

Att umgås med barn



Att umgås med barn

Denna broschyr vänder sig till föräldrar med barn som är mellan 2-7 år. Här kan du hitta tips och råd på hur du som vuxen kan agera i olika sammanhang, just för att visa barnet respekt och för att få stöd i din föräldraroll.

Alla föräldrar vill sina barns bästa – ändå kan det ibland bli fel.

"Floden kan inte hejdas
– inte känslor heller.

Att förneka känslor
är att utmana ödet.

Men rätt avledda
och kanaliserade
kan de elektrifiera tillvaron
och sprida ljus och glädje."

När barn gör dumheter



Vad gör man?

Det är stor skillnad på att tillrättavisa och att avleda eller visa vad som är ett gott beteende. Tillrättavisningar leder sällan till positiva resultat, utan risken är snarare att barnet gör om samma sak igen. Därför är det bättre att försöka avleda situationen och visa barnet tillrätta.

- TILLRÄTTAVISA

Kalle! Jag har ju sagt åt dig att du måste vara snäll.
Kalle! Sluta genast med de där dumheterna!
Kalle! Så där får man inte göra, nu får du komma in.

+ AVLEDA/VISA TILL RÄTTA

Kalle, så där får man inte göra. Gör så här istället.
Här får du en spade Kalle så att du också kan vara med och bygga.
Kom Kalle så går vi iväg och åker kälke istället.



Kontakten med kamraterna



Vad gör man?

Ofta när ett barn gör någonting som vi vuxna tycker är "fel" reagerar vi med att fördöma och kritisera. Genom att göra så ändras dock sällan ett barns beteende. Som vuxen behöver man också ge barnet exempel på vad som han eller hon kan göra istället.

- TILLRÄTTAVISA

Fy på dig som knuffas, det får man inte göra!
Om du inte sköter dig och är snäll så får du gå in.

+ AVLEDA/VISA TILL RÄTTA

Hej, vad heter du? Vill du också vara med och leka med de andra barnen?
Jag kan visa er en rolig boll-lek.



När barn "vill ha"



KOM IHÅG!

Man kan neka barnet att få som det vill
– men man får inte neka barnet att
bli besviken.

Vad gör man?

Att vilja ha en sak som man tycker om är naturligt, även för vuxna. Barnet måste dock lära sig att saken tillhör någon annan och att man inte bara får ta den. Detta är inte alltid så enkelt. Som vuxen är det viktigt att i dessa lägen inte hota, muta eller villkora! Lite lättare går det om man hukar sig ner och kommer i nivå med barnet samtidigt som man får ögonkontakt.

- TILLRÄTTAVISA

Måste Du alltid bråka!

Om du inte skärper dig så får du inte följa med mig nästa gång.

Ska jag alltid behöva skämmas för dig?

Du får den, bara du slutar skrika.



+ AVLEDA/VISA TILL RÄTTA

Tyvärr kan vi inte köpa den där saken idag för vi måste handla mat för pengarna.

Tycker du att den är fin? Kom ihåg att vi ska skriva upp den på din önskelista när vi kommer hem.

Kom nu så får du hjälpa mig att handla.

När något går "snett"



Vad gör man?

Klander leder inte till någon känsla för vad som är rätt utan kan leda till att barnet gör saker i smyg.



Får man aldrig bli arg?

KOM IHÅG ATT:

1. Barnet kommer förr eller senare att göra dig arg.

2. Du har rätt att bli arg.

3. Du har rätt att uttrycka din vrede.

Men **du har inte rätt** att angripa barnet kroppsligen, dess personlighet eller karaktär.



Vad gör man när man är arg?

Som förälder får du anmärka på ditt barns beteende – men inte på honom eller henne som person! Ett barn kan vara bråkigt ibland men inte alltid. Får barnet höra att det alltid bråkar, tycker barnet kanske inte att det är någon idé att vara lugn, ”mamma tycker ju ändå att jag alltid bråkar”.

NÄR RUMMET ÄR STÖKIGT

– Du har alltid så stökigt!

Vad är det för idé att ge dig fina saker när du bara slänger dem omkring dig?

+ Kom så hjälps vi åt att städa ditt rum!

Vi kan kanske plocka bort några saker som du inte längre leker med och ställa upp dem på vinden.

Jag blir så less när jag ser ditt stökiga rum!

NÄR SYSKON BRÅKAR

– Du är elak som slår din lillebror.

Varför måste du alltid bråka? Om ni inte slutar bråka så får ni gå och lägga er.

+ Berätta vad som har hänt.

Varför är ni arga på varandra? När du gör sådär så får din bror/syster ont. Kom så gör vi någonting annat istället.



När barn vill, men inte



KOM IHÅG!

Klander leder lätt till att barn

Vad gör man?

Ibland när barn vill göra någonting bra händer det att det råkar bli fel.

Att då ge barnet negativ kritik kan leda till att barnet nästa gång försöker gömma undan det han eller hon gjort, alternativt inte vågar testa fler gånger.

- TILLRÄTTAVISA

Har du kissat på golvet?! Varför säger du inte till att du behöver kissa?

Måste du alltid stöka ner i köket?!?

Nej, inte nu igen!

+ AVLEDA/VISA TILL RÄTTA

Har du kissat på golvet? Kom så ska jag visa dig var du ska gå när du behöver kissa.

Så bra att du har gett hunden mat. Om du lägger maten i skålen nästa gång så blir det ännu bättre.



När barn gör det förbjudna



KOM IHÅG!

Ge raka och klara besked om vad barnet får och inte får göra. Ge även förslag på vad barnet kan göra istället.

Vad gör man?

Att hota är att utmana! Då blir det som är farligt lätt mer spännande. Försök istället förklara varför det är förbjudet och påminn sedan barnet genom att upprepa förklaringen. I sådana här sammanhang leder de flesta meningar som börjar med ordet "om" lätt till hotelser, försök därför undvika ordet.

- TILLRÄTTAVISA

Om du går ensam till sjön en gång till så...

Om du inte är snäll när vi är i affären så får du vänta i bilen.

Om du tar tändstickorna någon fler gång så....

+ AVLEDA/VISA TILL RÄTTA

Du får inte gå till sjön utan att någon vuxen följer med, eftersom....

Du får inte leka med tändstickor, det är lätt hänt att det börjar brinna.

Kasta inte boll här vid fönstret, gå längre ut på gräsmattan istället.



Belöningar och mutor



Vad gör man?

Det är stor skillnad mellan att belöna ett barn och att muta det. Att muta ett barn leder inte till något positivt.

Risken är att barnet även i framtiden kommer att kräva mutor.



MUTOR:

Om du i fortsättningen är snäll med din syster så får du en ny cykel.

Om du är tyst nu när jag pratar i telefon så får du en glass.

BELÖNINGAR:

När du plockat ihop dina saker så läser vi en saga.

När du ställt in din cykel i garaget så spelar vi ett spel.

När du klätt på dig och ätit frukost så ringer vi din kompis.

Beröm - på rätt sätt!



- PAPPATIITA...



- STÖR INTE NU.
- JAG LÄSER TIDNINGEN!

Hur gör man?

Beröm ska avspegla en tro på barnets goda vilja och möjlighet. Ett barn som lagt ner arbete på en teckning får inte avvisas med ett kort "Det var ju bra" av föräldrarna. Vad barnet hoppas är att föräldrarna ska titta noga på teckningen och sedan säga sin åsikt. Då har barnet fått den belöning det hoppats på.

—

Nu har du varit snäll en lång stund.
Det var bra, det kan du göra en gång till/fortsätta med.
Va!? Det trodde jag aldrig att du skulle kunna göra,

+

Kan du berätta hur du har tänkt!
Får jag titta en gång till. Vad bra du hittar på!



KOM IHÅG!

Använd inte beröm som ett
krävande pådrivningsmedel.

Att välja kan vara svårt

VAD VILL DU HA...?



Hur gör man?

Ett litet barn klarar inte av krångliga valsituationer. Frågar man barnet t ex vad det vill ha till frukost kan svaret mycket väl bli "saft och bulla" eller varför inte "glass". Får barnet istället välja mellan att äta fil och flingor eller gröt har man gett barnet en verkligen förutsättning att välja.

—

Vill du ha frukost?

Vilka kläder vill du ha idag?

Vill du gå till dagis?

+

Vill du ha fil eller gröt till frukost?

Vill du ha den blå tröjan eller den röda?

Ska mamma eller pappa hjälpa dig med kläderna?





små barns frågor

- För att solen är ett brinnande klot.
- + För att det ska bli ljust, varmt och skönt.

KOM IHÅG!

Ge korta enkla svar.

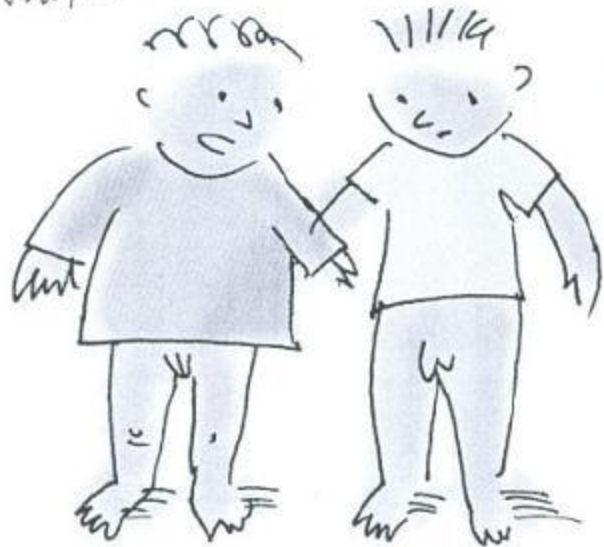
Visa barnet att du förstår vad det känner.

Svara bara på det barnet frågar.

När barnet vill veta mer kommer det med nya frågor.

När små barn frågar "varför?" söker de oftast inte efter orsaken utan efter vad det är för mening med det. Svara på det barnet frågar så enkelt så möjligt. Krångla inte till det!

Varför har Kalle snopp?



- Det pratar vi om en annan gång.

+ För att Kalle är pojke.

Varifrån kommer bebisar?

- Dom kommer från BB.

+ Från mammas mage.



Hur kom bebisen in dit?



- Det pratar vi om en annan gång.

+ När mamma och pappa tycker om varandra, kan det komma ett litet frö från pappa till mamma. Det växer och har det varmt och skönt i mammas mage. Du har också legat i mammas mage.

Att bli färdig i tid



Vad gör man?

Tvång eller hot hjälper inte.
Försök istället att samarbeta med barnet. Det lönar sig bättre både på kort och lång sikt.

– Om du inte genast lugnar ner dig får du stanna hemma.

Måste du alltid krångla och ställa till besvär?!

+ Kom och sätt dig här ska jag berätta vad ni ska göra på dagis idag...

Du får gärna välja om mamma ska klä på dig eller om du ska göra det själv.



KOM IHÅG!

Barn kan inte skynda sig – det är deras skydd mot stress.

När barnet ska sova



KOM IHÅG!

Barnet behöver en ritual som återkommer, kroppslig närhet och vänliga ord vid dagens slut.

Vad gör man?

Visst behöver små barn somna i tid. Och visst behöver pappa och mamma lite lugn och ro på kvällen. Det viktiga är att få barnet att känna sig tryggt. Barnet behöver en ritual som återkommer, kroppslig närhet och vänliga ord vid dagens slut.

Det behövs också tid att gå till sängs. Avbryt inte barnet mitt i en lek för att stoppa det i sängen. Påminn hellre barnet om att "om en stund är det dags att krypa i säng".



– Gå genast och lägg dig!
Kom inte upp en gång till!
Kommer du upp en gång till så...

+ Kan du inte sova. Kom så ska jag stoppa om dig.
Jag sitter hos dig en stund.
Du kan få ha lampan tänd.
Nej, jag vill inte läsa en saga till men du kan själv
få titta i en bok.

När barnet ska äta



Vad gör man?

Acceptera att barnets aptit skiftar.

Beröm inte om barnet äter mycket.

Klaga inte om barnet äter lite.

Konstatera bara: "Idag var du hungrig" eller "Idag orkade du inte så mycket".

Ge inte barnet mat mellan måltiderna.

Ge inte sötsaker mer än en gång i veckan.



— Blir du **aldrig** färdig?!

Ska man **alltid** behöva vänta på dig?

Kladda inte med maten!

Där ser du! Du skulle ha gjort som mamma sa och inte lagt upp så mycket.

Sitt ordentligt på stolen!

Titta! Nu spiller du igen.

+ Kom hit med tallriken så ska jag mata dig.

Du kan äta färdigt medan jag diskar.

När du är färdig går vi till lekplatsen.

Vi leker lastbil. Här kör lastbilen in i garaget...

Vill du ha mer kan du ta en gång till.

Jag ska hjälpa dig.

Du kan smaka lite på alla sorterna.

Motion och rörelse



Barn mår inte bra av sitta still framför dator eller TV för länge, även om de skulle vilja. Här är det viktigt att du som vuxen står på dig och begränsar dataspelandet/tv-tittandet.

– Måste du sitta framför datorn hela tiden?

+ Nu slår du av datorn så går vi tillsammans ut och leker. Nu har du spelat en timme som vi kommit överens om, nu får du slå av den.



När barn har tråkigt



Givetvis har man inte som förälder alltid möjlighet att aktivera sitt barn, vilket inte heller är nödvändigt.

Det är inte skadligt för barn att ibland ha tråkigt – ur tristess föds många gånger kreativitet.

Var vänder jag mig vid frågor?

Om du som förälder har frågor eller behöver rådgöra med någon, vänd dig då till:

Personal på Barnavårdscentralen (BVC),
förskolan/skolan eller socialförvaltningen.
