SPYRST SO LIVST

RIGMOR DAM

Tríbarnamamma, kona, lærari, journalistur og redaktørur á lívsstílsblaðnum *Rákið* svarar spurningum til brævkassan **SPYRST SO LIVST**

Redaktiónin loyvir sær at velja og vraka millum innsendu spurningarnar

Ræðist próvtøkurnar

Góða Rigmor

Eg gangi í miðnámsskúla og verði vónandi liðug í summar. Men eg eri um at blíva svøk, av tí at eg eri so nervøs um munnligu royndirnar. Longu nú fái eg kaldasveitta og hjartabankan, tá ið eg hugsi um tað. Eg ræðist serliga støðuna, tá vit sita inni til royndina, og eg eri álvarsliga bangin fyri, at eg fái eitt blackout. Hetta ger eisini, at eg ivist í, um eg fari at klára royndirnar við einum hampiligum úrsliti. Hvat heldur tú, at eg skal gera, Rigmor?

Heilsan studenturin

Góði studentur

Tað er gott at vera eitt sindur nervøs og spent til eina próvtøku. Tá adrenalinið pumpar, spíla vit okkum út og klára ofta meira, enn vit høvdu væntað og vónað áðrenn. Men sjálvandi skalt tú ikki brúka óneyðuga orku upp á ótta. Tí skalt tú hava hjálp sum skjótast, so nervøsiteturin ikki sleppur at oyðileggja royndaúrslitini og tínar framtíðar møguleikar at sleppa undir hægri lesnað.

Ógvusligur próvtøkuótti stavar frá óveruligum, negativum tankum og angist fyri ikki at liva upp til egnar væntanir og kanska eisini teimum hjá øðrum tína vegna. Hesir tankar skulu vendast til nakað positivt. Hetta kunnu terapeutar og sálarfrøðingar hjálpa tær við.

Eg haldi, at tú skalt fara til lestrarvegleiðaran á skúlanum ella til kommunulæknan og biðja tey hjálpa tær at finna ein góðan sálarfrøðing ella viðgera. Har eru fleiri, sum bjóða seg fram, bæði innan tankafeltterapi, kognitiva terapi, NLP, hypnosu og so framvegis.

Eg rokni við, at tú ert í nóg góðari tíð nú, um tú skalt til roynd í juni. Er tíðin knøpp ber til at fáa heilivág, sum fær fjálturin at minka undir sjálvari próvtøkuni. Men tað hjálpir ikki í longdini og gevur tær heldur ikki nakað reiðskap at koma óttanum til lívs í øðrum samanheingi seinni í lívinum.

v. rigmor

Hevur tú brúk fyri einum góðum ráði,
so send spurningin til:
Sosialurin
SPYRST SO LIVST
postboks 76
FO-100 Tórshavn
ella teldupost til rigmor@sosialurin.fo

Mamma heldur seg eiga sonin hjá mær

Hey Rigmor

Eg eri mitt í 20'unum og havi ein son saman við sjeikinum, sum siglir úti. Eg eri arbeiðsleys í løtuni, tí tað er onki at finna her í bygdini. Sjeikurin tjenar hampiliga væl, so vit klára okkum kortini væl. Men vit búgva inni hjá foreldrunum hjá mær, í mínum kamari øll trý. Mamma er veik, so eg geri so at siga alt húsligt arbeiði. Pápi er av tí gamla slagnum, sum ongantíð hevur gjørt nakað innandura. Men hann rør út og tílíkt. Eg føli, at tað er neyðugt, at vit búgva her, so eg kann hjálpa teimum. Men eg orki illa longur, tí tey blanda seg upp í alt. Eg kann onki gera ella siga, uttan at tey koma við einari viðmerking ella taka meg av ræði. Tað kennist sum at mamma mín heldur seg eiga drongin, og hann blívur púra forvirraður, tí vit eru so nógv vaksin um hann, sum siga hvør sítt. Viðhvørt kundi eg hugsað mær, at vit fluttu í egin hús, eg og sonurin og sjeikurin. Eisini ynskja vit okkum fleiri børn. Hetta er ikki so lætt haldi eg. Hevur tú eini góð ráð Rigmor?

Vinarliga "loppan"

Góða Loppan

Helst kundi eg hugsað mær at mælt tykkum til at flutt út sum skótast, kanska til eitt størri pláss, so tit fingu tykkara egna heim, og tú eitt starv og/ella útbúgving.

Men eg skilji á lagnum, at tit hava brúk fyri hvørjum øðrum, tit og tey gomlu. Samstundis ljóðar tað sum um foreldur tíni ikki hava góðtikið, at tú nú í roynd og veru ert konan í húsinum nú.

Tú ert í bestu árum, ert mamma og stákast allan dagin sum heimaarbeiðandi húsmóðir. Og tað er sanniliga fulltíðarstarv, um tú hevur tvey eldri fólk og eitt barn at varta upp.

Ættarliðini skifta, tey gomlu eru ikki longur foreldrini og tú lítlabarnið, men tú ert tann vaksna og tey eru eldri og krevjandi. Hetta noyðast tey at góðtaka, um tey vilja hava tykkum búgvandi - og tað ljóðar sum um tey vilja tað.

Tað kunnu vera nógvir fyrimunir við, at tit øll búgva saman. Serliga tá tú ert einsamøll við soninum ein stóran part av tíðini, og foreldrini hava brúk fyri hjálp.

Men tú mást fáa tey at skilja, at um tit skulu búgva saman, mugu leiklutirnir broytast, so tey taka seg nakað aftur, og tú og sjeikurin verða "yvirhøvdini" í familjuni.

Kanska hevði tað verið ein loysn, um tú og sjeikurin keyptu foreldrini út, innrættaðu húsini eftir tykkara smakki, yvirtóku hjúnakamarið og sum heild komu at kenna tykkum sum ein rættilig barnafamilja. Og so kundu foreldrini fingið eitt kamar, har pláss eisini var fyri einum góðum sjónvarpskróki. Hetta er ein loysn, sum nógv brúka, tá foreldrini gerast eldri.

Tit hava í øllum førum brúk fyri at finna tykkara egna samleika sum familja, og sonurin skal ongantíð vera í iva um, hvør tað er, sum tekur avgerðirnar, setur mørkini og sum heild er hansara høvuðsumsorganarpersónur. Annars noyðast tit helst at flyta - um ikki langt burtur, so í eini hús nærhendis.

v. rigmor

TAVAVIST

Ein møblahandil lýsir í sjónvarpinum, at "vit hava heilt víst okkurt til tín". Tað skulu tey hava lov til, hóast hetta er skeivt. At vera vísur og at vera vissur er hvørt sítt. Tey flestu munnu kenna ein vissan vísmann, sum æt Salomon. Hesin kvinnukæri kongurin verður sagdur at vera høvundur at tí besta í Gamla Testamenti, og tí fær hann ofta tilnavnið Tann Vísi. At vera vísur er at vera klókur - sagt eitt sindur hátíðarliga, í hækkaðum stíli. Men at vera vissur er at vera sikkur. "Tað er tann vissi deyði at fara út í hesum veðrinum", kundi onkur siga. Ella tá ið tað frættist, at tvey vóru farin at ganga saman, so søgdu fólk um tey, at "tey eru púra viss". 'Vísur' hevur eisini ein annan týdning: tað kann sigast um lykilin, at "hann lá púra vísur á hillini" - tað vil siga, at hann kundi síggjast av øllum undir normalum umstøðum. Tankin aftanfyri man vera, at lykilin "vísir seg" fyri øllum.

'Vist' í týdninginum 'sikkurt' er so inngrógvið, at tað er blivið partur av málsins idiomatiska stoffi: vist og satt, eg havi hoyrt fyri vist, at hann kemur í morgin, tavavist.

Tá ið nú so stórur avstandur er millum vist og víst, so má tað undra, at hesi bæði orðini so ofta verða blandað. Tað mátti verið betur fyri alla skriving, at meiningin var klár. Vit hava nokk av missforstáilsum. Tað er ikki neyðugt at gera fleiri. Vit kunnu bara hyggja í orðabøkurnar: Svabo (1773) sigur um navnorðið 'vissa': vished, certitudo; um lýsingarorðið 'vissur': vis, certus. Um lýsingarorðið 'vujsur' sigur hann: klog, sapiens, prudens, god at finde igjen, lige for Øjnene. Chr. Matras og M. A. Jacobsen (1928) siga um 'vissur': bestemt, aftalt, fastlagt, fastsat, sikker, vis. Um 'vísur' siga teir: 1) vidende (om), underrettet, 2) vis, forstandig, 3) som er lige for øjnene, nem at finde, el. opdage. Í tí stóru Føroysku Orðabókini (1995) verður "han sagde helt sikkert, at..." umsett til: "hann segði fyri vist, at ...". Men seinni finna vit tann feilin, at "det er sikkert og vist" verður umsett til "tað er víst og satt". Soleiðis siga fólk ikki. Vit siga: tað er vist og satt, ella tað er satt og vist. Vit standa altso eisini her fyri valinum millum fólksins mál og orðabókina. Er føroyskt tað, sum føroyingar siga, ella tað, sum føroyingar áttu at sagt....?

Hasin feilurin hjá møblasøluni er so sjónskur og vísur, at lætt skuldi verið at rættað hann. Tá ið fólk keypa møblar, so vilja tey ikki hava, at feilir eru í. Tað er púra vist. Nú tá inflatión er farin í tín orka, títt ferðasamband til útheimin osv. osv., so kundi møblasølan skrúvað fólkaligheitina eitt sindur upp og sagt: "Vit hava heilt vist okkurt til tygara". Tað hevði verið sonn málslig vistfrøði.

(MF)