



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**.

Ljuging

Vis barnet at det lønner seg å snakke sant

De aller fleste barn ljuger en gang i blant. Løgnene kan være av veldig forskjellig karakter, fra "små hvite løgner", til løgn om alvorlige ting. Det er heller ikke uvanlig at barn bevisst unnlater å fortelle om ting som har skjedd. Når barna er små, kan det være vanskelig å skille mellom hva som er bevisst løgn, og hva som er fantasi eller skrøner. Når de blir større, vil dette bli enklere. Når større barn ljuger, er det ofte fordi de har lært at foreldrene ikke takler det de forteller på en hensiktsmessig måte.

Når en har mistanke om at et barn ljuger, er det viktig at en ikke overreagerer, men forholder seg rolig og prøver å få klarhet i hva som er sant og i hva som ikke er sant. Beskyldninger og lange «avhør» kan ofte ha en uønsket effekt, nemlig at barnet vil unnlate å fortelle de voksne om episoder eller hendelser som har skjedd.

Foreldre som oppdager at barnet ikke snakker sant, må presisere at de ønsker at barnet skal si sannheten. Fortell barnet at

det viktigste er at det forteller hva som er sant, og at dere ikke skal bli sinte når det forteller sannheten. Hvis barnet da forteller sannheten, er det selvfølgelig avgjørende at foreldrene holder ord og ikke blir sinte. Om barnet forteller om noe alvorlig det har gjort, bør de voksne rose barnet for å være ærlig, men selvfølgelig også snakke om episoden på en ordentlig måte, med det for øyet at barnet ikke skal gjenta det gale.

Hvis barnet allikevel ikke forteller sannheten, er det viktig at foreldrene prøver å undersøke hva som er sant. Hvis de vet helt sikkert at barnet forteller en løgn, bør de konfrontere barnet med dette. Det er lite hensiktsmessig å spille et spill der en venter på at barnet skal innrømme å ha snakket usant. Vanligvis er det best å fortelle barnet klart at en vet hva som er sant, og ikke gå inn på noen diskusjon om det.

Det beste en kan gjøre hvis et barn ljuger mye, er å lære det at ærlighet varer lengst - i den forstand at alt blir enklere når

en forteller sannheten. Uttrykket kan imidlertid lett bli en klisjé om en ikke selv er bevisst på å støtte opp under ærlighet. Hvis et barn kommer og forteller at det har gjort noe galt, og foreldrene svarer med å skjelle ut barnet, er leksen lett lært: Det har ingen hensikt å være ærlig.

Et barn som er ærlig og forteller sannheten, bør alltid få positive tilbakemeldinger for det. Dette gjelder også i situasjoner hvor barnet forteller om noe veldig galt det har gjort. Det er viktig at foreldre er i stand til å skille mellom hvordan de håndterer det at barnet snakker sant, og hvordan de reagerer på den hendelsen barnet forteller om. En kan anerkjenne at barnet snakket sant, samtidig som en på en konstruktiv måte konfronterer barnet med det gale det eventuelt har gjort. Foreldre bør alltid forsøke å være de trygge personene som barna velger å komme til når noe har skjedd.

