

SPØRG
FAMILIE-
TERAPEUTEN

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

Nyt i
Kulør

SPØRG FAMILIETERAPEUTEN

Lommepenge og søskendekonflikter

Det er skønt at være en del af en familie, men når flere mennesker skal fungere sammen, byder det også på udfordringer. I denne måned svarer Kulørs familierapeut på spørgsmål om søskendekonflikter og lommepenge.

Mine børn skændes uafbrudt

Jeg har to børn – en pige på ni og en dreng på 14 år – og de skændes bogstaveligt talt uafbrudt. Det var næsten ulideligt at være på ferie i 14 dage for nylig, fordi hver dag er fyldt med konflikter og skænderier. De skiftes til at starte konflikten. En typisk situation kan starte med, at den ældste kommer ind i stuen og spørger den yngste, om hun vil se en film. Til det svarer hun "nej!" på en virkelig negativ måde, og herefter er den store så sur på hen-

de. Så næste gang, han går forbi hende, siger han eksempelvis noget grimt om hendes tøj. Og så ruller det. Når vi kommer til aftenstuen, gider den yngste ikke sidde ved siden af sin storebror og brokker sig højt over det. Det bliver han sur over og siger noget vredt til hende og så videre. Sådan kører det stort set hver dag fra morgen til aften. Vi forældre har i en periode forsøgt slet ikke at blande os, men det virkede ikke. Nu ender det tit med, at jeg til sidst råber, at de skal stoppe, fordi jeg

ikke kan holde det ud. Hvordan kan jeg hjælpe dem med at stoppe konflikterne?

Hilsen den frustrerede mor

Kære frustrerede mor

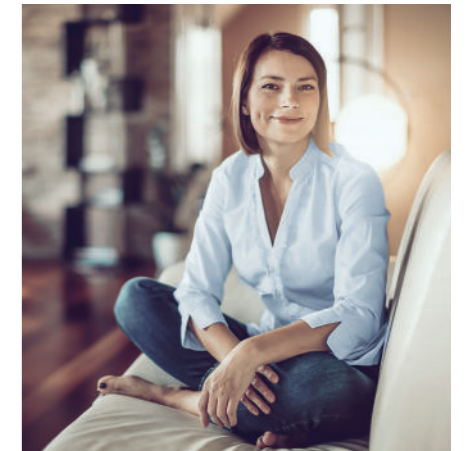
Når vores børn har konflikter, er det ligesom med os andre: Sammenstødene handler oftest om, at vi ikke føler os mødt, forstået eller respekteret af den anden part. Nogle gange kan vi have svært ved selv at se, hvad det handler

om, og vi kan derfor have brug for hjælp fra en tredje person, der kan se situationen udefra.

Jeg vil anbefale jer forældre at tage en snak med jeres børn. Sig til dem, at I har lagt mærke til, at de skændes næsten uafbrudt, og at I gerne vil hjælpe dem med at få det stoppet. Fortæl dem, at I godt kan se, at de har det svært, og lad dem vide, at det er vigtigt for jer, at de har det godt – hver for sig og sammen. Lad dem nu hver især fortælle, hvad der går dem på. Måske nævner de noget, der umiddelbart kan virke som bagateller, men det er vigtigt, at I anerkender deres oplevelser, så de mærker, at de bliver taget seriøst. Når jeres børn føler sig trygge ved at dele,

hvordan de har det, og erfarer, at de kan bruge jer forældre, når de har problemer, vil det være med til at mindske graden af konflikter. Næste skridt er at tale med dem om, hvad de kunne gøre anderledes en anden gang. Sig til jeres børn, at det er OK at være vred eller ked af det, men at det ikke er OK at angribe hinanden i ord eller handling. Tal med dem om, hvordan de i stedet kan øve sig på at fortælle, hvordan de har det, enten til den anden part eller en voksen. Det er vigtigt, at I voksne er til rådighed i denne periode, så jeres børn har mulighed for at gå til jer, når det bliver svært, frem for at være nødt til at blive i konflikten med de svære følelser alene.

Kærligst KatherineSara



“ For det andet mener jeg, at børn også skal have pligter i hjemmet – uden at få penge for det



Pligter og lommepenge

Min mand og jeg har to børn på 8 og 12 år, og vi er begyndt at give dem flere pligter derhjemme. De skal rydde af bordet, støvsuge, vaske tøj og andet på skift. De får ikke noget for det, og det er her, min mand og jeg er uenige. Han synes, vi skal give dem penge for det – eksempelvis kan støvsugning af huset udløse en 20'er. Jeg synes derimod, at pligter er en del af det at være en familie, og det skal man ikke have penge for. Vores børn vil selvfølgelig gerne tjene penge, men jeg vil ikke have børn, som kun letter måsen, når de får penge for det. Hvad synes du?

Hilsen Lene

Kære Lene

Spørgsmålet om lommepenge er en klassiker, som mange forældre boksers med. For det første er min holdning, at børn skal have lommepenge. Det er godt, at de lærer at administrere deres egne penge, og at de kan øve sig med et mindre beløb. Jeg synes, at de skal

have lommepenge, uanset om de har pligter i hjemmet eller ej.

For det andet mener jeg, at børn også skal have pligter i hjemmet – uden at få penge for det. Det er vigtigt, at vores børn lærer, at der er brug for dem, og at de er en del af et fællesskab, hvor vi alle sammen må bidrage. Det er vigtigt for deres selvværd at opleve, at de er betydningsfulde.

Når det er sagt, kan det være helt OK at give sine børn penge for særlige opgaver. Hvis der er opgaver, som man kunne finde på at betale andre for, såsom rengøring eller vinduespudsning, så kan det være en fordel for både forældre og børn, hvis børnene kan tjene lidt ekstra, og vi forældre kan købe os til en billigere pris end hos en professionel.

Det er vigtigt at tale med sine børn om sine værdier og holdninger i denne sammenhæng, så de er klar over, hvor de voksne står, og de får en forståelse af, hvornår det er OK at gøre en indsats uden at få penge for det, og hvornår det er OK at tage sig betalt for sine ydelser.

Kærligst 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