**Opdrag et barn med store værdier.**

**Hvordan lærer børn værdier?**

Det gør de ved at observere, hvad du gør og drage konklusioner om, hvad du tænker er vigtigt i livet. Uanset hvad du bevidst underviser dine børn i, vil dine børn komme ud af barndommen med klare synspunkter om, hvad deres forældre virkelig sætter pris på og med deres eget veludviklede værdisystem.

***"Jeg har hørt, at jævnaldrende er vigtigere nu om stunder, når det gælder om at skabe værdier, end forældre."***

Forældre er selvfølgelig ikke den eneste kilde, fra hvilken børn lærer kvaliteter, og jævnaldrende påvirker så sandelig dine børn, i særlig grad teenagere. Og selvfølgelig er det sundt for unge mennesker at tænke selv og udvikle deres eget verdenssyn, selvom vi virkelig ønsker at påvirke vores børn.

Men forskning viser, at jo stærkere dit forhold til dit barn er, jo mere er hendes verden – hvilket omfatter jævnaldrendes meninger – filtreret gennem værdierne, hun har opfanget fra dig. Og hvis hun har et godt selvværd og et varmt hjemmeliv, er det mere sandsynligt, at hun vil udvælge sig venner, der er mere i harmoni med dine værdier.

***"Vi taler virkelig om værdier med vores børn, men jeg bekymrer mig om budskaberne, de får i medierne, om at udseende og penge er det vigtigste.”***

TV er en effektiv lærer, og det hjælper virkelig, hvis du ikke har en anden stemme i dit hjem, der kommer med anti-etiske værdier. Undersøgelser viser, at TV helt bestemt har en negativ virkning på børns værdier omkring sex, vold, race og køn, uanset hvad du prøver at lære dem. TV, religiøse institutioner, jævnaldrende gruppen, film, bøger og andre medier er alle kraftige lærere, når det drejer sig om værdier. Men uanset hvor stærke disse kulturelle kræfter er, siger de fleste teenagere stadigvæk, at deres forældre er den primære kilde til deres værdier.

***"Du taler om ting som race og køn som værende værdier. Jeg troede, at værdier var ting som ærlighed, eller at være medfølende overfor de mindre heldigt stillede.”***

Værdier omfatter både, hvad du virkelig værdsætter – som familie, uddannelse, demokrati, eller ligeværdighed for alle mennesker – og hvordan du synes, det er vigtigt at være – som medfølende, hårdt arbejdende eller ærlig.

***"Ok, så de lærer værdier på den ene eller den anden måde. Hvordan underviser vi bevidst i dem?”***

Værdier diskuteres i de fleste familier aldrig direkte. De fleste af os går ud fra, at vores børn vil udvikle værdier automatisk. At undervise i værdier starter med at overveje, hvad vores værdier er og finde måder, hvorpå vi i dagligdagen kan diskutere – og leve – dem med vores børn.

At handle fra det gode indeni os er mere sandsynligt, hvis vrede, ængstelse og lavt selvværd ikke kommer i vejen. Børn, der virkelig værdsættes, og hvis følelser får opmærksomhed, er mere tilbøjelige til at reagere medfølende overfor andre, selv fra en tidlig alder. Og det er derfor, at forældre, der prioriterer deres forhold til deres barn, har det nemmere med at undervise i værdier. Deres børn er blevet opdraget empatisk, og det er mere sandsynligt, at de vil behandle andre med venlighed.

Men dette betyder ikke, at vi bare kan give slip. Vi har stadigvæk brug for at artikulere vores værdier overfor os selv og derefter vores børn – ikke kun én gang, men igen og igen - og anvende disse ideer i vores dagligliv og i dilemmaerne, vores børn møder.

***"Listen af mine værdier kan være meget lang!”***

Ja. Men uanset din egen personlige liste over hvad du værdsætter mest, opmuntrer jeg dig ikke til at remse den op for dit barn. Ordene vil ikke betyde meget, når de er ude af deres sammenhæng. Men du kan hjælpe dit barn med at udvikle værdierne, du ønsker, han har. Her er hvordan:

**1. Gør det relevant for hans verden.**

Værdier synes næsten teoretiske, indtil børn begynder at tale om dem i deres egne liv – som er fyldt med værdiladede beslutninger. At tage sig af disse beslutninger er, hvad der udvikler vores værdier. Gå ikke glip af muligheden for at hjælpe dit barn med at vokse, ved at støtte ham i at træffe bevidste beslutninger.

**2. Vær bevidst om hvad du er eksemplet på.**

Det er ikke, hvad du siger; det er, hvad du gør, der betyder noget. Hvis du fortæller børnene, at fodbold drejer sig om at have det sjovt, udvikle færdigheder, få motion og arbejde sammen med andre, men dit første spørgsmål er, hvem vandt kampen, vil de lære, at dette at vinde er vigtigere end noget som helst andet. Hvis du taler om ærlighed, men lyver om deres alder for at få en billigere billet til forlystelsesparken, sætter du ikke kun dit barn i en ubekvem situation, han lærer også, at dette at snyde er okay under visse omstændigheder.

**3. Hjælp dit barn med at udvikle empati.**

Empati er grundlaget for medfølelse, som er grundlaget for værdier. Børn lærer ikke empati ved at få at vide, at de må føle den. Den eneste måde, børn lærer empati på, er, at de behandles med empati, og at de iagttager, at du reagerer på andre med medfølelse og venlighed.

**4. Tal klart om dine værdier og hvorfor de er vigtige for dig.**

Hvad ER integritet? Hvad er vores forpligtigelse overfor vores nabo? Hvad hvis vores nabo ikke ser ud som os? At hjælpe børn med at fortolke verden er et vigtigt ansvar, forældre har.

**5. Tal om hvorfor du træffer visse beslutninger baseret på dine værdier.**

Hvorfor stemmer du på det parti? Og faktisk, hvorfor stemmer du?

**6. Forstærk værdierne du ser.**

Når du ser, at dit barn udviser en kvalitet, der er vigtig for dig, anerkend dit barn for den, så specifikt som muligt.

* *"Jeg lagde mærke til, hvor venlig du var overfor Daniel, da du prøvede at opmuntre ham.”*
* *"Jeg værdsætter virkelig, at du var ærlig med mig om, hvad der skete i skolen.”*
* *"Det var meget gavmildt af dig at give et af dine tøjdyr til Kamilla!”*

**7. Modsæt dig trangen til at holde foredrag.**

Mine børn driller mig med, at jeg tror, at alle øjeblikke er et ”lærerigt øjeblik.” Selvfølgeligt virker læringsøjeblikke kun, når børn er parate til at lære, og de fleste mennesker oplever foredrag som fremmedgørende. Prøv i stedet for at stille spørgsmål for at få mere viden om beslutningerne, han træffer, og tænkningen bag disse beslutninger – og del kun dine egne synspunkter sparsomt. Han vil sandsynligvis lære mere af processen, det er at artikulere hans dilemmaer og lægge mærke til de moralske implikationer af hans valg, end han ville lære af et foredrag – og han vil føle sig mere forbundet til dig, fordi du lytter.

**8. Konfrontér kulturelle budskaber om penge.**

Et ansvarligt brug af penge er en kvalitet, det er svært at undervise i i denne forbrugerkultur. Du har sandsynligvis brug for at starte med at blive klar over dine egne værdier omkring penge. Er dette at blive en millionær et passende mål i livet?` Når han mister sin mobiltelefon, bør han betale selv for en ny? Er det okay, at dit barn bruger alle sine konfirmationspenge på sig selv?

**9. Brug diskussionsstartere.**

Vælg bøger at læse og film at se med dit barn, med målet om at opbygge karakteren. Et omhyggeligt valg er selvfølgelig ikke nok, du må også have en diskussion om, hvad du læste, eller hvad I så. Synes hun, at hovedpersonen traf det rigtige valg? Hvorfor og hvorfor ikke?

**10. Alle børn bør få en mulighed for at bidrage af deres egne penge til velgørenhed.**

Mange familier bruger en tredelt tilgang til lommepenge. Størstedelen af pengene er børnenes egne, de kan bruge af. Del resten i to og læg dem i to separate beholdere, hvor der på den ene står ”Velgørenhed” og på den anden ”Opsparing.” Pengene i opsparingsbeholderen bruges til at hjælpe med at købe den cykel, en gave til hans kammerat eller til at hjælpe med at betale for klasseudflugten. Velgørenhedspengene bør gives væk til en værdig sag, barnet vælger. Et godt tidspunkt at gøre dette på er på barnets fødselsdag, men andre tidspunkter er også gode. Nogle børn vil blive berørt af en nyhedsudsendelse om folk i nød og vil ønske at bidrage. Du tilbyder måske at matche deres bidrag.

**11. Undervis bevidst i god sportsmæssig optræden.**

Nogle mennesker synes at være mere konkurrenceminded end andre, men vi må alle lære god sportsmæssig optræden. Din hjælp vil gøre det nemmere for dit barn at finde ægte glæde over et spil, der er godt spillet og mene det, når han siger: ”Godt spil” til modstanderne, hvad enten han tabte eller vandt.

**12. Kommunikér tro overfor barnet.**

Vores børn har brug for at vide, at dette at gøre det rigtige ikke kun er det rette at gøre, men at det også er det mest fuldbyrdende at gøre, dybt indeni, selv når det koster os noget – og hvilket svært moralsk valg koster os ikke noget?

Kilde: Dr. Laura Markham – grundlægger af [www.ahaparenting.com](http://www.ahaparenting.com) og forfatter til [Peaceful Parent, Happy Kids](http://www.amazon.com/Peaceful-Parent-Happy-Kids-Connecting/dp/0399160280/ref=sr_1_1?s=books&ie=UTF8&qid=1348066694&sr=1-1), [Peaceful Parent, Happy Siblings](http://www.amazon.com/gp/product/0399168451/ref=as_li_tl?ie=UTF8&camp=1789&creative=390957&creativeASIN=0399168451&linkCode=as2&tag=yourparesolu-20&linkId=OLTMGEA6E7S2E45I) og [Peaceful Parent, Happy Kids Workbook](https://amzn.to/2DXVBWo)

[www.ahaparenting.com](http://www.ahaparenting.com)

Se sektion: School Age.

Uddrag af artiklen: 15 Ways to Raise a Child with Great Values