

Familien - en udfordring.

At få en familie til at fungere, så det enkelte familiemedlem har et sted at vende tilbage til igen og igen for at hente ressourcer, er ofte en meget vanskelig opgave. Travlhed og stress er vor tids overskrifter over familien i en sådan grad, at familiens sundhed trues. For at imødegå denne udvikling, bør vi af og til vælge at sætte fokus på vores egen - og families trivsel.

Skal vi forstå en families behov, må vi være klar over, at familien både er enkeltpersoner og en helhed. Glemmer vi individualiteten eller helheden, vokser familien "skævt." Den største fare er, at individualiteten ofres for helheden, fordi det er lettere og mindre tidskrævende at tilpasse barnet, frem for at hele familien skal forholde sig til den enkeltes individualitet - men det er et udpræget behov, som nødvendigvis bør prioriteres tid til, for at give barnet mulighed for at udvikle sig frit og konstruktivt. Hvert enkelt barn har brug for at blive rummet som det nu er og ikke entydigt tilpasses familiens norm. Og med rumme mener jeg at det enkelte medlem af familien har lov til at bevare sin egen integritet uden at føle sig forkert.

Når vi presses tidsmæssigt og arbejdsmæssigt, bliver vi ofte langt mindre tolerante - vores evne til at rumme begrænses ofte i takt med stress-faktoren. Derved bliver der mindre plads i familien til at være sig selv og kunne afprøve forskellige synspunkter - vi indsnævres. Det er ikke det samme som at sige, at barnet sætter dagsordenen - at det ikke skal opdrages, - men at det bliver taget hensyn til og respekteret som vi voksne.

For at prioritere ret bør forældrene sætte sig sammen en aften eller to, men jævne mellemrum, og drøfte hele familiens trivsel - ganske enkelt ved at sætte X i kalenderen. Det er min erfaring, at hvis vi skal se på familiens trivsel når vi lige får tid engang, bliver det aldrig realiseret - og en dag kan det være for sent.

Dagsordenen kunne være:

- hvordan har vi forældre det som enkeltpersoner og par?
- hvordan har børnene det som enkeltpersoner?
- hvordan trives familien i hele taget som familie?

Med venlig hilsen,

Steen Palmqvist