

SKYLDPLAGEDDE FORÆLDRE

Forældre uden skyldfølelse er bedre forældre, siger Cyril Malka.

AF CYRIL MALKA, PSYKOANALYTIKER,
GUNDSØMAGLE VED ROSKILDE

Forældre er ofte tilbøjelige til at mene, at de er ansvarlige for deres børns tilpasning i samfundet.

P.g.a. af deres barns „dårlige adfærd“ bliver det ofte diskret eller åbent antydet, at de er dårlige forældre og mindre værd som mennesker.

Dette skæve syn på forældre-barn forholdet er ikke blot forkert, men det påvirker tilmed forældre til fejlagtigt at tro, at de skal vurderes/kontrolleres i deres rolle som forældre, og at de skal retfærdiggøre sig selv, forklare deres beslutninger og bevise deres gode hensigter over for deres kritikere (som nogle gange er deres egne børn).

Det flotte resultat ses som en bunke af skyldplagede forældre.

Som en konsekvens af deres *selvnedrakning* vil forældrene ikke være i stand til at løse problemerne effektivt. De vil have sværere ved at tage styringen, vil løbe fra problemerne og endda nogle gange forlænge problematiske situationer i stedet for at finde en løsning på dem.

DE 4 NØGLEOMRÅDER

Denne forældre-advokat model er bygget til at modvirke selvdestruerende overbevisninger, og samtidig øge styrken og effektiviteten af forælderrollen.

Dette kan gøres ved at studere hver af de følgende fire faktorer uden om forældrekontrollen, nemlig:

1. Genetiske tendenser til at blive oprevet.

Ikke blot kan forældrene påvirke deres børn, men børn påvirker sandelig også deres forældre. Børn er født med visse forskelle i opfattelse og tankebearbejdelse og, om end nogle børn er sværere at leve med end andre, er de alle fra naturens hånd ufuldkomne og fejlbarlige.

2. Påvirkning af ligestillede grupper.

Uanset hvor meget kærlighed og pleje man giver til sine børn, vil de se op til deres venner for at få endnu mere opmærksomhed og billigelse.

Selv om nogle børn tilsyneladende er mere følsomme og modtagelige for ydre påvirkninger end andre og derfor behøver mere forældrekontrol, er der stadig nogle grænser for, hvor meget forældrene kan kontrollere.

3. Påvirkning af TV og andre medier.

Alle mennesker er født med evnen til at lade sig påvirke til at tro og til at efterligne. Sandheden i f.eks. reklamer er en myte, men børnene og de unge vil ofte uden at tænke nærmere over det acceptere hårde og bløde salgsbudskaber, uanset hvor sande eller falske disse er.

4. Samfundsmæssige ændringer.

Børn har flere rettigheder end nogensinde før. Det er godt, men kan give problemer, når kontrollen glipper.

Den vægt der lægges på børns rettigheder, kan nogle gange gøre det svært at sikre sig, at umiddelbar, passende kontrol og disciplin ville være en naturlig følge af et barns uhensigtsmæssig adfærd.

VÆRKTØJ TIL LØSNING AF BØRN/VOKSNE PROBLEMER

Vi er nu i besiddelse af en del adfærdsmæssigt „værktøj“ til at løse de fleste forældre-børn konflikter i begges bedste interesse... Det er vi blot ikke altid lige klar over...

Dette „værktøj“ er bl.a. det at kunne lytte, det at bruge „jeg“ når man taler, hensigtsmæssige



Cyril Malka

kompromisser, og en konstruktiv brug af konsekvenser.

Det er specielt vigtigt at lære sig kunsten at undgå „storm i et glas vand“-situationer, ved at tage sine børns kritik lidt mindre alvorlig.

Ligeledes må forældre lære at lade være med at tro, at de partout skal følge en „opskrift“ i håndteringen og opdragelsen af deres barn. I stedet ville det være herligt, hvis de brugte deres egen dømmekraft på en mere naturlig og spontan måde.

Dette vil bedst kunne opnås som en følge af en skyldfri, selv accepterende „jeg er ikke anklaget“-attitude, som beskrives her:

Ubetinget selvaccept betyder bl.a., at uanset om man vinder eller taber som forældre eller alt muligt andet, er man stadig den samme person! Man er intet *overmenneske*, fordi man har succes med noget, og ej heller et *undermenneske*, hvis man ikke når sine mål.

Accept af sig selv på trods af ens fejl vil sædvanligvis resultere i færre fremtidige fejl, og uanset hvad vil ens værdi som menneske ikke være afhængigt af ens barns personlige og sociale samfundstilpasning.

ET SKVÆT AF YDMYGHED

Hovedgevinsten ved at tvinge sig selv til at tænke i disse baner er en opdateret, mere fornuftig og mere tolerant filosofi eller overbevisning, som tillader en som forælder at tænke mere klart og acceptere sig selv mere menneskeligt. Man vil så nemmere kunne bruge sit forældreværktøj på en måde, så at det kommer både barnet og en selv til gode.

Det, som er beskrevet her, er tilvirket for at give et skvæt af ydmyghed til forælderrollen.

Humanistisk set sætter det forældrene mere i centrum af deres eget univers ved at tillade dem ikke at lade deres børns problemer være diktator for deres følelser af skyld, skam, pinlighed eller endda depression.

At være i stand til at tilgive sig selv for at være en ufuldkommen forælder til et ufuldkomment barn, er et af de mest ophøjede og produktive mål i disse korte år af opdragelse, vejledning og intens opmærksomhed.

(Forkortet af red.)