

# Den svære familierelation

Artikel af NORBYE ► af Marianne Norbye de Paoli ► 13.12.2018

Et af de stærkeste netværk, du kan være en del af er dit familienetværk, men det er samtidig også ét af de netværk, som kan være det svageste og volde dig store bekymringer, når det ikke fungerer.

Ønsket om harmoni i familien kan nogle gange overskygges af virkelighedens realiteter i form af livslange problematikker, historier og misforståelser, der kan risikere at gå i arv mellem generationer, og dermed gøre både nuværende og fremtidige relationer vanskelige.

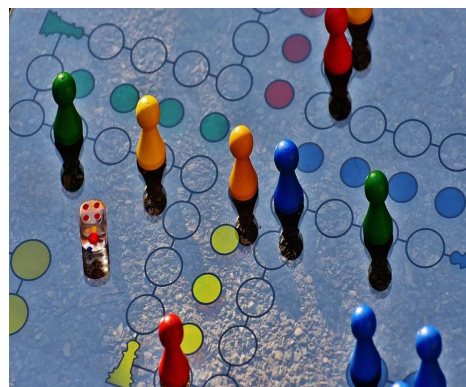
Prøv et øjeblik at overveje dine egne familierelationer:

- Måske kan du ikke med én eller flere af dine søskende?
- Måske har du et vanskeligt forhold til dine forældre?
- Du oplever måske at din relation til dine egne børn er vanskeligt?
- Eller måske er det relationen til din svigerfamilie, der volder dig store kvaler?

Når vi taler om familienetværk, er der så mange forskellige forhold, der spiller ind, og nogle af disse er blandt andet kommunikation & respekt, forælderrollen, søskende rivalisering og placering i søskendeflokken, etc.

Lad os prøve at se nærmere på søskenderivalisering og placering i søskendeflokken:

Søskenderivalisering er ikke unormalt i familiesystemer, og selvom konflikten som oftest tydeligt kan aflæses mellem de rivaliserende søskende, så er det også nødvendigt at se på forældrene for at få en større forståelse af deres rolle og eventuelle bidrag til rivaliseringen.



## Nogle typiske forhold, der kan bidrage til søskenderivalisering:

- Når den ene eller begge af forældrene foretager negative sammenligninger søskende imellem, som f.eks.: *”Se på din bror, hvis bare du kunne være mere som ham”*.
- Når den ene eller begge af forældrene beklager sig eller sladrer om den anden søskende overfor de resterende søskende, som f.eks.: *”Du forstår mig så meget bedre end din søster”* eller *”Din bror sløser jo sit liv væk med den kone, som han har giftet sig med”*.



- Når den ene eller begge af forældrene i deres fokus og opmærksomhed er med til at skabe en ubalance mellem søskende for eksempel ved ikke at koncentrere sig nok om det barn som fungerer dårligt eller har udfordringer, men derimod har fokus rettet mod det barn, som klarer sig bedst.

Selvom forældrene kan spille en væsentlig rolle i en søskende rivalisering, så er de bestemt ikke de eneste aktører, og de rivaliserende søskende bærer bestemt også deres ansvar i forhold til blandt andet kommunikation og respekt.

Hvordan kan vi være så forskellige, når nu vi kommer fra samme familie? Mon ikke mange kan nikke genkendende til dette spørgsmål. Her tænkes ikke på forskelle i udseende, men derimod i væremåde.

- **Du ser fx på din bror og har måske svært ved at genkende hans reaktionsmønstre.**
- **Eller du ser på din søster og tænker, at hendes værdier og livsvalg ligger milevidt fra dit eget liv.**

Din placering i søskendeflokken kan være en god forklaring på din og dine søskendes forskellige adfærd. Husk dog på, at nedenstående blot er en rettesnor til større forståelse om din søskendeplacering og ikke en endegyldig sandhed, da mange andre faktorer som personlighed, aldersforskel mellem søskende samt forælderrolle ligeledes spiller ind.

#### **DU SOM ER FØRSTEFØDT:**

Er du førstefødt, så vil du have et specielt forhold til dine forældre, som aldrig kan blive kopieret af dine andre søskende. Som den ældste vil du modtage dine forældres fulde opmærksomhed. Forældrene er nye i forælderrollen og "du er deres store eksperiment", hvilket også vil kunne ses i deres adfærd, som kan være fulgt af en ængstelighed og nervøsitet, som ikke ses på samme måde i deres rolle med de efterfølgende søskende, hvor de er i stand til at tage det mere afslappet.

Der er store forventninger til dig som førstefødt, og det vil kunne afspejle sig i personlighedstræk som en højere grad af samvittighedsfuldhed, gennemslagskraftig, selvtillid, perfektionisme og søgen efter anerkendelse. Ligeledes ligger der hos mange førstefødte et naturligt behov for at tage ansvar, hvilket kan ses allerede tidligt i forhold til at være en god rollemodel og tage sig af mindre søskende.

Hos den førstefødte kan behovet for forældrenes anerkendelse være udtalt gennem hele livet, især når den førstefødte mister noget af sit terræn i takt med at andre søskende kommer til.

#### **DU SOM ER MIDTERBARN:**

Er du midterbarn i søskendeflokken, ja så kan du sikkert genkende, at føle dig klemt på flere fronter, når du står der mellem den førstefødtes mange egenskaber og den yngstes sødme – dette er naturligvis sat lidt på spidsen!



Men mange midterbørn kan ofte opleve en forvirring omkring deres egen identitet og unikhed – hvis du er i tvivl, så tag bare et kig i fotoalbummet, hvor det ofte er tilfældet, at den førstefødte er veldokumenteret i alt fra pottetræning til skolegang, mens der ikke altid findes nær så mange billeder af nummer to i rækkefølgen. Som midterbarn kan det være en udfordring at finde ud af sin egen plads i familiesystemet. Du vokser jo op med at dele dine forældres opmærksomhed med din ældre søster eller bror, og på grund af din placering kan din adfærd bære præg af at være samarbejdende, tålmodig, fleksibel samt mæglende eller demokratisk.

#### **DU SOM ER SIDSTEFØDTE:**

Som den yngste i et familiesystem, vil du kunne opleve at få meget af dine forældres opmærksomhed, eftersom dine ældre søskende befinder sig på andre udviklingstrin end dig selv.

Men det er ikke kun forældrenes opmærksomhed, der er rettet mod dig – dine ældre søskende vil som oftest også tage et ansvar for dig som familiens "baby".

Med positionen som sidstfødte eller yngst i familien kan din adfærd bære præg af en afhængighed til andre, søgen efter opmærksomhed men også en større grad af risikoadfærd, da du som yngst ofte har oplevet, at dine forældre har sluppet flere af deres principper til forskel for, hvad der var gældende for dine ældre søskende.

Der er altså ingen tvivl om, at som individ og søskende er vi forskellige og disse forskelligheder kan være medvirkende årsager til misforståelser, problematikker og disharmoni i familiesystemet – ikke bare mellem den enkelte relation, men ofte med afsmittende effekt på resten af familienetværket.

MEN vores forskelligheder og vores roller i familiesystemet kan også være medvirkende til at skabe grobund for et stærkt sammenhold i familien, og det sker typisk i de familier, hvor forældrene tidligt har praktiseret og vist børnene, at der skal være plads til en åben og ærlig dialog mellem alle, hvor der er respekt og plads til individuelle forskelle, behov og valg, og hvor uenigheder kan drøftes og selvom det ikke nødvendigvis fører til enighed, så er der accept og respekt herom.

**Kontakt venligst NORBYE, såfremt du ønsker større forståelse for din egen rolle i dit familiesystem.**

-0-

Læs flere artikler på [www.norbye.dk](http://www.norbye.dk)

**NORBYE drives af Marianne Norbye de Paoli, der arbejder med både virksomheder og private.**

**Hun har en uddannelsesmæssige baggrund med M. Sc. Psychology samt**

**M. Sc. Human Ressource Management. Derudover arbejder hun som autisemekonsulent med forældrerådgivning for private.**

**Hos NORBYE arbejdes der med temaer relateret til arbejdsliv samt balancen mellem privatliv og arbejdsliv. Tilgangen er baseret på, at vi aldrig må stoppe med at udvikle os, og derfor arbejdes der også ud fra følgende filosofi: "Vi er i lære som menneske".**

