

# SØNDAGSAVISEN

GodMail

## Hvilken type forælder er du?

Opdragelsen påvirker dit barn resten af livet.

05. september 2014 09:00 Niels Philip Kjeldsen, Illustration: Rikke Ahm  
|npk@sondagsavisen.dk



Illustration: Rikke Ahm

De principper, du opdrager dit barn ud fra, og din egen opførelse i hverdagen er i høj grad med til at forme dit barns personlighed.

»Vores barndom er afgangsstationen for livet, og forældrene lægger skinnerne for den retning, vi bevæger os i. Opdragelsen de første 10 år præger os resten af livet,« siger Per Schultz Jørgensen, familieforsker og tidligere formand for Børnerådet.

Virkningerne af opdragelsen begynder allerede at vise sig i børnenes tidlige teenageår, forklarer Anne-Marie Christensen, familierådgiver i Plan B, en organisation, der arbejder med udsatte, adfærdsvanskelige og kriminalitetstruede unge.

»Det kan aflæses i størrelsen af teenageoprøret, men man kan også se det i konkrete personlighedstræk, som barnet simpelthen arver,« siger hun og fortsætter: »Langt de fleste forældre vil det bedste for deres børn, men de er ikke altid opmærksomme på, hvor store konsekvenser deres opdragelse egentlig har.«

Strukturen er bruset sammen

Den mest udbredte opdragelsesmetode i samfundet afspejler i store træk den tid, vi lever i. For godt 100 år siden var samfundet bygget op om hårdt arbejde, disciplin og pligter, og derfor var den mest gængse opdragelsesmetode at forme barnet til et samfund domineret af regler og normer med en streng og håndfast opdragelse.

Men i takt med at samfundet er blevet mere fikseret på individet, har børn fået mere plads til at realisere sig selv og lære at stå på egne ben. Fokus på regler og normer er skubbet i baggrunden, forklarer Per Schultz Jørgensen.

»Begge forældre arbejder i dag og er ikke lige så meget til stede, så barnet skal kunne stå på egne ben. Det betyder, at opdragelsen er blevet mere demokratisk, og at børnene bliver inddraget mere,« siger han.

Det store skift er dog ikke udelukkende en god ting, mener Per Schultz Jørgensen. Børn har nemlig brug for både nærhed og indflydelse samt en fast struktur i form af regler og normer. Før var strukturen så stram, at man levede i et fængsel af regler og normer. I dag er vægten lagt så meget på nærhed og med indflydelse, at strukturen bruser sammen.

»Når børn ikke har regler og normer at støtte sig op ad, bliver de forvirrede og søgende. Det er vigtigt at prioritere normer og regler, for den struktur giver barnet en indre målestok, der hjælper det til at agere ude i samfundet. Lidt fra hver opdragelsesskole er en god idé,« siger han.

### De strenge, og distancerede forældre

**Forholdet mellem barn og forældre:** Præget af distance. Taler sjældent med barnet om hverdagen eller følelser, og når det sker, er det i akavede, korte sætninger. Forældrene kender sjældent børnenes venner og ved sjældent, hvor børnene befinder sig, når de ikke er i hjemmet. Kommunikationen sker ofte i form af ordrer: 'Gå op på dit værelse', 'gå ud og leg', 'lav dine lektier'. Når børnene kommer i teenagealderen, er forholdet præget af voldsomme og hyppige skændier.

**Rammer og regler:** Der er få faste regler og rammer. Reglerne bliver først tydelige, når barnet bliver straffet for en handling, som barnet sjældent på forhånd ved, er forkert. Straffen er oftest udtryk for manglende overskud og afmagt og består i at fratage lomme penge, give stuearrest eller bruge vold. Når barnet sætter spørgsmålstegn ved en given regel, er det typiske svar 'fordi jeg siger det', eller 'fordi jeg ved bedst'.

**Hverdagen:** Er præget af distance mellem børn og forældre. De er sjældent i samme lokale i længere tid ad gangen. Kontakten opstår oftest, hvis forældrene skal regulere barnets adfærd med straf, skældud eller ordrer.

### Barnets reaktion på opdragelsen

**Positiv:** På længere sigt kan den hårde opdragelse betyde, at vedkommende får et indbygget behov for at leve op til forventninger udefra, hvilket han/hun bliver ret god til. Det kan være ved at passe sit arbejde, stringent overholde aftaler og være pligtfuld. Udvikler også evnen til at bide modgang i sig.

**Negativ:** Barnet vender sig mod familien i teenageårene med voldsom protest. Det kan være med provokerende påklædning, hyppige brud på regler eller lignende. Børnene vil typisk reagere ved at tage for sig af retterne i form af sex, stoffer og alkohol. På lang sigt er selvtilliden præget negativt, og troen på, at

### Sådan påvirker du dit barn

**Personlighedstræk, vaner og adfærd** hos forældre, som ikke nødvendigvis er led i opdragelsen, påvirker også børn direkte. Her kan du se hvordan

#### Alkoholforbrug

Når forældre får et glas vin eller to for meget foran deres barn, forsvinder den kontrol, børn er afhængige af. Det skaber en usikkerhed i barnet og en angst, som vil være tilbagevendende i forbindelse med alkohol. Angsten kan komme igen senere i livet, når andre personer, som barnet er tæt knyttet til, er berusede.

#### Det daglige humør

En generelt trykket stemning, irritation og afdæmpet humør fra eller mellem forældre skaber en grundlæggende angst for omgivelserne. Barnet er ofte på vagt, bliver indelukket og mistroisk, og det er personlighedstræk, der kan præge vedkommende resten af livet. En mere positiv og smilende tilgang til hverdagen præger barnet til at være mere fordomsfrit og åbent over for omgivelserne.

#### Mange eller få venner

Et barn af socialt anlagte forældre, der ofte har aftaler med venner og familie, oplever verden som et trygt og varmt sted, der er værd at udforske. Er forældrene mere lukkede, og har de generelt en kritisk tone, når de taler om andre, får barnet en grundlæggende skeptisk og mistænksom tilgang til andre mennesker. De får eksempelvis sværere ved at få venner senere i livet.

#### Åben debat

Åben diskussion om følsomme emner giver barnet mulighed for at få luftet ud i stedet for at undertrykke sine følelser til underbevidstheden. Er der en kultur, hvor man tør være uenig og kan være venner igen kort efter, kan det give barnet et mere realistisk og konstruktivt syn på tilværelsen. De konfliktsky forældre, som siger 'det tæler vi ikke om', kan risikere, at barnet udvikler

de er noget værd og i stand til at udrette noget på egen hånd, er alvorligt underudviklet. En stille facon og generel tilbageholdenhed kan også præge personligheden.

#### Risikoadfærd som 15-årig:

Går på druk mere end tre gange om måneden 23%  
 Har prøvet hash mindst én gang 20%  
 Har pjækket mindst én gang det seneste år 40%  
 Har slået og truet andre mindst en gang 17%  
 Har skadet sig selv mindst én gang 13%

Kilder Karen Margrethe Dahl (SFI) Per Schultz Jørgensen, familieforsker og tidligere formand for Børnerådet, Anne-Marie Christensen, familierådgiver i Plan B

#### De strukturerede og nærværende forældre

**Forholdet mellem barn og forældre:** Er præget af nærhed. Der er stor tillid og fortrolighed, og samtaler er oftest åbne og ærlige. Forældrene kender barnets venner godt og ved næsten altid, hvor barnet befinder sig, når det ikke er i hjemmet. De ved meget om barnets hverdag, fordi de spørger ind til barnet, men også fordi de holder sig orienteret ved at tale med sportsklubben, lærere og andre autoriteter i de sammenhænge, som børnene indgår i. Kommunikationen mellem barn og forældre er afslappet, og forældrene er interesserede i at høre barnets holdninger og meninger. Tonen bliver kun streng, hvis barnet bryder regler eller normer i familien.

**Rammer og regler:** Der er mange regler og meget tydelige rammer. Der er et tydeligt lederskab i familien. Rammer og regler bliver ofte forklaret for barnet og bliver i mange tilfælde fastsat efter aftaler og samtaler, hvor barnet bliver inddraget i processen. Det betyder, at barnet har en mere indgående forståelse af, hvorfor det er vigtigt at overholde reglerne. Der bruges meget sjældent straf.

**Hverdagen:** Er meget struktureret, og forældre og børn er en stor del af hinandens hverdag. Forældrene har styr på tingene, er ressourcestærke og er hele tiden på forkant. Der er fokus på planlægning: Hvornår skal barnet til sport, hvornår skal barnet op, og så videre. Børnene bor i et hjem, hvor de har pligter i form af rengøring, opvask og lignende. De får dermed ansvar i hjemmet, men også medindflydelse. Rutiner håndhæves af forældrene – det kan være i form af familiedage i weekenden, at samle sig om bordet til aftenmad eller lignende.

#### Barnets reaktion på opdragelsen

**Positiv:** Barnet bliver meget velstruktureret og har nemt ved at indgå i forskellige sammenhænge. Det tager ansvar for sig selv og har nemt ved at overholde regler i skolen, på arbejdspladser og i andre sammenhænge. Den indre målestok er veludviklet, og det kommer til udtryk ved god situationsfornemmelse både socialt og professionelt. De fungerer godt med andre mennesker.

**Negativ:** På lang sigt kan barnet få svært ved at være spontant og kreativ, da struktur og planlægninger et fundament i personligheden. Risikerer at udvikle en overdrevet præstationsorienteret tilgang til livet.

#### Risikoadfærd som 15-årig:

Går på druk mere end tre gange om måneden 10%  
 Har prøvet hash mindst én gang 5%  
 Har pjækket mindst én gang det seneste år 23%  
 Har slået og truet andre mindst en gang 7%  
 Har skadet sig selv mindst én gang 7%

#### De afslappede, tolerante forældre

**Forholdet mellem barn og forældre:** Er præget af nærhed og fortrolighed. Når barnet når teenagealderen, er forholdet på et venskabeligt plan. Forældrene kender alle barnets venner og ved altid, hvor barnet befinder sig, når det ikke er i hjemmet. Forældrene taler med barnet på et meget afslappet og ligetil, venskabeligt plan. Forældrene interesserer sig meget for barnets hverdag, som de spørger ind til – både hos barnet, hos skolelæreren og hos andre autoriteter i sammenhænge, hvor barnet indgår.

**Rammer og regler:** Der er meget få regler og rammer. Forældrene mener, at børnene med tiden nok skal finde ud af det selv, når de gør deres egne erfaringer, og agerer derfor sjældent som autoritet. Straf er ikke eksisterende, og der er en stor grad af tolerance, når det eksempelvis gælder brug af cigaretter og alkohol i teenageårene. Eksempelvis kan en del af forældrene finde på at drikke alkohol eller ryge hash med barnet derhjemme, fordi det vurderes mere sikkert, end at barnet gør det et sted, hvor forældrene ikke kan gribe ind, hvis det går galt.

**Hverdagen:** Er meget afslappet. Forældrene involverer sig meget i barnet, og der er for eksempel en fast rutine med at samle sig om aftenbordet, hvor familien engagerer sig i hinanden og taler sammen. Aftaler overholdes ikke altid, men det tager forældrene ikke så tungt, og barnet vænner sig til det. Organiseringer ofte erstattet af impulsive handlinger. Kulturen i familien er præget af 'vi finder ud af det' og er sjældent tung og alvorlig. Barnet har stor frihed til at gøre, som det vil.

#### Risikoadfærd som 15-årig:

Går på druk mere end tre gange om måneden 20%  
 Har prøvet hash mindst én gang 10%  
 Har pjækket mindst én gang det seneste år 30%  
 Har slået og truet andre mindst en gang 11%  
 Har skadet sig selv mindst én gang 11%

Kilder: Karen Margrethe Dahl (SFI), Per Schultz Jørgensen, Karen Margrethe Dahl og Anne-Marie Christensen

angst for uenighed. Senere i tilværelsen er diskussioner i skolen, på arbejdspladsen eller mellem venner instinktivt forbundet med dyb alvor og fremkalder angst.

#### Flade ud eller ud i det fri

Når familiehygge typisk foregår foran tv'et, skaber det sjældent et aktivt og sundhedsorienteret menneske. Til gengæld kan det afslappede samvær med småsludren skabe en varme, som giver en positivitet og tiltro til omgivelserne. De mere sundhedsorienterede og aktive forældre, hvor familiedagene for eksempel bliver tilbragt med en lang gåtur, præger barnet til gode sundhedsidealer og giver en selvindsigt i egne evner. Men bliver aktivitetsniveauet for hysterisk, så der aldrig er tid til at sidde og slappe af sammen, kan det blive så dominerende en struktur i familien, at det overtrumfer varmen mellem forældre og barn. Barnet bliver præstationsorienteret og i værste fald kynisk over for sin omverden.

Joggingtøj eller jakkesæt. Er der tendens til at smide tøjet og hoppe i et par joggingbukser, når forældrene kommer hjem fra arbejde og skole, bliver hjemmet til et fristed, hvor det er i orden at slappe af og være sig selv. På lang sigt kan det gøre barnet i stand til at skille tingene ad og træde ud af sit formelle liv, når der er behov for det. Er der til gengæld tøjdisciplin hele dagen – 'for der kunne jo komme nogen og banke på' – kan barnet udvikle en overdrevet trang til at fokusere på sin ydre fremtoning og have svært ved at træde ud af sin formelle rolle i private sammenhænge senere i livet.

Kilder: Per Schultz Jørgensen