Introduktion

Det er en kæmpe gave at være mor, hvilket jeg tror, at langt de fleste med glæde vil skrive under på. Men det er også benhårdt arbejde. Mere benhårdt end man på nogen måde kan forestille sig på forhånd. Der er kun én ting, der ændrer sig, når man får børn, og det er: ALT!

Intet bliver det samme igen, efter at et lille, nyt menneske har gjort sin entre i familien.

Prioriteringerne ændres, ganske enkelt fordi det er nødvendigt. Barnet kommer i fokus, og næsten alt andet kommer i baggrunden. Den betingelsesløse kærlighed og det lille væsens totale afhængighed og krav på opmærksomhed kan få følelserne til at slå flik-flak i en grad, der kan tage pippet fra enhver. For slet ikke at tale om alle bekymringerne. Bekymringer for barnets fremtid og bekymringer om, hvorvidt man slår til i rollen som mor.

Mødre fortjener stor anerkendelse for deres mangeårige, hengivne og uselviske indsats

Jeg tror, at vi i bund og grund får børn for vores egen skyld. Det er aldrig af hensyn til barnet, vi vælger at sætte det i verden. Vi er genetisk programmerede til at reproducere os selv, og det er en vigtig brik i vores opfattelse af det gængse og perfekte familieliv. Vi gør det for at opfylde vores eget behov, for at følge normen, og velsagtens også fordi vi er nysgerrige og tror på, at børnene vil give os et helt særligt og personligt livsindhold. En forventning, der som regel indfries, omend det sjældent helt kommer

til at ligne det glansbillede, vi havde i tankerne inden fødslen. Det er en ekstrem udfordring at have børn, og derfor tror jeg også, at tiden som mor er lige så udviklende, som for eksempel tiden som teenager – ja, måske endda endnu mere.

At være mor er en tilstand, der varer fra det sekund, barnet bliver født og livet ud. Men tilstanden ændrer sig drastisk undervejs. I det øjeblik barnet er født, ophører du, som forælder, nærmest med at eksistere som en selvstændig person – i mange, mange år.

Alle mødre ved, at nyfødte næsten kræver døgnovervågning, men i takt med at barnets kompetencer øges, mindskes behovet for mors støtte, nærvær og vejledning. Men det er en umådelig langvarig proces. I årevis vænner mødre sig til at være nærværende, opmærksomme, hjælpende, støttende, bekymrede, opmuntrende og kærlige, stort set i døgndrift året rundt.

Mødre fortjener stor anerkendelse for deres mangeårige, hengivne og uselviske indsats.

Mange mødre bliver derfor overrumplede og slået med forundring, når deres teenager(e) bliver voksne og selvstændige i løbet af én nat – så pludseligt kan det føles. For hvad sker der så med identiteten som mor? Ja, der kaldes på forandring. Igen forandres "alt". Man får sit eget personlige liv igen.

Min ambition er at vende hele tankegangen, at mødre til teenagere har deres storhedstid bag sig, til i stedet at se moderskabet som en del af vejen mod endnu et af kvindens højdepunkter, som jeg i bogen har valgt at kalde Zenit.

Zenit betyder højdepunkt. Egentlig er Zenit et punkt på himmelhvælvingen lodret over iagttagerens hoved. Du kender måske udtrykket: Solen står i Zenit = solen står højest på himlen. Vejen mod Zenit er processen, hvor du finder ud af, hvem du er indeni, når du ikke længere spiller din hovedrolle som mor.

Godt nok er der uafvendeligt tale om kropsligt forfald fra 25-30-års alderen, hvilket de fleste kvinder genkender som et meget deprimerende faktum. Ikke mindst børnefødsler og prioritering af familiens behov er medvirkende til dette, men også kvinder uden børn – og mænd for den sags skyld – er jo underlagt naturens love.

Som mor til teenagere er du sprængfyldt med ressourcer og kompetencer, der bare venter på at komme ud i lyset. Til gavn for dig selv, dine omgivelser og samfundet

Til gengæld stiger de mentale evner og kompetencer uundgåeligt i takt med moderskabets mange udfordringer. Når børnene bliver store, er det oplagt for en mor (igen) at tage fat på sit helt personlige liv og glæde sig til, at livet kan fortsætte i en opadgående kurve, nu bare for fuld skrue og uden de begrænsninger, det for de fleste medfører at have mindre børn.

Som mor til teenagere er du sprængfyldt med ressourcer og kompetencer, der bare venter på at komme ud i lyset. Til gavn for dig selv, dine omgivelser og samfundet.

I min research til bogen har jeg interviewet 100 mødre, og jeg kan konkludere – næsten uden undtagelse – at børnene har førsteprioritet i deres liv.

Problemet er bare, at i takt med at børnene lige så stille siver ud af din atmosfære og ind i deres helt egen, selvstændige verden – i samme takt udfases din rolle som mor. Noget, der før betød alt, *kan* ikke længere fylde det samme. Hovedrollen som mor er uundgåeligt på vej til at være udspillet. Det har konsekvenser for *din* identitet. For dét, du har brændt for så inderligt gennem en lang årrække, er vokset sig stort og selvstændigt, og

om få år er du i værste fald kun tilskuer og i bedste fald forhåbentlig fortsat deltager i børnenes liv. Men det er ikke længere på dine præmisser, nok nærmere mest på deres.

Sammenfattende har undersøgelsen givet mig et billede af, at de adspurgte kvinder umiddelbart generelt er tilfredse med deres liv og godt på vej mod Zenit, men det er også værd at bemærke, at der er masser af spirende muligheder for de mange, der ønsker udvikling, frihed, fritid, oplevelser, kærlighed, bedre økonomi m.v.

Når der spørges mere ind til emnet er der dog klart plads til fremskridt. Det er tydeligt, at mange af kvinderne er meget påvirkede af deres kropslige forfald eller udfordringer. Det er også tydeligt, at børnene har en helt ubestridelig førsteplads, når det gælder plads i kvindernes hjerte, men hele 41 procent lader ikke til at have hverken defineret livsformål eller planer om, hvad der skal ske nu, hvor børnene er ved at være store.

Ud over undersøgelsen er bogen skrevet på baggrund af de erfaringer, jeg har med mine klienter, der for en stor del også udspringer af samme målgruppe.

Bogen er også en personlig beretning, for netop min egen udvikling skabte min store interesse for det kolossale potentiale, der ligger i denne specifikke gruppe af kvinder. På få år er jeg gået fra at have et ganske almindeligt og tilfredsstillende familie- og arbejdsliv til at realisere drømme, som jeg aldrig før har turdet håbe på at komme i nærheden af. Det har været overvældende, og jeg ved nu, at rejsen langtfra er forbi, og at jeg vil og kan fortsætte med at skabe det liv, der giver fuld mening for mig.

Alle disse fortællinger – inklusiv min egen – har tilsammen formet mine synspunkter og givet næring til mine overbevisninger, som de fremgår i bogen.

Bogen er opdelt i to dele, først *Status – hvordan ser dit liv ud nu?* Dernæst *Zenit – vejen op ad kurven*. Hvis du vil have mest ud af bogen, så læs den kronologisk, da hvert kapitel indeholder vigtige og brugbare pointer, du kan bruge fremadrettet.

Dit udbytte af bogen vil vokse markant, jo mere du tager dig tid til at

tænke over de spørgsmål, jeg stiller dig undervejs. Spørgsmålene kan sikkert virke udfordrende og måske besværlige, men du skal vide, at de samtidig er nøglen til de indsigter, der vil bibringe DIG en større viden om, hvem du egentlig er, og hvem du gerne vil være, når du ikke lige er mor.

Under alle omstændigheder vil jeg gerne understrege, at bogen er *mit* bud på, hvad der kan gøre et moderliv endnu mere meningsfyldt. Bogen er ment som et inspirations-tag-selv-bord, hvor jeg vil opfordre dig til at tage for dig af retterne og efterlade det, du synes er uspiseligt. Det, der er rigtigt for mig, behøver ikke at være det for dig.

God tur mod Zenit.