

Skældud og mobning

Både børn og voksne kan komme til at være alt for hårde over for andre. I denne måned svarer Kulørs familierapeut på, hvordan du kan tackle skældud fra en bedsteforælder, og hvad du gør, når dit eget barn mobber andre.



for andre for at overleve. Derfor har vi fået evnen til empati og medfølelse, sådan at vi kan skabe og opretholde sociale relationer. Så når vi mennesker er vidner til eller selv mobber, vil langt de fleste af os få det rigtig skidt indeni – og det gælder også jeres søn. Måske tillader vi os ikke at mærke efter, fordi det vil sætte os i en situation, som vi ikke kan overskue – for eksempel at vi selv bliver ekskluderet af flokken. Og så handler vi i stedet, som resten af flokken gør, for at høre til.

Jeg vil anbefale jer at tale med jeres søn om det. Det kan være en voldsom oplevelse for ham at have været med til at mobbe en klassekammerat, og det kan være virkelig skamfuldt og utrolig ensomt for ham at gå med alene. Han skal have mulighed for at fortælle om oplevelsen og dele sine følelser med jer. Det handler ikke om, at I skal fortælle ham, at det var okay, at han gjorde det. Det handler om, at han skal have nogen at dele det med. Og hvis han fortæller jer om mobningen, kan han ikke skubbe det ind under gulvtæppet, men vil være nødt til at forholde sig til det. I kan så hjælpe ham med at tage afstand til mobning ved at forklare, hvad mobning gør ved andre. Når I giver ham opmærksomhed og rummer ham, viser I ham, at alle mennesker har brug for at blive mødt og elsket, uanset hvordan vi er. I er de vigtigste rollemodeller for jeres søn, og I er i den grad vigtige, når det handler om at give ham gode værdier.

Held og lykke med det.
Kærligst KatherineSara

“Når I giver ham opmærksomhed og rummer ham, viser I ham, at alle mennesker har brug for at blive mødt og elsket, uanset hvordan vi er.”

Mit barn mobber

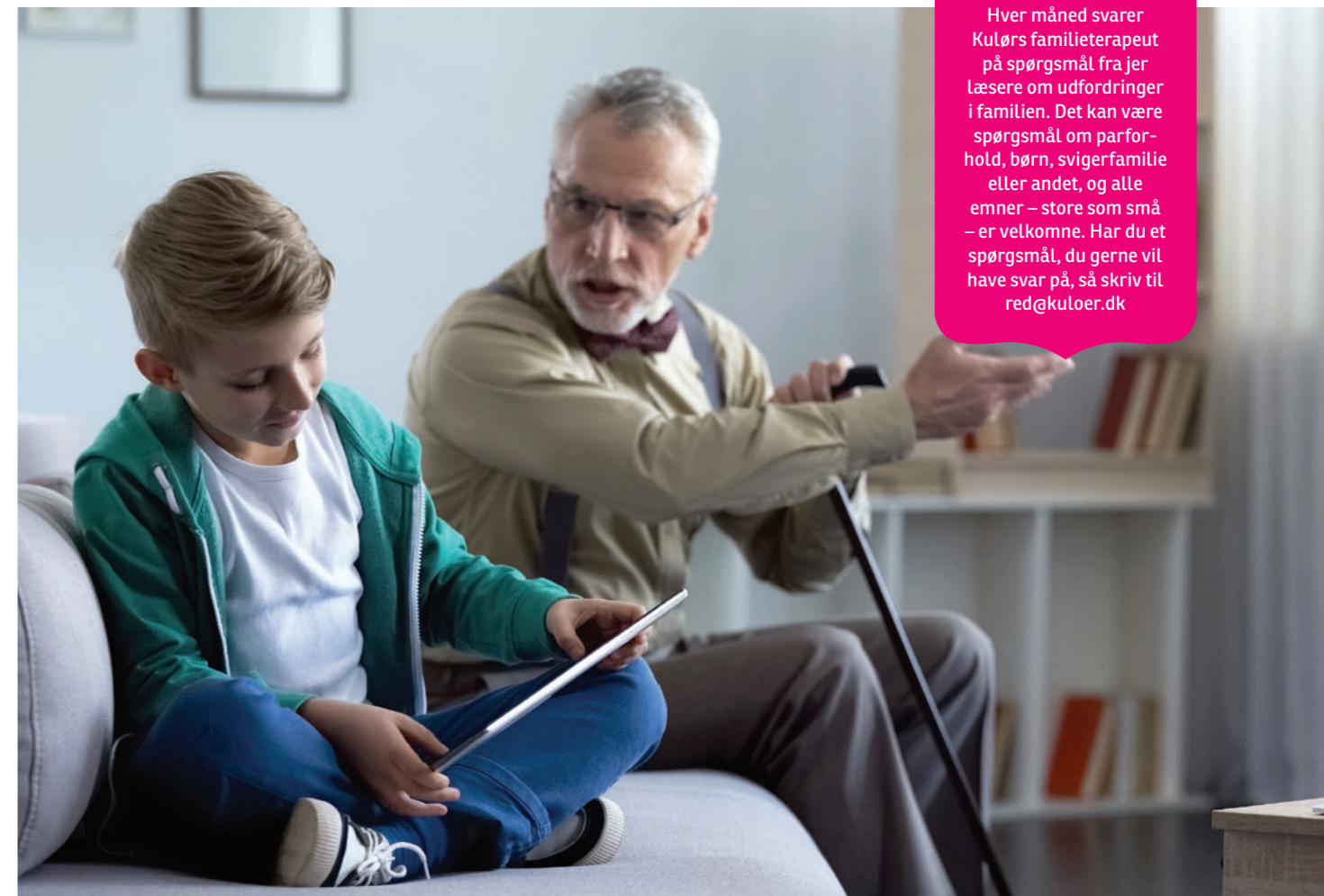
Til min store forfærdelse kom det frem på et forældremøde, at min niårige søn er med til at mobbe en pige fra sin klasse. Han har blandt andet været med til at låse hende inde i et skab og kalde hende 'fede' og 'grimme so', selv om han godt ved, at det er forkert, men 'de andre gør det jo også', som han siger. Jeg aner ikke mine levende råd. Skal jeg straffe ham? Skal jeg tvinge ham til at sige undskyld? Skal jeg hjælpe ham til at stå imod gruppepresset om at mobbe? Min mand synes, vi skal blande os udenom og lade læreren klare det, men det er jeg ikke enig i. Det er vores søn, og dermed har vi et ansvar.

Hilsen Jane

Kære Jane

Hvor er det trist, at der er mobning i jeres søns klasse. Mobning er noget, der i den grad påvirker alle involverede parter, og som skaber et utrygt og ulykkeligt miljø, der spreder sig langt ud i andre arenaer end lige dér, hvor mobningen sker.

Det er selvfølgelig mobbeofferet, det går hårdest ud over. Hvis man har været ude for mobning eller anden krænkende adfærd, kan det have gennemgribende indvirkning på et menneskes trivsel resten af livet. Og sagen er, at dét ved de fleste af os godt – inderst inde. For mennesket er et socialt væsen, der har brug



Hver måned svarer Kulørs familierapeut på spørgsmål fra jer læsere om udfordringer i familien. Det kan være spørgsmål om parforhold, børn, svigerfamilie eller andet, og alle emner – store som små – er velkomne. Har du et spørgsmål, du gerne vil have svar på, så skriv til red@kuloer.dk

Bonusmorfar skælder ud

Min mor har efter mange år alene fundet sig en mand. Han gør hende glad, og det er dejligt, men han er af den gamle skole, når det gælder børn. De skal makke ret, ellers skælder han ud. Hvis vi er derhjemme med mine børn på 11 og 8 år, kan han finde på at råbe ad dem, hvis de løber gennem stuen, ligesom han kan finde på at sige, de skal 'stoppe med at skabe sig', hvis de græder. Det er meget langt fra mine værdier, men jeg ved ikke, hvordan jeg skal tackle det. Hvad synes du?

Hilsen Annette

Kære Annette

Hvor er det dejligt, at din mor har fundet sig en mand, der gør hende glad. Og så kunne det være skønt, hvis det også betød en ny morfar, der gør dine børn glade.

Det bliver straks sværere, når han opfører sig på en måde, du ikke bryder dig om. Som jeg ser det, er der ikke rigtig nogen vej uden om en samtale – enten med din mors mand, med din mor eller med jer alle sammen. Det bedste ville være, hvis du kunne tage en ærlig snak med ham om det,

du ser og oplever, og fortælle ham, hvad der er vigtigt for dig i forbindelse med samvær med dine børn.

Det er nødvendigt, at du tager din mors mands tilgang til gråd op med ham. Du kan fortælle ham, hvad det gør ved dig at se hans måde at reagere på, og fortælle, hvad dine værdier og holdninger er. Måske viser det sig, at din mors mand har oplevet de situationer, du nævner, på en helt anden måde end dig. Det kan være, at han i virkeligheden har brug for at fortælle, hvad der kan være irriterende eller frustrerende for ham i samværet med dine børn. Måske har han brug for, at du sætter nogle grænser for børnene, når de er hjemme hos ham. På den måde får du både mulighed for at få en større forståelse for hans adfærd, og du

kan få sagt, hvad det gør ved dig. Forhåbentlig giver det jer grundlag for at mødes om et kompromis, som alle kan leve med.

De bedste ønsker om et konstruktivt møde for jer.
KatherineSara



OM FAMILIETERAPEUTEN

KatherineSara Rasmussen er uddannet psykoterapeut og parterapeut og har sin egen praksis, hvor hun blandt andet hjælper familier og par med deres udfordringer. Læs mere om hende på katherinesara.dk

“Måske har han brug for, at du sætter nogle grænser for børnene, når de er hjemme hos ham.”