

Vi mindes Inger Nygård  
Livets blandede bolscher  
Forældre til voksne børn  
Nyt om AgeForce

## Nyt fra FUAM

Udvikling af Alderdommens Muligheder

**2**

30. årgang  
August 2010

## Bestyrelse

Knud Ramian	8627 4042
Tove Holm (sekretær)	8617 9065
Søren-Peter Pedersen (kasserer)	8613 4788
Traute Larsen	8615 5917
Klara Juul-Madsen	8625 6049
Kirsten Trollegaard Jørgensen	8636 2511
Lisbet Thorendahl	8627 2802

## Suppleanter:

Irma Magnussen	8625 9804
Børge Helmer	8627 2900

## Redaktør

Knud Ramian, Englodden 6, Storhøj, 8320 Mårslet  
Tlf. 8627 4042E-mail: knud.ramian@gmail.com

Layout og sats:

Børge Helmer, Storhøjvej 16, 8320 Mårslet  
Tlf.: 8627 2900E-mail: borge.helmer@gmail.com

Sidste frist for stof til Nyhedsbrev nr. 3/2010:  
1. november 2010

## Læs i dette nummer

Vi mindes Inger Nygård . . . . .	3
Interview med Inger Nygård . . . . .	5
Livets blandede bolscher . . . . .	12
Forældre til voksne børn . . . . .	19
AgeForce . . . . .	26
Kommende møder . . . . .	27

# Vi mindes Inger Nygård

Den 25. juli 2010 døde Inger Nygård  
i en alder af 96 år

I løbet af foråret havde Inger og jeg arbejdet på et interview, der skulle bringes i dette nummer af bladet. Vi bringer som planlagt interviewet med Inger i den form, som hun nåede at godkende.

Inger syntes, at det var svært at blive så afhængig af andre mennesker og have så lidt magt over sit eget liv. Det var naturligvis en situation, som Inger syntes skulle drøftes i FUAM.

*”Vi lever i en tid, hvor alle vestlige samfund får den største andel af ældre, som nogensinde er set i verdenshistorien. Ingen ved, hvordan det kommer til at spænde af, men det er, som om der mest er bekymrede miner. Taler vi kun om kommende byrder?*

*Når man ser tilbage på de 30 år, hvor jeg har kendt Inger, er det svært at få øje på ældrebyrden.*

*Det var hende, der bar næsten til det sidste.*

Hun havde derfor aftalt, at hun sammen med Klara Juul Madsen ville stå for et oplæg på FUAM-mødet i oktober.

Desværre nåede Inger det ikke, men vi holder fast ved temaet på oktobermødet.

Inger havde ønsket at en fra FUAM talte ved bisættelsen. Jeg bringer her afslutningen af min tale:

*Inger vil længe endnu være aktiv. Hun skabte sig en alderdom, der blev et eksempel på, hvordan man kan blive gammel, ansvarlig, omsorgsfuld og bidragydende. Hun demonstrerede for øjnene af os alle, at det kan lade sig gøre. Inger viste, at der findes måder at være gammel på, som man kan være stolt af. Det er en vandregæld, som vi har arvet.”*

Æret være Inger Nygårds minde.

Knud Ramian



*Inger Nygård  
Billedet er fra 1979, hvor hun var med til at stifte FUAM*

# En aktivist i FUAM - Inger Nygård

***I dette nummer fortsætter vi fortællingerne fra FUAM med et interview med Inger Nygård.***

Hun er med stor sikkerhed FUAM's ældste medlem og har været med fra starten. Hun var FUAM's aktive sekretær gennem mere end 15 år og mere end nogen eksponent for den aktivistiske fløj af FUAM, men for Inger er det ikke bare meninger – hun står inde for sine synspunkter og tager konsekvensen af dem. Derfor gik Inger også med i bestyrelsen og var den energiske sekretær i mere end 15 år. Et interview med Inger Nygård om hendes virksomhed i FUAM er derfor også en historie om temaer, som er vigtige for FUAM.

Et interview med Inger Nygård er noget særligt for mig – vi taler jo om en fælles fortid i FUAM. For at strække min fornøjelse fordeler vi interviewet over nogle gange. Det er jo et langt liv, vi skal i gang med.

I dag bor hun hyggeligt i den bagerste ende af et dobbelthus med en lille have. På trods af sine skavanker, der plager hende, fortæller hun engageret om de bøger, hun for tiden er i gang med. Hun synes, det er svært, og alligevel ler hun meget under samtalerne. Den skarpe tunge har ikke forladt hende. Alligevel er en samtale med Inger fyldt med hendes helt særlige

smittende latter. Hun går dårligt og er bange for at falde, men opfylder ikke kravene til at få et kaldeanlæg. Den politik giver hun ikke meget for. Hun har stadig mange meninger, der pibler frem hele tiden.

Vi har aftalt, at vi starter ved begyndelsen i FUAM, men Inger Nygårds indsats i FUAM er så omfattende, at vi har været nødt til at holde os til nogle af de røde tråde, som mest har optaget hende.

## *Ind i FUAM*

FUAM var lige startet i 1979. Der var en eller anden, der lokkede mig med bl.a. til den første generalforsamling på Jysk Teknologisk Institut. Allerede her blev jeg foreslået til bestyrelsen, men sagde nej tak. Møderne i FUAM blev holdt på Skolen for beskæftigelsesvejledere, hvor Aase Nyborg var leder. Allerede året efter kom jeg i FUAM's bestyrelse

## *Det var arbejdet som bibliotekar, der bragte mig ind i FUAM*

Jeg havde været hjemmegående i 16 år. Det var man jo dengang. Som hjemmegående havde jeg jo brug for lidt tilfældige korte jobs, helst om formiddagen. Jeg kunne få vikariater, og der var rigtig mange plejehjem, hvor der tit var vikariater. Jeg var fast afløser på forskellige plejehjem bl.a. Ste-

fanshjemmet, men også Radiumsstationen, hvor jeg var meget glad for at komme. Det passede fint, at jeg kunne arbejde om formiddagen og være hjemme hos børnene om eftermiddagen. På den måde følte jeg mig hjemme på ældreområdet og havde stor interesse for plejehjemmene – så det med FUAM var nærliggende

### *Bibliotekarjobbet kom med modernismen*

Jeg voksede op i Ørbæk på Østfyn, hvor min far var dyrlæge. Min mor var en foretagsom kvinde, der blandt andet oprettede sognebiblioteket i Ørbæk. Hun kom i bestyrelsen for Svendborg Biblioteksforening og Danmarks Biblioteksforening – og så var det selvfølgelig givet, at hendes datter skulle være bibliotekar og hun skaffede mig en læreplads på biblioteket i Svendborg. Det var der, jeg mødte min mand.

*Det med det interessen for de gamle. Har du også det fra din mor?*

Da min mor var 85, begyndte hun at læse op for de gamle på plejehjemmet – så måske er det arveligt – siger en leende Inger Nygård.

Hun ville have mig til St. Knuds Skole i Odense, og talte med rektor Helga Lund, der sagde, at der ikke var plads. Min mor pegede ned bagerst i lokalet og sagde, ”der kan da godt stå et bord der” – og sådan blev det. Hun var en foretagsom dame, der gennemførte og jeg har da også altid være lidt nævenyttig.

*Det med at gennemføre har du altså fra din mor?*

Min far havde assistenter, og da jeg var en 3-4 år kaldte én af dem mig for

sjælsrå og kynisk. De grinede alle sammen, og det har fulgt mig livet igennem, hvad det egentlig betød. Det er måske derfor, jeg er blevet, som jeg er.

### *En af de røde tråde: De svage gamle*

Inger Nygård har gennem alle årene været optaget af hjælpen til de svage gamle. Fra sin tid som bibliotekar på plejehjemmene havde hun god indsigt i forholdene og gik ind i debatten om plejehjemmenes fremtid og hjemmehjælpens konstante forringelser.

### *Model for egenomsorg*

Vibeke Poulsby ( nu også Krøll), der i dag er chefsygeplejerske på Skejby, havde i 1988 et filmprojekt omkring egenomsorg: ”Egenomsorg - handlekraft og balance” er en video, hvor Inger er hovedpersonen. I filmen tages der udgangspunkt i en ældre kvindes hverdag. Hun er blevet enke for halvandet år siden og bor nu i en lejlighed i et moderne ældrecenter. Igennem tre situationsspil gives eksempler på, hvordan et plejepersonale forholder sig til egenomsorgsprincippet. ”Det blev optaget på et plejecenter, og jeg skulle være en af beboerne. Jeg skulle ikke aktiveres, for jeg var optaget af at læse Kaj Munk, og jeg skulle absolut ikke have lavet mad i mikroovnen, for jeg havde spist. Jeg kan huske, at jeg inviterede en af de andre beboere til middag på min stue. Det var vist ikke set før. Det er en video, der anvendes endnu. Jeg har lige mødt en medarbejder på Hørgården som netop havde været på kursus og havde set den.”

## *På "pension"*

Jeg gik på pension i 1981. Min mand var gået på pension tidligere. Så vi havde fundet vores roller, da jeg holdt som bibliotekar. Nu var jeg li'som stillet mere frit og gik ind i et udvalg på det lille plejehjem på Kingosvej, hvor vi diskuterede plejehjems politik. Ellen Winther, der var ergoterapeut der, stod for det. Jeg havde holdt oplæg om FUAM og var kommet i forbindelse med Ellen Winther på den måde. Socialrådmanden dengang hed Jens Arbjerg og kunne ikke finde ud af, hvad det var der foregik, men det var starten på "Aktion plejehjem"

## *Historien om hvorfor der ikke blev nedlagt plejehjem i Århus.*

### *Aktion plejehjem*

Der var omkring 1983 megen debat om nedlæggelse af plejehjemmene. Vi var blevet meget ophidsede over dem, der talte for længst muligt i eget hjem. Du (intervieweren) var en af dem. I aktion plejehjem tog vi rundt og talte med beboere og personale på plejehjem og fik skabt debat om plejehjemmene og argumenterede for at de ikke skulle nedlægges. I gruppen var der Bodil Broch Lips, ... og vi mødtes bl.a. hos Melitta Due på plejehjemmet. Vi stillede til et møde i Socialudvalget med rådmanden, der hed Jens Arbjerg. Da vi gik var der en af hans partifæller, (socialdemokrat) der med en særlig tone sagde: Tak for besøget.

## *De nye nærradioer blev en del af aktion plejehjem*

Utallige er dine læserbreve fra den tid. "Ja, men vi brugte også de nye lokalradioer. Der var to radioprogrammer. Det ene var nærradioen, og det andet var seniorradioen, som jeg begge deltog i. Vi havde en udsendelse i forbindelse med plejehjemmet Ansgar, og jeg fik et brev fra en journalist Okholm, der sagde, at det var en af de bedste udsendelser, vi havde haft. Det er sådan noget, der luner. Det foregik nede ved havnen, hvor Jacob Hougaards bror havde noget med det at gøre.

Der blev da heller ikke nedlagt plejehjem i Århus, som der blev i så mange andre kommuner. Tvært imod fik man bygget et nyt Ansgar. Man kan læse følgende om resultatet i Nyhedsbrevet.

"Plejehjemsgruppen har skiftet navn til plejegruppen, skriver Inger Nygård i "Efter at vi har arbejdet for flere plejehjem i Midtbyen i flere år, kan vi glæde os over, at byrådet har besluttet at bygge et hjem der. Vi mener derfor, det skal vare lidt, før vi siger, det stadig ikke er nok. I stedet følger vi nøje det, der kaldes nytænkning."

### *Brugerråd var temaet*

Der blev oprettet brugerråd rundt omkring på plejehjemmene i slutningen af firserne. Jeg var i brugerrådet på Hørgården i to perioder. Der var jeg rigtig glad for at komme. Vi fik aldrig nogen politisk indflydelse. Vi var kun

praktiske grise. Det var der jo ikke noget galt i, men jeg synes jo, vi skulle have fat i det politiske. Jeg gik ud, fordi jeg var så skuffet, men lod mig overtale til en periode mere.

### *Kaffetante på Hørgården*

Indsatsen på Hørgården varede ved, men skiftede karakter. I en årrække har hun stillet hver søndag eftermiddag for at lave kaffe til 'de gamle'. ”Der kan være så trist om søndagene, og dem er der så mange af.” Hun holdt i en alder af 95 år, fordi det var svært uden en hjælpende hånd.

### *Om at flytte i tide*

Boligtemaet har af gode grunde fyldt meget i FUAM. Inger siger: ”Der var nogle år, hvor boliggrupperne, der ville lave bofællesskaber, fyldte rigtig meget. De endte med at lave deres egen forening, men jeg deltog ikke i grupperne. Vi var meget om os den gang – og nogen husker os jo endnu. Jeg kørte for nylig i taxa og sludrede med chaufføren og sagde måske noget om Ældresagen, der fik ham til at sige: ”Sig mig, var der ikke en anden forening om ældre?”

Jo, svarede jeg, FUAM! Nå ja, Foreningen til Udvikling af Alderdommens Muligheder, svarede han. Det er da tankevækkende. Jeg havde andre boligplaner. I 1985 døde min mand. Det gav mig jo tid og frihed, og det har man lov til at skønne på, men jeg var tidligt klar over, at jeg ikke ville blive boende i det store gamle hus, så allerede der startede flyttetemaet for mit vedkommende.

### *Historien om 'Ka' du rocke i din bolig?' og Boligrådgivning for ældre*

Inger Nygård var fra starten med til det, der mange år senere og den dag i dag er ”Boligrådgivning for seniorer”

”Vi startede samarbejdet med arkitektskolen. Vi mødte op i de gamle bygninger. Jeg følte mig meget hjemme, for der var jeg kommet som barn. Vi mødtes med Bente Lindstrøm, som ikke lige med det samme kunne se det geniale i ideen, men det vendte hurtigt, da hun fik ideen om, at de kunne lave en udstilling om alderdom og bolig. Vi havde rigtig mange møder i FUAM om flyttetemaet, skrev artikler og skrev til den lille bog, der blev udgivet i forbindelse med udstillingen. Den udstilling turnerede landet rundt. Der blev lavet en forsøgsrådgivning, som nu er blevet til en helt selvstændig ”Boligrådgivning for seniorer”.

### *Børnebørnenes velsignelse*

- Jeg flyttede også selv i 1987. Det passede fint til mit liv at flytte. Min søn boede i Risskov og hvis jeg flyttede, kunne jeg komme tættere på mine to børnebørn, der var to små piger dengang. Vi så på forskellige boliger, men da vi fandt dette dobbelthus var jeg ikke et sekund i tvivl om, at jeg ville bo her. Det har jeg aldrig fortrudt, men jeg har også enestående naboer. Bedst af alt har jeg haft det så godt med mine børnebørn, der kunne komme til mig hver dag efter skoletid. Det fortrolighedsforhold man kan få til ens børnebørn er helt vidunderligt.



Man får lov til at følge med i hele deres liv – og man holder mund.

## *På tværs af generationerne*

Forholdet mellem generationerne er et rigtigt FUAM tema. Det har mange facetter, og de har alle optaget Inger Nygård gennem alle årene. ....

### *Reservebedstemødre – en høring om børnepasning*

Projekt ”Reservebedstemødre” startede i 1987 med et forsøg på at få etableret et tilbud om reservebedstemødre, og som sædvanlig startede Inger en gruppe. ”Jeg har jo altid lavet projekterne i samarbejde med andre. Det startede i Vestergade på tværs af generationer. Vi var Inge Kjærgaard, Sussanne Rames, Vibeke Sjøgren. I gruppen var også de gamle : Dora Justesen, Vibeke Gronenberg og Inga Pårup Laursen, men af de gamle er kun jeg med nu. Ideen om reservebedsteforældre var fantastisk god. Ideen var at knytte en gruppe til de yngste klasser, hvor man kom med regelmæssige mellemrum og kunne hjælpe til at passe børnebørn. Vi havde møder på Ellebjergskolen. Vi fik det annonceret, men vi kunne ikke få fat på nogen af reservebedsteforældrene. Der var bare ingen bedstemødre, der havde tid. De skulle spille bridge og rejse. Det blev kun os, så jeg passede ingen andres børn. Det var ikke let at komme igennem, men Inger var stædig. Hun skriver i nyhedsbrevet: Gruppen har skiftet navn til klassetanterne. Den lever stadig i 1991, men på lavt blus. ”Der er mange forældre, der ikke vil være ved, at de har svært ved at få passet deres børn.

Det fantastiske er, at vi stadigvæk mødes på tværs af generationer. Vibeke's familie synes, at det er fantastisk at have sådan en gruppe. De er helt enestående. Jeg bliver hentet og bragt, og hvis det skal være hos mig, sørger de for det hele. Jeg kan næsten ikke klare det mere, og jeg kan næsten ikke høre, hvad de siger. De unge kalder den for FUAM-gruppen. Jeg kalder den for tantegruppen. I dag er der lavet tilbud med reservebedsteforældre mange steder i landet.

### *Generationskløften blev ikke lukket den gang*

Forholdet mellem generationerne er anden af de røde tråde i Ingers FUAM-liv.

*I lavede også noget med nogle helt unge mennesker, der blandt andet ville lave en cafe, hvor generationerne kunne mødes. Hvad skete der:* ”Det var nogle unge kvinder omkring 1990, der i avisen beklagede sig over generationskløften. Dem ringede vi til. Det var Helen fra Botswana og Amanda fra Sønderjylland. Inden længe var vi 10 i gruppen. Der blev kun Bodil Broch Lips og mig tilbage af de gamle. Vi mødtes hos hinanden og det var en oplevelse. Vi sad på deres værelser, hvor alting flød, og drak kaffe i dobbeltsengen. Kopperne stod i vasken, da vi kom, så dem vaskede vi op. De havde jo helt andre normer, end vi havde. Amanda sagde på et tidspunkt: ”Der er da meget mere, vi kan tale med jer om end med vores forældre.” Jeg svarede, at der da også var meget vi skulle vænne os til, hvortil hun svarede: ”Ja, det er I da nødt til.” Nå, de læste HD og for-

svandt. De var mest optaget sig selv. Vi har slet ikke tænkt på at følge op – og vi har aldrig hørt fra dem”.

### *Forældre til voksne børn*

I begyndelsen af halvfemserne var FUAM optaget af et andet generationstema: Forholdet til de voksne børn. Der blev samlet historier ind fra forældre til voksne børn. Inger fortæller: - Det var Tove Holms projekt. Det lagde jeg jo kun rum til, men vi havde mange gode samtaler. Dora og jeg vi skrev tit historier til bogen og vi udgav os for hinanden. Det grinede vi meget af. Vi ville jo gerne passe på vores familie. Det var lidt skuffende, at bogen ikke blev udgivet, selv om projektet jo fik megen omtale rundt omkring.

### *Teater på Socialpædagogisk seminarium*

*Det fremgår af bladet, at du i 1991 var med til at spille teater på Socialpædagogisk seminarium.* ”Det har jeg svedt helt ud. FUAM blev bedt om at være med til en teaterforestilling. Det skulle være en eksamensopgave, som pensionister var med i. Den varede ca. 40 minutter. Den store fordel var, at vi ikke skulle spille andre roller end os selv.

### *Hvorfor er vi så sure i busserne – Buspli*

I 1994 søgte Inger om penge til et filmprojekt ”Buspli”. Det skulle handle om, hvordan generationerne omgås med hinanden i busserne. Det er jo et af de få steder, hvor generationerne virkelig mødes. *Hvordan startede det*

*med BUSPLI?* ”Jeg ville ikke blive ved med at køre i bil, så jeg kørte meget med busserne. Derfor kendte jeg til forholdene. Det var en film, der skulle sætte temaet til debat. Den var morsom at være med til at lave sammen med Cafe Kølbert. Jeg husker, at jeg viste den til min svigerdatter. Jeg sidder ved siden af en ung mand, der sidder og grimasserer ud af vinduet, mens jeg taler til ham. Så spørger min svigerdatter: ”Vidste du, at han gjorde det?”” Ja, svarede jeg. Det var mig, der havde iscenesat det, men hun oplevede det helt konkret. Filmen skuffede noget. Jeg viste den da til sporvejsdirektøren Aage Marcussen, men den gav ikke rigtig nogen debat. Den var så overspillet. Desværre er det ikke blevet bedre. Busserne er også så dårligt indrettede for ældre mennesker.”

### *Hvorfor skal vi efterligne de unge?*

Det var ikke kun de unge, der måtte holde for. I 1995 holdt du oplæg på FUAM-mødet om aldersdiskrimination. Du havde ikke meget til overs for de ældres klynk. Du mente den gang: ”Større selvværd ville give en bedre alderdom. Mange gør sig de største anstrengelser for at efterligne de unge. Nogle tror, at de bliver unge ved at kalde sig ældre, når de er gamle. Jeg tror, det ville styrke selvværdsfølelsen, hvis de gamle betalte fuld pris alle vegne. Det kunne nemt gøres ved at hæve pensionen tilsvarende. Hvad mener du i dag? ”Hvor har jeg dog sagt mange kloge ting ” siger Inger Nygård med et stort grin.

## *Svigermødre*

Som 83 årig var du i 1998 med til i Dansk Kvindesamfund at oprette en svigermorgruppe for at få afklaret, hvorfor det så ofte går galt mellem svigermødre og svigerdøtre. ”Det kom i Radioen” siger Inger, ”men der mødte kun en deltager og 2 bestyrelses medlemmer frem. Det har altid undret mig, at der ikke er en eneste morsom historie om svigerfædre. Det undrer mig”

## *Om at tage bladet fra munden*

Du har aldrig været bange for at tale om det, der ikke blev talt så højt om. Allerede tidligt i dit liv var du med til at lave en gruppe: for kvinder i klimakteriet. ”Det er mange år siden og det var jo nærmest et fy-ord dengang”.

## *Hvor vil du helst begravnes?*

I 1996 havde du et oplæg: ”Hvor vil du helst begravnes?” Det vakte megen debat?

”Jeg undrede mig over familiegravstederne. Kvinderne tog jo den gang deres mænds navne og blev begravet med ham, men på gravstenen blev der altid tilføjet pigenavnet, som et tegn på at man stadig hørte til i en anden familie. Hvad er logikken i, at man 30 efter ægtefællens død skal begravnes i familiegravstedet? Jeg ville helst i Skovhaven. Efterkommerne kan finde mig der og det koster dem ikke noget, men jeg er ligeglad.

I 1998 holdt Inger oplæget 'Av min Arv' Det handlede om alle vanskelighederne omkring arvesagerne

som børnene sjældent bryder sig om at tale om i tide.

## *Fru FUAM takker af*

I 1997 holdt du som sekretær i FUAM, hvor der blev holdt en tale for fru FUAM. Det siger noget om, hvilken betydning vi mener, du har haft. ”Jeg kan ikke lide at blive trukket frem som person, jeg har jo altid arbejdet sammen med andre, og FUAM var den perfekte ramme for mig. Det med Fru Fuam var bare et navn, de havde givet mig på Katrinebjerg Centret, hvor jeg hentede blade. Nu kommer Fru FUAM sagde de.”

På trods af skavankerne, der er fulgt med alderen, gør Inger stadig mest muligt for at klare sig selv. Selv har hun har det ikke godt med at være afhængig af andre menneskers hjælp og synes, det er svært at føle sig som en belastning. Alligevel værdsætter hun den hjælpsomhed, hun møder mange steder. Ingers lyst til at røre ved de ømfindtlige og tabubelagte emner er ikke forsvundet med alderen. I 1995 udtalte hun i en video om alderdommen, at hun ønskede sig at blive en sød gammel dame. Er det lykkedes? Inger Nygård ER en rar gammel dame – men stadig en skarp kritiker af det, hun finder urimeligt. Det går op i en højere enhed – hos Inger Nygård. Og nu har hun fået et kaldeapparat bevilget i tre måneder, men selvfølgelig har hun anket den afgørelse til Den Sociale Ankestyrelse. Inger er stadig aktivist.

# Livets blandede bolscher

*Titlen "Livets blandede bolscher" er et billede af livets kvaliteter. Dem har vi vist ledt efter lige siden Adam og Eva. Det siges, at de godt vidste, hvad det var, men de tænkte ikke over det. Efter uddrivelsen fra Paradiset fik de så travlt med at skaffe til dagen og vejen – at de glemte at fortælle deres mange børn det – og derfor har vi ledt efter dem lige siden. Eller måske ved vi det godt, men bryder os måske ikke om svaret og venter på, om ikke nogen kan komme op med noget bedre.*

Jeg tror ikke, at jeg har fundet på noget nyt, men jeg har haft brug for at sige det på en måde, så jeg selv kan forstå det – og kan andre have glæde af det, er det hermed givet videre.

Jeg har en lille bogsamling derhjemme. Bøger skrevet af mennesker, der har forsøgt det samme. De har heller ikke fundet på noget nyt, men har brug for at sige det, de ikke selv har fundet på – således at de selv kan forstå det. Ordene kan være forskellige: lyskaldslære, lykke, livskunst, trivsel, livsglæde, livskvalitet, og nu hedder det positiv psykologi<sup>1</sup>

Desværre tror nogen af dem, at de faktisk har fundet på nyt – de bliver lidt vanskeligere at omgås.

Den ældste bog om sagen i min samling hedder "Wiisdoms og lykkeligheds lære". Den er fra 1794, trykt i København på Gyldendals forlag og skrevet af hans kongelige majestæts

konfessionarius og første hofprædikant, mens han var i halvtredserne. Han blev dengang anset for at være en fornuftens fortalere og forsøgte efter bedste evne at bringe overensstemmelse mellem den tids fornuft og den tids opfattelse af Gud. Jeg vil gerne dvæle lidt ved Bastholm, fordi hans tanker fra 1794 kan sætte dette århundredes fremskridt i et fornuftigt perspektiv.

Han skriver, at man først skal finde sin bestemmelse! Hvorom han siger følgende:

"Jeg haver fremstillet Mennesket for Læseren som et fornuftigt, selvvirksomt, sig selv bestemmende og sig selv dømmende Væsen, eller som et moralskt Væsen- Hvad må da sådan et Væsens Bestemmelse være? Hvorfor er Mennesket til? Jeg svarer strax: Menneskets bestemmelse er hans egen, og, saa vidt hans Virksomhed kan naae,

<sup>1</sup> Positive emotioner, engagement, mening og relationer-  
<http://www.universereseearchlab.dk/page3602.aspx>

hans hele Arts lyksalighed – Derfor er der også nedlagte tvende Grunddrifter i Mennesket; Selvkierlighed og almindelig Velvillighed ”

Det efterlader naturligvis spørgsmålet ubesvaret om, hvad ”Lyksalighed” er for en størrelse. Der går dog ikke mange linjer før Bastholm er i gang med besvarelsen:

Men, hvad forstaaer man ved Lyksalighed? Man haver besvaret dette Spørgsmaal paa forsekiellige Måder, hvilke vel ikke ere alle lige tilfredsstillende; men dog for en Deel løbe ud på det samme.”

Se Bastholm ved også godt, at han ikke kan finde noget nyt. Hans problem er at han er på side 15 i en bog, der skal fylde 412 sider – om lyksalighed!



*Christian Bastholm malet af Jens Juel.  
Portrætsamlingen på Frederiksborg Slot*

”Jeg forstaaer derved en overveiende Tilfredsheds og fornøjelses Tilstand, eller, Lyksalighed der består deri, at Massen af de behagelige Følelser overveier Massen af de ubehagelige. Anden Lyksalighed kan ikke finde Sted paa denne Klode. Ganske reen og ublandet kan den her ikke være. Anden lyksalighed vilde og Herneden ikke være tienlig for os. - ”

Se her får han fornuftigt lukket diskussionen om den totale harmoni og lykke, og han får gjort plads til den himmelske lyksalighed

Men denne lyksalighed kan dog og være forskiellig af sine Grader, for nogle større, for andre mindre, eftersom denne Overvægt er større, eller mindre.

Da Lyksaligheden er en Tilfredsheds og Fornøjelses Tilstand og denne Fornøjelse reiser sig af behagelige Følelser, men ingen behagelig Følelse kan have Sted uden ved Nydelsen af et Gode, saa følger deraf, at Lyksaligheden maae være ligesaa forskiellig, som det Gode, af hvis Nydelse den udflyder.

Nu bliver lyksaligheden gjort mangfoldig – se det kan der komme en bog ud af

Mennesket er et sammensat Væsen, han haver en fornuftig Aand, han haver og et dyrisk, sandseligt legeme. Enhver Deel af hans Væsen kan nyde sit Gode. Han kan som fornuftig, imodtage et aandeligt, og som Dyr et sandseligt Gode. Nydelsen af de første udgjør hans fornuftige eller hans menneskelige og Nydelsen af de sidste hans dyriske Lyksalighed. Naar begge nydes tillige, saa er hans lyksalighed fuldstændig, og jo høiere grad den Grad er, i hvilken han nyder dem beg-

ge, desto fuldkomnere er hans Lyksalighed.

Der er ikke megen skyld og synd knyttet til lyksaligheden i denne hofprædikants opfattelse af livets kvaliteter i 1794. I resten af bogen skriver han om Gud, om menesket og om midlerne til Viisdom og Lyksalighed. Hvordan skal man nu begynde mere end 200 år efter denne mand. Jeg har forelsket mig i overvejelser over, hvad livet er for en størrelse.

### *Hvad er livet?*

For mig at se, er livet sådan set lige til at få øje på. Livet består af det ene øjeblik efter det andet – og vi har ikke andet. Skal vi lede efter livskvaliteten, skal vi finde den der. Den er i tiden og måden, vi udnytter vores tid på. Livskvalitet er er ikke højabstrakte størrelser og bevingede ord. Hvis ikke livskvaliteten kan findes i en tid, findes den ikke.

### *Morgenkvaliteter*

Der er mange tider og mange slags tider. I en periode interesserede jeg mig specielt for menneskers morgener. De er både så ens og så forskellige. Over hele kloden sover mennesker om natten og vågner om morgenen. Hvad enten vi er kristne eller muhammedanere – har vi alle sammen morgener, hvor vi vågner, står op, får tøj på, spiser morgenmad og tager hul på dagen.

Men når det er sagt – så er der store forskelle på kvaliteterne i vores morgenstunder. For nogen viste det sig, at være en morgenkvalitet at ligge og vågne langsomt i sengen og mærke nattens varme i dynen. For andre var

det en rædselsfuld tanke. Når de vågnede, skulle de op.

For nogen var det en kvalitet at være helt sig selv, inden resten af familien dukkede op, for andre var det modsat.

For nogen var harmonien i morgenstunden vigtig – for man kom jo hjem til det sted, hvor man gik fra hinanden. For andre var det vigtigt, at der var ryddet op og lagt på plads – så man ikke havde det at komme hjem til.

Og sådan kunne jeg blive ved et stykke tid endnu. Der var mængder af forskelle på, hvad der havde betydning – altså kvalitet i den korte morgenstund. Der gemmer sig altså rigtig mange kvaliteter i hver eneste stund dagene igennem. Når hverdage kan være så gode, er det naturligvis, fordi vi har forsøgt at bygge så mange kvaliteter ind i dem som muligt.

Det er alle disse mange og forskellige værdier og kvaliteter, der er knyttet til enhver tid, som jeg kalder for livets bolcher. Der er så mange, og de er så forskellige – de må nødvendigvis være blandede bolcher.

### *Hvor skal vi lede efter kvaliteterne?*

Men danskerne er måske rigtig gode til det med livskvalitet. Danskerne skulle jo være klodens lykkeligste mennesker – så vi må vel vide det. Det ser ud til, at livets bolcher kan findes næsten alle steder, alle vegne og til alle tider. Hos buskmanden og i koncentrationslejren. De findes i tiderne, stederne, forholdene til andre menne-

sker, i tingene, i vores følelser, tanker og handlinger.

Enhver situation har sine kvaliteter, og det gælder om at få noget ud af dem eller finde ud af, hvor man får mest, og hvilken kombination der passer til en selv. Men vi vil nok ikke have de samme.

Mennesker kan rammes af kriser og blive ulykkelige, men hvis de ikke drukner i ulykken, kommer de over den og genfinder deres gamle tilfredshed.

Vi leder efter livets bolscher, hvor vi end befinder os i verden eller i livet.

### *Hvad er der i de gode bolcher?*

Når man ser, hvad mennesker forsøger at samle sammen i deres hverdage, kan man se, hvor mange forskellige slags værdier de leder efter eller forsøger at proppe ind i deres dage. Jeg kalder dem for forskellige slags liv – fordi det er lettere at få øje på kvaliteterne hos de mennesker, hvor en bestemt kvalitet fylder rigtig meget.

#### *Det glade liv – lystfølelserne*

Vi forbinder tit lykken med lyst og glæde, men der synes dog at være forskel på, hvor glade vi hver for sig går rundt og er.

#### *Det sociale liv – nærhed*

Positiv kontakt med andre mennesker er en kvalitet, de fleste sætter stor pris på. Men der er meget store forskelle på, hvor megen kontakt vi sætter pris på og, hvilken former for kontakt vi ønsker at have. For nogen bliver det at være i kontakt en livsbetingelse og alene-tid en forbandelse.

## Det meningsfulde liv – betyding

Det meningsfulde mit betyder, at mit liv og mine handlinger betyder noget uden for mig selv. Det kan være andre mennesker, men det kan også være dyrevelfærd eller klimaet. Vi får positive følelser, når vi gør noget godt for andre. Hvis man viser taknemmelighed eller siger undskyld, giver det positive følelser, der kan holde sig i flere dage. Det meningsfulde liv er ikke noget, der skaber lyst-følelser. Hvad gør man ikke for sine børn? Der er meget store forskelle på, hvor megen mening, vi har brug for.

## Det harmoniske liv

Nogen sætter stor pris på et harmonisk liv. Her er trygheden og sikkerheden i højsædet. Til harmonitankerne knytter der sig tanker om liv med ro, stabilitet, fravær af konflikter, sikkerhed for dagen og vejen og et godt helbred.

Vi kan også blive tryghedsnarkomaner, hvor vi frygter utrygheden og holder os inde om aftenen.

## Det intense liv

Det aktive liv er præget af glæden ved aktivitet og engagement. Man har det bedst, når man laver noget. Hos nogen udvikler det sig til en søgen efter oplevelse af spænding og eventyr.

## Det dygtige liv

Til det dygtige liv knytter sig glæden ved at præstere, ved at kunne noget, ved at løse problemer, ved at vinde. Der er meget store forskelle på, hvor meget man har behov for at kunne præstere noget.

Det skifter gennem tilværelsen: Man kan sørge over det, man ikke kan eller glæde sig over det, man stadig kan. Hvis man gør noget for at skulle præstere, men ikke kan præstere, mister man lysten. Det er mange ting, man holder op med.

## Det magtfulde liv

Der er en glæde ved at have indflydelse. Størst glæde er der ved at opleve at man har magt over sit eget liv, at man har selvbestemmelse, at blive lyttet til.

Med alderen kan man opleve, at man ikke bliver lyttet til. Det kan være en voldsom misforståelse, fordi de unge udmærket ved, hvad man mener og kun bliver irriterede, hvis man gentager sine forsøg.

Der er mange flere slags bolcher. Jeg forestiller mig, at vi gerne vil have en blanding af alle disse bolcher i vores pose, men i vores helt personlige blanding. Vi famler os lidt frem hele tiden. Det er faktisk ikke altid nemt at blive klar på, hvad der lige nu er kvalitet for os. Det er måske lidt for selvfølgeligt. I mine undersøgelser af morgenstunde sammenlignede mennesker deres morgenstunder. Det var først i sammenligningen med en anden, at det blev tydeligt for dem, hvor kvaliteterne i deres egen morgenstund lå. Det med at finde ud af, hvordan min personlige bolcheblanding skal se ud, er altså noget af et arbejde.

## *De blandede bolcher i livets løb*

Ikke nok med at vi hver for sig har så mange forskellige bolcher og i forskellige blandinger, men vores ønsker



ændrer sig også hele tiden. Vi bor lidt ude på landet, og det har haft stor positiv betydning, at vores børn kunne vokse op i trygge rammer. Når de bliver store, spiller det naturligvis ikke den store rolle længere. Pludselig opdager vi, at det at bo her er som at bo midt i et eldorado af vandremuligheder. Dem havde vi stort set ikke ænset i femten år.

Og ikke nok med det. Da vi nu har så mange kvaliteter og helt vores egne ønsker til den rigtige blanding, kan det nødvendigvis ikke være så tit, at vi får så meget af det hele på en gang og i så lang tid, at klokkerne ringer, eller at vi kommer i nærheden af den mere fuldkomne lyksalighed, som Bastholm taler om. Vi må acceptere med Bastholm, at så længe de gode kvaliteter opvejer de ringere, er det godt nok – godt nok.

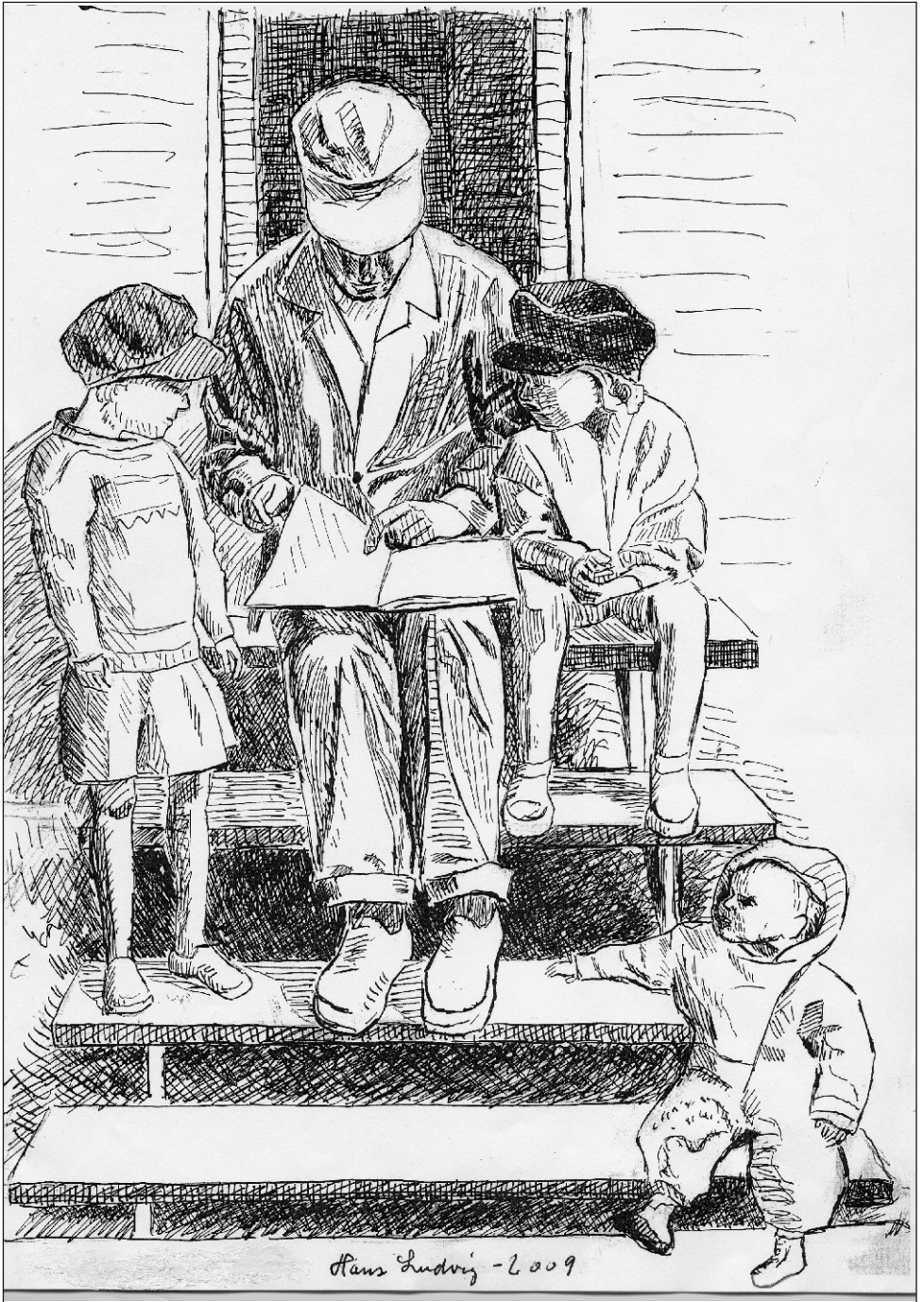
Selvom bolcherne ligger lige for næsen af os i det ene øjeblik efter det andet, er det altså lidt af et arbejde at

finde ud af, hvad vi helst vil have og i hvilken blanding. Selv når det går godt, må vi se i øjnene, at de kun meget sjældent fås i meget store pakninger. Vi kan godt tro, at vi ved, hvad livskvalitetet er, men så taler vi altså kun om vores egen. Når vi endelig dertil, er der gået en del år, og vi må realisere at bolcherne har ændret sig.

Kunne vi ikke slippe for alt det arbejde, al den foranderlighed og al middelmådigheden? Der starter drømmen om den fuldkomne lyksalighed.....

Og så må vi tilbage til Bastholm fra 1794:

Lyksalighed består deri, at Massen af de behagelige Følelser overveier Massen af de ubehagelige. Anden Lyksalighed kan ikke finde Sted paa denne Klode. Ganske reen og ublandet kan den her ikke være. Anden lyksalighed vilde og Hernden ikke være tienlig for os. -



# Forældre til voksne børn

At få et barn ændrer vores tilværelse.  
Det varer livet ud, men rollerne skifter

*Oplæg til møde i FUAM 14. april 2010*

***At være forældre er en udfordring – det er sikkert også en udfordring at have forældre. Alle forældre oplever, at et eller andet går galt i forhold til deres børn – måske småting i det daglige, måske store ting i barnets eller den unges udvikling, måske i forholdet mellem dem selv og deres børn.***

Som forældre føler vi os skyldige og har svært ved at finde ud af, hvad vi kan gøre. Er skaden uoprettelig, eller kan vi rette op på det? Temaet optager os alle, for hvis vi ikke selv har voksne børn, er vi i hvert fald voksne børn af nogle forældre. Af og til bliver vi nødt til at tage hele spørgsmålet op til overvejelse.

## *FUAM's gruppe*

For 16 år siden, da jeg netop var blevet medlem af FUAM, blev der oprettet en gruppe, som beskæftigede sig med spørgsmålet om, hvordan det er at være forældre til voksne børn. Vi forsøgte at samle beretninger fra forældre, men det viste sig at blive meget svært. Alle de forældre, vi talte med, syntes, det var et spændende projekt, men de ville ikke selv bidrage. Langt de fleste sagde, at de kun havde positive ting at fortælle, for **deres** forhold

til deres voksne børn var altid så godt. De fleste forældre ynder at fremstille forholdet mellem forældre og voksne børn som den rene idyl. Denne idyl har skabt en hel del myter, som ingen af parterne kan leve op til. Vi vil helst ikke tale om det, vi ikke lever op til, og dermed er hele området blevet tabubelagt. Forældrene føler sig som de svage. De vil hellere forbigå problemerne i tavshed end risikere en konflikt – eller endnu værre - et brud. Derfor bliver konflikterne heller ikke løst. Nogle af dem, der gerne ville fortælle, opgav det, fordi det viste sig at være for smertefuldt for dem at genopleve de konfliktfyldte situationer.

Jeg tror også, at det for langt de fleste af os er de positive ting, der dominerer, men selvom vi ganske sikkert har mange flere glæder end sorger, er der ingen tvivl om, at vi alle sammen oplever konflikter eller kan føle os sårede.

I løbet af 2-3 år lykkedes det at få indsamlet 60 indlæg. Af dem er kun 3 skrevet af fædre - og i arbejdsgruppen fik vi nogle fordomme bekræftet: "Den slags" beskæftiger mændene i vores generation sig ikke med.

## *Brud*

Det sværeste for de fleste forældre er at opleve et brud med deres børn,

uanset om det er for kortere eller længere tid. Enkelte af brevene er næsten nødråb fra forældre, der ikke ved, hvordan de skal få genoptaget en kontakt, der blev brudt, måske oven i købet af grunde, som de ikke er klar over, fordi de altid har haft svært ved at tale med hinanden.

I dette tilfælde er det en far, der skriver: *“Vi forstår stadig ikke hendes voldsomme reaktioner og manglende forståelse og respekt for os. Vi forstår heller ikke, at hun har kunnet volde os den dybe sorg, at vi har mistet et af vore børn. Vi kan slet ikke forstå, hvordan vi er havnet i denne låste situation. Om det er vores skyld eller hendes, må indtil videre være det spørgsmål, som vi skal leve med til vores dødsdag. Vi ville gerne tage initiativ til at møde hende. Somme tider forestiller vi os, at vi besøgte hende uanmeldt, men vi viger tilbage for det, for vi tror ikke, vi kan holde det ud, hvis hun lukker døren for os.”*

Jeg tænkte på disse forældre, da jeg for nogen tid siden læste Jens Christian Grøndahls bog **“Fire dage i marts”**, hvori han har beskrevet forholdet mellem fire generationer. Den begynder med, at en succesrig arkitekt, Ingrid Dreyer, som er til et afsluttende møde i Stockholm om et nyt, stort projekt, blive ringet op af politiet i København, som fortæller, at hendes 15-årige søn er blevet anholdt for grov vold. Hun bliver chokeret og tager det første tog tilbage til København. På turen får hun god tid til at tænke på, hvad der er gået helt skævt, uden at hun har bemærket det, og især hvad hun selv har gjort galt.

Vi følger Ingrid's familie, og det viser sig, at det samme mønster gentager sig. Det er ikke det, vi i dag forstår som en ”taberfamilie” – der er ikke tale om et egentligt omsorgssvigt – og dog. Det er en borgerlig familie i særdeles gode sociale kår, men Ingrid's bedstemor var et følsomt barn, der ikke følte, at hun blev ”set”. Hun giftede sig solidt og levede i et tilsyneladende harmonisk ægteskab, men følte ikke, at hun fik mulighed for at udnytte sine litterære evner og forlod manden sammen med sin lille datter for at flytte til København, hvor hun giftede sig ind i det litterære miljø og udviklede sine talenter. Barnet havde det udmærket med moderens nye mand, men følte sig til overs i forhold til moderen. Hun blev heller ikke ”set”, og resten af hendes liv gjorde hun – uden held – alt for, at moderen skulle lægge mærke til hende.

Man skulle tro, at hun kunne have lært af det, men hun havde så travlt med sin karriere som journalist – ville gerne vise sin mor, at hun kunne opnå anerkendelse, så hun fik heller ikke tid til at give **sin** datter den nødvendige opmærksomhed. Faderen havde også sin egen karriere at tænke på, så Ingrid følte, at der var koldt omkring hende, og at hun måtte finde sin egen vej.

Hun uddannede sig som arkitekt, giftede sig med en jævnbyrdig, fik en søn, var optaget af sin karriere og blev skilt, da hun oplevede en stormende forelskelse i en anden mand. Sønnen Jonas, som på det tidspunkt var 8 år blev heller ikke ”set”.

Alle disse tanker og en stor skyldfølelse rammer Ingrid i de fire dage, bo-

gen handler om. Hun forsøger at tale med Jonas, men han vil ikke tale med hende, og hun indser, at hun ikke kan nå ham.

### *Indblanding:*

Et gennemgående tema i mange af de breve, vi modtog, er, at vi ikke må blande os i de voksne børns forhold, og vi må slet ikke kritisere, men vi kan næsten ikke lade være. Nogle forældre finder det svagt - måske negativt, hvis de ikke giver udtryk for de holdninger, de har, også selvom de ikke bliver spurgt. Børnene kan jo selv vælge deres egne holdninger.

En mor skrev, at hun vil vise sin datter, hvad hun har skrevet, og benytte det til at få en snak om det bagefter. Hun sluttede sit brev med nogle betragtninger om, at hendes lange brev måske kunne tyde på, at der var et kæmpeproblem. Sådant oplever hun det ikke, *men hun oplever det som en naturlig følge af et stærkt følelsesliv, der på den ene side giver mange intense og lykkelige oplevelser, på den anden side kan give smerte og sorg.* En anden skriver, at hun tror, det er sundt for hende at skrive om familien. *Når hun kommer til vejs ende, regner hun med, at hun nok er blevet klogere på sig selv - og måske på sine børn.* Og endelig er der en mor, der har oplevet, at det var sværere at beskrive, *hvordan det er at være mor til voksne børn, end hun umiddelbart troede.* Ved eftertanke er der ikke meget, der er blevet, som hun håbede og troede.

En anden af brevskriverne mener, at man skal lade være med at have forventninger om at have børnenes fortrolighed, når de bliver voksne, og

at man skal lade være med at overskride deres grænser. Hun kan ikke forvente, men måske håbe og drømme om, at de vil give forældrenes "stempelmærke" videre i slægten.

En anden mor har den indstilling, at hendes voksne børn er "mulige venner", men at de ikke nødvendigvis skal have en hel masse med hinanden at gøre hele livet. Forældre og voksne børn skal være uafhængige af hinanden og kun mødes og være sammen, hvis de har lyst til det. Der behøver ikke at være noget forkert i, at interesserne er forskellige. Hellere mødes sjældent og nyde det end være sammen af "hensynsbetændelse".

### *Hensynsfuldhed - eller udelukkelse*

Det sker ofte, at de to generationer oplever den samme situation helt forskelligt. *En søn undlod at fortælle sin mor, at der var sygdom i familien. Han regnede ikke sygdommen for noget særligt og syntes, hun skulle skånes for bekymring. Hun følte sig ikke skånet, men holdt udenfor.*

### *Sårede følelser*

I dette materiale har 4 forældrepar oplevet det både ydmygende og sårende, at de først bagefter fik at vide, at deres barn havde giftet sig.

En af brevskriverne følte sig dybt såret over, at hendes søn som voksen uden varsel begyndte at kalde hende ved fornavn, selvom forholdet mellem dem ellers ikke blev ændret. Der gik et par år, før hun tog sig sammen til at spørge ham, og hun fik det svar, at det var nødvendigt for ham, for at han kunne opfatte sig selv og forældrene

som tre voksne, selvstændige individer. Hun valgte at købe den forklaring, som hun med sin forstand kunne acceptere, men hun skriver, at det måske var smerten over, at det altid havde været svært imellem dem, som var vanskeligst at komme over.

En anden mor beskriver sin **afhængighed af kontakt** med børnene sådan:

"Forældre elsker deres børn og er i en sær forstand afhængige af at have kontakt med dem, næsten uanset arten af denne kontakt. Men det er vel sådan, at de er kød af vores kød og blod af vores blod, de er i alle aldre det vigtigste i vores tilværelse, at miste dem er at miste det allervigtigste af sig selv og nok især, hvis det at miste er lig med, at man bliver kasseret og glemt. Jeg tror, at det er værre, end hvis man mister et barn, fordi det dør, for i den situation har man da lov til at tro, at det ikke var kærligheden, der skete noget med."

**Svigmor** har været en myte i mange år, og historierne og vittighederne er talløse. En svigmor referer en samtale, hun havde med et par jævnaldrende veninder: "Alle bærer på erindringer om, hvad vores svigermødre i årenes løb kom for skade at sære os med. Vi er også enige om, at sådan er vi i hvert fald ikke! Vi løber ikke vores børn på dørene. Vi blander os ikke i deres daglige liv. Vi har selv et aktivt liv og har derfor stillet både os selv og vores børn friere. Nej, vi begår sikkert ikke de samme fejl, men vi kan være sikre på, vi begår andre! Vore sønner vælger tit koner, der er vore diametrale modsætninger. Vi kommer fra meget forskellige miljøer med

helt forskellige traditioner. Det kan undre mig, at der ikke er de samme problemer med svigersønner. Så vidt jeg kan se, opstår der flest vanskeligheder, når svigersønner dominerer vore døtre for meget. Jeg har haft et godt forhold til min svigerdatter, har ofte passet børnene. Nu er de blevet store, næsten selvhjulpne og familien dermed uafhængig af mig. Nu er det, som om vi ofte taler forbi hinanden. Min svigerdatter er takket være sit job blevet stadig mere magtfuld. Og jeg er takket være min alder blevet mere bevidst om at udnytte min frihed, som jeg værdsætter højt. Jeg er godt klar over, at vi enlige er i fare for at blive lidt "egne", men jeg stjeler, når og hvis jeg føler, at mine børn eller svigerbørn begynder at ville bestemme over mig. De kan gemme deres omsorg, til jeg trænger til den, og indtil da ønsker jeg, at vi viser hinanden hensyn som ligeværdige."

## Svigerbørn

Nogle forældre har mange gode erfaringer med svigerbørnene. Det siger sig selv, at der også er negative oplevelser, men flere kommer med bemærkninger om, at svigerdatteren har været en gevinst for familien. Når det er så almindeligt, at forældre og voksne børn har svært ved at tale sammen, ville det vel i øvrigt ikke være så mærkeligt, hvis et svigerbarn har endnu større vanskeligheder. En "sviger" kommer ind i familien med andre normer og føler sig fremmed i lang tid. En "sviger" kan heller ikke forvente at få den accept, som en søn eller datter får af sine forældre. En svigmor fortæller om sit anspændte

forhold til svigerdatteren og er efterhånden kommet til den erkendelse, at hun i sin tid blev jaloux på svigerdatteren, fordi hun selv ikke mere var den vigtigste person i familien. De skår, der bliver slået, er svære at samle igen.

## Jalousi mellem søskende

Konflikter mellem søskende betyder mere for forældrene, end børnene måske forstår. Mange gange er der tale om jalousi, og den kan skyldes mange ting. Vi har set det beskrevet så tidligt som i en af de første fortællinger i Det Gamle Testamente, hvor Kain slår sin bror Abel ihjel, fordi han bliver misundelig, da Abels offerrog er flottere end hans.

Jeg har i årenes løb mange gange hørt om de vanskeligheder, der kan være i familier, hvor søskende har konflikter med hinanden. Mange siger, at de hellere vil omgås deres venner, som de selv har valgt, end deres søskende, som de ikke selv har valgt. De fleste overkommer nok at mødes ved familiefester, hvor de ikke behøver at have en tæt kontakt, men det sker også, at konflikterne er så alvorlige, at de slet ikke vil eller kan mødes. Det kan være svært nok for dem selv, men endnu værre for deres forældre, og hvis der ikke har været konflikter før, er der gode muligheder for, at de vil komme i forbindelse med arvespørgsmål.

## Gaver

De temaer, som har været fremme i brevene, handler om både småt og stort: Hvordan skal vi holde jul sam-

men - eller skal vi overhovedet holde jul sammen, hvis bedstemor i grunden hellere vil være fri for julehalløjet? Hvordan giver vi gaver? Store bytte-dag er også de skønne spildte kræfters dag. Det var jo meningsløst at gå på jagt i diverse butikker for at finde det, vi troede var det rigtige, når børnene alligevel bytter det tredje juledag. På den anden side er det så koldt at give en check. Skal vi afskaffe julegaverne til de voksne? Moderne børn siger ikke tak for gaverne, og det virker sårende. - jo, der kan sagtens blive svære overvejelser op mod jul.

På den anden side hører det med til forældrerollen, at vi gerne vil blive ved med at give til vores børn. Løsningen kan måske være, at vi giver dem noget af det, de savner mest, og som vi får mere af med alderen, nemlig tid. Skønt vi ved, at de godt kan klare deres tilværelse selv, har det en værdi for både dem og os, at vi kan give en hjælpende hånd. Måske i det almindelige hverdagsræs, måske med at passe børnebørnene.

## Børnebørn

Mange af brevsriverne fortæller om deres børnebørn - og næsten kun positivt. En farmor fortæller om, *hvordan hun oplevede det, da det første barnebarn kom til verden. Hun og hendes mand så det nye vidunder lige efter fødslen, og hun fortæller om, hvordan hun og hendes mand næsten følte sig som nyforelskede igen. Det var nærmest, som om tiden stod stille for en stund.*

Der **kan** dog være problemer. Der er et par eksempler på, at bedsteforældre har følt sig i klemme, fordi de

fandt, at forældrene behandlede børnene urimeligt groft, men ikke mente, at de kunne tillade sig at gribe ind.

### *Er det svært at tale ærligt sammen?*

Så længe børnene er små, kan vi godt drøfte problemer om opdragelse med andre forældre, men når børnene nærmer sig voksenalderen, bliver vi varsomme. Hvis vi er heldige, kan vi tale med vores mest fortrolige venner om det, men vi røber nødigt over for andre, at det måske ikke er så ligetil at have voksne børn. Måske er vi bange for at blive misforståede - bange for at nogen skulle tro, at vi ikke holder af vores børn. Det gør vi jo - med alle de sorger, glæder og bekymringer, der er forbundet med dem.

Det kan også være, at vi føler os illoyale over for vores børn, hvis vi omtaler andet end det idylliske Et ordsprog siger, at en god fugl ikke sviner sin rede til, og de fleste af os er opdraget til pænhed.

Nogle af brevene kunne tyde på, at det giver status at have et problemløst forhold til de voksne børn, og at vi helst vil give andre det indtryk, at vores børn er "engle". Når nu "**alle de andre**" lader til at have det så nemt og så glat, vil vi ikke være ved, at vi ikke kan præstere det samme flotte familieliv. Vi glemmer bare, at vi er med til at holde liv i myten om, at forholdet til de voksne børn er lutter idyl, når **vi** også **kun** fortæller "englehistorierne".

Måske tvivler vi på, at vi betyder det for vores børn, som vi har håbet på. De betyder så meget for os, og for nogle af os forekom det måske at

være vores vigtigste opgave i livet at være gode forældre. Som en skjult dagsorden lå det vel også, at vi til gengæld skulle blive ved med at have et nært og godt forhold til dem.

### *Døden*

For år tilbage, da de fleste døde i deres eget hjem, og døden derfor blev en naturlig del af tilværelsen, var ritualerne omkring døden og traditionerne omkring begravelsen i højere grad en begivenhed, som familiemedlemmerne var fælles om. I de sidste generationer har hospitalerne i de fleste tilfælde overtaget ansvaret, og dermed bliver vi fremmede over for døden. Vi har helst ikke villet vide af den, men har skubbet både tanken og talen om den fra os. "Du bliver snart rask igen", er måske børnenes håb, men det, som den syge hører, er, at de ikke vil tale om det, der ligger ham eller hende mest på sinde. Måske har det ændret sig lidt. Jeg synes, der har været mere debat i medierne i de senere år - eller også er det fordi, døden på grund af min egen alder er rykket nærmere, og jeg derfor lægger mere mærke til debatten.

For de efterladte er det en god hjælp, hvis der findes aftaler eller optegnelser om, hvordan afslutningen skal være, men en forudsætning herfor er, at man kan tale om døden som det vilkår for livet, vi alle er fælles om.

En gammel mor fortæller, at hun af og til havde brugt udtrykket "*Hvis jeg lever så længe*". "*En dag reagerede min datter kraftigt på denne bemærkning. Nu gad hun ikke mere høre mig sige sådan. Jeg lovede, jeg ville prøve at undlade den bemærk-*



ning i fremtiden. Bagefter tænkte jeg selvfølgelig over min datters reaktion samt over, hvorfor jeg tænker og siger den ret almindelige floskel. Jeg tror, min datter helst skubber tanken om min eller andres død fra sig. Når man som jeg har passeret de 80, er det vel naturligt, at man tager visse forbehold. Jeg anser det for en god ting at forberede sig på, at døden kan komme når som helst, selvom jeg hverken ønsker eller tror, den er lige om hjørnet. Jeg har tænkt meget over, hvorfor det er mig magtpåliggende, at min nære familie også gør sig det klart. Er grunden den, at jeg ikke synes, de tager nok hensyn til mig? Skønner de ikke på mig? Tager de mig som en selvfølge? Jeg har drøftet min oplevelse med mange af mine venner og erfaret, at den slet ikke er så ualmindelig.”

### *Hvad stiller vi op med de voksne børns bebrejdelser?*

De fleste af os kender bemærkninger som: “Hvis I ikke havde forlangt så meget af mig”, eller “hvis I ikke var blevet skilt”, eller “hvis I havde vist mig lidt mere tillid”, eller “hvis I havde givet jer lidt mere tid til mig, så” ..... Det er børnene, der tør kritisere deres forældre, mens kritikken sjældent går den anden vej. Forældrene er ydmy-

ge, bange for konflikter, og børnene er parate til at tage et opgør.

Måske **var** livet blevet lettere eller i hvert fald anderledes, hvis vi havde været nogle andre forældre end dem, vi var. Jeg tror grundlæggende på, at forældre gør det bedste, de kan, for deres børn. Men vi har alle vores begrænsninger, og det kan ikke nytte noget, at vi bruger resten af livet på selvbekrejdelse. Det bedste vi kan gøre, hvis vi har et åbent og tillidsfuldt forhold til vores voksne børn, er at tale med dem om, at vi gerne vil tage stilling til, om der er noget i det forhold vi har til hinanden **i dag**, der trænger til at blive ændret.

Når vores voksne børn med rette eller urette bebrejder os den måde, de er blevet opdraget på, er vi altid i forsvarsposition. Vi angriber ikke. Der er skrevet masser af bøger om forholdet mellem forældre og voksne børn, men det er som oftest børnene, der skriver kritisk om deres forældre, og vores bedste forsvar vil som regel være: **”Jeg gjorde det så godt, jeg kunne”**.

Forældrene vil ikke skrive kritisk om deres børn. Mon det er, fordi de ved, at det vil være alt for smerteligt for børnene? Måske vil forældre også på den måde vise omsorg for og kærlighed til deres børn?

*Tove Holm*

# AgeForce

***I FUAM's Nyhedsbrev nr. 2/2008 skrev Lisbet Thorendahl en spændende artikel om AgeForce, hvor hun som gæst deltog i det introducerende møde den 27. august 2008.***

Roskildebibliotekerne ønskede at give kommunens nye AgeForce-generation af aktive, initiativrige og ressourcestærke 60+ere mulighed for at være trendsættere og spille en aktiv rolle i den demokratiske udvikling af lokalsamfundet. AgeForce projektets anden målsætning var "at forsøge skrive en ny historie om det at blive ældre".

De interesserede 60+'ere, som deltog i mødet, organiserede sig i tematiserede interessegrupper, men det blev gjort klart, at grupperne skulle være selvkørende, forstået på den måde, at bibliotekerne ikke stillede gruppeledere eller igangsættere til rådighed. Man gik ud fra, at gruppemedlemmerne i et givet projekt ville være sammensat af mennesker med den forskelligartede erfaring og uddannelsesbaggrund, der skulle til for at iværksætte og gennemføre et givet projekt.

Det ser ud, som om projektet har udviklet sig til fortrinsvis at være baseret på kommunikation via internettet ([www.ageforce.dk](http://www.ageforce.dk)), men det er bemærkelsesværdigt, at der nu er mere end 5000 medlemmer, hvoraf 200 er fra Århus.

Bibliotekar Anne Kathrine Skibe-lund, som er projektleder på AgeForce, skriver den 29.8.2010 til medlemmerne:

"I maj måned modtog AgeForce en ny etårig bevilling fra Styrelsen for Bibliotek og Medier. Pengene skal gå til at styrke den fysiske dimension ved AgeForce det vil sige dét, at folk også mødes i virkeligheden. Foruden Roskilde Bibliotekerne deltager bibliotekerne i Gladsaxe, Århus og Herning. Traditionen tro holder vi en AgeForce dag i september, hvor vi mødes og fejrer netværket. De andre år har det været holdt i Roskilde, men denne gang lægger vi op til, at dagen skal markeres over hele landet."

Jeg har haft kontakt med afdelingsleder på Hovedbiblioteket i Århus Anne Bro Mulvad, der oplyser, at der bliver nogle introduktioner til Ageforce her i efteråret på bibliotekerne i Århus. Foreløbig har Hasle og Åby biblioteker et arrangement hver, og Hovedbiblioteket har Ageforce som emne på en af vore IT introduktioner.

Læs mere på:

<http://www.aakb.dk/ting/search/ageforce#content-result>.

Lektor ved Danmarks Pædagogiske Universitetsskole ved Århus UniversitetTine Fristrup, som er oplægsholder ved FUAM's møde i september, har været konsulent fra opstarten af AgeForce.

*Tove Holm*

# Kommende møder

Onsdag d. 8. september 2010

Hvordan er det muligt at blive gammel i et samfund, der vil være ungdommeligt?

*v/Tine Fristrup, Lektor ved DPU*

Det er det livslange arbejde med at blive sund, der har overtaget den værdi "arbejdet" har haft igennem tiden. Det er et tragisk projekt: man bliver aldrig helt sund – og det ender med aldrig.

Onsdag den 13. oktober 2010

Hvordan lever man med afhængigheden af hjælp?

*Tove Holm* viderebringer nogle af de ældste medlemmers tanker om det at blive afhængig af andres hjælp. Vi er opdraget til i videst mulige omfang at klare os selv. Hvordan accepterer vi, at det klan blive nødvendigt at bede om hjælp? Hvordan er mulighederne for at få den hjælp, vi har brug for?

Onsdag den 10. november 2010

Kunsten at holde op og give slip

*Knud Ramian* indleder diskussionen om, hvordan man kan justere på egne og andres forventninger med selvfølelsen i behold.

Onsdag den 12. januar 2011

Virkelystens veje - i seniorlivet

*Poul-Erik Tindbæk* fra Arbejdsmarkedscenter Midt fortæller om, hvad der kan ske efter sidste arbejdsdag.

OBS! OBS! Bemærk det nye mødested:

*Cafeen*

*i Klostergadecentret*

*Klostergade 37, Århus C*

*Tid: kl. 14.00 - 16.00*

Der er mulighed for at drikke kaffe i cafeen før mødet

# Foreningen til **U**dvikling af **A**lderdommens **M**uligheder

- en forening for de uprøvede ideer og projekter

ISSN: 1904-4607



## Her finder du FUAM

Sekretariatet:

Tove Holm  
Åkrogs Strandvej 43  
8240 Risskov  
Telefon 8617 9065  
E-mail: [toveholm@webspeed.dk](mailto:toveholm@webspeed.dk)

Foreningens gironummer er:  
572-6646

Ved bankoverførsel anvendes  
konto-nr. 1551-0005726646

CVR-nummer: 31509130