

# Hyggelige avslutninger

Det som ender godt huskes ofte som noe godt!

**Inntrykket en sitter** igjen med fra en hendelse, blir ofte bestemt av hvordan avslutningen var. En gørrkjedelig fotballkamp kan bli husket lenge på grunn av en avgjørende skåring på overtid. På samme måte er det for barn: En hendelse eller aktivitet som blir avsluttet på en fin måte, vil bli husket som noe fint, og barnet vil være mer motivert for å gjenta aktiviteten eller hendelsen senere. På samme måte vil barnet huske aktiviteter og hendelser som blir avsluttet på en negativ måte, som noe negativt, og være mindre motivert for å gjenta den samme aktiviteten eller hendelsen.

**Dette gjelder i forhold** til en rekke forskjellige ting, som lekser, fritidsaktiviteter, "stelletid" på badet, måltider, turer og så videre. Hvis for eksempel vanskelige lekser ofte blir avsluttet på en negativ måte, blir barnet fort mer negativ til lekser.

**Lise har gjort to** av tre sider i matteleksene riktig, men hun begynner å bli sliten og ukonsentrert. Hun stønner: "Ååå, jeg orker ikke mer!" Mamma sier: "Men dette kan du jo, du må bare skjerpe deg og konsen-

trere deg bedre". Lise klager igjen: "Men jeg er så lei, orker ikke". Da blir mamma irritert og sier "Hvis du ikke greier å konsentrere deg klarer du aldri leksene. Du får sitte der til du klarer å konsentrere deg". Lise slenger fra seg matteboka og blir sittende småsur i sofaen.

**Denne lekseøkta ble** avsluttet på en negativ måte, og Lise er trolig lite motivert for å starte opp igjen med leksene. Mamma kunne isteden hadde sagt: "Få se på de leksene du har gjort" - "Flott, du har gjort det riktig" - "Ta deg en liten pause før du begynner på den siste siden". Da ville denne lekseøkta ha blitt avsluttet på langt bedre måte, og Lise ville vært mye mer motivert for å starte opp med leksene igjen etter pausen. En bør derfor bestrebe seg på å avslutte flest mulig aktiviteter og hendelser på en positiv måte.

**En bør også alltid** etterstrebe at en dag avsluttes på en positiv måte for barnet. Når avslutningen av dagen er fin, er det siste barnet husker fra dagen positivt. Selv om det har vært konflikter mellom voksne og barn på kvelden kan det være lurt å legge de til side når barnet er i senga. Om en har faste rutiner, som for eksempel å lese eller synge litt på senga før barnet sovner, bør en være varsom med å ta bort slike "goder" som straff for at ikke alt har gått etter planen tidligere på kvelden. Hvis en greier å avslutte de fleste dager på en hyggelig måte, legger en et godt grunnlag for at barnet skal trives, og et godt grunnlag for god samhandling mellom foreldre og barn.



**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**

