

BRÆNDER FOR AT SE MENNESKER VOKSE

57-årige Inge Plank er seniorterapeut og coach, men egentlig vil hun allerhelst smide titlerne og bare være Inge Plank. Hun vil nemlig helst lytte, se, mærke og give gode råd på baggrund af sin livserfaring. De næste 4 uger kan du møde Inge Plank her i FEMINA.

Inge Plank er seniorterapeut og coach med en velvoksen praksis midt i København. Der er ingen tvivl om, at Inge Plank brænder for at se mennesker vokse og se dem udvikle sig:

– Det er så livsbekræftende. Mennesker er så spændende. Når jeg er på ferie, sætter jeg mig på en bænk og kigger

på mennesker i stedet for at gå på museum. Jeg elsker at arbejde med mennesker i udvikling. Jeg lader op sammen med mine klienter. Det er utrolig interessant.

Og man fornemmer også tydeligt, når man taler med Inge Plank, at hun ikke er, som terapeuter er flest. Måske er det også derfor, at Inge Plank allerhelst bare vil smide titlerne som seniorterapeut og coach og bare være Inge Plank:

– Jeg vil ikke være en bestemt type terapeut, den slags coach eller noget – jeg vil bare være Inge Plank. Jeg har en god værktøjskasse, og der er alle mulige udviklingsværktøjer i den. Det kan være rent detektivarbejde at finde ud af, hvad folk går og tumler med, og man skal have en smadder god intuition. Jeg giver mange gode råd på grundlag af min livserfaring. Jeg er god til at høre, se, lytte og mærke.

– Hvad har du lavet før?

– Jeg har lavet en masse TV. Jeg var blandt andet udviklingschef på MTV. Og

så har jeg været freelance projektmedarbejder for arkitektfirmaer og entreprenørfirmaer. I bund og grund har jeg altid arbejdet med mennesker og deres behov – og altid med det mål at opnå maksimal livskvalitet for mennesker.

– Hvem kommer hos dig?

– Mennesker, der ikke selv kan komme længere, og som er klar over, at der skal en forandring til. Det er alle slags mennesker, men primært nogle, som har arbejdet med sig selv før, og som ikke vil lade sig nøje med et halvdårligt liv.

– Hvad laver du i din fritid?

– Jeg er vild med livet. Jeg bor sammen med min mand et sted med masser af natur og dyr omkring mig. Det er et pragtfuldt sted med plads til kærlighed, venner, børn – alt. Jeg har skabt mig et pragtfuldt liv.

Inge Plank er ikke bange for at sige sin mening.

– Jeg har en holdning og tager stilling til tingene. Jeg er slet ikke neutral.

Det får du mulighed for at se de næste 3 uger i FEMINA, hvor Inge Plank vil give sin holdning til kende om forskellige relevante emner.

Læs mere på www.ingeplank.dk



Så gør dog noget!

SKILSMISSE

I den sidste tid har jeg haft mange klienter med det tilfælde, at de står midt i en skilsmisse eller med problemer efter en sådan. Så snart der er børn indblandet, er der ALTID en masse dårlig samvittighed, som bliver styrende for de valg, de har truffet eller er i færd med at tage stilling til.

For det er jo så synd for børnene, hedder det, og hvad skal de voksne nu gøre, for at børnene beholder så meget af deres tidligere liv som overhovedet muligt? Det er jo ikke børnenes skyld, at vi ikke kan sammen, så de skal holdes skadesløse. Løsningerne synes at ligge lige for: En uge hos hver af forældrene, og den ene forælder viderefører hjemmet, hvis det overhovedet kan lade sig gøre.

Men er det nu så synd for børnene? Når forældrene omsider når frem til en skilsmisse, er det jo ikke på baggrund af et lykkeligt liv, hvor børnene i en-til-en har set deres rollemodeller dyrke respekten for hinanden, glæden ved hinanden. De har heller ikke set, hvordan parforholdet giver uanede udviklingsmuligheder. Nej, børnene har længe levet i et trykkende vakuum, og de har egentlig bare ventet på, hvad der skulle ske. Jeg har endnu aldrig mødt et barn, for hvem forældrenes skilsmisse er kommet som et lyn fra en klar himmel uden forudannelser!

Derfor er det så vigtigt, at vi som forældre dropper den dårlige samvittighed og den skyld og skam, der følger i dens kølvand og spænder ben for de gode løsninger for børnene!

Først og vigtigst handler det om at give børnene et hjem, et sted, hvor de har en base for deres liv, hvor de vokser og gror, og hvor der er plads til deres venner og interesser.

Det vil sige: Drop alle 7/7- og 50 procents delebørns-ordninger. Det er et uvæsen, som ingen voksne kan magte. Så hvordan skal børn – uden bil, mobiltelefon og mulighed for selv at bestemme tid og sted – kunne magte at leve med det?

Giv børnene et nyt hjem, lav et "clean cut", så ingen skal blive i det gamle hjem med de fysiske rammers snærende bindinger til millioner af vaner. Det handler ikke om at udlette fortiden, men om at give plads for skabelsen af et nyt livsaf-

snit, hvor minderne indgår som historie. I begge nye hjem vil der være en voksen. Min bøn til jer forældre er, at I vil leve jeres liv dér, så børnene oplever, hvad et voksenliv er. Det er desværre mere reglen end undtagelsen, at skilsmisseforældre henlægger deres liv til de dage, de ikke har barnet, for "når barnet er hjemme, vil vi jo gerne være sammen".

Nej, nej og atter nej, I fratager barnet muligheden for at se et voksenliv og muligheden for at lære, hvordan de selv kan gøre. Lev jeres liv, hav gæster på besøg, gå i byen og sørg for en barne pige, gå tidligt i seng, når du er træt osv. Du er ikke barnets kammerat, du er barnets forælder med pligt til at lære dem voksenlivet gennem at opleve det. Skilsmissen skulle jo gerne være en løsning og ikke starten på nye problemer for børnene.

Børnene skal selvfølgelig også have plads hos den anden forælder, men dér er de ikke hjemme. De er på besøg – naturligvis med fuld ret til at se, hvordan denne forælder lever sit liv med venner, kærester osv.

Den beskrevne løsningsmodel er ikke altid lige rar for forældrene, men det er egentlig heller ikke dét, der er mit primære sigte. Det er alene et forslag til en skilsmisse – for børnenes skyld!

FRA KLINIKKEN

Klient: Peter, 42, far til 3, lederstilling, står midt i en skilsmisse fra sin kone gennem 14 år.

Peter og Vibeke er jævnaldrende, de har sammen to drenge på 11 og 9 og en pige på 3 – "min prinsesse", som Peter kalder hende. Peter har i 3 år haft en kvinde ved siden af sit ægteskab, ikke fordi han vil være sin kone utro, og han føler heller ikke, at han har været det, men fordi "jeg har behov for at blive bekræftet som mand – mellem Vibeke og mig er der ingen lidenskab."

Peter opremsede alle følelserne omkring sin skilsmisse, men det viser sig hurtigt, at hans største problem er at finde ud af praktikken i forbindelse med bruddet. Skal han blive i villaen – konen har ikke råd til at beholde den? Skal børnene følges ad? Skal de lave deleordning? Skal de

holde fødselsdage og jul sammen? Og sidst, men ikke mindst, skal de holde den foranstående udlandsferie sammen, som har været planlagt det sidste års tid?

Efter tre besøg, hvor Vibeke deltager i det sidste, aftales en plan: Peter sælger huset og køber et nyt med plads til børnene – hvis de f.eks. senere vil have fast hjem hos ham. Vibeke køber et rækkehus, hvor der er plads til at give de tre børn et hjem, indtil børnene eventuelt vil skifte til Peter. Det indgår i aftalen, at jeg tager et møde med den ældste dreng, når der er gået ca. 1 år.

Peter tilbyder at betale 3 x børnebidrag, da det sikrer, at Vibeke har råd til at bo i rækkehuset (indtil Vibeke finder en anden mand).

Peter skal have børnene på alle mærkedage i lige år og omvendt. De aflyser sommerferien, som stod lige for. I stedet tager Peter børnene med i familiesommerhuset i den ene halvdel af ferien. Imens indretter Vibeke rækkehuset. I anden halvdel af ferien holder hun ferie med børnene hjemme i rækkehuset, så de har fundet en hverdag, inden skolen begynder for de to drenge. De er enige om at dele forældremyndigheden.

HVAD MENER DU?

Mener du, at børnenes liv skal deles ligeligt mellem forældrene?

STEM

Ja eller nej

Send en sms til 1266 med dit svar. Er dit svar ja, skal du skrive FEK FEMINA JA. Er dit svar nej, skal du skrive FEK FEMINA NEJ. Vi skal have dit svar senest onsdag den 27. februar 2008. Det koster kun 2 kr. (+ almindelig sms-takst) at deltage. Se vilkår for sms-konkurrencen på side 153.

AF LIVSKVALITETSEKSPERT, SENIORTERAPEUT, COACH INGE PLANK

SKILSMISSE - FOR BØRNENES SKYLD