

KAP. 1

DROP OPDRAGELSEN!

Det lyder som en provokation, og det er det også. Vi opdrager nemlig stadig vores børn efter nogle principper, der har rod i et forældet børnesyn og en tid, der for længst er forbi. Jeg mener derfor, at vi skal droppe opdragelsen, som vi kender den. Det er bevist, at den opdragelse ikke virker efter hensigten og er skadelig for børns læring og udvikling. Nogle steder praktiseres den for fuld styrke. Andre steder titter den frem, når vi er presede og føler os magtesløse.

Forældre ønsker ikke at skade deres børn. Når det alligevel sker, er det fordi, vi ikke ved bedre. Det er tid til at gøre op med den traditionelle måde at opdrage og være forældre på og pege på nye måder og muligheder, der støtter væksten for alle i familien. Mange af os har en fornemmelse af, at den måde, vi opdrager på, ikke virker helt – eller i hvert fald ikke så godt, som vi kunne ønske os.

Vi har en følelse af, at det godt kunne være bedre, men vi ved ikke, hvordan vi skal gribe det an i praksis. Den traditionelle måde at være forældre på, er den, som i kærlighedens navn krænker og belærer, og som ikke har blik for det faktum, at børn som udgangspunkt allerhelst vil gøre deres

forældre glade og derfor gerne giver afkald på en del af sig selv for forældrenes skyld. Et andet tegn på den forældede opdragelse er de tilfælde, hvor vi kommer til at give børnene skylden og ender med at optrappe konflikten – endda uden at vide, at det er det, vi gør. Måske tænker du nu: ”Sådan er jeg ikke”. Men måske gør du alligevel ligesom mange andre. For meget af dette foregår automatisk og ureflekteret, og det er derfor ikke særlig bevidst, at vi handler, som vi gør.

ET NYT BØRNESYN OG EN NY OPDRAGELSE

Mange forældre ved godt, at opdragelse ikke længere handler om disciplinering og løftede pegefinger, men det er alligevel det, de griber til, når de føler sig magtesløse. Hvorfor? Fordi det svært at tilbyde andet end den mælk, vi selv er vokset op på, når vi er pressede – særligt, når vi ikke har noget nyt at sætte i stedet. Mange har kun et overfladisk kendskab til alternativer til traditionel opdragelse og savner at få den nye viden helt ind under huden. Når vi tvivler på os selv som forældre og griber til løsninger, vi ikke kan stå inde for, kan forældreskabet føles som en byrde. Det skyldes, at vi føler os utilstrækkelige. Det er et klart signal til os selv om, at der er noget, vi har brug for hjælp til. Der er noget, vi ikke ved, og noget, vi ikke kan. Det er her, vi har et ansvar for at søge den information og den hjælp, vi har brug for, så vi kan udvikle os, selvom det nemmeste altid er at fortsætte, som vi plejer. Det bliver vi bare ikke gladere af, og de samme konflikter vil opstå igen og igen.

Synet på børn har ændret sig meget gennem de sidste par generationer. På tværs af teoretiske retninger inden for sociologien og psykologien er det moderne perspektiv på børn i dag, at barnet er ”kompetent”. At barnet er kompetent betyder, at det fra fødslen har både evnen og viljen til at indgå

i et meningsfuldt samvær med andre. Før har vi troet, at vi som voksne skulle lære barnet at være socialt, men sådan forholder det sig ikke. Barnet er socialt i sådan en grad, at det er vores opgave at støtte barnet i at bevare sin integritet, fordi det i højere grad er parat til at give afkald på sig selv end til at give afkald på kærligheden og kontakten til os. Barnets liv ligger på mange måder i vores hænder, og det indstiller det sig på et langt stykke hen ad vejen. Vi skal derfor også være opmærksomme på ikke at misbruge dets evne og vilje til at tilpasse sig. Det moderne børnesyn indebærer nemlig også en anerkendelse af, at vi er forpligtede til oprigtigt at lytte til barnet og forsøge at sætte os ind i dets verden. I sig har barnet drivkraften til at bevare sin integritet. Barnet ved nemlig godt, hvad det har brug for, og her ligger kimen til en livslang konflikt, som vi alle står i: Valget mellem at tilgodese vores egne behov og ønsker eller de andres behov og ønsker. Barnet er tilbøjeligt til at vælge det sidste, hvis vi ikke støtter barnet i, at det også har retten til at være, som det er – og at det skal mødes med respekt uanset alder. Voksen og barn bliver ligeværdige ud fra dette perspektiv. Ligeværdighed i relationen indebærer, at vi betragter barnet og os selv som lige meget værd. Det må dog ikke forveksles med ligestillet, da det stadig er os, der har en større livserfaring og magt og dermed også os, der har lederskabet og ansvaret for relationen.

Udviklingsteori og forskning har altså gjort os meget klogere på, hvordan børn tænker og fungerer i dag, og hvad der skal til for at give dem de bedste udviklingsbetingelser. Den viden forpligter og betyder, at opdragelsen af børn må ændre sig. For med det vi ved, kan vi ikke fortsætte som før. Ligeværdighed i relationen mellem barn og voksen sætter nogle helt andre betingelser for måden, vi er sammen med børn på. Det er ikke min erfaring, at ligeværdighed generelt er et fremherskende element i opdrag-

elsen af børn i dag. Det kan derfor godt betale sig at tage sit børnesyn op til revision: ”Hvordan ser du på børn? Er de lige så værdige som dig og andre voksne?”

Mange vil umiddelbart svare: ”Ja, selvfølgelig!”, men taler alligevel på en måde og med en tone til børn, som de aldrig kunne finde på at byde en voksen. Taler du f.eks. på en belærende eller krænkende måde, tager din opdragelse afsæt i et forældet børnesyn, hvor børn betragtes som mindre værd end voksne. Ordet opdragelse trænger altså til en nuancering og større refleksion, så vores viden om børn i dag kan komme til at afspejle sig i vores handlinger. Det er vores børnesyn, der styrer vores handlinger. Det hele starter, før vi åbner munden. Sådant, som vi tænker om børn, determinerer vores måde at være sammen med dem på.

Det er altid svært at bryde med gamle vaner – især, når man ikke er bevidst om, hvad det er, man går rundt og gør. Det er ikke alt, som sidder på ryggraden, der er kærligt. Derfor kan det være udmærket for os at bruge noget tid på at observere os selv og skærpe vores opmærksomhed på, hvad der egentlig kommer ud af vores mund, når vi er sammen med vores børn. Vi fører nemlig ofte ukritisk vores egen opdragelse videre uden at skille klinten fra hveden. Når vi trækker på gammelt arvegods, bliver vi ofte lidt automatiserede i det, vi siger og gør, og det kan ende med, at vi så mister blikket for, hvordan vores barn trives i forholdet til os. Når vi ikke har blik for barnet i samspillet, og kommunikationen kun går en vej, trækker vi på traditionel opdragelse. Med den ser vi nemlig ikke barnets reaktioner som meningsfulde tilbagemeldinger på samspillet, men er mere optaget af at få belært barnet om, hvad der er rigtigt og forkert og få det til at rette ind efter vores vilje. Opdragelse og børns socialisering er noget, der foregår mellem linjerne. Børn gør, som vi gør, og ikke, som vi siger. Når vi ved



**BØRN
GØR**
som vi gør

**OG IKKE SOM
VI SIGER**



det, bliver det endnu tydeligere, hvorfor moral, belæring, skældud og flere af den slags elementer, som er en del af den traditionelle opdragelse, er overflødige. Læring er ikke noget, man fylder på børn. Børn er optaget af relationen og ikke af ord. Vi skal derfor ikke tænke så meget i, hvordan vi forklarer og belærer vores børn om, hvordan man skal være eller gøre, men hellere gå foran som et godt eksempel. Gør dig derfor hellere tanker om, hvordan du bedst fungerer som rollemodel for dit barn igennem den måde, du er på – både i forhold til dig selv og dine omgivelser. Den tidsvarende forælder er en vejleder, der viser én måde – og samtidig giver plads til, at barnet kan finde sin.

HVAD ER DET, VI SKAL DROPPE?

I løbet af bogen vil jeg komme med eksempler på, hvad det er, vi skal droppe og give slip på, og hvad der kan sættes i stedet. For overskuelighedens skyld har jeg listet de elementer, der med fordel kan trækkes ud af opdragelsen, og på de næste sider vil jeg uddybe, hvad jeg mener:

DROP:

Opdragerrollen, den skaber distance i relationen
De store forventninger, for de skaber blot fiasko og dårligt selvværd
Kontrollen, for den begrænser barnets udvikling
Kritikken, for den gør børn mindre indeni
Pædagogen derhjemme
Skældud, for det virker ikke
Moralen, for den blokerer for empati
Mistilliden, for den gør børn usikre på sig selv og forhindrer fortrolighed

*Beleringen, for den undervurderer barnets egen trang til at lære
Den inkvisitoriske tone, der skaber kamp
Manipulationen, som sætter børn på overarbejde
Truslerne, for de skaber frygt i relationen frem for respekt*

DROP OPDRAGERROLLEN, OG VÆR DIG SELV

Den traditionelle opdragelse har et opdrageransigt og en opdragerstemme. Vi påtager os en rolle, som vi taler ud fra, i stedet for at tale ud fra os selv. Vi kan sige ting som: ”Hvis du ikke spiser op, bliver du aldrig stor og stærk”, ”Hvis man ikke spiser sin mad, kan man heller ikke få dessert”, ”Man skal yde for at kunne nyde”, ”Sådan taler man ikke til sin lillebror. Du er den store, så må du også opføre dig som en, ikke?”, ”I vores familie er alle akademikere”, ”Pas på din vægt, i vores familie bliver vi nemt overvægtige”, og ”Store drenge græder ikke”.

I de normer ligger en ensretning og rigiditet, som ikke giver plads til individualitet. Det er alle upersonlige normer, som det er nødvendigt at tage personlig stilling til, for vi taler hér ud fra en rolle med en stemme, der tilhører én eller flere fra vores fortid – og den stemme er ikke vores egen. Hvad ønsker du egentlig at sige, når du bruger den slags standardiserede formuleringer? Det, synes jeg, er mere interessant at finde ud af – og så sige det i stedet for. F.eks: ”Jeg vil ikke have, du får dessert, når du ikke har spist aftensmad”, og ”Jeg vil gerne have, du tager ud af bordet, inden du sætter dig ind og hygger dig”. Det er sådan, vi finder ind til et personligt sprog, hvor vi mere oprigtigt udtrykker, hvem vi er, og hvad vi står for, frem for at gemme os bag forældede normer og fortidens stemmer, som tager afsæt i det gamle børnesyn. Ud fra det nye perspektiv er vi optaget af barnets væren. Hvad sker der for et barn, når vi f.eks. møder det med:

”Store drenge græder ikke”. Drengen er ked af det og får at vide, at han ikke er noget værd, når han viser sin sorg. Det, han lærer, er, at det har værdi at være en stor dreng, og store drenge græder ikke. Vi lærer vores barn om et mandebillede, der slet ikke passer ind i vores tid længere. I dag er det også blevet tilladt for mænd at have følelser. Ud fra det nye perspektiv på børn er det vores opgave at give børn plads til at blive klogere på sig selv. Møder vi barnets følelser med et gammelt værdisæt som ”Store drenge græder ikke”, bliver barnet ikke klogere på, hvad der er på spil, når det er ked af det. Det lærer blot at rette ind efter nogle normer.

FOR STORE FORVENTNINGER SKABER FIASKO OG DÅRLIGT SELVVÆRD

Jeg var en dag på havnen og få en is med min datter, der på det tidspunkt var tre år. Hun smed skoene, soppede og smed lidt vaffel ud til ænderne. Så kom en pige på samme alder med sin mor og far. Alle med en is. Moren talte uafbrudt til pigen:

*Nej, Clara, sæt dig ned, mens du spiser din is, ellers drypper den.
Nej, se nu der, den løber på den anden side. Sæt dig nu ned!
Nej, du skal ikke tage skoene af, du bliver beskidt. Spis nu den is,
før den smelter, ellers kan du ikke få så stor en is en anden gang.
Skal far spise den for dig?*

Vi fortæller alt for ofte børn, hvordan de skal opføre sig. De bliver kritiseret, korrigeret og holdt øje med det meste af tiden. Børn har brug for frirum, hvor de bare kan gå rundt og være sig selv uden at blive kontrolleret eller føle, de skal lave sig om. Det har stor betydning for deres iden-

titetsudvikling, at de får plads til at holde kontakten til sig selv. Det får de ikke ro til, når vi hele tiden er over dem.

ØVELSE: TIL REFLEKSION

Det kan være øjenåbnende at observere sig selv og tænke over: Byder jeg på nogle sider af mig selv, der er interessante og hyggelige, når jeg er sammen med mit barn? Hvordan lyder jeg? Og ville jeg være sammen med mig, hvis jeg var barn?

Når børn får den tid, de har brug for, begynder de faktisk at kunne håndtere en isvaffel, tale pænt og tage tøjet rigtigt på. Men vi har ofte for høje forventninger til, hvad vores børn skal kunne, før de reelt er i stand til det i forhold til deres udvikling. Det betyder, at de får en masse skældud, som desværre kan forsinke deres udvikling. Vi kender det fra os selv. Når vi skal lære noget nyt, bliver det ekstra svært, hvis vi hele tiden bliver rettet og gjort opmærksom på, at vores forsøg ikke er gode nok.

NEJ TAK TIL PÆDAGOGER DERHJEMME

Børn er sammen med pædagoger en stor del af deres liv. Det er mennesker, der meget af tiden taler ud fra en pædagogisk læring, og som håndhæver de mange regler, der karakteriserer en institution. Det er derfor godt at droppe pædagogikken derhjemme. Når børn kommer hjem, trænger de til at være sammen med nogen, der er sammen med dem som mennesker og ikke som pædagoger. Hvordan skal de ellers lære at blive mennesker? Lære at folde sig ud som de særlige individer, de er? Det kan de kun, hvis vi forældre møder dem som os selv og ikke tilbyder dem de samme betingelser hjemme, som de skal underordne sig i en institution. Følgende eksem-

pel viser, hvordan forælderrollen kan gå ind og spænde ben for en reel samtale. En far og hans datter ser tv. Tre svømmere vil krydse Kattegat, og datteren spørger ham så:

Hvad gør de så, når de skal tisse?

(Hun havde lært, at man ikke må tisse i havet).

Det har de gjort hjemmefra.

Jamen, når det er så langt, så kan de da ikke holde sig?

Nej (Pause). Så kan det godt være, de bliver nødt til at gøre det i havet, men det er kun, fordi det er så lang en tur, ellers gør man ikke sådan noget.

Hvad så, hvis de skal lave bummelum?

Det har de gjort hjemmefra.

Jamen, hvad nu, hvis de skal?

Det skal de ikke.

Farens moralbegreber bliver anfægtet af svømmerne, og han forsøger at tilpasse virkeligheden sin moral i stedet for at løsne op. Det er her, vi gør samtalen med vores børn forvirrende for dem, og de får svært ved at finde mening i det, vi siger. Hvis faren havde kunnet løsne op, kunne han have svaret:

Ja, de er nødt til at tisse i vandet, når det er så lang en tur.

Jamen, det må man jo ikke.

Nej, det er rigtigt, det vil jeg ikke have, du gør, når du bader.

På den måde får han vist sin datter, at man nogle gange må afvige fra sine principper, når de ikke giver mening.

SKÆLDUD VIRKER IKKE

Nogle af os føler, vi skal skælde ud meget af den tid, vi er sammen med vores børn. Det er hårdt. For børn og voksne. Og det har en pris for vores relation. Undersøgelser i dag viser, at skældud ikke virker efter hensigten. Tværtimod. Det fastlåser konflikterne, og sandsynligheden for, at de gentager sig, er stor. Vi vil derfor også opleve, at vi skælder ud over det samme igen og igen. Børn, der får meget skældud, lukker ned for hørelsen for at passe på sig selv. De trækker sig altså fra kontakten med os og kan være svære at få til at gøre, som vi siger.

Et barn sagde: “Når de voksne skælder ud, er det som om, de slår med tungen”, og ofte giver vi oven i købet børnene skylden for, at vi vælger at håndtere konflikterne ved at skælde ud, når vi bebrejdende siger: “Jeg er så træt af at skælde ud hele tiden!”

Tiden går stærkt i dag, og flere af os er pressede i hverdagen. For mange børn kan det være svært at få opmærksomhed fra deres forældre, og når børn ikke føler sig hørt, skruer de op for lyden. De bliver mere larmende, krævende og grædende. Det kan give anledning til endnu mere skældud, som blot intensiverer konflikterne. Jeg vil gerne understrege, at det er i orden at blive vred. Ellers ville vi ikke kunne lære vores børn at håndtere deres vrede, men når vi skælder ud, overfører vi vores vrede på barnet ved bebrejdelser og kritik, og det giver dem sår på sjælen.

Forskellen på skældud og vrede ser sådan ud:

Hvorfor skal du altid smide din jakke på gulvet! Hvor mange gange skal jeg sige det til dig! Så svært kan det da heller ikke være!

Jeg er træt af at høre mig selv sige, du skal hænge din jakke op, når vi kommer hjem. Jeg vil gerne have, at du hænger den op nu!

I første eksempel bliver barnet gjort forkert, det bliver kritiseret og får indirekte at vide, det er dumt. I andet eksempel giver den voksne udtryk for sin vrede uden at definere barnet som enten dumt eller forkert. Den voksne udtrykker sig i et personligt sprog uden at bebrejde barnet. Det er langt mere ligeværdigt og respektfuldt, og det skader ikke barnets selv-værd. Undersøgelser blandt skolebørn har vist, at de efter en stresset morgen derhjemme bruger den første time på at lande, før de er i stand til at modtage læring. Vi kender det også som voksne, hvor en dårlig afsked med børnene eller et skænderi med partneren stadig sidder i kroppen, når vi lander på jobbet. Det kræver, vi skal bruge ekstra tid og energi på at samle os om arbejdet og få de ubehagelige følelser fra morgenen på afstand.

MORAL BLOKERER FOR EMPATI

Vi kommer som forældre ud for at høre vores børn sige nogle ting til hinanden og føre samtaler, som skurrer i vores ører og går imod de værdier og normer, vi ønsker at give dem. Vi fristes derfor nemt til at gå ind og blande os i deres udveksling med lidt moral eller opdragelse. Lad være med det. Med mindre det er blevet en stil, børnene har fået, som ikke er god for dem. Det kan f.eks. være, at de begynder at tale meget grimt til hinanden, hvor de krænker og nedgør hinanden, og så har de brug for hjælp. Hvis vi går ind og forklarer og korrigerer hele tiden, får børn for meget at

tænke over. Børn i dag bliver i forvejen fyldt med utrolig meget information, som kan bekymre dem unødvendigt. Der er en tendens til for meget moral og irrettesættelse frem for, at vi som voksne blot viser vejen ved at være gode eksempler. Det gælder både i institutioner og hjemme. Hvis vi selv prøver at leve efter nogle værdier i livet, som vi kan stå inde for, vil vores børn følge efter i dét spor. Men det tager tid at blive voksen, og børn har brug for, at de kan få plads til at finde sig til rette i deres egen personlighed ved at tage nogle stikveje undervejs for at finde ud af, hvem de selv er. En seksårig pige kom hjem fra skole og fortalte sin mor, at hun var blevet uvenner med en pige fra klassen. De havde sjippet bue, og en af pigerne havde slået hende med sjippetorvet og sagt, at hun var dårlig til at sjippe.

*Og så kom jeg til at sige, hun var en dum ko, sagde pigen.
Sådan noget skal du jo heller ikke sige,
så er du ikke bedre end hende, svarede moren.*

Pigen gik til sin mor for at lette sit hjerte. Dagen havde været lidt hård ved hende. Her handler det om, at vi som forældre møder vores børn som et menneske til et andet menneske og taler til følelsen i stedet for moralen. Når pigen siger: ”Og så kom jeg til at sige, hun var en dum ko”, behøver vi ikke sige andet end: ”Ja, sådan noget kan man godt komme til at sige, når man bliver så vred.” På pigens historie kan man høre, at hun godt ved, at det ikke var et ordentligt svar, men følelserne løb af med hende. Det sker. Både for børn og voksne. Hvis vi kan give os selv og vores børn plads til at træde ved siden af ind imellem, bliver livet lidt nemmere at bære.

MISTILLID OG EN INKVISITORISK TONE SÆTTER

EN KILE MELLEM DIG OG DIT BARN

Opdragelsen ligger ikke kun i ordene, men mindst lige så meget i tonen. Den opdragende tone er der, hvor vi taler til vores børn, som vi ikke ville tale til vores venner eller kollegaer, fordi den ikke er ligeværdig. Den er i stedet belærende, bedrevidende, moraliserende og kritiserende og skaber trods i barnet, der giver anledning til kamp og konflikt. Næste eksempel viser, hvordan det kan udspille sig:

*Thomas slog mig i dag henne i skolen.
Og hvad gjorde du?*

Sådan ville vi aldrig møde et voksent menneske, der er ked af det. Når vi møder vort barn på den måde, er det uden empati og mangel på tillid til det, barnet fortæller. Det er den inkvisitoriske tone, der her sætter en kile mellem barn og forælder. Opdragelsen forhindrer forældrens indlevelse i barnets oplevelse. Barnet får ikke den empati, det søger. Og så siger vi, at de skal komme til os, hvis der er noget, de er kede af ...

MANIPULATION SÆTTER BØRN PÅ OVERARBEJDE

Jeg var nede og købe ind en dag og overhørte en samtale mellem en far og hans datter på syv år, som gik bag mig:

*Skal vi ikke gå hen til pølsevognen og få en pølse?, spurgte faren hyggeligt.
Har de pomfritter?, spurgte datteren.
Man kan ikke leve af pomfritter, svarede faren.*

Jeg kunne ikke lade være med at vende mig om og sige (med et smil):

*Man kan heller ikke leve af pølser.
Det må man ikke sige, sagde faren hurtigt tilbage
med et glimt i øjet.*

Faren glædede sig helt tydeligt til at skulle have en pølse med sin datter, og da datteren hellere ville have pomfritter, som de ikke havde i pølsevognen, blev han nok lidt skuffet. I stedet for at svare hende direkte med: ”Nej, det kan du ikke, men du kan få et brød og en pølse”, bliver det en indirekte, moraliserende bebrejdelse: ”Man kan ikke leve af pomfritter.” Med det svar kan pigen godt regne ud, at hun har svaret forkert, og hun skal så gennemskue, hvad det så er for et svar, faren gerne vil have fra hende. Den ellers hyggelige stemning mellem far og datter bliver suget ud af moraliseringen og bebrejdelsen. Det er helt sikkert ikke farens intention, men det er det, der sker, når vi ikke er opmærksomme på, hvad vi får sagt til vores børn. Man ville jo ikke svare et andet voksent menneske på den belærende og uligeværdige måde.

TRUSLER SKABER FRYGT I RELATIONEN FREM FOR RESPEKT

Trusler er en anden skygge fra fortiden, som desværre stadig lever i stor stil hos børnefamilien:

*Hvis du ikke kommer nu, tager vi ikke til dans på tirsdag.
Hvis du ikke opfører dig ordentligt, kommer du ikke med
en anden gang.*

Der er ingen tvivl om, at vi som forældre har magten i relationen, men vi skal passe på ikke at misbruge den. Det kan være svært at bevare respekten for mennesker, der sætter deres grænser ved hjælp af trusler. Når vi griber til trusler i opdragelsen, er det som regel, fordi vi ikke ved, hvordan vi ellers kan få barnet til at gøre, som vi siger:

*Nej, Jeppe, man leger ikke med maden.
Vær sød ikke at smide maden på gulvet,
og jeg vil ikke sige det igen. Jeppe! Nu stopper du!
Hvis du gør det én gang til, får du ikke is bagefter.*

Trusler har det med at fastlåse frem for at forandre og udvikle. Samtidig blokerer den form for truende samspil for et reelt nærvær i relationen, som er det, vi som mennesker næres af, og som gør, at vi knytter os til hinanden. Mange kampe og misforståelser kan derfor afhjælpes – og helt undgås – ved at give slip på den traditionelle form for opdragelse, der med sin magtesløshed og mangel på tillid til barnets samarbejdsvilje griber til trusler. Det samme gælder for moralisering, skældud, kritik og bebrejdelser, fordi den følelsesmæssige stress, et barn oplever, når vi opdrager på den måde, kan få hjernen til midlertidigt at lukke ned – og så bliver det endnu sværere for barnet at gøre, som vi siger.

At droppe opdragelsen indebærer, at vi giver slip på det forældede syn på børn, hvor man skal belære og afrette. Fra dette synspunkt betragtes børn som uciviliserede, udspekulerede og uregerlige væsener. I dag ved man, takket være forskning og ny indsigt på området, at det forholder sig anderledes. Børn samarbejder så langt, som de overhovedet kan, med deres forældre, og derfor skal vi passe på dem, så deres integritet ikke lider over-

last. Opdragelse er som før nævnt noget, der foregår mellem linjerne. Det gør mange ord overflødige og unødvendige, for børn kigger på os, og så gør de det samme – selvom vores ord siger noget andet. Vi kan observere os selv og se, hvordan vi ligner vores egne forældre – ofte selv på kropsholdningen. Derfor må vi først og fremmest være bevidste omkring vores egen adfærd og tage stilling til hvilke rollemodeller, vi vil være for vores børn. Benytter vi os af de ”gamle” elementer i vores opdragelse, går både vi og børnene glip af værdifuld vækst, nærvær og fortrolighed i livet sammen og hver for sig. For det er lige præcis dét, som pædagogik, kritik, mistillid og skældud trækker ud af relationen mellem forældre og barn. I stedet opstår distance og frustration, der giver anledning til langt mere kamp, end det reelt er nødvendigt at have.

Hvis vi hele tiden vil have vores børn til at gøre, som vi siger, og passe i den kasse og den form, vi ønsker, trækker vi deres personlighed og selvstændighed ud af dem. Det ønsker de færreste forældre at gøre, og derfor må vi også tænke over, hvad det er for nogle børn, vi gerne vil have og sørge for, at vi har et samspil med dem, som harmonerer med vores intentioner.

ØVELSE: TAG PULSEN PÅ DIN FAMILIE

Jeg ser, at det for mange er svært at være forældre i dag. Der er sket meget, siden vi selv voksede op. Vi kan derfor ikke ubetinget bruge vores egne forældre som modeller for, hvordan vi er sammen med børn. Der er kommet meget viden og mange eksperter til på alle områder af vores liv i løbet af den sidste generation. Det gør indimellem hverdagen til et ræs i forsøget på at udnytte og perfektionere alle de muligheder og mål, vi gerne vil nå. Det er en spændende tid, som tvinger os til at prioritere og afgrænse os.

Mange går til opgaven ved at løse den hen ad vejen og få tingene til at gå op uge for uge med den konsekvens, at de føler sig evigt bagud, stressede, kortluntede og plagede af dårlig samvittighed. Fordi det går så stærkt, er det godt for mange familier at stoppe op og jævnlige reflektere over det spor, de har lagt sig i: Trives min familie i det tempo, vi har? Har vi den hverdag, jeg ønsker at skabe for min familie? Bruger jeg nok tid med mine børn? Bruger jeg nok tid med min partner? Eller er vi blevet mere samarbejdspartnere end kærestes? Hvordan skal jeg til at prioritere, hvis jeg vil leve i større overensstemmelse med mine ønsker og drømme? Nogle gange skal der noget drastisk til, før vi giver os tid til at stille den slags spørgsmål. Det kan være en god idé at gøre det før.

A | *Hvordan er stemningen generelt i din familie?*

F.eks.: Er den åben og imødekommende? Eller trykket og indadvendt? Kortluntet og irriterende? Træt og i underskud? Hyggelig og kærlig? Kritiserende? Tolerant og accepterende? Eller sorgfuld?

B | *Hvad fungerer godt i din familie?*

F.eks.: Vi er gode til at dyrke sport sammen. Vi taler godt sammen. Vores hverdag fungerer godt og giver plads til, at vi alle laver noget sjovt. Når vi samles ved aftensmaden, er det rigtig hyggeligt. Vi griner meget.

C | *Hvilke konflikter i din familie dræner dig?*

F.eks.: Vores børns konflikter. Min mands skænderier med vores datter. Min kones og mine konflikter om opdragelse. Konflikterne ved middagsbordet, og når børnene skal i seng.

D | *Hvad kunne du godt tænke dig at ændre på?*

F.eks.: Jeg kunne godt tænke mig en bedre struktur på hverdagen, så vi ikke føler os bagud hele tiden. Jeg ville gerne ændre tonen, for vi taler ikke altid pænt til hinanden, og der er for meget skældud. Jeg kunne godt tænke mig, at vi lavede nogle flere ting sammen, så vi kunne samles om noget sjovt.

E | *Hvis du kom udefra og så din familie, hvad ville du så se? Og hvad ville du råde familiemedlemmerne til?*