

BUNNPRIS

Chili con carne med guacamole



ALENE HJEMME: Kan barnet være igjen hjemme mens du tar deg en tur på butikken? Sjekk hva ekspertene sier. © FOTO:Colourbox

Raskt og enkelt på under 20 minutter.

[Klikk her](#)



BUNNPRIS

MODENHET HOS BARN

Når kan barna være alene hjemme?

Ida (7) og Theo (6) går hjem fra skolen og er alene en times tid før foreldrene kommer hjem. Ta en nøye vurdering før du overlater barnet hjemme alene, anbefaler ekspertene.



Cathrine Lyngbø

Publisert 12.04.2013

Liker

Bli den første blant dine venner til å like dette.

ANNONSER FRA GOOGLE

[Vestfold Dyrehospital](#)

Hyggelig dyrlege på Nøtterøy Vaktordning
333 29 000

www.dyrehospital.com

HiPPs Lille smakspanel

PLAYTRAY
NÅ KUN 449,-
VEIL. PRIS 549,-
[KLIPP NÅ!](#)

ISKREMMASKIN
OBH NORDICA
NÅ KUN 299,-
50% RABATT
[KLIPP NÅ!](#)

BONYTT
INSPIRASJONGUIDEN
Se flotte interiørbilder [her](#)

[Når kan barnet mitt egentlig være alene hjemme?](#) Jurer en foreldre i vårt forum barnimagen. Hun er neppe alene. Kan barnet være igjen hjemme mens du tar deg en tur på butikken? [Klart det frister med en handletur uten sutring.](#) Men det er imidlertid flere ting du bør tenke på før du overlater han til seg selv. Alder har nemlig ingenting og si.

- Alle barn er forskjellig, så her handler det om modenhet, sier psykologspesialist.

Er alene hjemme én time etter skoletid

I en hektisk hverdag med fire barn, har Therese Bråthen og mannen valgt å la Ida (7) og Theo (6) gå hjem alene sammen fra skolefritidsordningen (SFO) som en fast rutine.

- Dette startet vi med i januar, og det virker til å fungere veldig bra. Barna er flinke til å gå rett hjem og begynne med leksene, forteller Therese til Foreldre & Barn. Etter en liten time på egen hånd kommer faren hjem. Reglene er tydelige for barna, de får ikke lov til å ha med noen hjem og de får ikke gå ut mens de er alene hjemme.

- Ellers smører de seg en brødslike dersom de er sulten, og er flinke med hver sine lekser, forteller Therese.



ER ALENE: Ida (7) og Theo (6) går alene hjem fra skolen og er alene en times tid før foreldrene kommer. © FOTO: Kristine Bråthen

Alene når foreldre er på butikken

Men ikke alle synes at det å la barna være alene hjemme enten på dagtid, eller kveldstid er en særlig god idé. Da vi spurte på [Foreldre & Barn sin Facebook-side](#) hva dere mente var en passelig alder for barn å være alene hjemme, fikk vi ulike synspunkt:

- Vi bor 200 meter fra butikken. Min 5-åring får være alene mens jeg er der, men så klart er det ikke snakk om mer enn kanskje 30 min, er det en som svarer.

- Hvem i all verden i sin rette for stand lar en 5-6 åring være hjemme alene? Mine to er 6 (snart 7) og 8 år, og de har ennå ikke fått være alene hjemme, skriver en annen mamma på Facebook.

- Jenta mi på 6 år får ikke være hjemme alene, men gutten på 8 vil ikke gå på SFO, så han er innimellom opptil 2 timer hjemme alene, og det går helt fint.

-Hun får være hjemme med broren når jeg skal en svipp tur på butikken (5-10 min), kan en annen bruker tilføye.

Er det egentlig greit å la barna være alene hjemme?

I følge psykologspesialist Stine Lehmann ved Regionalt kunnskapssenter for barn og unge, er dette vanskelig å si helt eksakt.

- Når barnet kan være alene hjemme avhenger blant annet av [barnets muligheter til å ivareta seg selv](#) - og her er det store variasjoner. Kan barnet for eksempel kontakte mor eller far? Jo yngre barnet er, jo færre handlingsalternativer kan de komme opp med dersom noe uforutsett skulle skje mens foreldrene er ute, forklarer Lehmann til Foreldre & Barn.

Når synes du at det er greit at barnet er alene hjemme? Del din mening og les andres synspunkt på vår [Facebook-side](#).

Forbered barnet

Lehmann påpeker at det er mange forhold foreldre må ta med i beregningen.

- Når på døgnet er det snakk om? Er barnet alene, eller har det ansvar for yngre søsken? Har det ansvar for yngre søsken, er det selvsagt mer krevende. [Det er i tillegg viktig at barnet er forberedt dersom noe skulle skje](#), og at barnet er trygg på hva det skal gjøre, fortsetter Lehmann og kommer med noen eksempler: Uforutsette ting som at barnet har glemt nøklene, låser seg ute eller at lyset går.



Vær med å skrive



Les barna å stille



Hvor mye kalsium

T-skjorter under 200 kr!:

Vårfavoritter: [Boozt.com](#), [Bubbleroom](#), [Ellos](#), [Nelly.com](#), [My-Wardrobe](#), [La Redoute](#), [InWear](#) og [Zalando](#)



Mest leste på Småbarn

Barna som ikke gråter har det verst

Tegnene som viser om barnet har det bra i barnehagen.

- Ikke dra bort en langhelg før barnet er tre år

Dere bør vente med den etterlengtede kjæresteferien, mener ekspertene.

Slik ser du hva barnet ditt skal bli

Hva er det egentlig som avgjør om barnet blir mekaniker eller økonom?



Dette må du tenke på før du la barnet være alene hjemme

- Hvor bor dere? Er barnet kjent i nabolaget?
- Når på døgnet skal barnet være alene?
- Kan barnet nå deg på telefon dersom det trenger kontakt?
- Vet barnet hva det skal gjøre dersom det skulle oppstå brann?
- Hva skal barnet gjøre hvis noen ukjente ringer på?
- Ønsker barnet selv å være alene hjemme en liten stund, eller gir det utrykk for redsel, frykt eller angst?
- Ha en samtale med barnet om å være alene hjemme, og ha fokus på hvordan der skal gjøre det slik at barnet føler seg trygg når det er alene hjemme.

Kan utløse angst

I tillegg til den praktiske kompetansen barnet må ha, kan det å være alene hjemme også vekke en [følelse av uro og angst](#) hos noen barn.

- Noen barn er mer engstelige enn andre, så alle foreldre må vurdere barnets kompetanse. Barnet skal ikke bare praktisk mestre oppgaven, det skal også føle trygghet og vite at det kan få hjelp av en voksen dersom noe skulle skje, sier psykologen.

Begynn i det små

Lehmann anbefaler foreldre å prøve seg fram, og starte i det små. Si for eksempel at mor har lyst på en liten treningsøkt: Kan du la barnet være alene hjemme mens du tar en liten sprint i gaten, eller må du kjøre helt til treningssenteret?

En syvåring kan synes det er spennende å være alene hjemme, mens mamma eller pappa handler på butikken.

-Men kanskje dere ikke skal begynne med en hel time. Kanskje et kvarter er nok til å begynne med? sier eksperten.

- Mitt beste råd er å begynne i det små og prøve seg frem i samarbeid med barnet. Det er viktig at barnet kan få hjelp om nødvendig. Da er det lurt å planlegge sammen med barnet og tørrtrene seg på for eksempel å ringe, sier Stine Lehmann.

Fødselshoroskopet

Les om ditt barns personlighet og særtrekk

Finn ditt barns stjerne tegn

[er ulike og er redde for forskjellige ting.](#)

- Barnet skal føle seg trygg, men vi voksne skal vurdere om det faktisk er trygt for vårt barn å være alene der vi bor, ut ifra alder, modenhet, tid på døgnet og varighet av alene-tid.

Blir det gutt eller jente?

Bimstorken gir deg en liten forutanelse om hva det blir.

Se hvilket kjønn du kan få

& Barn.

- Uansett bør en gradvis øke tiden barnet kan være hjemme. De første gangene går en kanskje ut noen minutter og kommer tilbake. Senere kan man gå på nærbutikken og litt lengre unna.

Karlsen anbefaler at foreldre trener på dette når det er lyst på ettermiddagen.

– Det er ofte bedre å være alene da enn når det er mørkt på kvelden, sier han.

Les også:

[Dette bør barnet kunne før skolestart](#)

[Slik er 6-åringen](#)

[Stine ringte 113 da moren falt om hjemme](#)

[Disse foreldrene blir de beste](#)

- Ta en vurdering av hva barnet kan finne på som kan være farlig.
- Hvor trygge foreldrene er på barnet.
- Vær forsiktig med for mange formaninger. Hvis en er usikker på om barnet faktisk håndterer å være alene, bør det kanskje ikke være alene!

Kilder: Stine Lehmann og Are Karlsen

Skal føle seg trygg

- Hva gjør vi voksne når vi kommer hjem fra jobb, låser vi døren eller ikke? Dersom barnet får beskjed om å låse døren bør begrunnelsen kanskje være at «slik gjør vi det i vår familie», og ikke begrunnes ut ifra faren ved å være alene hjemme. Kanskje bør samtalen om å være alene hjemme ha fokuset: «Hvordan skal vi gjøre det slik at du føler deg trygg når du er alene hjemme?», understreker psykologen. For [barn](#)

Greit å være alene i skolealder

Seniorrådgiver i Barne-, ungdoms- og familiedirektoratet, Are Karlsen støtter psykologen i at det er mange faktorer som spiller inn når det gjelder å overlate barn til seg selv hjemme.

- Før barnet er i skolealder bør det aldri være lenge alene, men i løpet av skolealderen kan tiden økes. Når barn slutter på SFO begynner de ofte å være hjemme en stund - kanskje flere timer - før foreldrene kommer hjem, forteller Karlsen til Foreldre

Foreldre & Barn 3til7

Over 200 trygge dataspill for ditt barn

Spill nå!

Saker vi tror du vil like:

[Stor aldersforskjell er best](#)

Fordeelene er mange når aldersforskjellen mellom barna er stor.

[Fiskepinner til terningkast 6](#)

To fiskepinne-pakker får toppscore i testen.

[Det homofile paret har to barn](#)

Men ifølge norsk lov kan ikke et barn ha to fedre.

Se mer om: [barn](#).

Tweet < 0

