



I NÆRHETEN: La barna få streve litt selv, men vær i nærheten dersom de trenger hjelp til å komme videre, anbefaler ekspertene.

LEKSER:

Slik får du barna til å gjøre lekser

Rådene du trenger for å unngå leksemarerittet



Cathrine Lyngbø, Redaksjonen

Publisert 10.4.15

"Det er så kjedelig...", mumler andreklassingen din og vrir seg på stolen. Du prøver igjen. staver bokstavene og peker ned i boka foran ham. Du har kanskje mest lyst til å rive deg i håret, og må anstrenge deg for å fortsette å hjelpe ham. Det er mandag – og leksehjelvetet har akkurat startet på nytt igjen...

– Når barn sier at lekser er kjedelig så har de som oftest rett, sier psykolog Kjell Totland til Foreldre.no.

Han mener at det for mange barn vil være viktig at leksearbeid blir satt inn i et større

perspektiv; hvordan få barn generelt til å ønske og lære noe? Hva med og ikke kun se på lekser som en god rutine?

- Møt barnets naturlige nysgjerrighet

- Når barn ønsker å lære noe, er de engasjerte, de blir nysgjerrige, de undres over ting og de tenker kritisk. Dette gjør at hjernen blir fristilt fra stress, som virker lammene på faktisk innlæring. Dermed blir leksearbeidet til noe mer enn noe som bare skal leveres eller reproduseres på skolen, forklarer han.

Totland understreker at dette imidlertid kan være en real utfordring, da det nemlig ikke er gitt at noen kjappe knep plutselig gjør at leksene ikke lenger er kjedelig.

- Her handler det spesielt om at foreldre ser et poeng i å møte barnets naturlige nysgjerrighet og kan legge tilrette for denne, sier han.

Det er sannsynlig at det er flere grunner til at barnet sliter med leksene, og at det er kjedelig er i følge Kjell Totland helt normalt.

Men barnet er kanskje i tillegg slitent etter en lang skoledag, leksene kan være for vanskelige, barnet kan ha en lærevanske som man ikke er oppmerksom på. **Kanskje årsaken til at han sliter med lesingen egentlig er fordi han ser dårlig?**

Etablere gode rutiner

Oppfølgingen av barnas lekser er en viktig oppgave for foreldrene, så du gjør lurt i å etablere gode rutiner for lekser tidlig. Det er faktisk et poeng i å lære barna at lekser er noe de skal gjøre, og at de skal gjøre dem til riktig tid, mener Are Karlsen, medforfatter av boka Foreldrelappen og leder ved Senter for forebygging i Tønsberg.

- Barn som fra starten av får med seg denne lærdommen, har en fordel de drar nytte av gjennom hele skolegangen. Det kan også være lurt å etablere noen rutiner rundt det å gjøre lekser, for eksempel tid og sted for når leksene skal gjøres. Det er sjelden å anbefale at barn skal gjøre lekser sent på kvelden når de er veldig trøtte, eller mens de ser på TV. De fleste barn trenger også noe hjelp til å få gjort leksene så bra som mulig, og **alle barn trenger ros og oppmuntring** i leksearbeidet. Hvis barnet står fast, er det viktig at det er voksne i nærheten som kan hjelpe dem videre. Når barn har gjort leksene på en bra måte, er det avgjørende at de voksne bryr seg om det og roser barnet for innsatsen, sier Karlsen.

5 lekseråd

1. La barnet få streve litt, men vær tilstede hvis det trenger hjelp til å komme seg videre
2. Ha en dialog med skolen dersom leksene er uoverkommelige for ditt skolebarn
3. Utelukk at barnet ar en lærevanske eller trenger briller
4. Sørg for at barnet har godt lys der han sitter med leksene
5. Gi ros og oppmuntring - ikke bli sint dersom barnet ikke får det til

Kilde: Kjell Totland og Are Karlsen

Få mindre lekser som barnet mestrer

I følge Are Karlsen bør vi la barna streve litt og prøve selv på leksene, men det kan være greit at en voksen er i nærheten.

- De må kunne få den hjelp og støtten som er nødvendig for å komme videre, men ikke gjør leksene for dem, råder Karlsen.

Dersom leksene begynner å bli en negativ ting for barna er det viktig å ha en dialog med skolen. Da bør leksene tilpasses slik at barnet klarer å utføre dem på en grei måte.

- **Det er bedre at barn har mindre og lettere lekser som de mestrer, enn mye og vanskelige lekser som de ikke mestrer, understreker han.**

Rina Blekkerud, redaktør

Vi setter stor pris på kommentarer og innspill i debattene våre. Vær forsiktig med personangrep og sjikane og prøv heller å forklare hva du mener og hvorfor. Takk for at du bidrar i debatten!



Legg til en kommentar ...

Publisert på Facebook også

Publisert som **Are Karlsen** ▾

Sosial tilleggsfunksjon for Facebook

Nyttige tjenester

POPULÆRE TJENESTER

Navneguiden
Biltester
Oppskrifter
Fødselshoroskopet
Inspirasjonsguiden - bolig
Gravid - uke for uke
Hårguiden
Brudekjolegalleriet
Tester av sportsutstyr

REGN UT

Ditt kaloribehov
Din idealvekt
Din BMI
Når du får mensene
Din promille
Om du har epler eller pæreform
Når du får egglosning
Når du har termin
Blir det gutt eller jente?
Hvor høyt blir barnet ditt?
Når er det trygt å amme igjen etter å ha drukket alkohol?

FORUM

Barn i magen
Din baby
Kvinneguiden
Matforumet
Doktoronline

UNDERHOLDNING

Se alle våre quizer
Ta en matquiz
Superlike
Kryssord.no
Apper for barn

Tjenester fra nettavisen



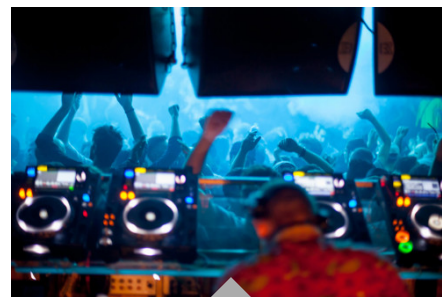
Nettavisen, Annonsebilag

Sjekk kjolene vi bare må ha nå!



Nettavisen, Annonsebilag

Dagen blir ikke helt det samme uten..



Nettavisen, Annonsebilag

Europas hotteste nattklubber



 Cathrine Lyngbø
Redaksjonen

Slik får du barna til å gjøre lekser

Rådene du trenger for å unngå leksemarerittet