



Familieterapeuten rådgiver Lene og Søren om drengenes roller som søskende

familieterapeuten om tre grundlæggende ting. A: At vi som forældre ikke selv bliver for følelsesmæssigt påvirkede, så det præger stemningen i en dårlig retning. B: At vi ikke blander os, før tid er. I tilfældet Mads og Kalle bør vi først skride ind, hvis konflikten går af sporet, og de for eksempel begynder at slå hinanden. Og sker det, må vi som forældre tage lederskabet og anvise, hvad der er ret og uret. Det kan være at tale om, hvordan en god kammerat er. Det kan være at hjælpe legen i gang igen og måske selv lege med et stykke tid. En del konflikter løser børnene selv, hvis de får lov. C: Lyt til parterne og anerkend behovene.

Familieterapeuten kalder det en sorg, børnene skal igennem, måske den er lille, men den er der. Hvis et barn siger, jeg er ked af, at jeg ikke kunne få den røde klods, så må vi som forældre acceptere den følelse.

Empatien er utrolig vigtig i forbindelse med konflikthåndtering. At de voksne spørger ind til konflikten og viser, at de forstår. Bagefter skal barnet så også have lov til at være lidt mut, så længe det har lyst. Acceptér følelserne både under og efter.

### Kamp om legetøjet

„Ha' den – også,” Kalle hiver i Mads' tusser. Storebror sidder på den høje skammel i hjørnet, hvor han ofte sidder og tegner. Her er han for det meste i sikkerhed for lillebror, men bare ikke nu. Lillebror har fået fat i den brune tus, den storebror kalder guldтусsen, og som er hans bedste.

„Mor, han har taget min GULD,” tuder storebror og jagter den lille. Da Kalle har afleveret, går storebror resolut over og tager hans Thomas Tog, hvilket er en hævn, der virker. Kalle stikker i gråd. Med de nye konfliktværktøjer i baghovedet, venter vi lige og ser, hvad der sker, før

vi begynder at anvise hvad nu, eller udvise forståelse. Det ender faktisk med, at Mads afleverer toget med et – tak for sidst, hvorefter han går tilbage til sin tegning. Kalle begynder at lege med klodser. Far og mor behøvede ikke at blande sig denne gang!

Flere gange vender Kirsten Kjems tilbage til Søren og mit medbragte syn på konflikter. Hun kan høre, at vi hele tiden taler om, hvordan vi undgår at have konflikter – et begreb som at rumme dem – findes slet ikke i vores optik. Selv om vi begge kommer fra hjem med fire søskende hvert sted, så var konflikter ikke noget, der blev talt meget om.

### Kig på jer selv!

Hun spørger, om vi ofte skændes i vores parforhold. Sjældent, lyder svaret, for vi bryder os ikke om det. Hun forklarer:

„Som forældre har I en konfliktstil med jer, der kommer til at præge jeres børn. Hvis I har den oplevelse med i rygsækken, at uh nej vi vil helst undgå konflikter – så bliver det svært at få et naturligt forhold til familiens konflikter. Jo bedre jeres børn bliver til at tage hånd om dem, jo nemmere et samliv får de med andre, og derfor er mit bedste råd til jer, at I lærer jer at rumme de konflikter, der er. Konflikter er naturlige. De skal være der, husk på det!

Efter besøget af Kirsten Kjems oplever vi faktisk, at vi har fået et familieliv, vi bedre kan li' og med bedre konflikter og glidere børn. Det hjælper at få kigget på sig selv og hinanden udefra og pludselig forstå nogle mønstre og sammenhænge. \*

“Som forældre har I en konfliktstil med jer, der kommer til at præge jeres børn.”

Kirsten Kjems, familieterapeut



## Konfliktløsning trin for trin

1. Det er naturligt, at søskende har konflikter. Husk det!
2. Bliv ikke selv følelsesmæssigt involveret i konflikten.
3. Vent med at skride ind, til konflikten er kørt af sporet. Ellers lad børnene selv løse problemerne.
4. Spørg ind til konflikten og lyt til alle involverede parter. Vis empati og acceptér de følelser, der måtte være hos barnet.
5. Hjælp legen i gang igen ved at anvise, hvordan de kan lege videre. Deltag gerne selv i starten.
6. Hold børnene beskæftiget hver for sig, hvis det er en dag, hvor de ryger ekstra meget i totterne på hinanden.