

Danmark

Vejret i Danmark



Lunt og først regn, senere lidt sol

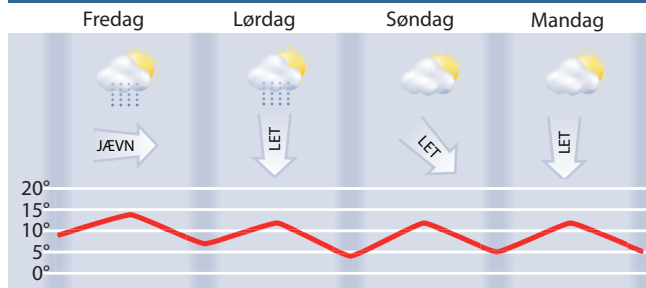
Ret varm luft strømmer en overgang op over Danmark fra sydvest. Et lavtryk syd for Island bevæger sig østpå til Finland. En tilhørende koldfront passerer Danmark natten til i morgen ledsaget af regn.

ved kyster med pålandsvind kun omkring 10 grader. Let til frisk vind fra sydvest. I aften mest tørt, men i natens løb regn mange steder. Temperaturer ned omkring 8 grader og svag til jævn vind omkring sydvest.

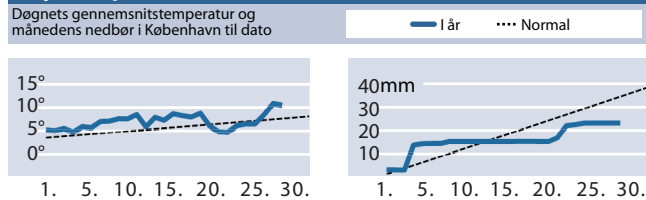
I dag: Først på dagen stedvis lidt regn, ellers mest tørt og i løbet af dagen mulighed for lidt sol, især i de sydøstlige egne. Temperaturer op mellem 15 og 20 grader, men

I morgen: Stedvis regn eller byger, men også mulighed for lidt sol. Temperaturer op mellem 10 og 15 grader og let til frisk vind fra sydvest og vest grader.

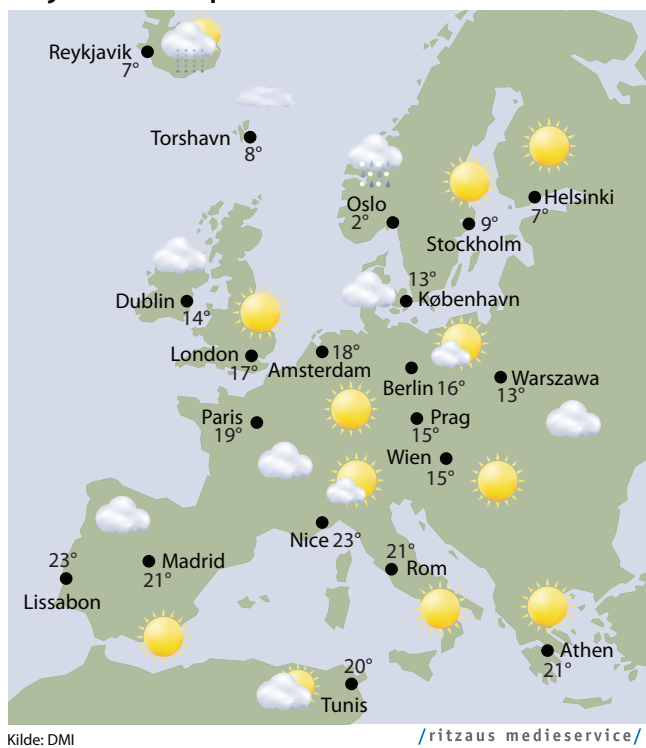
Vejret de næste fire dage



Vejret i april



Vejret i Europa



TEMPERATURER I EUROPA

Amsterdam	18 skyfrit	Malta	19 skyet
Athen	21 skyfrit	Moskva	15 overskyet
Bergen	8 finregn	Nice	23 letskyet
Bolzano	18 skyfrit	Nnuuk	-2 overskyet
Bruxelles	19 letskyet	Oslo	2 slud
Cagliari	20 skyfrit	Palermo	19 letskyet
Dublin	14 skyet	Paris	19 skyet
Frankfurt	18 skyfrit	Prag	15 halvskyet
Geneve	16 skyfrit	Reykjavik	7 regnbyge
Helsinki	7 skyfrit	Rhodos	20 skyfrit
Innsbruck	14 letskyet	Rom	8 tåge
Kreta	17 skyet	Torshavn	8 tåge
København	13 skyet	Trondheim	5 skyet
Lissabon	23 skyet	Verona	21 halvskyet
Locarno	18 skyet	Warszawa	13 skyet
Madrid	21 skyfrit	Wien	15 skyfrit
Malaga	21 letskyet	Zürich	17 letskyet

VALUTAKURSER

Australien	AUD	517,00	Polen	PLN	190,02
Canada	CAD	557,89	Schweiz	CHF	518,51
Estland	EEK	47,56	Singapore	SGD	846,36
Euro	EUR	744,22	Storbritannien	GBP	85,34
Hongkong	HKD	72,13	Sverige	SEK	77,71
Island	ISK	-	Tjekkiet	CZK	29,17
Japan	JPY	9,9681	Ungarn	HUF	2,790
Letland	LVL	1,051,16	USA	USD	559,98
Litauen	LTL	215,54			
New Zealand	NZD	403,28			
Norge	NOK	94,88			

KILDE: DANMARKS NATIONALBANK



▲ Ensomhed, lavt selvværd og lige lovlig høje ambitioner på egne vegne kastede 21-årige Louise Rasmussen ud i fem år med først spisevægring, siden overspisning. I dag føler hun, at hun er blevet bedre til at styre sin spiseforstyrrelse frem for at lade den styre sit liv. – Foto: Lars K. Mikkelsen/Scanpix.

DEN SVÆRE UNGDOM Unge har altid stræbt efter at fremstå som smukke, afholdte og succesrige, men nutidens 15-24-årige er de hidtil mest perfektionistiske. Skuffes de høje forventninger, er spiseforstyrrelser og selvskadende adfærd en tidstypisk reaktion

Generationen der påtog sig hele skylden

AF MORTEN MIKKELSEN

Engang i efteråret 2004 talte Louise Rasmussen – en dygtig og ambitiøs, men også ensom og usikker håndboldpige fra Odense – med sin træner. Hun fik at vide, at hvis hun tabte et par kilo, kunne hun komme på divisionsholdet. I løbet af godt to år tabte hun ikke bare et par, men 50 kilo. Det, som begyndte som en slankekur, var blevet til spiseforstyrrelsen anoreksi.

– Lige siden jeg blev født, havde jeg været stor. Nu tænkte jeg, at hvis jeg tabte mig lidt, ville jeg få de venner, den kæreste og den plads på holdet, jeg ikke havde, men som jeg ønskede mig. Desværre gik det grassat, fortæller Louise Rasmussen.

Inden slankekur begyndte, vejede hun 98 kilo. I begyndelsen af 2007 var hun nede på 46. Da havde hun blandt andet oplevet at blive tvangsindlagt og få sondebad på grund af sin spisevægring. Det lykkedes hende at få bugt med sin anoreksi, men straks efter tog tvangsoverspisning over. Med det resultat, at Louise Rasmussen tog alle kiloene på igen og mere til.

I dag er hun 21 år og gymnasieelev i 3. g. Hun har været igennem et langt behandlingsforløb og føler, at hun har fået mere kontrol over sin spisning. Så meget, at hun i dag kan begynde at tænke over, hvorfor hun – ligesom et meget stort antal af sine jævnaldrende – har haft så lavt selvværd og reageret så voldsomt imod sig selv.

– Jeg har altid været perfektionist med rigtig stort P. Når jeg begynder på noget, giver jeg mig selv fuldt ud. Samtidig er jeg blevet mobbet i skolen og har altid følt, at jeg ikke rigtig passede ind nogen steder. Og jeg har oplevet, at mine forældre bedre kunne lide min storesøster end mig, fortæller hun.

Hun tilføjer, at forældrene flere gange har forsøkt, at det ikke er tilfældet. Men det ændrer ikke ved, at datteren har manglet anerkendelse og nogen at tale om med om problemerne. Men Louise Rasmussen har aldrig haft lyst til at give forældrene skylden for det hele og gennemføre det store ungdomsoprør. Hun tænker heller ikke

på at afregne på klassekammeraterne, håndboldtræneren eller samfundet i al almindelighed.

– Jeg har altid haft svært ved at gøre andre kede af det. Derfor hænger det på mig det hele, siger hun og tilføjer:

– Et eller andet sted er det for let at sige, at det er de andres skyld.

Ifølge Jens Christian Nielsen, lektor og forskningsleder ved Center for Ungdomsforskning på DPU Aarhus Universitet, er det lige netop kendetegnende for de unge, som i dag er mellem 15 og 24 år, at ambitionerne er helt i top, og at de unge selv påtager sig enhver skyld for de problemer, som måtte opstå.

– Går vi bare en generation tilbage, var det i 1980'erne udbredt at sige, at det var samfundets skyld, hvis man var arbejdsløs. Det anser de unge ikke længere for holdbart, heller ikke nu, hvor krisen og arbejdsløsheden er vendt tilbage, siger Jens Christian Nielsen, som sammen med en række kolleger arbejder på et stort forskningsprojekt, "Når det er svært at være ung i Danmark".

Han påpeger, at såvel denne aktuelle danske forskning som en tidligere svensk undersøgelse tegner et billede af en ungdomsgeneration, som på den ene side fokuserer meget stærkt på, at man bør være *udadvendt*. Man skal kunne demonstrere social succes og kontrol over både krop og karriere. Til gengæld er reaktionen på skuffelser og nederlag mere *indadvendt* end før.

Derfor har vi en generation, som er mindre oprørske, voldsomme og kriminelle end tidligere, men til gengæld er i større risiko for depressioner, spiseforstyrrelser og andre former for selvskadende adfærd, for eksempel *cutting*, hvor den unge skærer i sig selv.

– Det er meget, meget vigtigt for unge at indgå i et fællesskab, men i bedømmelsen af sig selv fokuserer de kun på deres eget individ. Et meget stort problem er, at de voksne, som skulle hjælpe de unge, gør det samme. De ser ikke på, hvordan den unge fungerer socialt, men betragter dem som individuelle tilfælde af spiseforstyrrelse eller cutting, siger Jens Christian Nielsen, som mener, at forældre, lærere og pædagoger bør være meget mere opmærksomme over for de unge, som er stille og ikke gør meget væsen af sig.

Han bakkes op af Ida Koch, ungdomspsykiolog i Den Gule Flyver på Nørrebro, forfatter samt tidligere rådgiver for unge i DR-radioprogrammet Tværs. Hun har netop sammen med Jens Christian Nielsen og en række andre eksperter udgivet håndbogen "Den svære ungdom", som er fyldt med information til voksne om, hvordan nutidens ungdomsproblemer ser ud og bør håndteres. Hendes billede på den tidstypiske unge er den flittrige gymnasiepige, som får høje karakterer og lykkes med meget, men er så stor en perfektionist, at det alligevel aldrig er godt nok.

– Vi har altid haft nogle unge, som blev omtalt som "de stille piger" eller "de diskrete problembærere", som jeg kalder dem. Men vi ser flere af dem i dag, og det mener jeg skal ses i sammenhæng med moderniteten, siger hun og uddyber:

– Vi lever i en individualistisk tid, hvor det er den enkeltes ansvar at skabe sin egen identitet, sit eget livsprojekt. Samtidig ser vi en mangfoldighed og en foranderlighed i samfundet, som går så hurtigt, at det også for os voksne virker ubegribeligt. Det skaber hos mange sårbare unge en indre kaos-følelse. For at dulme stress, angst og opgiveness vælger mange at skære sig selv eller udvikle en spiseforstyrrelse som et forsøg på dog at kontrollere noget i livet eller aflede smerten.

Mette Fløjborg er rådgivningskoordinator i Landsforeningen mod Spiseforstyrrelser og Selvskade. Hun er enig i, at der i tiden er en meget stærk optagethed af, at enhver er sin egen lykkes smed. Samtidig er børn helt ned i 6. klasse ekstremt optagede af krop og sundhed. Og endelig ser hun en tendens til, at unges relationer bliver mere overfladiske.

– Venskaber er stadig kolossalt vigtige, men jeg har indtryk af, at færre har nogle få hjerteveninder, som de

"Jeg har altid haft svært ved at gøre andre kede af det. Derfor hænger det på mig det hele."

LOUISE RASMUSSEN

kan føre lange, dybtgående snakke om problemer med. I stedet har de mere overfladiske Facebook-venner, som godt kan spørge: "Hvordan går det?", men hvor alle forventer, at svaret lyder: "Godt", siger hun.

Dermed ser pigers indbyrdes relationer ud til at ligne drenges mere, idet de er mere overfladiske og knyttet til en fælles aktivitet. Og sideløbende med, at kontakten for begge køns vedkommende er udadvendt og overfladisk, kommer der flere indadvendte drenge.

– Men selvom piger og drenge ligner hinanden mere, er 9 ud af 10 unge med spiseforstyrrelser eller selvskade stadig piger. Der er stadig en tendens til, at pigerne har en hård indre kritiker, som de lytter mere til, end drengene gør, siger Mette Fløjborg.

Det er forår. I sin ungdomsbog i Odense går Louise Rasmussen og glæder sig til, at hun efter studentereksamen og sommerferien – om alt går vel – skal begynde på medicinstudiet ved Syddansk Universitet. Såvel perfektionismen som spiseforstyrrelsen har hun fået meget bedre styr på, selvom hun fortsat har "dage, hvor jeg har lyst til at grave mig ned under gulvtæppet".

– Jeg var 10 år, da jeg første gang sagde, at jeg vil være læge, når jeg bliver stor. Jeg har taget biologi på højniveau, og jeg synes, menneskekroppen er en så ufatteligt spændende organisme, at jeg gerne vil lære endnu mere om den. Desuden er jeg optaget af at kunne hjælpe andre. Men jeg har ikke lyst til at arbejde inden for det psykiatriske system. Det kender jeg det lidt for godt til.

mikkelsen@kristeligt-dagblad.dk

KORT NYT

Penge til grønne skove i Afrika

Regeringen sætter nu adresse og beløb på nogle af de 1,2 milliarder kroner i klimapakken, der ifølge regeringen gør nogle af de fine ord fra decembers klimatopmøde i København til handling. De 1,2 milliarder kroner i pakken fordeles over 2010, 2011 og 2012. I 2010 er der sat godt 300 millioner kroner af, der blandt andet skal gå til at støtte landbrug og skove med fokus på udvikling af klimavenlige løsninger (60 millioner kroner) samt fremme anvendelsen af klimavenlig teknologi og vedvarende energi i udviklingslandene (61 millioner kroner). /ritzau/

Danske soldater drak for meget

Fire soldater fra flyvevåbnet er sendt hjem fra FN-missionen Unifil i Libanon før tiden, og tidligere er det samme sket for to andre soldater i missionen. Årsag: Druk. De fire senest hjemsendte var ifølge Radioavisens oplysninger særdeles berusede, da deres drikkelag blev afsløret. Skønt alkoholindtaget foregik i soldaternes fritid, er det ingen formildende omstændighed, siger pressetalsmand Lars Skjoldan fra Flyvertaktisk Kommando. /ritzau/

Mobbe-telefon skaber travlhed

En ny anonym hotline om mobning på arbejdspladsen har skabt travlhed hos Arbejdstilsynet, skriver Nyhedsbrevet 3F. Linjen har kun været åben i en uge, men allerede nu tegner der sig et klart billede. – Vi har endnu ikke nogle tal, men der har været travlhed fra første dag og er det fortsat. Der er både folk, der selv er ramt af mobning, og virksomheder, der ringer, fortæller Tom Hansen, der er chefkonsulent og psykolog i Arbejdstilsynet. /ritzau/

Virksomheder undgår Facebook

Skønt over to millioner danskere er på Facebook, er 70 procent af de store danske virksomheder tilbageholdende med at gå i åben dialog på det populære sociale medie. Det viser en analyse fra Holm Kommunikation, som har undersøgt 250 af de største danske virksomheders tilstedeværelse på de sociale medier. Direktør Claus Bendtsen, der rådgiver danske og internationale virksomheder om kommunikation, mener, at sociale medier som Facebook virker skræmmende for virksomhederne, fordi dialogen er på forbrugernes præmisser. /ritzau/

Virksomheder på Facebook



Kilde: Holm Kommunikation /ritzau/

Kristeligt Dagblad Grundlagt 1896

A/S Kristeligt Dagblad er uafhængig af politiske partier og interesseorganisationer

Adresse
Rosengården 14
1174 København K
Telefon 33 48 05 00
Fax 33 48 05 02
kristeligt-dagblad@kristeligt-dagblad.dk
Giro 6 40 01 24
Reg. nr. 1195, ISSN 0904-6054

Kristeligt Dagblad på nettet
www.kristeligt-dagblad.dk
www.religion.dk
www.kristendom.dk

Abonnementservice
Telefon: 33 48 05 05
lørdag dog 33 48 05 00
Fax: 33 48 05 01
abonnement@kristeligt-dagblad.dk

Annoncer
Telefon: 33 48 05 00
Fax: 33 48 05 01
annonce@kristeligt-dagblad.dk

Ekspedition
mandag til fredag kl. 8.30-16
lørdag kl. 8.30-12

Ansvarshavende chefredaktør og adm. direktør Erik Bjerager
Medredaktør Michael Ehrenreich
indland@kristeligt-dagblad.dk
Nyhedschef Jeppe Duvå
redsek@kristeligt-dagblad.dk
Kirkeredaktør Morten Thomsen
Højsgaard
kirke@kristeligt-dagblad.dk

Udlandsredaktør Henrik Brun
udland@kristeligt-dagblad.dk

Debat- og kronikredaktør Jakob Holm
debat@kristeligt-dagblad.dk
kronik@kristeligt-dagblad.dk

Kulturredaktør Michael Bach Henriksen
kultur@kristeligt-dagblad.dk
historie@kristeligt-dagblad.dk

Liv & Sjæl-redaktør Karin Dahl Hansen
livogsjael@kristeligt-dagblad.dk
familieliv@kristeligt-dagblad.dk

Politisk redaktør Henrik Hoffmann-Hansen
indland@kristeligt-dagblad.dk

Navnemedarbejder Søren Kronholm
navne@kristeligt-dagblad.dk
Internetchef Anders Ellebæk Madsen
ellebaek@kristeligt-dagblad.dk

Salgs og marketingdirektør Hans-Christian Kock

Abonnementschef Kashmir Christensen

Announcechef Pernille Gram

Distributionschef Jørgen Schmidt



Mix

Cert.no.SW-COC-004480
© 1996 FSC
Kristeligt Dagblad er trykt på FSC-certificeret papir, der støtter bæredygtigt skovbrug verden over.