nogen læreplads. På EUD får man ikke hjælp til at finde læreplads. Der er nogen til at hjælpe dig, men de har for travlt. Så du skal selv opsøge lærepladsen, selv skrive ansøgninger, selv gøre det hele. Og inden for butik er der stort set ikke nogen lærepladser at få.

Derfra skulle jeg selv finde ud af det hele. Sådan har det faktisk været hele mit liv. I øjeblikket er det ikke noget, jeg har følt, jeg har manglet. Men nu, hvor jeg er blevet voksen, kan jeg godt se, at jeg manglede én, der satte sig ned og spurgte, om jeg var okay.

Efter jeg gennemførte grundforløbet på min erhvervsuddannelse, blev jeg sygemeldt i et år med en dårlig fod. Da jeg kom tilbage fra sygemelding, startede jeg på FGU.

Denne gang byg, bolig og anlæg. Her var jeg, indtil jeg blev gravid med min søn. Da min søn kom til verden, gik jeg ned med en fødselsdepression og blev igen sygemeldt. Med hjælp fra sundhedsplejersken kom jeg igennem til en psykolog, der kunne hjælpe mig. Jeg fandt ud af, at min depression startede, da jeg var fire år gammel.

Siden dengang har mit bæger været fyldt til randen. Selvom det har været tæt på at flyde over mange gange, har jeg altid kunnet klare mig selv. Men ikke denne gang. Denne gang havde jeg brug for hjælp. Heldigvis fik jeg den hjælp, jeg havde brug for. Hvis jeg havde fået den hjælp i 8. klasse, havde jeg været et helt andet sted i dag.

---

## **Det er tankevækkende, at der er så stor forskel**

Generelt er lærerne ligeglade med én på gymnasiet. I folkeskolen var jeg på et tidspunkt væk i tre dage, og så ringede min lærer til mig privat og tog mig ind til en samtale, hvilket var virkelig godt. På gymnasiet spørger de ikke, hvorfor man er væk, eller hvordan man har det.

Det er tankevækkende, at der er så stor forskel på lærerne i folkeskolen og gymnasiet. Man bliver bare mødt med folk, der er pisseligeglade med eleverne. Jeg får ikke noget støtte fra nogen lærere på gymnasiet. Der er ingen lærere, der er støttende eller spørger ind til, hvordan man har det, og om man har det godt. Men det er også gymnasiet, så de er ikke så pædagogiske som folkeskolen.

Jeg kunne godt ønske mig, at lærerne fik mere forståelse. Man er jo stadig ung og forvirret, og bare fordi man ikke afleverer til tiden, betyder det jo ikke, at man ikke gider. Det kan være, at man bare er i en situation, hvor man ikke kan.

Jeg har set lærere, der kommer hen og giver et kram og tager hånd om andre elever, men dem har jeg ikke fået nogen af.

---

## **Men når man så kommer, så hjælper de ikke alligevel**

På mit afgangsbrev står der, at jeg har fået 0 i alt, men min skole siger, jeg har bestået alt. Lige meget hvor jeg tager hen, så fortæller de mig, at det skal jeg

snakke med min gamle skole om, men skolen siger, at jeg har bestået.

Alligevel står der online og på mit afgangsbrev, at jeg har dumpet skolen. Så det er rigtig svært at finde ud af at komme videre i mit liv og ligesom at få fundet den uddannelse, jeg gerne vil.

“ Skal du bruge noget hjælp, det var ærgerligt, ærgerligt. Der er ingenting.

Jeg har et mål med at arbejde med biler og så videre, men det kan jeg aldrig opnå, fordi de karakterer, jeg har arbejdet for i min skoletid – det er tidspunkter, hvor jeg arbejdede for at få mine karakterer – det er ligesom gået tabt. Altså bare kastet over højre skulder og jeg kan ikke bruge min skole til nul og niks. Det irriterer mig grænseløst, at jeg skal arbejde så meget for noget, som jeg alligevel bare får kastet væk.

Altså, jeg ved jo ikke, om det er en fejl. Den sidste skole, jeg gik på, der var lærerne, når jeg bad om hjælp, der var lærerne rigtig opgivende. Der var lige en lærer, min matematiklærer, han var den eneste, der prøvede at skubbe mig sådan "du kan godt". Han var den eneste grund til, jeg sådan rigtigt gad at bruge min tid på at prøve at få gode karakterer. Ellers var det bare sådan, lige meget hvad mine karakterer sagde. Det var bare "du kan få lov til at passe dig selv", og sådan har det været.

Det er også det med, at "husk, du kan godt komme til mig, hvis du har brug for hjælp", men når så du kommer, så er der intet. Så er det sådan: "Det må du lige selv finde ud af, det kan du godt. Det ved jeg, du kan. Skal du bruge noget hjælp, det var ærgerligt, ærgerligt." Der er ingenting. På min sidste skole fik jeg bare at vide: "Lav det der, det klarer du selv", men det fik jeg også at vide på friskolen, at det var det samme.

---

## **Så systemet kan sætte flueben**

Det er svært, hvis man er i en klasse, hvor man ikke vil det samme som de andre. Jeg har gået i specialskole fra 3.-9. klasse, og da man begyndte at snakke om, hvad skulle vi efter 9. klasse og samlede alle forældrene, sagde UU-vejlederne, at vi alle sammen skulle på STU (særligt tilrettelagt ungdomsuddannelse, red.). Det er det nemmeste, sagde de. Men at tage en STU er mest for, at så kan systemet sige, at man har en uddannelse. Uden at man reelt kan bruge den uddannelse til noget, fordi man egentligt er på førtidspension. Men så kan systemet sætte flueben ved et krav om, at de skal give borgeren en uddannelse. Der skulle bare sættes et flueben ved mig.

Lige nu ligger alt min fokus på, at jeg skal spille på min første musikfestival til sommer. Det er betalt, det er endnu federe. Ja, vil gerne gå i skole, men jeg tænker, at der kan jo være mange former for skole.

Jeg har faktisk overvejet højskole, jeg gik jo på musikefterskole, og musik er det, jeg brænder for. Det der med at stå op og vide, nu skal jeg lave musik, det er fedt.

---

## **For skoleydelsens skyld**

Jeg har gået på 12 forskellige folkeskoler. Det er fordi, mine forældre, de flyttede meget rundt. Så jeg har gået i skole i alle mulige steder. Flere forskellige skoler. Alt muligt. Jeg har lært vildt meget af det. Jeg er god til at tale

med folk, jeg ikke kender i forvejen, fordi jeg er så vant til at møde mange mennesker, så derfor har jeg ikke noget problem med at tale med folk, jeg ikke kender. Det er ikke så svært for mig. Det har jeg i hvert fald lært af det. Men det har da også været svært at skulle vænne sig til nye folk og få nye venner og så miste dem, man har fået.

Jeg startede på 10. klassecenteret, og der kunne jeg egentlig meget godt lide at gå, men der var der nogle kontroverser med én, jeg gik i klasse med, så jeg kunne ikke særlig godt lide at være der. Så kom jeg op til en samtale på rådhuset, hvor vi skulle snakke om mine andre muligheder, og så sagde hun, at på en FGU får du også skoleydelse, før du fylder 18, så det syntes jeg jo lød som en rigtig god idé. Og så sagde jeg ja til det

Men jeg har fortrudt, at jeg gjorde det. Jeg har fortrudt, at jeg lod en anden person påvirke min skolegang, fordi det tager meget længere tid at tage en FGU end at tage en 10. klasse. Jeg kunne have været færdig med min STX nu, hvis jeg bare havde ladet være med at droppe ud. Så det er også konsekvensen ved det, men sådan er det. Nu må jeg jo bare gøre det.



## **Man ender med at leve op til de negative forventninger**

Jeg havde en lærer; jeg ved ikke, om han var hyggeracist eller rigtig racist. Han lavede jokes med alle, men når han nåede til mig, blev tonen anderledes. Jeg synes, det var ubehageligt, og derfor svarede jeg ham igen. Der var mange dage, hvor jeg ikke havde lyst til at komme i skole, fordi jeg ikke ville ende i den situation.

“ De troede, at jeg var blevet radikaliseret. Og jeg følte, at nu havde jeg tabt igen.



Jeg kan huske, at jeg til terminsprøverne i 9. klasse fik et 10-tal i matematik. Så sagde læreren: "Ja, du har fået 10 i matematik. Det skal du ikke regne med, at du får til eksamen." Jeg spurgte ham, hvorfor han sagde sådan, og han sagde, at det bare var for, at jeg ikke fik for høje forventninger.

Jeg klagede over det til min klasselærer, men hun sagde bare, at vi ikke skulle gøre mere ved det, fordi det bare var en joke.

Da vi talte om, hvad vi ville efter gymnasiet, sagde jeg STX, fordi jeg gerne senere vil læse noget naturfagligt. Så fnisede læreren bare...

Da jeg sagde til studievejlederen, at jeg ville på STX, sagde studievejlederen, at jeg hellere skulle vælge EUC. Jeg sagde, at det ikke interesserede mig, og studievejlederen spurgte hvorfor ikke. "Du kan starte dit eget firma som tømrer. I kan jo godt lide at være selvstændige."

Nu er jeg snart færdig med STX, og det er godt. Jeg synes, der er meget racisme. Det meste er hyggeracisme, som jeg tydeligt siger, at jeg ikke synes er sjovt. Og jeg oplever også direkte racisme.

Da vi kom tilbage efter lockdown, havde jeg, ligesom mange andre, ladet skægget gro. Jeg blev kaldt til samtale hos skolens ledelse, fordi nogle lærere og elever så mig som en trussel mod skolen. Fordi jeg havde ladet skægget gro og havde droppet sociale medier. De troede, at jeg var blevet radikaliseret. Og jeg følte, at nu havde jeg tabt igen.

Det er nok sådan, kriminelle bliver skabt - når forventningerne bliver på den måde, og man ender med at leve op til dem. Man føler, at man nok selv har været ude om det. At man nok har gjort et eller andet. Og så kommer man til at leve op til det. Efter de beskyldte mig for at være en trussel for skolen, er religion begyndt at betyde mere for mig. Man tænker sådan: "Hvorfor tror folk alt det her om mig?" Og så tænker man: "Okay, fint så skal jeg vel det." Jeg har talt med mine forældre om det, og de siger: "Sådan er det bare, fordi vi lever et sted, hvor der er meget uvidenhed. Og medierne gør det ikke bedre."

Jeg siger til mig selv - bid det i dig. Lad være at tage det tungt og arbejde på at vise, at du er bedre end det. Det har givet mig motivationen til at arbejde videre og modbevise folk. Jeg vil gerne være læge eller tandlæge, noget naturfagligt i hvert fald.

Så jeg kan komme tilbage og sige til min lærer: "Hey, prøv lige at høre her. Du grinte ad mig, min ven. Men nu har jeg gjort det!"

---

## **Jeg lærte det bare selv**

I folkeskolen blev jeg for det meste mobbet fra 0. klasse til 8. klasse. Og så flyttede jeg over på en anden skole, hvor jeg også blev mobbet. Jeg var næsten aldrig i skole. Jeg tror højst, jeg var i skole en time per uge, og så lærte jeg det bare derhjemme i stedet for.

“ Lærerne var begyndt at se ned på mig, fordi jeg ikke kunne noget som helst.

Mine forældre prøvede at snakke med lærerne, om de enten kunne sætte mig i alenerum, eller om de kunne få smidt nogle af eleverne ud, men der skete ikke noget som helst. Og så sad mig og min mor og min far derhjemme og lavede nogle opgaver, hvor jeg fik bøger fra skolen, og så var mine forældre mine lærere, selvom de ikke har nogen uddannelse selv.

Min mor og far prøvede at snakke med skolen, om de kunne gøre noget ved nogle af de elever, der havde mobbet mig ud, men de var sådan rimelig ligeglade med det. At hvis jeg blev mobbet, kunne jeg bare flytte skole. Det er også derfor, jeg har så svært ved alle timerne nu, for jeg havde ikke lært noget

som helst. Det meste af det, jeg har lært, har jeg lært selv.

En af grundene til at jeg rykkede skole, var også fordi, lærerne var begyndt at se ned på mig, fordi jeg ikke kunne noget som helst. Så valgte min familie og jeg, at jeg skulle flytte skole, og der blev det en lille smule bedre, men det var stadig det samme.

Jeg fik gjort folkeskolen færdig og taget eksamenerne i 9. klasse. Jeg sluttede med eksamener, hvor de laveste karakterer var 02, og de højeste var 12. Så jeg kunne jo godt, jeg lærte det bare selv.



## **Sidste skoledag var en festdag**

Jeg talte dagene ned til sidste skoledag i 9. klasse. Jeg glædede mig helt vildt, for så kunne jeg endelig slippe for at gå i folkeskole.

Jeg er blevet mobbet hele folkeskoletiden. Når de andre mobbede, var der ingen, der blandede sig. Da læreren endelig brød ind, blev fokus rettet mod mig som den, der var noget galt med. Jeg oplevede at blive mistænkeliggjort.

Kommunen blev kontaktet, og de udspurgte min familie for at finde ud af, hvad der var galt. Men hvordan kan det være min og mine forældres skyld, at jeg bliver mobbet?

De fokuserede aldrig på mobberen. Men jeg tror, det ville gavne mere, hvis man tog fat i mobberen. Jeg har ondt af dem, der mobber. For det meste er det jo dem, der er noget galt med. Dem, der har nogle problemer derhjemme.

Efter 9 år var det endelig tid til at sige farvel. Jeg deltog i første halvdel af afslutningen, men da vandballonerne blev fundet frem, tog jeg hjem til mine rigtige venner for at feste. Jeg var færdig med at være et mobbeoffer.

---

## Indlagt 3 gange

Jeg har været indlagt i psykiatrien 2 gange, fordi jeg blev mobbet i folkeskolen. Første gang var jeg indlagt i 3 måneder i de mindre klasser og kom bagefter tilbage på den samme skole igen, hvor mobberiet fortsatte. Folk var ikke blevet modne i hovedet, og lærerne sagde, at jeg bare var et problembarn, der aldrig ville blive til noget.

Mobberiet var årsagen til, at jeg blev indlagt igen i 6. klasse, fordi jeg hele tiden blev talt nedladende og grimt til – og blev kaldt grimme ord. Når lærerne vidste, at jeg blev indlagt på grund af mobning, så burde de have grebet ind. Det har været med til at ødelægge min selvtillid så meget, at jeg ikke har noget selvtillid i dag, og det har gjort, at jeg har udviklet nogle psykiske diagnoser. Det har givet mig rigtig mange udfordringer i dag. Jeg har også svært ved at åbne mig op over for folk, fordi jeg er bange for, at de bare dømmes mig.

“ Det har været med til at ødelægge min selvtillid så meget, at jeg ikke har noget selvtillid i dag, og det har gjort, at jeg har udviklet nogle psykiske diagnoser.

I 9. klasse stoppede mobningen, men jeg blev igen indlagt dog af andre årsager. Jeg startede derfor først i skolen igen lige op til eksamen, så det var svært, fordi jeg ikke vidste, hvad eksamen handlede om. Jeg valgte derfor at tage en 10. klasse, men der fik jeg en dårlig kæreste, som ikke ville have, at jeg tog i skole. Han var rigtig manipulerende og slog mig, når jeg kom hjem, hvis jeg var taget i skole.

Jeg havde derfor rigtig meget fravær i 10. klasse, og jeg bestod kun mine eksamener, fordi jeg gik fra ham. Det var min mor, som til sidst hjalp mig med at komme væk fra ham, men han stalkede mig stadigvæk. Mit forhold til ham gjorde, at jeg udviklede PTSD.

Da jeg startede på FGU skulle jeg lære at bearbejde min PTSD. Det var svært i starten, fordi der var rigtig mange drenge på FGU, og jeg var bange for drenge - selv for min egen far. Men jeg fik en lærer, som var meget forstående. Jeg har været ekstremt glad for at gå der, og sammenholdet er noget, som jeg aldrig har prøvet før. Det faglige er jeg også blevet bedre til, og jeg føler, at jeg også kan blive til noget. Jeg vil modbevise lærerne i folkeskolen og vise, at jeg godt kan.



## **En svær start**

Jeg blev mobbet fra 2. til 6. klasse. Der var ikke nogen lærere eller andre voksne, der greb ind. Jeg blev på skolen, og grunden til at mobningen stoppede, var, at jeg blev voldelig. Jeg ved godt, at det ikke var det smarteste, men det virkede. Og mobningen var en lille ting i forhold til, hvad der foregik derhjemme.

Jeg blev anbragt på efterskole i 9. klasse. Jeg ville ikke på efterskole, fordi der var mange nye mennesker, og det er jeg ikke så god til. Jeg er meget genert, og jeg kan godt lyde nedladende, når jeg taler, fordi det kommer ud uden filter. To uger inden efterskolen stoppede, blev jeg smidt ud. Så kom jeg hjem, og så blev jeg fjernet igen.

Jeg har været doven i skolen og usikker og har ikke vidst, hvad jeg ville. Min mor har sagt, at man er idiot, hvis man går et sted som FGU. At man er der, fordi man er doven og ikke gider at arbejde eller tage en uddannelse. Sådan oplever jeg det ikke. Det er fint på FGU, men nu vil jeg gerne snart videre. Jeg er stadig

usikker på, hvad jeg vil. Men jeg er nået til et punkt, hvor jeg gør, hvad der passer mig.

---

### **Jeg kan godt se, at jeg manglede én, der satte sig ned og spurgte, om jeg var okay**

8. klasse var et af de værste år i mit liv. Min mor var nede med depression, min far var alkoholiker, og da min far så begyndte at drikke igen, gik jeg også selv ned med en depression. I skolen vidste lærerne udmærket godt, at jeg havde det svært, men der var ikke nogen, der gjorde noget ved det. Jeg søgte hjælp hos en psykolog, som min far havde anbefalet. Men hver gang jeg fortalte noget, sagde psykologen det videre til min far. Det var lidt problematisk, da det jo blandt andet var min far, jeg fortalte om til psykologen. Så jeg var der 2 gange, og så kom jeg der aldrig mere.

---

### **jeg var syg, men fik at vide, jeg var doven**

Mit indtryk er, at de fleste unge går rundt med noget angst og depression. Det kan jeg i hvert fald sige fra min egen side, at jeg kender virkelig meget til, og det er noget, jeg kæmper med stadigvæk. Og kommer nok til at kæmpe med det resten af livet.

Det fylder helt ekstremt meget. Jeg ved ikke om... Det, jeg har tænkt med det, det er jo nok, at jeg kunne håbe, at kommunen havde lidt mere respekt for, at man har et eller andet problem.

Fordi det føler jeg ikke altid, at de tager helt seriøst. Og jeg ved ikke, om det er fordi, at alle unge mennesker kommer ind og siger, at de har en eller anden form for angst eller et eller andet. Så derfor er de sådan lidt: "Ja, ja, endnu en til bunken" eller et eller andet. Fordi hvis man siger, at man kommer til sådan et møde ved kommunen, og man siger, at "psykisk har jeg det simpelthen forfærdeligt" - det bliver der bare ikke taget højde for.

Jeg havde en lang overgang, hvor jeg har haft problemer med at komme afsted i skole og sådan noget. Og folk, de tænker med det samme, at du er bare doven. Du vil bare hellere sidde derhjemme og spille. Det er i mødet med folk fra kommunen og folk fra FGU. Og så har jeg fået det at vide i folkeskolen også. Jeg har fået det at vide sådan lidt rundt om det hele. Altså det, jeg har fået mest at vide, det er, at jeg nok bare er doven. Jeg skal bare tage mig sammen.



## **Har du en depression?**

Altså, jeg droppede ud halvvejs i 2.g. Og det er jo simpelthen fordi, at det blev virkelig svært at komme afsted. Jeg følte mig efterladt i støvet, hvis man ikke kan følge med i tempoet.

Og det går virkelig hurtigt. Altså, hvis du misser én dag på gymnasiet, så er du seriøst fucked i flere uger. Og det hjælper ikke rigtigt, selvom hvis man er heldig at kunne få noter fra nogen. Det går ekstremt stærkt. Der er ikke plads til pauser.

Jeg var til studievejleder en del gange, og jeg opsøgte det selv, da jeg godt kunne se, at det ikke var helt godt. Ud over fravær så gad jeg faktisk ikke rigtig mere. Det var sådan, at jeg kunne få en måneds pause og så komme tilbage. Men så har jeg jo bare en hel måneds arbejde, jeg skal have fulgt op på.

Det var som om, "vi ikke kan hjælpe dig, fordi vi ikke ved præcis, hvad der er

galt". Jeg kunne godt sige, at jeg har det dårligt. Så spørger de: "Har du en depression?" Så siger jeg, det ved jeg ikke, og så må du jo klare dig selv. Det er en ekstremt lang proces at få en diagnose. Så der var ikke rigtig noget hjælp at hente, og så droppede jeg ud, fordi det blev for meget.

---

### **Det kan være svært at få hjælp af kommunen**

Da jeg skulle bede om hjælp nede på kommunen, så kunne jeg ikke få den. Det kunne jeg ikke få, fordi jeg tjente for mange penge. Men jeg havde ikke noget at spare indskud op med. Fordi jeg skulle ud af en anden bolig relativt hurtigt, fordi der var nogle ting der.

Jeg boede i et halvejshus, og man må ikke drikke, og man må jo heller ikke tage stoffer. Og valgte så at tage en tur i byen, og det har så resultatet i, at jeg skulle flytte ud. Og det er også fair nok.

Så var jeg egentlig klar til egen lejlighed. Så var jeg så heldig at finde en lejlighed nede i byen, hvor jeg så skulle betale indskud inden for 8 dage. "Kan I hjælpe mig med indskuddet?" Men det ville de ikke hjælpe mig med. Selvom jeg kunne nå at spare pengene op og betale det til næste måned. Så ville de ikke hjælpe mig. Så måtte jeg klare mig selv.

Så står man lidt på egne ben. Så jeg synes, at det er svært at få hjælp i kommunen. Eller bare det med at få en snak med andre unge mennesker. Der er ikke så mange muligheder for at få hjælp. Det er meget svært.



## Føler mig uretfærdigt behandlet

Jeg startede som tandklinikassistent. GF1 var sådan noget forsmag til, hvad der skulle ske, og så var der også frisør ved siden af, fordi der er mange, som skifter retning, men jeg ville fortsætte som tandklinikassistent. Det, der gik galt var, at jeg startede på GF2, og det var stressende, fordi der hele tiden var et niveau, og man skulle op på et højere niveau hurtigt, mens der var corona, og man bare var hjemme. Jeg kunne ikke lide hjemmeundervisning, fordi jeg synes, det er svært. Det er en ting at være digital og så at være til undervisning fysisk. Jeg havde det megasvært med det, og det var også svært at søge om hjælp, fordi det foregik over Teams, og det var megaforvirrende.

“ Problemet var, at lærerne kun havde fokus på mine fejl og ikke mine input.

Der var 3 måneder tilbage af GF2, men de sagde, at jeg skulle stoppe, fordi hovedforløbet ville blive værre og sværere for mig. Lærerne lavede et billede af mig og sagde, at jeg var en dårlig elev, selvom jeg kæmpede med skolen. De troede nok, at jeg bare var en dårlig elev, hvorfor de ikke hjalp mig, men puttede mig i en kasse i stedet for. Det var mega forkert. Jeg har også sagt til dem flere gange, at jeg godt kan lave fejl i en tekst, men mine inputs var gode. Problemet var, at lærerne kun havde fokus på mine fejl og ikke mine input. I psykologi var der også bare fokus på mine fejl, og jeg havde ikke haft psykologi før, så jeg var dårlig til det fag. Det var det fag, der udløste, at jeg ikke kunne fortsætte, og jeg synes ikke, at jeg fik en god hjælp.

Som ordblind vidste de ikke, hvad de skulle gøre eller hjælpe med. Jeg havde en digital bog, og der var et par gange, hvor jeg sagde, at jeg ikke forstod, hvad der stod, og læreren sagde bare, at jeg skulle læse det igennem igen. Jeg fik hjælp til min ordblindhed på GF1, men ikke på GF2. Hjælp til ordblindhed stoppede bare på GF2 – de syntes, at jeg var helt klar, og hjælpen bliver taget fra én, hvis de synes, at man er klar. Lærerne så, at jeg bare var en elev ligesom alle andre og ikke skulle have hjælp til noget, imens jeg havde den her diagnose (ordblindhed).

Jeg kunne ikke gennemføre GF2, fordi jeg ikke fik hjælp og støtte, og det gjorde, at jeg skulle stoppe. Jeg var faktisk god til mange fag som eksempelvis biologi.

Lærerne gik efter mig, de prøvede bare at gøre, så jeg ikke kunne komme videre, og jeg var ikke den eneste. Der var nogle piger, som havde fravær, og dem gik lærerne også efter. Lærerne gik også efter mig, fordi jeg var dårlig til psykologi. I lærernes øjne skulle man være perfekt i alle fag. Jeg prøvede virkelig, og jeg var flittig, men de stoppede mig og sagde, at jeg ikke skulle videre på hovedforløbet, og at jeg skulle starte FGU, så jeg kunne blive bedre til dansk og grammatik.



## **Hvis bare jeg havde fået den rette hjælp**

Jeg har haft det sådan, at jeg et eller andet sted virkelig gerne vil ud og få udrettet noget i mit liv.

Men der, hvor jeg har et problem, det er, når jeg skal ud ad døren derhjemme. Bare at komme afsted. I en lang overgang, der var det bare, om jeg skulle ud at møde nogle venner. Så begyndte jeg at få det vildt fysisk dårligt, at få ondt i brystkassen, at få kvalme, og jeg begyndte at svede og alt muligt.

Så jeg har tit bare aflyst nogle ting, hvor jeg tænker, at det kunne jeg faktisk godt have været med til. Fordi der er bare en masse sociale ting, jeg er gået i glip af. Og jeg har også fundet ud af, at min ungdom ikke har været nær så interessant som mange andres. På den måde at jeg har sådan set har siddet derhjemme hele tiden. Jeg har ikke været ude og lave noget. Og det er også lidt derfor, at jeg tænker, at så kunne det være rart, hvis man kunne have fået en eller anden form for hjælp. Altså noget bedre hjælp, i stedet for at bare blive skubbet til side – blive puttet i en af de der kasser, som kommunen elsker så helt

ekstremt.



## **Jeg blev tvunget til at tage på ordblindeefterskole**

Min skole kunne ikke hjælpe mig med min ordblindhed. Lærerne og kommunen tvang mig derfor til at gå på to forskellige ordblindeefterskoler.

I 3. eller 5. klasse fandt man ud af, at jeg var ordblind. Selvom lærerne vidste det, så fik jeg ikke hjælp eller hjælpemidler, der kunne hjælpe mig med at læse og skrive. De forstod ikke de udfordringer, jeg havde. Det var nok også derfor, at de gav op på mig.

I 8. klasse startede jeg på en ordblindeefterskole, men det var ikke noget, som jeg selv valgte, det var mine lærere og kommunen, der tvang mig. De sagde, at niveauet i 8. klasse på skolen var for svært for mig.

Det var for tidligt at komme på efterskole, når jeg ikke selv havde lyst. Det betød, at jeg kom væk fra min familie og venner. Det var nok derfor, det ikke gik godt på efterskolen, og jeg mødte også nogle forkerte venner. Da jeg blev smidt ud, tænkte jeg bare: "Yes"., fordi jeg troede, at jeg så selv kunne vælge en skole, men nej.

Kommunen tvang mig igen til at starte på en ny efterskole, men det var en lortefterskole. Jeg fik ingen hjælp, og det var svært at snakke med lærerne, når de løj for mig og ikke fortalte sandheden. Jeg tror, at min kammerat og jeg endte med at blive smidt ud, fordi vores lærer ikke kunne lide os. Vi prøvede at snakke med nogen om det, men de gjorde ikke noget ved det.

At andre ville bestemme over mig, var ikke en rar følelse. Det var nok også derfor, at jeg var skoletræt og kun gik i 10. klasse i to uger, inden jeg droppede ud. I dag går jeg på FGU. Det skyldes, at min kammerat fik mig til at starte der,

og min mor var en kæmpe støtte.



## **Specialklassen var en blandet landhandel**

Første gang, jeg kom i specialklasse, var i 1. klasse. Jeg var et barn med meget energi, og jeg havde svært ved at sidde stille på en stol. Jeg havde det bedst, hvis jeg sad på bordet eller under bordet. Da jeg startede i specialklassen, følte jeg mig meget anderledes og malplaceret.

“ Alle havde brug for hjælp, men alle havde forskellige problemer. Og der var ikke tid til at hjælpe os alle sammen.

Specialklassen var en blandet landhandel, det var for alle de børn, der ikke passede ind i folkeskolen. Der var børn med ADHD, børn med koncentrationsbesvær, børn, der var voldelige og skabte kaos og ødelagde alt på deres vej, og så var der dem med krudt i røven. Alle havde brug for hjælp, men alle havde forskellige problemer. Og der var ikke tid til at hjælpe os alle sammen.

Når jeg ser tilbage på det, burde der havde været ressourcer til at lave forskellige specialklasser. I specialklassen var vi forskellige aldre, og jeg så naturligt op til de ældre. Det var de seje. De smed en mening i hovedet på mig, og jeg tog imod den. Det var i specialklassen jeg lærte mit første bandeord, at sige "fuck lærerne" og "fuck politiet". I specialklassen trak alle hinanden ned.

---

## **Det er svært at få hjælp, når der er så mange, der har problemer**

Jeg har det sådan... Jeg er ordblind og har ADHD og har mange... Hvad skal jeg sige? Problemer med... Jeg har tillidsproblemer, jeg har fædrollerproblemer. Jeg har rigtig mange problemer efter min barndom. Det er som om, med min ADHD, der har jeg det i hvert fald... Jeg skal få snakket med min læge om at få ny medicin, fordi jeg føler ikke, at den, jeg har lige nu, virker. Jeg føler, at min koncentration den forsvinder hvert tredje sekund. Men det er svært at få igennem, når der er så mange, der har problemer på vores FGU. Især når vi er så mange, som har... De fleste på skolen, som jeg kender, de har problemer og har svært ved de fleste ting. Jeg sagde til en af mine lærere, at jeg blev nødt til at holde en pause. Og det fik jeg så lov til. Så kom jeg tilbage igen. Men det var det, der skete fra skolen. Jeg har brugt som undskyldning, at jeg er syg, fordi jeg har haft det dårligt.

Jeg savner forståelse og hjælp til at opsøge noget hjælp. Jeg har i hvert fald rigtig høj fraværsprocent - 34-35 procent - efter jeg har ligget med mentale problemer. Stort set 2 måneder lå jeg med det, og den ene måned kom jeg overhovedet ikke i skole, fordi jeg har haft det så dårligt. Og det eneste jeg sådan blev tilbudt af skolen, det var, at jeg kunne gå ind og snakke en gang med en, der hed Mette. Det hjalp rigtig meget, men det er bare ikke nok.

---

## **12 måneder på en båd**

Jeg har aldrig rigtig gået i skole. Jeg har måske været der 20 % af min skoletid. Min mor havde svært ved at styre mig, da jeg var yngre, og havde svært ved at få sendt mig afsted i skole om morgenen. Det er ikke fordi, jeg har manglet kærlighed og omsorg i min barndom, men jeg har aldrig haft grænser. Og jeg var en meget bestemt, ung mand - så hvis der var noget, jeg ikke ville, så ville jeg ikke.

Jeg har gået på 14 forskellige specialskoler og boet på mange forskellige opholdssteder. Fra da jeg var cirka 13 år, mødte jeg ikke længere op i skolen. Jeg havde ikke engang rigtigt styr på hvilket klassetrin, jeg var nået til. Jeg festede bare, livet var en stor leg.

Dette varede, indtil jeg var 17 år, hvor jeg stadig ikke havde færdiggjort min 9. klasse. Efter jeg fik min anden voldsdom, fik jeg et tilbud om at tage ud på en båd og sejle jorden rundt i 12 måneder og afsone min straf, og det takkede jeg ja til. Der var morgenblues hver morgen, når vi blev vækket.

Jeg gik i skole hver dag og havde eneundervisning. Det er første gang i mit liv, jeg har haft 100% fremmøde i skolen.

Det var måske også fordi, der kun var 3 meter fra min kahyt til klasseværelset. Det der med at være ude på vandet gjorde, at der ikke var nogle distraktioner. Det var det samme hver dag, det var nemmere at få en god rytme. Hvis jeg ikke var endt på den båd, var jeg aldrig blevet færdig med min 9. klasse. Jeg havde givet op. Jeg havde ikke den rygrad, der skulle til. Nu har jeg fået en mere normal tilgang til livet.



## **Uden Christina stod jeg ikke, hvor jeg står i dag**

For halvandet års tid siden meldte jeg mig ind i rusmiddel-centret her i

kommunen. Jeg fik første samtale med en, der hedder Christina. Og det har vist sig, at det har været den bedste hjælp, jeg nogensinde har fået. Uden hende så stod jeg ikke, hvor jeg står i dag. Hun betyder bare alt for, at min dagligdag ligesom har kunnet fungere. Det er bare hele hendes personlighed, forståelse. Men også hendes kritik. Hun kan også sige: "Sådan skal det ikke fungere". Hun er... Hun mestrer bare sit arbejde.

Og jeg er ikke den eneste, der siger det. Nu er der mange, der går ved hende. Og de er også superglade for hende, fordi hun gør sit arbejde godt nok. Og hun er også god til at hjælpe én videre.

Hun har også hjulpet mig med at komme ind i psykiatrien og blive klogere på mig selv og mine psykiske problemer. Og det har egentlig været superfantastisk. Psykiatrien har også fungeret supergodt. Det gav meget. Hun er igen... Helt fantastisk åben og lyttende. Man kan næsten altid ringe til hende - inden for hendes arbejdstid selvfølgelig. Men igen, det er også begrænset, hvor meget hun kan, for hun har jo sit fokusområde. Hun arbejder.

Hun kan sagtens hjælpe én med at tage fat i... "Jeg tror, det er en god idé, at vi tager op i psykiatrien og snakker med dem". Jeg vidste ikke, at jeg havde nogen psykiske problemer, før jeg åbnede op for hende.

“ Jeg vidste ikke, jeg havde nogen psykiske problemer, før jeg åbnede op for hende.

---

**"Din indgang" gjorde en forskel for mig**

Noget, der kunne have gjort en forskel for mig, det var lidt ligesom det, de har i min gamle kommune, som hedder "Din indgang". Det har jo hjulpet mig rigtig meget. Man prøver at finde job med en hel masse ting, som jeg ikke engang troede, de ville hjælpe med. Som kontanthjælp fra kommunen. Det er også deres skyld, at jeg går på FGU her, og med ting i hjemmet. De har hjulpet rigtig meget på flere punkter, end jeg regnede med, de kunne hjælpe med.

De hjælper med at få overblik over mine muligheder, men også meget mere end det. De hjalp med at få min dagligdag til at hænge sammen. Jeg kom lige hjem efter efterskole, hvor jeg havde været totalt brudt sammen mentalt. Så kom jeg hjem til en mor og papfar, som ikke var det bedste. Så kom jeg op at bo med kæresten, hvor jeg ikke har det godt. Min selvtillid var ret nede. Jeg kunne ikke sige nej, jeg kunne ikke sige noget. De hjalp mig bare til at komme tilbage på rette spor.

Ligesom med Headspace. Det er også noget, jeg helt klart vil sidde og sige, at kommunen skal skaffe. For alle dem, jeg stort set kender, de har det på en eller anden måde dårligt i min vennekreds.



## **Slåskamp med kommunen**

Der har været masser af problemer med kommunen. Jeg har boet i en anden kommune midlertidigt. Og der var det ligesom de to kommuner, der skulle samarbejde omkring mig. Og det kan min kommune ikke finde ud af. Altså, jeg tror, jeg gik i 3 måneder, hvor de sådan sloges frem og tilbage. Om hvem fanden, der skulle betale hvad og hvordan og hvorledes.

Og så fik jeg et tilbud om, at jeg kunne komme ud og cykle samtidig med, at jeg skulle arbejde. Og det var jeg egentlig frisk på. Og min gamle kommune, de var



klar med, hvornår jeg skulle starte og det ene og det andet. Men så sætter min nye kommune lige foden på bremsen og siger: "Det vil vi ikke". Altså, sådan mange af de ting, jeg egentlig gerne vil, der vil kommunen ikke. Jeg møder meget modarbejdelse af, hvad det egentlig er, borgeren ønsker. De tager ikke noget ansvar for at lytte til borgeren og føle det samme som borgeren.

---

## Angsten vender tilbage

Jeg fik angst i 5. klasse, så jeg var ret lille og forstod ikke helt, hvad der foregik med mig. Og mine forældre var lige så forvirrede. Jeg tror, det blev bygget op, og så var der en dag, at jeg kom lidt til skade i sløjde i skolen. Jeg blev mere forskrækket og så brød hele verden sammen. De prøvede at få mig til at slappe af, men jeg ville bare hjem, fordi min mor og mit hus var meget trygt for mig. Lærerne stod bare totalt imod og lyttede ikke til mig. Så jeg tror virkelig, at det satte meget i gang, at jeg følte, at der ikke var nogen, der tog mig alvorligt. Så får jeg det så dårligt, at jeg lige pludselig ikke kan komme i skole. Især om torsdagen, når det er sløjde, så kunne jeg slet ikke tage afsted. Så der er begyndte den der angstfølelse. Det er det første, jeg husker af, at jeg virkelig havde angst.

“ Så får jeg det så dårligt, at jeg lige pludselig ikke kan komme i skole.

Så finder min mor ud af, at der findes noget, der hedder Cool Kids. Som er sådan et forløb med andre unge, som også har angst. Og så skulle man arbejde med det. Og så var man fælles om at have det på den måde. Jeg havde så megameget angst for at komme der. Så der går nogle gange, før jeg faktisk først dukker op. Men det var en megafed oplevelse. Jeg fik nogle megagode venner. Det var første gang, jeg følte, at jeg ikke var helt mutters alene. Det var

en rar følelse, men stadigvæk dæmpede det kun min angst.

Så går der også et par år, hvor jeg tror bare, at jeg har det okay. Jeg ved ikke, hvad mine forældre vil sige, men jeg føler faktisk, at jeg er tilpas. Så i 8. klasse, inden terminsprøver og det hele, så lukker jeg bare fuldstændig ned. Og det blev det bare værre, fordi jeg blev ved med at blive mere hjemme. Hver gang, jeg kom i skole, skulle jeg til at forklare, at jeg bare lå lige syg. Det var sådan meget... jeg ville ikke sige det højt, men jeg havde det totalt dårligt.

Jeg havde haft barndomsvenner lige siden børnehaven, og vi havde det bare megagodt. Jeg fungerede megagodt socialt og fagligt, så det hele var bare kørt på skinner. Alt havde været virkelig godt, men... til sidst, når der ikke blev gjort noget, så tog vi til inspektøren og sagde, at jeg nok gerne ville droppe ud, fordi de ikke kunne gøre noget, og hun kunne ikke tilbyde noget.

Så jeg dropper ud, og så går jeg ikke i skole i et halvt år. Det var nok mig, der syntes, det var en god idé, fordi jeg ikke ville i skole. Så jeg ved ikke, hvad det er, der gør, at det blev vi (mine forældre og mig) bare enige om, at jeg skulle. Jeg kan ikke huske, hvad skolen sagde. Jeg er jo sådan en.... der ikke engang blev sagt farvel til mig. Og så mistede jeg alt det.



## **Jeg ville gerne ud at arbejde, men blev sendt på FGU**

Kommunen er meget fastlåst, når det kommer til, hvad der er muligheder for en borger, der melder sig nede på jobcentret. Jeg sagde, at jeg er klar til at komme ud at arbejde, og så fik jeg at vide, at der var FGU. Og der havde jeg altså både EUD og IBC. Så jeg havde uddannelse nok og var egentlig klar til at komme ud at arbejde. Tjene en masse penge.

Det var fordi, jeg gik ned på jobcentret og var ledig. Og så skal man være i gang

med noget. Ja, om det var praktik, eller hvad det var. Jeg var sådan set ligeglad. Jeg skulle bare ud og i gang med noget igen. Bare ikke skolebænken. Jeg havde siddet rigeligt på skolebænken. Men det var FGU, og der var intet andet. Og så det der med, at kommunen ikke lytter efter borgerens... Og det var meget sådan... Hvis du ikke starter, så kan du heller ikke få nogen penge. Og det var jeg selvfølgelig ikke interesseret i, fordi jeg havde udgifter, og jeg skulle betale, så blev det det ene og det andet. Jeg blev lidt tvunget til at starte på noget, jeg egentlig ikke havde lyst til.

Altså, jeg ved godt, at FGU er et godt sted at starte, men for sådan en som mig, som egentlig har uddannelse og det ene og det andet, der egentlig er klar til at komme på arbejdsmarkedet og bidrage, så er der bare brug for, at kommunen har nogle andre muligheder

Og det var det. Jeg savner nogle flere muligheder, når du som ung har brug for hjælp til at komme videre med dit liv. For ellers bliver man meget fastlåst, og så kommer du ikke videre. Det gik i sidste ende, men jeg skulle stadig ned ad en vej, jeg ikke havde lyst til - jeg havde bare lyst til at komme ud og arbejde.



## **Hvis du ikke er så gammel, smider de dig på FGU**

Det virker bare til, at kommunen har brug for at putte os unge mennesker ned i kasser. Jeg ved, at hvis du ikke er særlig gammel, så smider de dig på FGU. Og problemet er, at hvis du er i det forkerte miljø, så er det ikke FGU som regel, der er det bedste. Fordi så hvis man ikke... Jeg har en kammerat, alle hans venner, de stod og gik ind til at prøve på FGU. Så det er jo bare for ham, der er det bare nemmere at sælge.

---

## I 1. klasse fik jeg at vide, jeg var for dum til at kunne lære

Jeg har levet på mottoet *fake it till you make it*. Jeg har siddet for mig selv, bare været for mig selv i en lang periode, hvor jeg var mobbeoffer. Førhen, der var jeg meget bagud mentalt. Og det er jeg stadigvæk den dag i dag.

Folk har bare set mig som den der mærkelige person, fordi jeg havde min ADHD og var rigtig aggressiv. Så snart jeg blev sur, der syntes folk, det var det sjoveste at drille mig. Og det har så været uheldigt for mig, fordi når jeg blev rigtig aggressiv, så begyndte jeg at blive voldelig.

Og fordi jeg har været overvægtig førhen, og jeg ikke var i god form, kunne jeg ikke gøre noget ved det, når de drillede mig. Jeg fik medicin, men havde ingen støtte i klassen. Det var der overhovedet ikke. Flere af lærerne, de var bare sådan: "Nej, men det kan vi ikke gøre noget ved".

“ Jeg har haft én, jeg sådan har kunnet snakke med. Alle andre har været sådan "det er lige meget".

Jeg havde en folkeskolelærer, der erklærede mig for dum til at kunne lære. De sagde, at jeg aldrig ville kunne lære at læse og skrive, så de havde smidt mig om helt bag i undervisningen. Det var i 1. klasse. Jeg har haft 3 lærere i løbet af min skoletid, som jeg er gået til og sagt: "Jeg har det ikke godt". Jeg har haft én, jeg sådan har kunnet snakke med. Alle andre har været sådan "det er lige meget", eller "det kan vi ikke gøre noget ved". Så lærere har jeg altid haft et lorteforhold til.

Fra 4. til 5., der var jeg stort set ikke til undervisningen. Der rendte jeg rundt udenfor, der gad jeg ikke. En af 6.klasseeleverne, som også havde ADHD, han prøvede at hjælpe mig. Han var den eneste, der kom ud og hjalp mig. Jeg ville have ønsket, at der var nogen, der gad faktisk at prøve at give mig en chance.

---

### **Det værste ved at være ung, det er, at du skal have en plan**

Det, jeg har oplevet, det er forventningerne til, at man bliver uddannet og forventningen til, at man kommer i gang. Det lægger et kæmpe pres på. Altså på virkelig mange. Og det er også noget af det, jeg har snakket med nogle af mine venner om. Det er næsten det værste ved at være ung. Det er det der med, at du skal... Næsten idet, du går ud af 9. klasse, der skal du allerede have planer om, hvad du skal lave i fremtiden. For ellers så er du ikke noget værd på en eller anden måde. Overhovedet ikke. Og det synes jeg også kun, at man har fået bekræftet, når man er kommet til kommunen. Fordi det er bare, at man skal bare ind og ud hele tiden. Det kan jo også give god mening på en eller anden måde, men det kan være lidt svært.

Vi får ret tidligt at vide nogle få veje, man kan vælge. Det tænker jeg i hvert fald. Det har jeg fået at vide. Men der er jo sindssygt, sindssygt mange veje, du kan gå. Og du får bare ikke nok information om noget af det overhovedet. Så du skal jo gætte dig frem til, hvad kunne jeg godt tænke mig? Så kan du kun kigge rundt omkring og se, hvad der er omkring dig. Og så vælger man jo lige det, man har omkring sig.

---

## Min HF blev en stopklods for at få reel hjælp

Da jeg henvendte mig til jobcentret, sagde de, at det var fint, at jeg havde en plan, efter jeg var færdig med min HF. Problemet var, at jeg skulle gå et par måneder, før jeg kunne starte på pædagoguddannelsen. Og man kan ikke gå et par måneder uden penge.

Så sagde de: "Du kan bare starte på SOSU, for det er det samme som pædagog". For FGU, det er jo lidt for dem, der ikke ved, hvad de vil, det vidste jeg jo. Så det kunne jeg faktisk heller ikke. Og det er faktisk en af de store udfordringer. Hvis du har din HF, så skal du i uddannelse.

Da jeg så startede på pædagoguddannelsen, brød jeg sammen ikke så lang tid inde. Så henvender jeg mig til kommunen igen, kan ikke få noget hjælp overhovedet, sådan rigtigt. Så jeg starter på ny uddannelse. Så stopper jeg efter to dage, for jeg kan ikke rumme at være sammen med mennesker. Og det er jo også qua den diagnose, jeg har.

Det er også fordi, jeg har for gode papirer i forhold til, hvordan min psyke er. Det er det, jeg bliver mødt med, det er for gode papirer faktisk. Jamen, at jeg jo bare skal i uddannelse eller arbejde. For jeg har en HF. Altså, det der med, at ens HF lige pludselig skal blive en stopklods for én. At man så ikke kan få noget andet. Det er en videregående uddannelse, du skal have. Og de er altså mere pres, de videregående uddannelser. Ikke at en HF er nem overhovedet, men det er mere afslappende.

“ Det er også fordi, jeg har for gode papirer i forhold til, hvordan min psyke er.

Jeg ville ønske, at de havde mødt mig, hvor jeg var. Og ikke kun kiggede på mine papirer, altså uddannelsesmæssigt. Men også kiggede på, hvor jeg var i mit liv. At man kunne sige, at du ikke skal ud i noget. Nu skal du have dit fokus på, at du skal have det godt. At dit mentale helbred skal blive godt igen.

---

## **Frivilligt anbragt**

Jeg var blevet frivillig anbragt først, så sagde de, at jeg kun skulle bo på opholdsstedet i 2 uger, og så ville jeg komme hjem igen. Men der gik jo ikke 2 uger. Men jeg valgte bare at lade det være, fordi så længe jeg var frivilligt anbragt, så kunne jeg meget mere, end hvis jeg var tvangsanbragt. Det var bedre at være frivilligt anbragt.

Så jeg valgte bare at lade det være, og da jeg så spurgte, om jeg måtte flytte hjem. Så sagde de, at det kan du godt, men så bliver du tvangsanbragt med det samme. Og så valgte jeg bare at lade det køre.

Fordi hvis jeg for eksempel stak af, hvilket jeg gjorde rigtig meget, fordi jeg ikke kunne lige bo der, hvor jeg boede, så kunne de ikke tvinge mig hjem, fordi jeg var frivilligt (anbragt). Så der var rigtig mange ting, jeg kunne, fordi jeg var frivillig.

---

## **Da jeg sagde, jeg ville arbejde med mennesker, kom jeg på lageruddannelsen**

Noget af det første, de gør, når man kommer ind i kommunen, det er, at de spørger om ens interesse. Og jeg synes, det er lidt sjovt. For hvis man siger: "Jeg ved det ikke, jeg vil måske godt noget med mennesker, men jeg er ikke

helt sikker”, så skal de jo netop... I stedet for at sige: “Fuck det spørgsmål, vi lige har stillet her”, så bare sige, hvad der er muligheder, hvis man gerne vil arbejde med mennesker. Fx være lærervikar, det tjener man skidegodt på, og det kan alle.

Jeg sagde til dem, at jeg gerne vil arbejde med mennesker. Så kom jeg på lageruddannelsen. Og der er bare ingenting socialt.

---

## **Efter min dom mistede jeg alt og alle**

Nu er det ramlet helt jo. Jeg har oplevet at have mistet alt og alle igennem mit liv. Jeg mistede jo 100 % alle dem, jeg havde. Det gjorde jeg. Efter det med min dom. Det, der sker, det er, at man har lyst til at give op. Og så langsomt kommer du op og ser små ting i livet. Hvis du selvfølgelig vælger at gøre noget ved det. Mit, det var at løbe eller bare gå en tur generelt og ligesom acceptere, at man godt kan være sig selv. Fordi det er den eneste, du har hele dit liv, som er garanteret. Lev i dig selv, ikke i andre. Og det har jeg haft rigtig svært ved, fordi jeg er sådan meget socialt anlagt, selvom det ikke virker sådan på mig, men det er jeg. Jeg har meget brug for mennesker omkring mig

Førhen var jeg meget... Jeg følte, jeg var god socialt, men jeg tror ikke, jeg havde nær så meget social forståelse, som jeg har i dag. Fordi jeg gik jo og følte, at jeg var pisse gode venner med alle på... Men det fandt jeg jo meget hurtigt ud af, at det var ikke gengældt. Det der med, at mennesker viser noget, men gør noget andet. Det var bare ligesom om... Jeg følte, at jeg gav rigtig meget af mig selv, og så satte jeg mig selv i det der offermode, tror jeg. Det der med, at jeg giver alt det her, hvorfor gider I ikke give noget tilbage. Og bare generelt have den tanke, det er pisse giftigt. Så man kan godt føle sig meget ensom.



---

## Leder efter en psykolog

Lige nu sidder jeg og prøver at lede efter en psykolog, fordi jeg er blevet sat på arbejde selv med at skulle finde en. Og der er jo evig lang ventetid lige for tiden. Så der er bare ingen psykologer at finde.

Det er noget udredning, sådan noget. Fordi jeg har rigtig mange problemer. Jeg er vokset op i en familie med rigtig mange problemer, som er stofmisbrugere og alkoholikere og så videre. Så der er jo også meget andet end det, men psykiatrisk har bare afvist mig og sagt, der ikke er noget.

Det betyder jo, at det udfordrer mig og min forlovede. Han er gået ned med stress og har ADD. Og samtidig med det, så han har også meget at køre med. Hvis jeg ikke får den hjælp, som han så er i gang med at få, så ender jeg med at gå fuldstændig psykisk ned og kan ikke klare noget som helst. Og så ender det med, at vi splitter op, fordi vi ikke kan være sammen, fordi vi begge to har så meget. Jeg kan ikke engang være hjemme med min mor. Jeg kan ikke overnatte hos min mor. På grund af overgreb og på grund af opvæksten og på grund af, at jeg ikke har fået den hjælp.

Kommunen, hvor jeg boede til at starte med, de sendte mig til en psykolog. Og så lige så snart de mente, at jeg ikke havde behov for det mere, så stoppede de det. Selvom jeg stadigvæk havde behov for det. Så der er ikke rigtig kommet noget hjælp hverken fra kommunens side og eller fra psykiatrisk.

Jeg har lige været på et center for seksuelt misbrugte i kommunen. Men de sagde, at på grund af lang ventetid så skal jeg vente i 2 år. Så de tænkte, at det var bedre, hvis jeg fandt et andet tilbud, hvor jeg kunne komme hurtigere til med den samme hjælp. Så jeg leder efter en psykolog.

---

## **Det at have nogen, der kan støtte én, det betyder helt afsindig meget**

Jeg havde kæmpet en ordentlig kamp for at få fat i nogen, der kunne finde ud af, hvad der var galt med mig. For der var ikke rigtig nogen, der kunne støtte mig i det. Det var bare ren og skær dovenskab – altså set fra deres vinkel. Gennem lægen kom jeg så til noget tjek ude ved psykiatrien.

Til at starte med hjælp det faktisk ikke det helt vilde. For det var jo ikke ensbetydende med, at de andre ligesom troede på, at jeg var syg. Jeg var så bare virkelig heldig at have en virkelig god læge på det tidspunkt, som tydeligt godt kunne se, der var et eller andet. Men det var først, efter jeg havde gået på produktionsskolen i 3-4 år. Så fik jeg endelig fat i en psykolog. Der åbnede sig et tilbud, hvor man kunne få lov til at få gratis hjælp. Det har hjulpet en hel del.

Nu glæder jeg mig helt ekstremt til at få lov til at komme i gang med noget. Men også på grund af, at jeg bøvler med noget angst, så er jeg jo ekstremt nervøs. Det giver jo lidt ekstra pres på en eller anden måde. Men bare det at have nogen, der kan støtte én, det betyder helt afsindig meget. Bare det der med, at der er nogen, der siger, at de tror på dig, og at du sagtens klare det der. Så at have en eller anden ved sidelinjen, der altid er der til at støtte en, det hjælper helt ekstremt meget.

Man har jo altid sine forældre, man kan gå til. Men jeg tænker, at som ung, generelt, så er det ikke altid lige mor og far, man allerhelst vil fortælle, at man har det virkelig dårligt. Og ens venner er måske heller ikke lige de første, man fortæller det til. Så det er lige med at finde en eller anden, man stoler virkelig meget på. Og jeg har bare været heldig at have fundet en fantastisk kæreste, der kan støtte mig i det. Og så hjælper det helt vildt meget at gå til psykolog

også.



## **Hvis bare de havde kigget på hele mig**

Jeg er kommunebarn – jeg har været i kommunen, siden jeg var 10. Så jeg har haft rigtig mange roller, ofte været problembarn. Og så blev jeg mor med et meget kompliceret forhold til min datters far og sådan nogle ting. Der er ikke blevet taget hensyn til noget som helst.

Det er først nu, efter jeg har fået en rygdækning i psykiatrien, at jeg faktisk bliver lyttet på, og at jeg faktisk får lov til at slippe lidt for tingene. Og man kan sige, jo, jeg skal komme i den praktik, som jeg har været i, men hvis jeg har en aftale med psykiatrien, så er det okay, jeg bliver væk. Men det har jeg bare ikke mødt, da jeg var yngre overhovedet. Der var det mere sådan, at du *skulle* ud i et eller andet. Og du har ikke rigtig nogen valgmuligheder, når du sidder til visitation. Du skal helst bare nikke.

“ Du har ikke rigtig nogen valgmuligheder, når du sidder til visitation. Du skal helst bare nikke.

Men hvis de havde indhentet alle mine papirer, som de havde – især fordi jeg har den fortid, som jeg har med kommunen – så ville de også kunne se problematikkerne, og så ville de også kunne se, hvor de skulle gøre noget og ikke bare sende mig ud i et eller andet. Hvis de havde kigget på hele mig og hele min historie, så ville jeg måske kunne have startet før i psykiatrien. Så havde jeg fået min diagnose før. De har haft mistanke om det alle min teenageår. Det er først, da jeg knækker helt sammen på pædagoguddannelsen, at jeg selv indser, at jeg bliver nødt til at gøre et eller andet.

---

## **En plet på straffeattesten ødelagde de næste 10 år af mit liv**

Jeg havde en kæreste - vi boede teknisk set sammen, fordi hun hadede sin mor på det tidspunkt, virkelig meget. Så hun boede jo nærmest hjemme hos mig. Og hun døjede også med et eller andet. I min familie, der har vi altid tænkt, at hun måske har noget borderline af en art, men det kan man jo ikke sige, vel?

Vi var sammen hver dag, jeg gik til lidt psykolog på det tidspunkt. Vi fandt så ud af, at jeg havde ADHD. Det var mens, jeg var sammen med hende. Og der fik jeg noget medicin, der bare gjorde alting værre. Svækkede mig, jeg kunne ikke stå op. Jeg var ikke i skole i sådan en måned. Det var jo fordi, jeg simpelthen ikke kunne. Når jeg sad der på stolen, kunne jeg besvime til hver en tid.

Men grunden til, at det blev værre, var jo, at jeg var sammen med hende hver dag. Jeg fik aldrig min egen tid. Og når jeg siger, at hun har borderline - det er jo bare min mistanke. Hun kunne sådan... De ting, der skete, hvis jeg bare havde brug for at gå en tur, så kunne hun jo finde på at sige sådan noget med, at "hvis du går ud af den her dør, og vi ikke diskuterer det her færdigt, så slår vi op". Så er jeg bare gået ud ad døren alligevel. Jeg gider ikke sådan noget pige-fnidder-drama. Det gider jeg simpelthen ikke. Så jeg har jo gået ud, og alle de der ting der, så har det jo bare endt ud i, at hun har fulgt efter mig, og jeg har følt, at jeg har håndteret det godt. Men så ender det jo så med, at jeg ikke håndterer det så godt. Og der kan jeg jo sagtens give medicinen skyld, fordi fra min side der var det dens skyld. For jeg kunne ikke personligt finde på sådan noget. Jeg er ikke en voldelig person overhovedet. Altså, jeg kunne ikke finde på at lægge en hånd på nogen. Men efter den medicin, så kunne jeg åbenbart godt alligevel. Vi snakker tre blå mærker på armen. Og det anmelder hun. Og jeg bliver sigtet for vold og får en voldsdom.

Jeg fandt først ud af, efter et par år faktisk, at jeg ikke kunne det, som jeg gerne ville. I forhold til det, som jeg har gjort, så synes jeg, at straffen er lige godt grov. Fordi den ødelægger jo faktisk 10 år frem i mit liv. Det er faktisk næsten lige gået op for mig. At jeg ikke kan blive det, jeg godt vil. Så får man lige den der depression. Men mit råd er generelt bare, at hvis man har det der, så skal man ikke give op, selvom man egentlig bare har lyst til at give op. Fordi, altså, det er jo ikke fordi, at man som sådan har lyst til at begå selvmord, men det er bare, altså... Det er jo nemmere end at skulle vente 10 år for at komme videre i sit liv, kan man sige. Det gør jeg jo så ikke, fordi jeg er fint tilfreds med mit liv, faktisk.



## **Jeg ville ønske at hun havde sagt det til én, der kunne hjælpe**

Jeg vidste selvfølgelig ikke dengang, at det var angst. Men det er kommet endnu mere, efter jeg er blevet ældre. Jeg kan huske, at jeg hørte stemmer. Jeg hørte stemmer hjemme hos min far. Så begyndte den her angst at komme mere i min hverdag. Jeg var usikker i skolen, jeg har heller ikke altid haft det særligt godt i skolen. For jeg har også skiftet skoler ret meget.

Jeg tror egentlig ikke, jeg var rigtig anderledes. Men det føles sådan, fordi jeg bare havde svært med at snakke med folk generelt. Så jeg begyndte at selvskade mig selv. Jeg var virkelig kropsfokuseret. Jeg har altid været det meget, sådan med vægt. Det kom så meget i 8. klasse. Jeg spiste ikke særlig meget, og når jeg spiste, så kastede jeg det op. Min lærer vidste det godt. Og mine venner. Der var en af mine venner, der havde fortalt det til min lærer. Hun havde bare en snak med mig. Og så sagde hun, at hun ville ringe til min mor, men hun fik aldrig ringet.

Der skete aldrig noget. Jeg ville ønske, at hun havde givet den besked videre til nogen, der ville kunne hjælpe mig. Jeg kan også huske, at hun sagde, at hun ville gøre det, men hun fik det aldrig gjort.

“ Jeg ville ønske, at hun havde givet den besked videre til nogen, der ville kunne hjælpe mig.

Og det var faktisk svært for mig, når jeg skulle spise i skolen. Jeg ville helst spise alene. Noget, jeg stadigvæk gør derhjemme. Jeg har lært, at når jeg går på FGU, så skal jeg spise sammen med de andre. Det er mere naturligt nu. Men derhjemme kan jeg slet ikke lide det.

Hvis jeg skal spise med min mor, så gør jeg det altid alene. Jeg kan godt spise med mine venner. Det er blevet bedre, men jeg nyder det ikke. Jeg tænker altid over det. Jeg har selv skulle komme ud af det. Det har jeg aldrig fået noget hjælp med. Det er blevet bedre, men det er der stadig i mine bagtanker. Det med mad og sådan noget.

---

## **Jeg stoler ikke på kommunen**

Jeg har boet på opholdssted, fra plejefamilie til plejefamilie, til opholdssted til et nyt opholdssted osv. Så jeg er sådan set bare blevet kastet rundt. Og så lige da, inden jeg blev 18 og skulle have efterværn, så fortalte kommunen, at jeg kun kunne få det i et år. Og det gjorde de faktisk efter nogle ulovlige paragraffer. Nogle, som de ikke måtte. Men så flyttede jeg så til en ny kommune i min egen bolig, anbragt i min egen bolig.

Nu er jeg kommet i efterværn ved den kommune. De hjælper mig med penge hver måned, betaler for mit ungdomskort, så jeg kan komme i skole, og så videre. De har også sagt, at de vil have en betalt for psykologen, hvis jeg finder en. Så de har faktisk hjulpet rigtig meget. Selvom jeg nu får hjælp fra

kommunen, så har jeg haft rigtig meget dårlig erfaring med, at der ikke har været noget hjælp. Så jeg har rigtig svært ved at stole på kommunen stadigvæk. Jeg har en ungekonsulent, én som skal komme ud og hjælpe mig. Men på grund af, at jeg er blevet svigtet så meget igennem min opvækst, så stoler jeg ikke på hende. Så jeg fortæller hende ikke ting, fordi jeg ikke stoler på kommunen.

Wow. Ja, det var sådan lidt stressende de første måneder efter, jeg var blevet 18..... sådan lige at komme ind i alting, lige vide hvad jeg skal gøre, hvordan jeg gør det og så videre. Fordi jeg stod der bare sådan helt alene.

Nej, jeg vidste ikke noget. Fordi godt nok siger kommunen, at opholdssteder hjælper én med at lære at lave mad og passe sit værelse og sådan noget og så videre.

Men det gør de ikke. Ens maddag er, at man skal varme mad op.

Oprydningdag er det bare, hvis man ikke selv gør det, så gør pædagogen det.



## **Jeg tog imod diagnoserne, men jeg fik ikke noget ekstra hjælp**

Da jeg kom i psykiatrien, så skulle jeg have en udredning. Men jeg ville først kunne få den i januar. Sådan lidt der, ikke? Det var januar sidste år. Så var jeg igennem et langt forløb, hvor jeg forklarede mine problemer. Og så gav de mig to diagnoser. Den ene var noget, der hed tilpasningsreaktion, som gør, at jeg har svært ved nye ting. Og så kan jeg blive deprimeret og få angst over det. Og den anden var noget, der hed ikke-organisk psykose. Fordi jeg godt kunne høre de her stemmer og føle, at jeg kunne se nogle ting.

Men så sagde de bagefter, at jeg var sådan. Så okay, kan jeg så få noget...? Jeg fik samtidig tildelt en familiekonsulent, det hjalp mig. Men jeg følte stadigvæk brug for mere hjælp. Og så da jeg skulle have den afsluttende samtale om de

diagnoser, jeg havde fået, så sagde de så, at jeg bare skulle ignorere dem, de her stemmer og sådan noget.

Jeg kunne ikke få mere hjælp. Så jeg var sådan lidt ked af det over det, for det føltes sådan lidt ligegyldigt, at jeg har været igennem det hele. Det føltes sådan lidt, at jeg har været igennem alt det her psykiatriske forløb. Og så prøv at hør, at jeg tog diagnoserne, og så får jeg ikke noget ekstra hjælp.

Min familiekonsulent blev sygemeldt, så jeg havde ingen. Det var altså derfor, at jeg kom ind i psykiatrien igen nu her. Og der fik jeg en ny diagnose, som var social angst. Og der kunne jeg få mere hjælp ved, at jeg ville kunne få en psykolog, også gratis. Men jeg skulle selv finde dem. Og der er også op til et års ventetid. Så nu her, når jeg bliver 18, har jeg ingen familiekonsulent, ingen sagsbehandler. Jeg bliver sådan lidt truet med..... altså jeg bliver 18 om en måned. Jeg bliver sådan lidt truet med, at nu bliver du voksen, og så skal du gøre de ting og de ting selv. Og der er ikke andre, der kan hjælpe dig end dig selv.





Metode

**Sådan har vi gjort**

Denne publikation bygger på levede erfaringer fra i alt 122 unge mellem 16 og 25 år fra forskellige kommuner på tværs af Danmark. 66 er unge kvinder, og 56 er unge mænd.

SUS - Socialt Udviklingscenter har i 2022-23 designet og gennemført en række kollektive involveringsprocesser med unge, som har erfaringer med, at ungdomslivet kan være svært og - for manges vedkommende - har oplevet udfordringer i overgangen fra grundskole til ungdomsuddannelse og beskæftigelse.

De unge har meldt sig frivilligt gennem konkrete uddannelsesinstitutioner, tilbud, indsatser, organisationer og foreninger. SUS har været i kontakt med op mod 60 forskellige steder for at finde de aktører, som kunne bygge bro til de unge som del af rekrutteringsprocessen.

Ungefortællingerne i denne publikation er blevet til i kontekster, hvor vi har inviteret unge ind til både at dele egne erfaringer, men også til at deltage i et videre vidensarbejde med at tematisere, analysere og pege på mulige veje frem sammen med os og andre aktører. Ud fra en forståelse af viden som noget, der skabes i konkrete processer, hvor vidensformer bearbejdes, sorteres mm.

Det er ikke denne publikations ærinde at lægge indholdet eller resultatet af disse konkrete samarbejds kontekster frem, men vi skitserer herunder kort vores tilgang til det samlede samarbejde med de unge, så baggrunden og klangbunden for det, de unge har været inviteret til at deltage i, fremgår.

### **Fortællecamp og fortællerunder**

Vi har inviteret de unge til "fortællecamp", som typisk er minimum en dag. Der deltager typisk 20-25 unge i hver fortællecamp. Vinklen på invitationen har varieret fra gang til gang alt efter det præcise fokus i det konkrete samarbejde. I nogle tilfælde har indgangsvinklen været det at opleve vanskeligheder i overgangen fra grundskole til ungdomsuddannelse og job, i andre et bredere fokus på ungeliv og mistrivsel.

På fortællecampen begynder de unge med at dele nogle af deres personlige erfaringer med os og hinanden. Vi starter i mindre grupper (mellem 3 og 7), hvor unge gennem faciliterede "fortællerunder" deler erfaringer med hinanden om fx ungdomsliv, når det bøvler, eller om vejen fra folkeskole og til ungdomsuddannelse. Vi har også bedt og guidet de unge til at fortælle og visualisere deres "ungerejse", i de tilfælde, hvor vi har fokuseret specifikt ind på overgangen til ungdomsuddannelse.

Vi har indledt med at formulere fælles spilleregler for, hvordan gruppen er sammen. Bagefter er der en fælles brainstorm om, hvad temaet i fokus kan og skal rumme, og hvad der fra et ungeperspektiv er vigtigt at tale om.

Dernæst vælger de unge, hvilket nedslag, erfaring eller længere bidder af deres individuelle historie, de gerne vil dele med os og med hinanden. Hver ung får omkring 15-20 minutter til at fortælle. Imens lytter de andre. Når den unge er færdig med at fortælle, kan de andre unge bevidne det, de har hørt, hvis de har lyst - og derefter går turen videre. De unges fortællinger optages.

Efter fortællecampen gennemlyttes optagelserne, og vi udskriver oftest flere, afgrænsede og korte fortællinger, som den unge får til godkendelse. Fortællingerne justeres evt. og anonymiseres i samarbejde med den unge. Det er disse fortællinger, denne publikation rummer.

### **Unge som vidensaktører**

På baggrund af den erfaringsbaserede viden, den enkelte ung har bidraget med, går vi fra det individuelle til det kollektive. Vi skaber fælles viden gennem en faciliteret, involverende proces, hvor de unge sammen udpeger og analyserer sig frem til temaer på tværs af deres fortællinger. På den måde skaber vi sammen med dem et nyt vidensgrundlag fra et ungeperspektiv.

Det sker konkret på forskellige måder. Nogle gange sammen med de unge i umiddelbar forlængelse af fortællerunderne, andre gange er de unge eller en mindre gruppe af de unge inviteret til at komme til en efterfølgende dag for at kvalificere de foreløbige temaer, vi har sammenfattet fortællingerne under.

## **Samskabelse af viden**

De unges erfaringer kan ikke stå alene; deres viden skal bringes i omgang med viden fra andre ståsteder, og derfra kan ny viden skabes i fællesskab. Derfor har vi også i flere af involveringsprocesserne på forskellige måder faciliteret en dialog mellem fx fagprofessionelle, forskere eller andre videnspersoner og de unge, der har lyst til at være deltagere i det videre arbejde. Det kan eksempelvis være et dialogmøde, eller at de unge inviteres til at mødes med en bredere kreds af fagpersoner eller et politisk niveau. Fælles for denne type dialog er, at de unge skal have mulighed for at forberede sig sammen med os og hinanden, bl.a. om, hvad der er særligt vigtigt for dem at få formidlet. De unge deltager i disse fora på vegne af den samskabte viden, de har lavet med de andre unge, og ikke som repræsentanter for deres individuelle fortællinger.

## **Inspiration**

Tilgangen "fortællecamp", hvor unge bliver medskabere af nye og supplerende vidensgrundlag, er udviklet af SUS og er bl.a. inspireret af tankerne bag Relationel velfærd, elementer i konceptet Social Lab og metodikken Servicerejser. For yderligere metodeovervejelser, se SUS' publikation "[Unge som erfaringseksperter](#)".

## Om SUS

SUS er et socialt projekt- og videnshus. I tæt samspil med borgere og professionelle udvikler vi nye, stærke sociale løsninger.

Sammen med andre udforsker vi, hvordan vi kan

1. Give mennesker i udsatte positioner en større stemme i udviklingsprocesser og større indflydelse på egne forløb.
2. Forbedre og forenkle samfundets støtte- og hjælpesystemer med særligt fokus på deltagelse og tillidsfulde relationer som de bærende forandringsmekanismer.
3. Være risikovillige og eksperimenterende i måden vi i fællesskab udforsker og løser sociale problemer på - i erkendelse af at vi sjældent kender svarene på forhånd.

Vores tilgang og strategier varierer, men vi forsøger altid at skabe blivende forandringer for dem, indsatserne handler om, ved at styrke kvalitet og effektivitet i de systemer og civilsamfund, der omgiver dem.

Vi arbejder på tværs af fagområder og sektorer og involverer borgere og professionelle i engagerende og udviklende processer. Vi skaber resultater ved at kombinere viden om, hvad der virker, med nysgerrighed og mod til at eksperimenterere.

Vi arbejder på et non-profit grundlag og er organiseret som en almennyttig forening. Vi samarbejder med og løser opgaver for et stort netværk af organisationer, kommuner, ministerier og fonde.