

“Ofte skal børn have gentaget et budskab mange gange – måske 200 – inden de begynder at lære, at de ikke må.”

Else Buhl, marte meo-terapeut

3 fælder, du bør træde uden om

DIT BARN ER IKKE UARTIG Pas på, du ikke tillægger dit barn hensigter og opfatter ham som fræk eller respektløs. Han er mindre, end du tror, og han er bare vildt nysgerrig og har en stærk vilje til at udforske verden.

DROP SMILET, NÅR DU SIGER NEJ Det gør dit barn forvirret, hvis der ikke er overensstemmelse mellem det, du siger, og din mimik. Se ikke vred ud, men hav et roligt, neutralt ansigt, og sig tydeligt, at du ikke vil have det.

DROP SKÆLDUD Skæld ikke dit barn ud. Det virker ikke, og I bliver begge kede af det. Bliver du vred og kommer til at råbe, så vend tilbage til dit barn, og sig ‘nu er mor ikke vred mere’.

NÅR BABY FÅR EN MENING

– SÅDAN TAKLER DU DIN VILJESTÆRKE 1-ÅRIGE

Dit lille vuggestuebarn er hverken uartig eller fræk, når han snupper din mobil eller vender bunden i vejret på sukterskålen. Han er bare nysgerrig. Og det er godt. Få gode fif til at sætte grænser på den kærlige måde.

TEKST RIKKE DINNETZ FOTO COLOURBOX

Du har i månedsvis haft en baby, der ikke kunne meget andet end at ligge på et tæppe og fægte til noget legetøj og måske skubbe sig frem i et adstadigt tempo. Men når dit barn passerer sin første fødselsdag, begynder han at komme langt hurtigere omkring og pille ved ting, han ikke må. Han vælter måske bøgerne ud af reolen og flipper skråt, hvis du siger nej. Du kan pludselig glemme alt om at aflede ham med et stykke ‘spændende’ legetøj. Det kræver sin mor at takle en viljestærk tumling.

“Først og fremmest handler det om at se og forstå dit barn,” forklarer Else Buhl, der er marte meo- og psykomotorisk terapeut på Afsplændingspædagogernes Aftenskole, hvor hun blandt andet vejleder nybagte forældre i samspillet med de små.

Provo-baby?

For at forstå din tumling er det vigtigt, at du ved, at han ikke provokerer dig med vilje. Han har nemlig intet begreb om, at det er besværligt for dig, når sukterskålen ryger på gulvet, eller mobilen bliver fedtet ind i banan.

“Vi kommer let til at tænke, at vores børn er respektløse eller gør tingene for at drille. Men sådan er det ikke,” fastslår Else Buhl.

“Små børn er styret af lyst og nysgerrighed. De vil undersøge verden og tænker ‘hvad mon der sker, hvis jeg vender den her skål på hovedet?’”

For en etårig går det ud på konstant at handle på sin lyst og undersøge verden, mens du sikkert tænker ‘pyha – han er alle vegne!’

“Ser dit barn en ledning, skal han hen og hive i den – fordi han kan. Han må simpelthen undersøge alt, for det er forudsætningen for at forstå den verden, der omgiver ham,” forklarer Else Buhl.

Også i toårsalderen er dit barn nysgerrig på, hvordan alting fungerer. Samtidig får han en mere nuanceret opfattelse af sig selv og over sig nu i at finde ud af ‘hvad er mig, og hvad er de andre’. Derfor kan han finde på at vende sukterskålen for at finde ud af, hvordan du reagerer. Ikke for at drille, men for at lære dine reaktioner at kende ved at afprøve dem igen og igen.

Hold fast i nej’et

Selv om tumlinger ikke er frække med vilje, er det alligevel afgørende, at du allerede i vuggestuealderen lærer dit myr, hvad du vil og ikke vil have – så dit barn lærer om både den kultur, han vokser op i, og at håndtere et nej uden at flejne ud.

Når du siger nej til dit barn, giver det ikke mening at være skrap eller skælde ud. Derimod skal du være t-y-d-e-l-i-g. Det nytter ikke, at du smiler, samtidig med at du siger ‘nej, det må du ikke’, for så tror dit barn, at du leger og laver sjov. Det kan være svært i starten – især hvis du ikke helt kender dine egne grænser og ikke kan gennemskue, om det egentlig er okay, at han leger en smule med den mobil.

“Som mor er du også selv i gang med en læringsproces,” siger Else Buhl.

“Kommer du til at sige ja til noget, du bagefter fortryder, må du lære af det og sige nej fremover.”

»



» Det er betydningsfuldt at have klare regler. Hold fast i dit nej, så du ikke giver efter og alligevel tillader dit barn at lege med mobilen eller giver lov hver anden gang. Er reglerne tydelige, er det lettere for din tumling at forstå, hvad der er okay.

Du skal dog ikke forvente, at den lille bandit begynder at forstå og huske, hvad han må og ikke må, før han kommer i børnehave. Et vuggestuebarn har en kort hukommelse, og hjernen koncentrerer sig om det, der er spændende her og nu.

“Ofte skal børn have gentaget et budskab mange gange – måske 200 – inden de begynder at lære, at de ikke må,” siger Else Buhl.

I stedet for at forvente, at dit barn gør, hvad du beder det om, bør du sætte handling bag dine ord.

“Hvis du beder dit barn lade sukkerskålen være, og han tager den en gang til – så sig ‘nej’, og stil sukkerskålen uden for hans rækkevidde,” råder Else Buhl.

Det er også en god idé at gå ned i knæ og se dit barn i øjnene, så du er sikker på, at han forstår det, du siger. Men lad være med at tvinge ham til at se dig i øjnene.

“Du kan invitere til det og sige ‘Lucas, vil du kigge på mig’ – men han

skal ikke tvinges. Hvis du ser vred ud, vil dit barn automatisk kigge væk som en slags beskyttelse,” forklarer Else Buhl.

Undgå lange forklaringer

Når du siger nej til din tumling, så undgå at pakke budskabet ind i for mange ord. Sig det så kort og enkelt som muligt, ellers forplumrer du budskabet, og forsøg ikke at tale dit barn til fornuft, mens han ligger og skriger på gulvet. Det er *mission impossible*.

“Du kan ikke tale fornuft til følelser. Så længe dit barn er følelsesmæssigt påvirket af dit nej, kan du kun hjælpe ham ved at sidde tæt på og være parat, når han får brug for at blive trøstet,” forklarer Else Buhl.

Din toårige kan du forklare lidt mere end din etårige – men stadig kun med enkle sætninger. Hvis dit barn rækker ud efter glasvasen, kan du for eksempel sige ‘nej, jeg er så glad for vasen, så den må ikke gå i stykker’.

Dog er det en god idé at skrive dig bare øret, at du ikke kan forvente af din tumling, at han forstår årsagen til, at du siger nej.

“Sig ikke ‘du kan jo nok forstå, at vasen ikke må gå i stykker, for den er dyr’. Så føler dit barn, at han var forkert, fordi han ikke vidste det. Han ved ikke engang, hvad ‘dyr’ betyder,” eksemplificerer Else Buhl.

Dit barn skal gradvis lære at takle et nej. Det har han ikke været vant til, for som baby fik han jo opfyldt hvert et basalt behov med det vuns. Men jo mere nærvær du har med dit barn, og jo mindre irriteret du bliver, når han flipper ud over dine nej'er, jo hurtigere lærer han at håndtere dem. *

SIG NEJ PÅ DEN GODE MÅDE

HOLD FAST Sig nej, og hold fast i, at det bliver på din måde, og at dit barn for eksempel ikke må lege med din mobiltelefon. Bliv ikke vred, men hold fast. Sig helt enkelt ‘det er mors, det må du ikke’.

VÆR TILGÆNGELIG Når dit barn skriger eller græder over dit nej, er det, fordi han bliver frustreret. Det er umuligt at forklare en lille tumling noget, når han er fuld af følelser. Undgå for mange ord, men vær i nærheden, så dit pus kan komme og få en kramme og blive trøstet, når han er klar. Sig for eksempel ‘ja, det er ærgerligt’, mens du aer ham på ryggen. Så ved han, at der ikke er noget galt med ham, fordi han gerne ville have mobilen, og at du anerkender hans følelser, selv om du holder fast i din beslutning.

TILBYD ET ALTERNATIV Etårige kan ikke selv tænke ‘nå, så leger jeg med noget andet’, når du har fjernet det, der var sjovt. Tilbyd derfor din tumling et alternativ. Sæt noget god musik på, som I kan hoppe eller danse til, eller find noget sjovt fra legetøjskassen, som I kan hygge jer med sammen.

Psst ... har du bøv'l dagen lang?

Har du konstant konflikter med dit barn, så spørg dig selv: Har vi nok nærvær? Siger jeg nej for tit? Er jeg tydelig nok? Er jeg stresset? Måske savner dit barn kontakt med dig og prøver at få opmærksomhed. Dårlig opmærksomhed er bedre end ingen opmærksomhed. Nærvær er lige så vigtigt for dit barn som mad og søvn, så det kan være en god idé at overveje, hvordan du kan få mere ro ind i jeres hverdag.