

Hvad er bedst for børnene...

Skal far og mor holde ferie samtidig?

Skal familien tilbringe sommerferien i sydens sol eller i sommerhus i Danmark? Skal I holde hele ferien på en gang eller dele ferien - og familien - op i mindre portioner? Tag hele familien med på råd og find ud af, hvad der er den bedste ferieform for jeres familie.

Tekst Helle Thilo
Foto iStock

Det er mørkt og ruskende koldt udenfor, men på bordet ligger en opmuntrende stak feriekataloger. Det er tid til at lægge planer for sommerferien. Storebror drømmer om strandferie i syden, mens lillesøster har mest lyst til at dase rundt derhjemme. Far vil helst i sommerhus og af sted med fiskestangen, mens mor har fået storbyferie på hjernen. Familien har vidt forskellige opfattelser af, hvad der er den perfekte ferie, og for at alle skal få en god oplevelse ud af de dyrebare uger, er det godt at afstemme forventningerne på forhånd. Så i stedet for at slå op i charterkataloget og bestille den første og bedste rejse, er der lagt op til et husmøde, hvor alle byder ind med deres feriedrømme, både hvad angår destination og aktiviteter. "Det er klart, at mor og far har hovedansvaret for ferien, men det er vigtigt, at børnene

også får lov at komme med deres mening," siger Lone Carmel, familierådgiver fra firmaet Relazion. Så hvis storebror ikke får sit ferieønske igenem i år, har familien i hvert fald lyttet til ham og kan måske planlægge et par dage i badeland som et plaster på såret. "Det vigtigste for at få en god ferie er, at forudsætningerne er i orden. Derfor skal alle være med til at planlægge den. Det er bedre at skændes om ferien, inden man tager af sted end undervejs," supplerer stressforsker Bjarne Toftegård fra Forebyg Stress.

Tre samlede uger

Som udgangspunkt er det godt, hvis familien kan holde tre ugers ferie sammen i træk. "Ferien skal være det sted, hvor man får opsamlet noget tid, og hvor man oplever nærværet og de tætte relationer. Derfor er det fint med tre uger," siger Lone Carmel. Det mest optimale er at starte med at holde et par fridage hjemme, så der er ro til at geare ned efter en hård arbejdsperiode og god tid til at pakke. Så kan man eventuelt rejse væk i to uger og så slutte ferien af med et par dage derhjemme, inden hverdagen kalder igen.

Stå imod det mørke efterår

Efter forårets mange helligdage er det de færreste, der foretrækker at holde sommerferie tidligt med udsigt til et langt efterår uden fridage. Men er man ikke så heldig at kunne holde ferie sidst på sommeren, kan det være en god idé at gemme et par hele eller halve fridage til at holde forlænget weekend i løbet af efteråret og på den måde få følelsen af at komme lidt væk fra hverdagsræset.

"Det er vigtigt både at give sig tid til at geare ned og til at lade op igen, inden hverdagen starter,"

siger Bjarne Toftegård.

Men der er også familier, som bevidst vælger ikke at holde tre ugers samlet ferie, fordi det ligesom bliver for tæt, og så begynder skænderierne.

I de tilfælde kan det være en fordel at holde ferien lidt forskudt, så familien har to uger



Børn vil tit helst bare være sammen med deres forældre i ferien, uden at skulle nå noget bestemt.

sammen, og mor og far så har en uge mere i hver sin ende af den fælles ferie.

"Men man skal ikke holde ferien forskudt, blot fordi man ikke vil sende børnene for mange uger i institution. Hvis de har haft tre gode ferieuger med deres forældre, er SFO eller børnehave ikke et dårligt sted at være resten af sommeren. Der er tit mere ro og tid til udflugter, og der er helt sikkert mere plads på legepladsen og i pudrummet," siger Lone Carmel.

Hiv stikket ud

Når familien er blevet enige om feriemålet, og kufferten langt om længe er pakket ud i sommerhuset eller på hotellet, gælder det om at hive stikket ud. At være offline, ikke

bare arbejdsmæssigt, men også i forhold til dagligdagen.

"Det gør man ideelt set ved at tage væk hjemmefra og lave nogle andre ting, end man plejer, slukke sin mobil og lade være med at tjekke e-mails,"

siger Bjarne Toftegård.

Jo hurtigere man kapper hverdagen og suger det nye feriested til sig, jo mere afslappende bliver ferien. Men det kræver som regel lidt tid at geare ned og slappe af - og det gælder også for børnene, der ligesom de voksne er vant til et højt aktivitetsniveau.

Gode råd

♦ Ryd bordet og hovedet

Planlæg, så du kan nå at rydde bunkerne på jobbet. Læg ingen møder de sidste dage før ferien, og sæt autosvar på din mail.

♦ Afstem forventningerne

Snak, om hvad I hver især vil have ud af ferien, så ingen bliver skuffede.

♦ Få kroppen ned i gear

Hold tre ugers sammenhængende ferie. Sæt de første feriedage af til at få kroppen ned i gear.

♦ Bryd hverdagsmønsteret

Sorg for at komme helt væk fra hverdagen. Tag ud at rejse, i sommerhus eller på camping.

♦ Hiv stikket ud

Lad være med at tjekke arbejdsmail og arbejdsmobil.

♦ Drop planlægningsræset

Fyld ikke ferien op med for mange aktiviteter.

300 børnepools,
familien ikke vil hjem fra

MEN DET SKAL I NOK KOMME

SPIES
FERIER DU IKKE VIL HJEM FRA

109 hoteller med "børn 1/2 pris",
familien ikke vil hjem fra

MEN DET SKAL I NOK KOMME

SPIES
FERIER DU IKKE VIL HJEM FRA

> Hvis man vil bruge ferien til at stresser af, er det fornuftigt ikke at proppe alt for mange aktiviteter ind, men nøjes med højst at planlægge noget hver anden dag.

”Udnyt muligheden for, at dagene går sin gang og lad spontaniteten råde. Jo mere stresset man er i hverdagen, jo mere fredelig bør ferien være. Ferier med højt aktivitetsniveau er for folk, der har et roligt liv og måske ikke oplever så meget i hverdagen,”

siger Bjarne Toftegård.

Han anbefaler også, at man efterlader børneopdragelsen derhjemme, når feriekufferten skal pakkes.

”Det er vigtigere at få nogle gode uger sammen end at håndhæve de sædvanlige principper. Man skal forsøge at tage tingene, som de kommer, og se igennem fingre med småting. Så kan man altid fortsætte med at opdrage, når man kommer hjem,” siger han.

Skru ned for ambitionerne

Når børnene kommer hjem fra skole og fortæller, at Anders skal til Mallorca til sommer, og Mathilde skal fire uger til USA, kan det være svært for dem at sluge, at de 'bare' skal to uger i sommerhus på Sjællands Odde. Men ifølge Lone Carmel er det vigtigt ikke at ligge under for, hvad andre familier gør, men prøve at finde ud af, hvordan ens egen familie får mest ud af ferien. Og nogle gange får man en bedre ferie, hvis man ikke har for store ambitioner.

”Man behøver ikke tage på en dyr udlandsrejse. De fleste børn vil bare gerne være sammen med deres familie og mærke, at forældrene er nærværende. Det er ikke børnenes



Lad børneopdragelsen blive hjemme, når I tager på ferie. Det er vigtigere at få nogle gode uger sammen, end at håndhæve principper.

behov at blive spændt fast på bagsædet og tilbringe dagevis i en kogende varm bil ned gennem Europa,” siger hun. Så vær ikke bange for at skrue ned for ambitionerne.

”Mange familier har store forventninger til sommerferien og føler, at den skal kompensere for det travle hverdagsliv, hvor familien ikke er samlet ret meget i løbet af en dag,” siger Lone Carmel.

Men man får ikke nødvendigvis de bedste ferieoplevelser ved at insistere på, at nu skal hele familien være sammen hele tiden.

”Giv plads til, at far tager med ungerne på legepladsen et par timer, mens mor går på museum. Det er bedre, at alle hver for sig føler, de har en god ferie, end at hele familien følges ad hele tiden,” siger Bjarne Toftegård.

Pas på faldgruberne

Men fordi familien typisk er så meget ude af huset hver for sig i hverdagen, er det godt for

de fleste at sørge for at have god tid sammen i ferien. Derfor anbefaler Lone Carmel ikke, at man tager af sted sammen med andre. Men hvis man gør det, råder hun til, at man deler sig op nogle dage, så man alligevel får noget tid sammen med sin egen familie.

”Faren ved at rejse sammen med andre er, at man ikke opnår så meget nærvær med sin egen familie. Det er selvfølgelig dejligt, at børnene har nogle andre at lege med – og det er nemt – men man skal bare huske, at man risikerer at gå glip af noget,”

siger Lone Carmel.

Også hvis man bare slet ikke orker tanken om at pakke en kuffert, men har brug for at slappe af derhjemme i ferien, er der en række faldgruber:

Lone Carmels bedste råd lyder:

”Lad være med at gøre rent i ferien og aftal på forhånd, om I vil tjekke e-mails. Lav eventuelt et familie-morgenmøde hver dag, hvor I snakker om, hvad I har lyst til at lave, beslut med jer selv, hvor tit I vil tage på udflugt, og hvad der skal ske med vasketøjet.”

Læs på www.juniormag.dk/ferie:

- ◆ Planlæg ferie efter vejret
- ◆ Tjek lukkedage i institutionen
- ◆ Danskernes rejsevaner

Junior januar 2009

TIP! Udlandsferie til den bedste pris

Det er bedst at lægge sine ferieuger uden for skolernes sommerferie, hvis man satser på en udlandsrejse til en god pris. Priserne for udlandsrejser er nemlig generelt høje i hele skolernes sommerferie, så man skal vælge uge 25 eller tidligere – eller uge 34 eller senere, hvis ferien skal gå mindre ud over pengepungen.

Man kan også satse på en billig afbudst rejse, men de bliver som regel først udbudt

i maj/juni – dog kun hvis charterselskaberne brænder inde med nogle flysæder. Og det kan være et risikabelt sats for en familie på fire-fem personer, da der sjældent udbydes så mange pladser til samme feriemål. Generelt gælder det, at jo mere fleksibel man er, både med hensyn til tidspunkt, antal og destination, jo større chancer er der for et godt tilbud på en udlandsrejse.

Kilde: Danmarks Rejsebureau Forening

Dit nye ferieunivers

Ferie i Danmark ▪ Charter og rundrejser
Kør-selv-ferie ▪ Feriecenter på Malta

Se alle vores feriemuligheder på folkeferie.dk

Malta

fra 1.749,-

pr. pers.

folkemasse

Feriesjov på Malta
Vandstafet, æggekastning, krabbefodbold, kæmpe sæbebobler, ansigtsmaling, børne olympiade, vandpolo, minidisco - og meget mere

1/2 pris

Branchens bedste børnerabat
Børn mellem 2 og 12 år 1/2 pris
på udvalgte hoteller og afgang
For andre rabatter se
folkeferie.dk/maltaferie