

Eneforældre på ferie

Hvad skal du finde på? Du bor alene med dine børn og skal på ferie.



Af Lone Carmel
familierådgiver og
terapeut. Kandidat i
pædagogisk psykologi,
er familierådgiver,
terapeut og tilbyder
virksomhedsrådgivning,
familierådgivning
og terapi.
www.relazion.dk

Herunder finder du nogle råd til at tage på ferie som enevoksen med et eller flere børn. Der gælder mange af de samme tips, som hvis man er par, der rejser. Alligevel er der nogle særlige forhold, du med fordel kan medtænke.

Værdier

Ferie handler grundlæggende om værdier og forventninger. Er det vigtigste for dig, at I har tid sammen, at I prøver grænser og har mange oplevelser? Eller det er bedre med ro og fred i naturen. Måske er byture, de klassiske museer og shopping ikke altid et hit hos de mindre børn. Til gengæld er et sted med pool ofte sagen, selvom de voksne ikke har det øverst på hitlisten. Så hør børnene, men husk også hvad du selv har lyst og brug for i ferien. Der kan være forskel på, om du bor sammen med børnene til hverdag eller ikke – samt børnenes alder.

Du har også selv ferie

For det første er det jo også din ferie, og derfor er det en god ide at tænke over, om det ville dejligt, hvis andre lavede maden. Det kunne være højskoleophold eller på hotel. I modsætning hertil er campinglivet. En del af feriens sammenhold, kunne være at lave mad sammen. I ferien er det også meningen, du selv skal fyldes op med overskud og energi.

Camping koster noget, på det praktiske område, af den voksne. Til gengæld ser man andre mennesker og børnene leger ofte på tværs. Ens familie lever mere åbent, og det kan være du ikke forbliver så tætte med børnene. Der kan med fordel aftales, at I tager på ture sammen væk fra pladsen nogle dage.

Være alene eller sammen med andre voksne

En højskoleuge er populær i mange familier, fordi det giver noget til børnene og de voksne på samme tid – uden de behøver at gøre det samme. Endvidere er der forkælelsen i, at andre laver maden. En vigtig dimension, kan være det at være sammen med andre voksne.

Det kan være vigtigt for dig at få nogle input som voksen. Nogen har meget brug for det sociale, andre har mere brug for stilheden. Er det en mulighed at tage flere voksne sammen af sted? Har du lyst til at tage af sted med venner eller nogen fra nettet?

Af sted med et eller flere børn

Er du på ferie med et barn, bliver det ofte meget tæt, og husk derfor på, at barnet skal have noget underholdning med til sig selv. Det være spil, bøger eller PC. Hvis du rejser med et barn, har du hele tiden ansvar for tiden, og det er godt at have fokus på, om du vil have det nemt eller svært. F.eks. kan en pakkerejse med planlagte aktiviteter, frigøre noget energi. Til gengæld kan det være rigtig dejligt og tæt for nogle at være meget sammen, og derfor kan leje af et sommerhus i stilhed og nærvær være det bedste. Her kan man lave "timeout", hvor der midt på dagen f.eks. er en times stilhed, hvor hver især laver noget for sig selv i huset. Er der flere børn, leger de sammen, og tiden er en anden.

Tiden sammen

For de fleste børn, er det tiden sammen med hinanden, der er det vigtigste. Ofte er det at være sammen det bedste. Om det så er i natøj i sofaen, i naturen eller en masse aktiviteter i badeland, betyder mindre. Hvis I som voksne trives, og alle går til feriemålet med gode forventninger, plejer det at blive godt.

”...hør børnene, men husk også hvad du selv har lyst og brug for i ferien.”