

# Søskendekonflikt

Artikel af NORBYE ► af Marianne Norbye de Paoli ► 30.03.2019

## Når dine voksne børn ikke opfører sig ordentligt over for hinanden

Som forældre, så kender vi det godt, når vores små børn bryder ud i et skænderi eller i perioder måske har et højere konfliktniveau med hinanden, men hvad når vores børn skændes eller har konflikter, når de er blevet voksne, hvordan kan vi som forældre tackle det?

Nogle forældre vælger at ignorere det helt, men er en sådan undgåelsesadfærd nu også altid det bedste? Det kommer meget an på konfliktens karakter, styrke og varighed, men som første handlemulighed kan en undvigemanøvre ikke anbefales.

Står du som forældre i en situation, hvor dine voksne børn har en indbyrdes konflikt, så overvej gerne:

- Lyt til de involverede parter, men forsøg ikke at tage parti eller placere skyld.
- Det kan være fristende at træde i den velkendte forældre-rolle med formaning eller irettesættelse, men forsøg ikke at kontrollere situationen / konflikten.
- Inviter eventuelt til en fælles snak, men hvor fokus er på at lytte til hinandens perspektiver og følelsesmæssige reaktioner, men uden at mod-argumentere, dømme eller irettesætte.
- Sæt fokus på at dialogen holdes på egen banehalvdel – det vil sige ud fra hvordan den enkelte har det, så det ikke bliver en peg-finger seance.
- Fortæl også gerne hvordan situationen / konflikten påvirker dig som forælder og hvad din bekymring kan være.
- Overvej hvordan du som forælder er med til at bidrage til konflikten i form af forhold i din egen adfærd.



- Vær nysgerrig på, hvad der sker med hver enkelt af dine børn – hvordan den enkelte har det følelsesmæssigt. Uanset om du er enig med dine børn, så anerkend at dine børn følelsesmæssigt er påvirket af situationen / konflikten.
- Forstå også, at hvorvidt dine børn ønsker at have et godt søskendeforhold til hinanden, er op til dem selv. Det betyder ikke, at du ikke skal have et godt forhold til hvert af dine børn.

**Kontakt venligst NORBYE, såfremt du har behov for hjælp og redskaber til bedre trivsel i din hverdag.**

-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 autismerkonsulent 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".**

