

Ida på fire år stod og så på, at familien spillede et brætspil til en fødselsdag. Ida blev utålmodig og prøvede flere gange at få sin kusine og mors opmærksomhed. Da det ikke lykkedes, legede hun lidt med nogle dukker på gulvet ved siden af. Indtil hun pludselig rejste sig op, tog brættspillet og rev brættet over. Ingen forstod, hvorfor hun pludselig gjorde sådan. Ida fik skældud, hun blev hevet ud af døren for at få at vide, hvordan man opfører sig, når man er i byen. Det hele endte med en Ida, der var meget ked af det, og en mor, der var meget vred.

Det er sådan en situation, jeg kom til at tænke på, da jeg læste Lars Rasborgs bog om *Sunde børns problemer*. Det handler om de der svære, trælse og bøvlede situationer, som man oplever med egne børn og ser hos andres børn. Og som måske kan løses bedre, hvis vi voksne undersøger barnets oplevelser, hvis vi interesserer os for, hvad barnet tænker og føler, hvad der ligger bag adfærden.

Rasborg skriver, at bogen ikke er en selvhjælpsbog, men mere skal ses som et supplement til rådgivning. Og bogen er efter de indledende kapitler også guidende i de to metoder spejling og jeg-støtte. Og så understreger han, at bogen ikke handler om alvorlige udviklingsproblemer. Dette understøttes i de mange eksempler, som jeg tror er genkendelige for de fleste forældre. Det er almindelige problemer og konflikter i almindelige familier. Rasborg beskriver, at bogen skal ses som en hjælp til at finde balancer mellem tilfredsstillelse og frustration. Han trækker på sine erfaringer med familierådgivning og slår allerede på første side fast, at mange af børns vanskeligheder er forståelige på baggrund af deres livserfaringer og forhold i deres hverdag.

Bogens centrale fænomener er spejling og jeg-støtte, der kan bruges som supplement til det, Rasborg kalder de almindelige opdragelsesformer – at ændre barnet ("lad være med at slå") og den ressourceorienterede, hvor der lægges op til samarbejde ("hvordan kan jeg hjælpe dig med at stoppe med at slå?"). Ifølge Rasborg gør spejling noget andet; spejling har ikke fokus på adfærden, men på at forstå de følelser og tanker, som er bag adfærden, og som sætter adfærden i gang. Og at kommunikere den forståelse til barnet. Udgangspunktet er de indre tilstande, ikke den ydre adfærd.

Omvendt handler jeg-støtte om de ydre handlinger. Men ligesom spejling handler jeg-støtte ikke om at barnet skal ændre sin adfærd. Støtten betyder, at den voksne skal ændre adfærd, og på den måde muliggør den voksne, at barnet kan handle succesfuldt. Rasborg skriver, at det handler om at bringe sig tættere på barnet. Det handler om at sænke sine krav til barnet og om at guide sit barn, når barnet er i det, som kan volde vanskeligheder. Kapitlerne om spejling og jeg-støtte er opsat som punktvisse guides til at forstå nuancer og give læseren ikke-firkantede retningslinjer, men fleksible måder, de kan anvende spejling og jeg-støtte. Det er spejling og jeg-støtte, der er det centrale i bogen, men bogen afsluttes med korte kapitler, hvor Rasborg vil meget på få sider. Introduktionen til adoptionsrelaterede udfordringer fungerer fint med brug af spejling.

Jesper Juul har sagt, at "der findes ikke rigtige svar på, hvordan vi generelt bør være forældre, og det er per definition umuligt at gøre det rigtige i kærlighedsrelationer. Hvis man skal bestemme sig for, hvad der er godt for ens barn, så må man høre, hvad ungen selv har at sige" (interview i Zetland den 21.12.17.) Jesper Juuls ord er den indgang, man som læser må have til Rasborgs bog *Sunde børns problemer*. For livet i familier er vidunderligt, svært og følelsesmæssigt kaotisk, og der er behov for en stærkere diskurs om, at det er faktisk ikke muligt at gøre det her perfekt. Det kunne måske hjælpe en forældregeneration, som synes at være for søgende og for hårde ved sig selv i deres måde at udfylde forældrerollen. Vi kan ikke udstikke *one size fits all* løsninger. Rasborgs bog tager dette udgangspunkt – det handler om at finde balancer. I en tid, hvor børns hverdag ofte mødes med smiley, og pædagogiske råd fra eksperter ofte handler om korrigerende af adfærd, timeout, straf og belønning, er Rasborgs bog en befriende modpol. Det er en bog, hvor forældre guides i at forstå barnets egen oplevelse af verden. For det er her, bogens væsentlige bidrag er, det er en hjælp til at sætte sig ind i sit barns livsverden, sit barns måde at opleve og se verden på. På den måde er bogen et kærkomment bidrag som en modsætning til en behavioristisk orienteret diskurs om opdragelse, rammer, grænser og konsekvenser. Bogen og metoderne giver et sprog til nogle vigtige elementer i omsorg for børn: at forsøge at forstå sit barns oplevelser og erfaringer i verden, at forstå sit barns tanker og følelser, at være en medspiller og ikke en modspiller, når verden er overvældende, er centrale byggesten i gode tætte relationer.

*Af Line Søberg Bjerre, cand.psych., ph.d.*

