

Nå er det nok!

Noen ganger er det helt riktig å kjeftte på junior – men ikke gjør det til en vane.

Tekst: Cathrine B. Jensen Foto: iStockphoto

De fleste barn opplever at foreldrene skjeller dem ut en gang iblant, og det gjør ikke noe. Det er den daglige omgangstonen som er viktig, sier Anne Nielsen, forfatter og foredragsholder med lang erfaring fra å jobbe med barneoppdragelse.

Humanismens tidsånd ligger som et mykt flossteppes over dagens foreldregenerasjon. Flinke foreldre anno 2013 stiller skyhøye krav til sin foreldrekompetanse, og ser det som et personlig nederlag hvis de ikke til enhver tid har en gjennomtenkt og pedagogisk tilnærming til oppdragelsen. Utskjelling – det er helt uaktuelt!

Anne Nielsen, på sin side, ser med skrekk på disse tafatte voksne som aldri hever stemmen overfor barna, og som gjør alt mellom himmel og jord for å unngå konflikter.

– Barn blir forvirret når de blir møtt med samme milde og forståelsesfulle stemme uansett hva de gjør. De tester

grenser og har ikke lært hva som er rett og galt, og er avhengige av tydelige beskjeder om hva foreldrene aksepterer.

MÅ SE ANDRE

Nielsen beskriver foreldredilemmaet med at det alltid er to grøfter å gå i. I den ene grøften finner du de foreldrene som blir usaklige og kjefter uhemmet. I den andre finner du de konfliktsky og utydelige dottene.

– Barneoppdragelse handler om å si tydelig fra om hva man kan akseptere og ikke akseptere fra barnet. Som forelder må man tørre å være upopulær. Barn har en rå og uhemmet vilje i sin

higen etter å utvikle seg. Det er en sunn og naturlig reaksjon, og viljen skal ikke fordømmes. Men barn må også lære å forstå når denne sterke viljen kommer i konflikt med andres rett til å ville noe, sier Nielsen.

SPAR PÅ KRUTTET

– I hvilken grad kjefting er akseptabelt eller ikke, er det nok delte meninger om. Jeg er imidlertid overbevist om at det ikke er veldig hensiktsmessig, sier Are Karlsen, pedagog og forfatter av boken «Foreldrelappen – kjøreregler for en positiv barneoppdragelse».

Han har lite tro på at kjefting og skriking får barn til å oppføre seg som

**Som forelder må man tørre
å være upopulær.**

Anne Nielsen



de voksne vil. Hvis barn hadde lært av å få kjeft, ville barn som har fått mye kjeft, oppføre seg bedre enn barn som har fått lite kjeft – og det er det lite som tyder på, påpeker han.

– Viktigere enn hvilket volum foreldrene legger seg på når de snakker til barna, er i hvilken grad de følger opp det som blir sagt. Foreldre kan kjeft og kjeft på barna uten at det hjelper, hvis de ikke samtidig følger opp på andre måter, sier Are Karlsen.

FORELDRE MED FEIL

Verken Karlsen eller Nielsen tror barna tar skade av foreldre som kjefter. Anne Nielsen understreker at det er bra vi har tatt et oppgjør med den foreldrerollen som alltid kjefter og fokuserer på alt som er galt. På den andre siden tror hun heller ikke det er bra med foreldre som holder frustrasjonen inne og aldri tillater seg å sprekke.

– Barn leser kroppsspråk og vet hva vi føler. Om vi alltid er «pedagogiske», er vi ikke ærlige i møte med barnet. Da blir de forvirret.

Hun har jobbet både i og med bar-

Kjefter du på barna hver dag, er det ingen som hører på deg.

Are Karlsen

nehager, og ser at mange foreldre kopierer de ansattes pedagogiske tilnærming til egne barn.

– Hvordan foreldrene er med barna sine, har også med temperamentet å gjøre. Noen er jo mildere enn andre. Men jeg synes det er viktig at vi anerkjenner at livet også er vanskelig. Mennesker, også foreldre, har feil og mangler, men det er mulig å jobbe med det, sier hun.

VÆR POSITIV

– Kjefter du på barna hver dag, er det ingen som hører på deg. De blir vant til å høre på kjeftingen. Hvis du greier å roe deg ned og snakke på en rolig og klar måte, er det enklere å nå fram, sier Are Karlsen.

Han vet det er enklere sagt enn gjort. Men er overbevist om at de fleste foreldre kan klare å bevare fatningen hvis de blir bevisste på hvordan de kan håndtere situasjonen på en bedre måte.

– Å følge beskjeder er en ferdighet som må læres. Barna må lære at når jeg sier nei, så er det nei. Hvis man tar seg tid til å følge opp det man sier, så tilsier min erfaring at det fungerer mye bedre enn å skrike, sier Karlsen.

Han tror ikke det er noen sammenheng mellom volum og lydige barn, og tror heller på en positiv holdning til utfordringene som dukker opp i hverdagen.

– En pekepinn kan være å se på hva det er som preger hverdagen. Er det





stort sett en positiv stemning, tåler også barna at du blir sint en gang iblant, sier han

Karlsen oppfordrer foreldrene til å senke kravene, velge sine kamper og tenke mest på det positive.

– Det er alltid de voksne som har ansvaret for å snu situasjonen og gjøre det hyggelig igjen, sier han.

DU HAR FLERE SJANSER

Anne Nielsen sammenligner foreldreskap med lederskap. Barn som voksne trenger tydelige ledere som tør å være upopulære, samtidig som de er klare på hva de forventer.

Tydelighet er et nøkkelord, og noen ganger medfører det en stemmebruk som overstiger 60 desibel.

– Utydelige voksne gjør det vanskelig for barn å forstå hva som gjelder, sier Anne Nielsen og legger til at man som foreldre må forsøke skille mellom handlinger og følelser. Selv om du ikke gir etter og gjør som barnet ber om, betyr ikke det at du ikke elsker barnet ditt.

Men så var det den dårlige samvittigheten, da. Den som melder sin

ankomst sekundet etter du har trampet foten i gulvet. Var du kanskje litt for krass og streng? Og var det egentlig nødvendig å skrike sånn ...?

– Hvis du synes du har gått for langt, si til barnet: «Nå ble jeg veldig sint, og det var fordi ...» Du kan for eksempel også spørre barnet om hun ble redd da du kjefte på henne. Si gjerne ifra om at du ikke er sint mer, slik at barnet vet at det er over.

Hun fraråder foreldre å be om unnskyldning for alt. Det er bedre å vise at det er ok å feile.

– Får du det ikke helt til, prøv en gang til. Barn forstår det og takler det fint. De trenger ikke perfekte foreldre. Det er ikke bra – det får dem til å føle seg mislykket fordi de ikke er perfekte selv, sier hun.

Dagens snillisme gjør det vanskelig for mange foreldre å sette foten ned og gi klare beskjeder til barna sine. De er så redde for å gjøre noe galt at de ender opp med ikke å gjøre noe som helst.

– Det snilleste du kan gjøre mot barna dine, er å være tydelig, sier Anne Nielsen. •

TELL TIL 10

Tips til hvordan unngå å koke over, og hva du kan gjøre når det skjer:

- Er du i ferd med å koke over? Gi deg selv et par minutters time-out. Gå ut i et annet rom, trekk pusten og ro deg ned.
- Har du eksplodert? Forklar barna hvorfor du ble sint, lytt til reaksjonen deres og vær tydelig på at du ikke er sint lenger.
- Gode rutiner skaper ro og gjør det lettere å unngå unødvendige konflikter i hverdagen.
- Velg dine kamper og bruk tiden på å følge dem opp. Ikke gap over for mye, det blir bare utrivelig for alle parter.
- Vær tydelig og kortfattet når du gir beskjeder.
- Barn protesterer, din jobb er å stå imot. Som forelder må du tåle at ungen hater deg iblant.
- Vær konsekvent og følg opp beskjeder, ikke gi etter for å unngå bråk.
- Fokuser på det som er positivt, og vær raus med rosen.
- Husk 5:1-regelen: Gi minst fem ganger så mye ros som kjefte.

Kilder: Are Karlsen og Anne Nielsen