

# Den “sterkes” problemer.

Ingen er bare sterke.

Selv en som er usedvanlig intelligent, dyktig på idrettsbanen og i det praktiske liv, følelsesmessig robust og i god psykisk balanse kan mange ganger føle seg liten og redd og ha behov for omsorg og støtte.

Det at den sterke til tider kan føle seg svak, er ikke noe problem.

Derimot er det ofte et problem at mange sterke har opplevd at det er heller få som er glad i styrken deres.

Og skulle de vise svakhet, kan de risikere å få signaler i retning av “Vi visste det nok, du er ikke så sterk som du tror” (for den sterke tror selvfølgelig at han er bare sterk). Janteloven er det ikke lett å komme unna.

Fysisk styrke blir forresten som regel akseptert, og det er helt ok å være sterk på idrettsbanen. Det er andre former for styrke som er mer problematisk.

Kan hende skjer dette fordi vi innerst inne er litt redde for en som er sterkere enn oss.

En som vi føler er svakere enn oss selv, kan vi så gjerne oppmuntre og gi en klapp på skulderen. Det understreker bare vår egen styrke og overlegenhet.

Men å oppmuntre en som er sterkere enn oss og gi ham eller henne en oppmuntrende klapp på skulderen, gjør vi ikke så lett. Vi tør ikke. Kanskje er vi redde for at vi dermed skal bli enda mindre selv. Den sterke kan vekke både frykt, misunnelse og irritasjon hos oss.

Men den sterke trenger også oppmuntring og støtte - uten å måtte legge seg flat for å få det.

Mange “sterke” har opplevd noe av dette i barndommen eller på skolen:

- Barn som er intellektuelt sterke, finner ofte jevnaldrende litt for lite utfordrende. Det blir mer spennende å søke kontakt med dem som er et par år eldre. Men selv om intellektet på denne måten blir stimulert, går en glipp av venner på samme følelsesmessige nivå som en selv. Det har negative konsekvenser for det vi kan kalle “den emosjonelle intelligensen” som har med menneskelig samspill å gjøre. Ensomhet kan bli et problem, særlig når de eldre vennene kommer i puberteten, begynner på en yrkesutdannelse eller stifter familie.
- Barn som lærer fort, blir ofte overlatt til seg selv på skolen. Mens barn med lærevansker får oppmerksomhet og stimulans, settes det lite inn på at de som lærer raskt skal få utvikle seg i det tempoet som passer dem. Ofte holdes de igjen. På den måten kan skolen lett bli kjedelig.
- I høyere klassetrinn kan slike elever også lett oppfattes som kritiske. En lærer som ikke er trygg på seg selv kan lett føle slike elever som en trussel og bli mer opptatt av å jekke dem ned enn å føre dem videre.
- Mens en elev som har fått en del 5-ere på karakterkortet kan fryde seg over dem, er det ikke så lett for en som stort sett har 6-ere å vise åpenlys glede over resultatet. Det kan

lett tolkes som stolthet og som en tendens til å heve seg over de andre.

- En som er vandt til å få 6, vil neppe bli forstått dersom han en gang blir skuffet fordi han bare får 5 - selv om det kan være en like alvorlig skuffelse som når en som er vant til 4 bare får 3.
- I mange miljøer er det ikke populært å ha gode karakterer og være flink på skolen. En kan til og med bli mobbet for det!

Også i voksen alder kan det være vanskelig å være “sterk”.

- Utsagnet “Du virker så sterk” er i mange miljøer - kanskje spesielt i enkelte terapeutiske miljøer og kristne miljøer - uttalt mer som en anklage enn som en oppmuntring. Styrke blir lett mistenkeliggjort. Det ligger liksom i kortene at en helst skal kjenne seg svak.
- “Har ikke du noen problemer, da?” er et spørsmål den sterke kan få i sammenhenger der en deler med hverandre. Den sterke må liksom “bevise” at han også kan være svak. Og det er ikke uten videre lett å bli anerkjent som “svak nok”.
- Mange ser det som en oppgave å jekke den sterke ned noen hakk - ofte til og med fordi de tror at den sterke har godt av det.
- Den sterke får heller få oppmuntringer til å bruke sin styrke og utvikle den videre. Innerst inne kan den sterke derfor ofte føle seg ensom.
- Ensomheten forsterkes dersom en opplever at “den svake” i enkelte situasjoner får meget omsorg og støtte mens en selv må klare seg alene.
- Mange tror at den sterke er mer ufølsom enn andre. Den sterke får derfor oftere hardere medfart enn en som blir oppfattet som svakere.
- Mange, særlig de som er usikre på seg selv, har ofte en del aggressive følelser til en som virker sterk og “vellykket”. Det er ikke så lett å bli utsatt for disse aggresjonene.
- Den sterkes problemer og smertefulle følelser blir lett bagatellisert. Det at den sterke ellers takler livet rimelig bra, får mange til å tro at da kan ikke smertene og problemene være så store heller. “Du klarer det nok”, får den sterke høre. Men det er ofte lite medfølelse i et slikt utsagn.
- Den sterke får ofte signaler i retning av at “Dersom du bare blir svak, skal vi vise at vi er glad i deg”. Men den sterke savner ofte en medmenneskelig omsorg og nærhet som ikke forutsetter svakhet eller problemer.
- Den sterke er god å ty til når oppgaver skal fordeles. Det skjer ofte etter prinsippet “Tar du den, så tar du den”. Det er liksom selvsagt at det er den sterke som alltid skal ta ansvaret.
- Dersom den sterke ikke blir godtatt, er det selvfølgelig den sterkes egen skyld.

**Ingen er så sterk at han ikke trenger støtte, ingen er så svak at han ikke kan gi støtte.  
Den sterke må bli tatt på alvor når han føler seg svak, og den svake må bli tatt på alvor når han føler seg sterk.**