



Hvordan kvinder reagerer på livets udfordringer...

Det er egentlig utroligt at se, hvordan vi mennesker reagerer forskelligt i en given situation.

En situation, som fremkalder angst hos den ene, lader den anden kold og ligeglad. Nogle panikerer ved tanken om at tage en tur til skattevæsenet, andre ser det bare som noget, der skal overstås... Men er i stedet frygtelig bange for tandlæger...

Der er hovedsageligt fire måder at reagere på. Man kan reagere *aggressivt*, *submissivt*, *indirekte aggressivt* (mest brugt af kvinder) eller *assertivt*.

I denne artikel er det kvindernes reaktioner jeg tager som udgangspunkt, og lad os give dem nogle tilfældige navne:

Astrid - den aggressive

Der er Astrid, den aggressive, den barske, hende som ikke finder sig i noget, som siger sin mening direkte, lige på og hårdt, kontant og uden omsvøb.

Dorthe - dørmåtten...

Så er der Dorthe... Dørmåtten... Hende der finder sig i alt, som underkaster sig andres beslutninger. Hun ved godt, det er forkert. Hun ved godt, at hun burde

sige dit og dat... men hun kan simpelthen ikke...

Ida - den indirekte

Den næste er Ida, den indirekte aggressive. Hvor Astrid slår hårdt og efterlader tydelige ar, sender Ida nålestik, som gør ondt, når de træffer deres mål med kirurgisk præcision uden at efterlade et eneste mærke...

Usikkerhed

Naturligvis er der meget få mennesker, som svarer helt til de tre billeder. Men de fleste har lidt af de tre i en blanding... Vi kan være *submissive* på vores arbejde, og blive *aggressive* (direkte eller indirekte) hjemme. Eller måske omvendt!

Men hvad skyldes disse tre typer adfærd?

De skyldes lav selvfølelse. At man er usikker. Derfor er man nødt til enten at „finde sin plads“ i hierarkiet, at lade andre træde på en eller til at slå uhensigtsmæssigt fra sig, fordi man er sikker på, at andre bevidst generer en.

Sanne - den assertive

Den sidste mulighed, er så Sanne, den *assertive*. Hende der har accepteret sig selv, som hun er, med sine gode og dårlige sider, og derfor kan acceptere andre på

en ægte måde. Hun behøver ikke at pille andre ned for at have det godt, hun gør ikke andre ansvarlige for sit liv. Hun erkender, at hun har ansvaret for sine handlinger, sine valg og sit liv. Hun giver ikke andre dårlig samvittighed, når de ikke kan gætte sig frem til hendes behov.

Hvordan regagerer de?

Fruen vender hjem fra arbejde. Hun åbner døren, og kommer ind i Jerusalem anno 586 fvt.! Det ser ud som om en tyfon har været en tur i gennem dagligstuen. Hunden ligger efter en regnvejrstur i haven, mægtigt i sofaen, manden sidder og læser avisen i sin stol, og børnene leger med deres lommecomputere, alt i mens fjernsynet kører for fulde gardiner med MTV.

Hvordan vil de fire damer hver især reagere?

Jo...

Astrid vil blegne, komme med et udbrud, hvorefter hun med raske skridt vil gå ind i stuen, flå avisen ud af mandens hænder, slukke fjernsynet, stille sig midt på stuegulvet og råbe at det her vil hun ikke finde sig i, at ethvert stykke legetøj som stadig forefindes i stuen om 20 sekunder vil ende i skraldespanden, at hun er træt af at have en umulig mand, som ikke bestiller noget i huset, når hun arbejder så

hårdt, at ingen tænker på hende, osv. osv.

Jamen hov! Hvad er nu det for noget? Kommer hun ud med sit budskab? Får hun sagt hvad hun mener og ønsker?

Næh... Hun siger godt nok en hel masse ubehagelige ting, som hun risikerer at fortryde senere, og vil have store problemer med at bortforklare, når vreden er fordampet.

I samme situation ville Dorthe komme ind... Gå ud i køkkenet, tage sig fortvivlet til panden... Måske have lyst til at græde. Hun kan ikke mere! Hun sukker opgivende, men tager sig sammen, går ind i stuen, kysser sin mand på panden... han ser det måske ikke en gang. Siger: Hej børn... De svarer måske hej Mor.

Så trasker hun rundt og rydder op, alt imens hun sukker og tænker på, hvor hårdt hun har det. På at ingen tænker nogensinde på hende. Sådan er det jo med mænd... Hun ofrer sig.

Men heller ikke hun kommer ud med sit budskab og sine ønsker... Hendes mand og børn kan ikke gætte sig frem til det... Børn kan ikke gætte sig til deres mors ønsker, og på denne måde vil de heller ikke kunne lære at forstå deres fremtidige ægtefælle.

Ida kommer ind... Kigger sig lidt omkring... Og giver sig til at rydde op, alt i mens hun mumler ud i rummet:

Dette er den første af en række artikler af Janne og Cyril Lykkebo Malka fra Institut for Psykoanalytisk Terapi i Odense. Ægteparret har tilknytning til Katolsk Kirke.

Det var dog utroligt! Hvordan kan I være så hensynsløse, og rode så meget når jeg er på arbejde! Sikken en svinesti! Hvordan kan I overhovedet holde ud at være der... osv. Manden er stadig gemt bag sin avis, og var jeg ham, ville jeg nok gøre det samme!

Bagefter laver hun aftensmaden... For sent... Middagen finder sted under tung tavshed, alle føler sig utilpas og skyldige. Skulle en af børnene driste sig til at spørge, hvordan det kan være, at de spiser så sent, bliver der ikke svaret med andet end en hvæsen og et isnende blik.

Heller ikke her blev problemet (oprydningen) berørt!

Samtlige tre tilfælde har det til fælles, at de udover at være velkendte for de fleste, ikke har fået berørt end sige løst problemet: Hverken Astrid, Ida eller Dorthe har konfronteret deres familie med sagens kerne, ingen af dem har fået åbnet op for en dialog med deres mand! I stedet for at dæmme op for fremtidige lignende konflikter ved at snakke med fami-

lien om det, er der efter alle tre reaktioner blevet lagt låg på.

Den assertive Sanne vil være mere direkte og konfrontere sin ægtefælle med:

- Jeg er træt og jeg vil gerne have at du hjælper mig med at lave mad (eller rydde op, ordne grønsagerne...) Det hun ønsker, beder hun om, og har hermed større chancer for at få det opfyldt, i stedet for, som det sandsynligvis vil i de tre første tilfælde, at det hele udvikler sig til et tåbeligt skænderi eller frustration.

Men det er ikke altid lige nemt, at få sagt sin mening! Det lærer man nemlig ikke noget om i „slinkeskolen“, og den har vist alt for mange af os gået i. Et af de største problemer er, at alle, og navnlig kvinder, kan have meget svært ved at sige „nej“.

Det skal vi se nærmere på i den næste artikel, hvor vi følger Jette i hendes kamp for at holde fast i et afslag overfor en veninde, der har brug for hendes hjælp.