



**OPPDRADELSE:** To eksperter gir deg sine beste tips til hvordan du skal lykkes med barneoppdragelsen. **ILLUSTRASJONSFOTO:** Colourbox.no

---

# 10 tips til god oppdragelse

**Her får du ekspertenes beste oppdragelsesstrategier.**

CATHRINE LYNGBØ

cathrine.lyngbo@gmail.com

God, pedagogisk riktig

[barneoppdragelse](#) - et rykende tema. Men det er ikke alltid så lett å vite som forelder hvilke råd du skal ta med hjem til egne barn. Og kanskje er dere uenige i barneoppdragelsen av barna?

Da vil du komme langt med disse ekspertrådene. Her får du nemlig kremen av kremen innen oppdragelsesstrategier:

**Willy-Tore Mørch, psykologiprofessor og ansvarlig for kursprogrammet «De utrolige årene»**

## Mine 5 beste tips:

### 1. Vær en god modell

Foreldre er alltid sterke rollemodeller for barn. Og det er det på godt og vondt. Barna tar etter måten foreldrene opptrer på. Hvis forelderen sniker i køen når barna er med, vil barnet snike i køen. Når foreldrene skriker og roper når man diskuterer med hverandre, vil barna ta etter samme diskusjonskultur. Tenk derfor nøye gjennom hvilken modell du er.

### 2. La barnet få være med å bestemme

Når barn blir spurt og får lov å si sin mening vil beslutningen som tas, selv om det er den voksne som tar beslutningen, lettere aksepteres av barnet. Samtidig viser du barnet respekt ved å spørre om deres mening. Når barn er over 12 år skal barnet alltid høres og delta i beslutningsprosessen om saker som angår dem. Barn mellom 7 og 12 år skal få si sin mening. Yngre barn bør også høres selv om de ofte ikke kan delta i beslutningsprosessen.

### 3. Gi barn ros og oppmuntring

Da viser du hva barnet bør gjøre og du styrker barnets selvfølelse. Ros og oppmuntring er faktisk den mest betydningsfulle grensesettingsmetode.

### 4. Gi aldri barnet følelse av å bli hånet etter sett ned på

Vær ikke sarkastisk overfor et barn, med mindre det ikke åpenbart er en del av et humoristisk spill som barnet er innforstått med. Ironi og sarkasme river ned barnet selvfølelse og selvtillit.

### 5. La barn få alderstilpassede utfordringer

La barnet få prøve seg fram og få erfaringer med verden. Men gi barnet tilstrekkelig råd og hjelp til å kunne lykkes. Da øker mestringsfølelsen og du styrker barnets selvtillit.

***Are Karlsen, hovedfag i helsevitenskap, forfatter av boka Foreldrelappen og driver Pedagogikk.no***

## Mine 5 beste tips:

### 1. Ha fokus på det positive barnet gjør

Ros og positive tilbakemeldinger er de viktigste «verktøyene» foreldre har i forhold til å utvikle et godt og positivt forhold til barna.

## 2. Overse småting

Ikke rett fokus mot alle små ting du ikke er fornøyd med.

## 3. Kutt ut kjeftinga

Barn bør korrigeres på bestemte, men rolige og kontrollerte måter. Hvis barn lærte av å få kjeft ville sannsynligvis barn som har fått mye kjeft oppført seg bedre enn barn som får lite kjeft. Det stemmer neppe.

## 4. Vær konsekvent og følg opp det du har sagt du skal

Hvis et barn får en beskjed som det ikke utfører, hjelper det ikke å gjenta beskjeden ti ganger. En bør heller ta seg tid til å følge opp og sørge for at barnet utfører det han eller hun har fått beskjed om. Det er bedre å gi færre beskjeder som en har tid til å følge opp enn mange beskjeder som barnet allikevel ikke følger.

## 5. Sett av tid til å være sammen

Vær sammen med barna. Ta del i det de gjør og ha det morsomt sammen!

**Les også:**

[Time-out er den nye skammekroken](#)

[Derfor får du trassige sutrete unger](#)

[Viktig å la barna gjøre feil](#)

[Slik får barnet en lykkelig barndom](#)

Saken ble opprinnelig publisert på Klikk.no. [Les her](#).