



# FORBERED EN GOD FAMILIE- FERIE (1)

Af Helle Skjerk

NLP og psykoterapeut

**RANDERS:** Nu nærmer tiden til den store ferie sig - sommerferie. Mange er i gang med at bestille ferie og bladrer i kataloger for at finde det helt rigtige i år:

Mon ikke mange kender til at ferien sidste år ikke helt var som forventet. Ungerne syntes, det var kedeligt, mor fik ikke shoppet nok, og far fik ikke sluppet af! Tiden til planlægning af ferie og rejsemål er ved at være op over, hvis vi vil have det helt rigtige. Men i familien er der lige så mange forventninger til rejsemål, aktivitetsmuligheder og udflugter, som der er familiemedlemmer. Det

er et godt tidspunkt at være lydhøre overfor hinanden og hæfte sig ved hvert enkelt familiemedlems ønsker. Selvom man er i familie, kan man opleve, at de enkelte personer er meget forskellige som mennesketyper og dermed også har vidt forskellige ønsker og behov.

Mange familier har oplevet, at ferien er blevet ødelagt med evindelige diskussioner og skænderier; nogen er ganske udmattede efter dagene med familien og flygter på arbejde igen, andre stresser rundt for at nå alt det, de ikke har nået i løbet af året og skal foruden samvær med familien lave tilbygning eller male hele huset samt besøge tante Yrsa og alle de andre forsømte gennem året.

Men med lidt kendskab til, hvordan vi hver især får ladet batterierne op, kan man bedre arbejde sammen om, at alle får opfyldt deres behov for en vellykket og energigivende ferie

## Forbered en god familieferie

### Kendskab til hinandens mennesketype

I alle familier findes der forskellige mennesketyper, også selvom vi er i familie. Disse mennesketyper er nærmest bestemt ved fødslen og er kendetegnet ved, at når vi følger dette instinkt, interesse eller mening med livet, har vi det bedst. Dette gælder naturligvis også, når vi er på ferie.

### Mennesker/relationer:

Er vi menneske-orienterede, vil det være vigtigt for os at komme på ferie et sted, hvor der er mulighed for at komme i kontakt med andre mennesker. En typisk bemærkning fra en sådan person

kan være: »Vi skal et sted hen, hvor vi kan snakke med lokalbefolkningen«. For dem er det vigtigt HVEM, der er tilstede. De fokuserer på relationer.

### Steder

Er vi steds-orienterede er det af stor betydning, HVOR ferien foregår. Hvilket sted er det, og i hvilken bolig.

### Aktiviteter

Er vi aktivitets-orienterede, har vi fokus på, HVAD der foregår: Vi kan lide at foretage os noget. Måske vil vi gerne stå på vandski eller windsurfe, eller hvad der nu interesserer os. Der skal i hvert fald ske noget, ellers bliver vi rastløse og keder os.

### Informationer

Er vi informations-orienterede, er vi interesserede i at lære noget nyt, at få NY VIDEN. Vi holder måske af guidede ture, hvor vi kan få oplysninger om, hvordan folk lever her, hvad der produceres osv.

### Ting.

Er vi tings-orienterede, vil det typisk være af stor betydning af komme ned og handle i de små gader og boder, så vi kan få en TING med hjem som minde fra årets ferie.



## Brevkasse

■ Brevkassen om livet og hverdagen er et element i RandersWeekend

■ Har du spørgsmål til din aktuelle situation eller et emne, du ønsker berørt, kan du sende en mail til Helle Skjerk på [helle@favnta.dk](mailto:helle@favnta.dk)



Det kan selvfølgelig være svært at tilgodese alles naturlige interesser fuldt ud. Men har man øje for hinandens ønsker og får snakket om det, kan det let lade sig gøre at finde forskellige kombinationer, der tilgodeser alle. Men først er det vigtigt at se på, hvad hvert enkelt familiemedlem er optaget eller tiltrukket af.

Læs i næste uge om flere råd til at få en god ferie med familien.