

## 8. Samvær, der støtter

Med vores udgangspunkt i, at vi må sørge for at fylde børnenes følelsesbeholder op først og udvise ubetinget kærlighed, hvorefter vi kan forlange disciplin på en sund og god måde, vil vi se på, hvad vi konkret kan gøre, sådan at vi støtter barnets udvikling. Vi må i denne sammenhæng tænke på os selv (vi voksne), som barnets spejl. Barnet spejler sig i os, lærer af de handlinger, vi gør, og det vi siger. Hvis vi eksempelvis udviser samvær, der støtter, vil barnet gøre det samme. Her er kort listet nogle punkter op, som du kan prøve af i dit daglige samvær med børn:



*Børn spejler de voksne*

- Vis glæde over alt det, barnet klarer.
  - Når barnet gør noget godt, enten i skolen eller ved at udvise kærlighed over for andre, er det vigtigt, at det bliver set, og at du udviser glæde over barnets formåen.
- Sørg for at rose dit barn, når det gør noget godt.
  - Barnet har brug for at vide, at det gør noget godt, og derfor er det vigtigt, at du dagligt husker at rose barnet for det, som det gør godt. Vi mennesker har brug for at vide, at det, vi gør, er rigtigt og faktisk kan være med til at gøre en forskel. Det har børn i høj grad også brug for.
- Sig tak og udvis taknemmelighed, når barnet har hjulpet med noget.
  - Herigennem lærer du barnet at være taknemmelig, og du lærer barnet at sige tak, når det er blevet hjulpet eller har fået mad, gaver eller andet.

- Vis, hvad du føler, hvad du kan lide, og hvad du ikke kan lide.
  - Det viser, hvad du står for som menneske og det viser, hvor dine grænser går ift. barnet. Det gør, at I lærer hinanden bedre at kende og at barnet ikke føler sig usikker på dig.
- Sæt dig ned med barnet, når det er ked af det eller har det svært.
  - Når barnet har det svært, har det et stort behov for at blive set og trøstet. Det er en vigtig opgave at bruge noget tid på at lytte til barnets problemer. Herigennem respekterer du barnets følelser og viser, at du forstår det.
- Vær åben og forstående over for barnets spørgsmål, ønsker og synspunkter.
  - Et barn er et nyt menneske på jorden, og derfor er det naturligt, at det har mange spørgsmål og kan have mange ønsker. Det er derfor vigtigt, at vi imødekommer dette og forsøger at besvare deres spørgsmål og respekterer deres ønsker.
- Gør hverdagen overskuelig ved at fortælle, hvad der skal ske om lidt, lige nu, og hvad der er sket.
  - Mange børn har et behov for at vide, hvad der skal ske, sådan at de rent mentalt kan forberede sig. Hvis de pludselig bliver afbrudt i en fodboldkamp eller leg med andre børn, kan de blive meget frustrerede, fordi det ikke nåede at forberede sig.
- Skab ritualer og rammer, der er genkendelige og gør hverdagen forståelig.
  - Opsæt nogle rammer og ritualer, som er faste hver dag. Så ved barnet, hvad der forventes af dem, og så det kan forberede sig på disse forventninger. Her er det vigtigt at kravene ikke bliver for store, men at de er rimelige og svarer til barnets alder.
- Lær barnet reglerne i familien.
  - Opsæt nogle regler, så barnet ved, hvornår det skal gøre hvad. F.eks. hvornår det må lege med andre børn eller hvornår de skal hjælpe til derhjemme. Det vil være rigtig godt at lave reglerne sammen med børnene, for det vil skabe ansvarsfølelse.
- Sæt dig i barnets sted og prøv at huske, hvordan du selv havde det, da du var barn.
  - Vi har alle været børn engang, og børns handlinger er meget sjældent ondt ment. Det kan derfor være en god huskeregel at prøve at huske sin egen barndom og sætte sig i barnets sted.
- Giv barnet ansvar, der svarer til, hvad det kan.
  - Hvis du giver barnet ansvar for dets pligter til rengøring, oprydning, madlavning mm., vil barnet lære at tage ansvar. Det er en vigtig del af livet, at man tager ansvar for egne handlinger og sit eget liv. Her er det vigtigt, at ansvaret svarer til barnets alder.
- Tag ansvar for det, der foregår mellem dig og barnet.

- Du er den voksne, og derfor er det også vigtigt, at du tager ansvaret for det, der foregår imellem jer. Barnet skal have et ansvarsfuldt forbillede for selv at lære, hvad ansvar er.
- Når samspillet er gået i hårdknude, så hids dig ikke op, men prøv at snakke med barnet stille og roligt. Her kan du også bruge humor til at dæmpe problemstillingen en smule, om nødvendigt.
  - Har du et problem med et barn, så forsøg altid at løse det uden vrede. Forklar i stedet, hvad problemet er, og hvad der forventes af barnet. Kom barnet i møde og prøv at aflæse, hvad der gør, at barnet er utilfreds. I mange situationer kan det være godt at bruge humor, fordi det løsner op for barnets utilfredshed, og det kan være nemmere at få barnet i tale.
- Vis barnet, hvordan vi mennesker kan tage hensyn til hinanden.
  - Tager du hensyn til barnet ved at lytte, se og respektere barnet, vil barnet lære at gøre det samme imod dig og dets næste.
- Vis barnet, hvordan vi mennesker kan være venlige og hjælpsomme mod hinanden.
  - Er du venlig og hjælpsom over for barnet, dvs. hjælper barnet med de udfordringer, som det kan have, vil barnet lære det samme og gøre dette over for sin næste.
- Vis barnet, at du også kan begå fejl og gerne vil rette op på det. Dvs. at du beder om tilgivelse og fortæller barnet, at du har fejlet og er ked af det.
  - Alle mennesker fejler – forældre, lærere, præster, ja alle! Forskellen er bare, om vi tør bekende vores fejl. Når vi begår fejl over for et barn, må vi som et godt eksempel bede om tilgivelse og fortælle, at vi er kede af det, samt forsøge at rette op på det igen. Så vil barnet lære det samme og få et sundt forhold til sig selv. Dvs. at det skaber et selvbillede, hvor barnet ved, at alle mennesker begår fejl, og at det hverken er bedre eller værre end alle andre.

Hvis vi har følelsesbeholderen og disse punkter i baghovedet hver gang, vi har med børn at gøre, vil vi opleve, at børnene bliver nemmere at være sammen med. Dette vil gøre vores relation rigtig god og sund med en dyb kærlighed som bindeled. Børnene vil lytte efter, og når der opstår ulydighed, vil barnet meget nemmere kunne forstå og acceptere, hvad du siger, fordi barnet ved, at det er dybt elsket.

Når vi som voksne forsøger at fylde børnenes følelsesbeholder og har en støttende tilgang, vil vi simpelthen nedsætte konflikter, børnene vil være mere lydhøre og udvise sund respekt uden at være bange. Barnet vil desuden udvise stor nysgerrighed, som gør, at det vil lære meget mere – både i hjemmet, i skolen og i kirken.

Barnet vil udvikle selvværd, glæde, stolthed, en stærk tro på egne evner og være i stand til at indgå i relationer med andre på en god måde, dvs. med omsorg og kærlighed for andre, hvor det vil se sin næste med ligeværd og respekt.