



Are Karlsen har skrevet boka Foreldrelappen, er trebarnspappa og bosatt i Horten. Han er utdannet med hovedfag i helsevitenskap og arbeider som seniorrådgiver for Barne-, ungdoms- og familiedirektoratet (Bufdir).

Artikkelen er illustrert av **Siri Anett Olsen.**

Vil ikke høre

Vi kan lære barna å høre etter!

En viktig forutsetning for et hyggelig samspill mellom foreldre og barn er at barna lærer å høre på de voksne. De fleste foreldre har nok, enten av og til eller ofte, vært oppgitt over at barnet ikke hører etter. Skal vi endre noe hos barnet må vi imidlertid alltid først endre på måten vi som voksne forholder oss til barnet på. De voksne må lære barnet å høre etter!

Når det er et problem at barnet ikke gjør som den voksne sier, bør en se nærmere på hva som blir sagt av den voksne, når det blir sagt, og hva som skjer når barnet ikke hører ett er. Ofte gir foreldre veldig mange beskjeder til barn uten at det alltid kreves at beskjedene blir fulgt opp. Gjennom at de voksne ikke følger opp i etterkant, lærer barnet leksen «det er ikke så farlig om jeg hører etter eller ikke».

Hvis et barn ofte unnlater å høre etter, kan det være lurt å begrense antall beskjeder en gir til barnet, samtidig som en er nøye på å følge opp de beskjedene som faktisk blir gitt. Det er bedre at barn får noen få beskjeder som de følger, enn at de får mange som de ikke følger.

Tidspunktet for når ulike beskjeder gis, er også viktig. Dersom et barn sitter midt i en morsom lek, er sannsynligheten liten for at barnet vil avbryte leken og gjøre en oppgave for mor eller far. Dersom en venter til barnet ikke er så opptatt med noe, øker sannsynligheten for at barnet vil gjøre det den voksne ber om.

Det er også lurt om foreldrene skiller mellom det som er klare beskjeder om hva et barn skal gjøre, og det som er ment som et spørsmål om barnet vil gjøre noe. Hvis moren har bestemt at barnet skal gå ut og leke, sier hun at barnet skal gå ut. Hvis hun lurer på om barnet har lyst til å gå ut, spør hun om det har lyst. Husk at dersom en spør om barnet vil noe, må en også akseptere at barnet sier nei. Hvis en derimot sier at barnet skal gjøre noe, bør en i etterkant følge opp, slik at det faktisk blir gjort.

Hvordan en gir positive tilbakemeldinger når barn følger beskjeder, er viktig. Husk at det å følge beskjeder er en viktig ferdighet i seg selv. Barnet bør derfor ofte få positive tilbakemeldinger umiddelbart for at de begynner å følge en beskjed. Hvis et barn har fått beskjed om å rydde rommet sitt, og sier «ja, jeg skal gjøre det nå», bør det få en hyggelig tilbakemelding med en gang. Ofte er det viktigere å legge vekt på barnets samarbeidsvilje enn på hva resultatet blir til slutt. Det er med andre ord like viktig å vie oppmerksomhet til at barnet samarbeidet og ryddet rommet, som å gi tilbakemelding på hvor ryddig det ble.

Når en vil at et barn skal bli flinkere til å følge beskjeder, kan det være en fordel om en kartlegger hvilken type beskjeder barnet utfører uten protester, og hvilke type beskjeder barnet ofte protesterer mot. Prøv for en periode primært å gi barnet den type beskjeder som det følger uten for mye protester. Dette gir mulighet til å vektlegge det positive, og til å gi barnet positive tilbakemeldinger for samarbeidsviljen det viser. Når barnet ett er hvert blir mer samarbeidsvillig, kan en gradvis gi flere av den typen beskjeder barnet ikke er så glad i.

