

## – Hold dragen fast – men gi den lenger line!

◆ Her forleden veiledet jeg for annen gang en mor og hennes tenåringsdatter. De hadde i en periode kranglet mye, og begge ga uttrykk for at de savnet den gode tonen de hadde hatt tidligere. Første

gang vi møttes snakket vi mye om deres kommunikasjon. Hva var det både mor og datter gjorde konkret som bidro til at konfliktene utviklet seg til å bli

større? Og hva var det første de kunne gjøre for å bidra til at konfliktene ble mer håndterlige? Datteren bestemte seg for å slutte å si stygge ord når hun var uenig i noe. Og mor ville begynne med å snakke litt mindre.

Neste gang jeg så dem, en måned senere, fortalte både mor og datter om hvordan det hadde vært effektivt for mor å snakke litt mindre i konfliktsettinger, og for datteren å holde igjen på de stygge ordene. De hygger seg oftere sammen nå. De konkrete tiltakene de øvde seg på, bidro til at samtaler om konflikter og uenigheter foregikk roligere. Det hørtes ut som de nå er mer åpne for hverandre, og er blitt flinkere igjen til å lytte til hverandre.

**MOR OG DATTER OPPLEVDE** hvordan de kom i en ny fase i forholdet sitt. Datteren har sterke meninger, mor har sterke bekymringer. De har kommet til en fase hvor datteren ønsker luft under vingene – mens mor er redd for å la henne fly. Så mange tenåringer og foreldre opplever endringer i sin relasjon i denne fasen. Foreldre har vært omsorgsyttere og beskyttere for sine barn i alle år. Det blir som å holde barna under vingene, trygt og varmt. Så kommer tenårene, hvor barna drømmer om frihet og selv-

stendighet. En helt naturlig følelse – å ville rive seg løs, å frigjøre seg for å kunne oppdage verden på egen hånd.

Når jeg i løpet av samtalen med denne

moren og datteren lurte på hvordan de nå opplever sin relasjon, ber jeg dem å velge et bilde fra en stor bunke bildekort jeg har liggende. Bildet

skal si noe om hvordan de nå har det med hverandre. Tenåringsdatteren viser et bilde av en gutt som flyr en drage. Akkurat nå opplever hun at hun er dragen. Hun er en drage som ønsker seg luft under vingene, som vil ser mer av verden når hun flyr, høyt der oppe.

**MOR REFLEKTERER OVER** hvordan det er å holde dragen. Hvis dragen holdes for tett, får den ikke oppdrift, og ingen ser at dragen flyr høyt og vakkert. Dragen trenger litt line for å kunne ta av. Noen ganger blir mor bekymret når hun ser på dragen oppe i luften, men hun ser at dragen klarer seg. Dragen vokser seg større og sterkere – for en flott drage!

Takknemlig for inspirasjonen tenåringsdatteren har gitt meg, tenker jeg videre på metaforen av å være en drage. Skal jeg holde min drage i luften, så må jeg følge med på den. Jeg ser på dragen og kjenner på linen. Akkurat som en tenåringsforelder ser sitt barn og

kjenner på linen hvordan barnet har det, hva han eller hun trenger nå. Dragen flyr bedre i større høyder, der det er mer vind. Og ikke minst trenger dragen motvind for å kunne nå nye høyder, akkurat som ungdom trenger utfordringer for å kunne utvikle seg. Og når det gjelder å klippe linen ... Mor og datter er

helt enige: Å klippe linen er det ingen som vil!

◆



Foto: Wenche Hoel Knai  
Stylist: Jan Gunnar Svenson