5årig mangler sociale færdigheder

Spørgsmål:

Det drejer sig om min 5årige søn og hans adfærd – og hvordan jeg kan hjælpe ham med at komme ud af det med andre børn.  
  
 Jeg er en enlig mor, og min søn er adopteret (fra Gautemala). Vi blev en familie, da han var 11 måneder gammel. Han har altid haft brug for at have mig nær ved. Han har haft en masse separationsængstelse, ønsker at blive holdt meget, og han bliver jaloux, hvis jeg ikke giver ham min udelte opmærksomhed. Han bliver jaloux, hvis jeg holder vores killing, fordi han siger, at jeg elsker den mere, end jeg elsker ham. Han bliver også jaloux, hvis jeg taler til andre børn i nabolaget. Det virker, som om han er mindre socialt moden end hans jævnaldrende, fordi han har det virkelig svært med at dele, og han synes at ”tale til” andre børn i stedet for at interagere med dem.  
  
 Han er blevet mere moden i løbet af det sidste år, men han synes stadigvæk at handle en smule yngre end mange 5årige. Han er også lille af sin alder i sammenligning med andre børn. Vi har adskillige andre børn i vores nabolag indenfor en lignende aldersrækkevidde som Jonas (fra 4 til 9 år), og det omfatter en dreng, der er kun et par måneder yngre end min søn. Indtil for et år siden ønskede Jonas for det meste ikke at deltage i legen med dem. De opholder sig ude foran vores hus, og de leger i grupper. Han var meget genert og ville kun tilnærme sig dem, hvis jeg var der med ham, men han ville stadigvæk ikke interagere meget med dem. Jeg prøvede at bruge meget tid sammen med dem (og deres forældre) i området foran vores hus, så jeg kunne hjælpe ham med at blive vant til at være omkring dem og hjælpe ham med at overvinde hans ængstelse over at deltage i legen. Hans lille størrelse og hans ønske om at være hos mig (og få mig til at holde ham) leder til opfattelsen blandt nabolagets børn, at han er yngre, end han virkelig er.   
  
 Jonas startede i børnehaven sidste år, efter at have være i en lille dagpleje fra da han var 13 måneder, og han havde det meget svært med denne overgang. Han græd faktisk hver eneste dag i tre måneder, da jeg afleverede ham i børnehaven. Men da først han begyndte at føle sig mere hjemme der, og blev mere tillidsfuld, elskede han det, og han blomstrede virkelig op. Han begyndte at interagere mere med de andre børn, og han begyndte også at interagere en smule med nabolagets børn.   
  
 Han har det stadigvæk svært med at dele, og jeg føler, at han stadigvæk ikke er i tune med andre børn i sociale situationer, men det er meget bedre, end det plejede at være. Jeg debatterede meget med mig selv om, hvorvidt jeg skulle sende ham i børnehaveklassen i år eller lade ham blive et ekstra år i børnehaven. Fordi han blomstrede op så meget i børnehaven, besluttede jeg mig til at give børnehaveklassen en chance. Jeg føler, at han mange gange har en tendens til at møde udfordringen, han står overfor.  
  
 Børnene i nabolaget var meget overraskede over, at han skulle i børnehaveklassen, fordi de troede, han ikke var gammel nok. Indtil nu er det gået godt i børnehaveklassen. Han har ikke haft nogle problemer med at adskille sig fra mig for at gå i skole, han kan godt lide rutinen i skolen, og han går i fritidsordningen, hvilket han også kan lide.  
  
 Efter al denne baggrundssnak går min bekymring på hans evne til at samvirke med andre børn. Jeg spørger ham, om han har venner i skolen, og jeg får ikke et virkeligt svar. Han legede almindeligvis fint med børnene i børnehaven, selvom dette at dele nogle gange var et problem, men han legede ofte med sig selv, og jeg tror, han gør det samme i børnehaveklassen. Han er et af disse børn, der elsker at lege selv, men jeg tror ikke, at dette er hele forklaringen. Jeg tror, han nogle gange ikke ved, hvordan han skal lege med de andre, at han føler sig socialt kejtet, og at andre børn på hans alder ikke ønsker at lege med ham, og hvis de gør det, behandler de ham som et meget yngre barn.  
  
 Et par gange i de sidste par uger har han fortalt mig, at han ikke har brug for venner, at han har kun brug for sig selv. Jeg ser dette specifikt med andre børn i vores nabolag nu. Han har i særlig grad problemer med en lille dreng, og jeg ved virkelig ikke, hvad jeg skal gøre ved det. Denne dreng bliver 5 til September. Han er meget høj af sin alder og mere social moden end de fleste 5årige. Han elsker at lege med andre børn, og han tilslutter sig nemt og let deres aktiviteter. På mange måder har han og Jonas helt forskellige temperamenter. Jeg er venner med det andet barns forældre, og vi har prøvet at få de to til at lege sammen, fordi vi bor så tæt på hinanden, og fordi de er så tæt på hinanden aldersmæssigt. De leger sammen, nogle gange blot de to, og andre gange som en del af en større gruppe af børn.   
  
 Men når de er sammen, bryder de ud i skænderier – de minder mig næsten om brødre, der konstant skændes og bevidst søger at provokere et skænderi. Jonas vil sige én ting, og den anden dreng vil sige det modsatte og omvendt. Jeg ser ikke, at den anden dreng samvirker med andre børn på den måde, selvom jeg ser, at Jonas handler på den måde nogle gange overfor andre børn, selvom det ikke er i samme grad. Den anden drengs forældre er frustrerede over det, og det samme er jeg. Forleden dag kom han over til vores hus for at lege (Jonas ønskede, han skulle komme), men de skændtes meget af tiden. Det andet barn var ikke en engel, men jeg var rystet over, hvordan Jonas opførte sig. Han råbte i bogstavelig forstand det andet barn lige op i hans ansigt, da han var uenig med ham, og han sagde flere gange, at han ikke ønskede at være det andet barns ven. Han løb ud af værelset nogle få gange og sagde, at han ønskede at komme væk fra ham, og han nægtede at dele sine legesager osv. Den anden dreng sagde, at Jonas var en baby, og han var uenig i så godt som alt, Jonas sagde. Jeg startede ud med at prøve at berolige dem og få dem til at lege godt sammen, men da skænderiet eskalerede blev jeg så frustreret, at jeg endte med at råbe af dem begge for at skændes. Jeg er blevet vred på Jonas ofte her på det sidste. Om morgenen går vi med dette barn og en anden nabopige på 7 år og deres mødre til skole sammen, (han er også i børnehaveklassen, selvom det er en anden klasse.)  
  
 I dag to Jonas ét kig på det andet barn og sagde: “Stop, du er ikke min ven.” Derefter sagde han, mens vi gik, at han efter skoletid ønskede at samle hans ting og løbe væk til et sted, hvor dette barn ikke er. I mellemtiden gik den anden dreng og den lille pige (de er gode venner) bag os, og de sagde noget om, at Jonas var sur, og at han opførte sig som en baby.  
  
 Jeg forstår, at børn ikke altid kan komme ud af det med hinanden, men det, der generer mig mest, er min søns måde at tage sig af denne konflikt på. Når han siger “stop!” hører jeg mig selv, for det er det, jeg siger til ham, når han gør noget, jeg ikke bryder mig om. Jeg føler, at jeg ikke har givet ham nogle gode redskaber til at håndtere hans vrede, og derfor langer han ud på en umoden måde, hvilket kun gør tingene værre for ham med denne bestemte lille dreng. Og jeg må også indrømme, at det er flovt, når min søn opfører sig på denne måde foran andre forælder. Det ser ud til, at jeg ikke har lært ham nogle manerer.  
  
 Og hvad hvis han opfører sig på denne måde overfor andre børn i børnehaveklassen. Måske traf jeg det forkerte valg ved at sætte ham i børnehaveklassen i år.  
  
 Hvad kan jeg gøre, så jeg kan hjælpe min søn? Jeg føler mig til tider vred på ham, og ked af det på hans vegne, samtidig med at jeg føler mig bekymret og skyldig og tror, det på en eller anden måde er min fejl, og at jeg har ikke færdighederne til at gøre det bedre.

Svar:  
Vi ønsker alle, at vores barn er social accepteret og oplever glæden ved at forbinde sig med jævnaldrende. Naturligvis er du flov over din søns adfærd, og mere vigtigt er du bekymret over hans evne til at skabe venner. Tegnene du ser på dette vil ikke blot gå væk, og din søn har brug for din hjælp til at udvikle de emotionelle og sociale færdigheder, han har brug for, så kan skabe sunde interaktioner med jævnaldrende.  
  
 De fleste af os kender ikke særlig meget til disse emotionelle og sociale færdigheder. De synes simpelthen at udvikle sig magisk hos børn. Men faktisk lægges grundlaget for disse færdigheder i det første år. Uheldigvis gik din søn glip af normal interaktion i dette første år, indtil han fandt dig. Så han har brug for din hjælp til at gøre noget særligt arbejde.

Her er nogle ting, du kan gøre:  
  
**1. Find et sted hvor du kan bearbejde dine egne følelser, så du kan hjælpe din søn.** Det er naturligt, at du føler dig oprørt, når han handler på en upassende måde med andre børn, og i din frustration og frygt ønsker du at råbe. Men hvad han har mest brug for på dette tidspunkt er hjælp med hans følelser og eksemplet fra dig på, hvordan man løser vanskeligheden. Hvis du råber, vil han snart råbe til hans legekammerat. Det vil hjælpe dig meget at have nogen, du kan tale med. Denne person kan være en rådgiver eller en ven. For nogle mennesker virker det også at skrive tingene ned i en dagbog, mens andre har brug for en, der virkelig lytter. Hvad du ikke ønsker er en, der vil være fordømmende, eller som insisterer på, at du disciplinerer din søn, så du kan ”undervise” ham. Du er på udkig efter nogen, der vil hjælpe dig med at bearbejde dine egne følelser.  
  
**2. Leg med din søn dagligt så meget som muligt.**Leg for det første med ham som en jævnaldrende. Dette hjælper ham med at lære jævnaldrende færdigheder. Forhandl med andre ord med ham om, hvilken leg I skal lege, på samme måde som en jævnaldrende vil gøre det. Men du vil være mere tålmodig og hjælpsom end en jævnaldrende vil være det, når det drejer sig om at udforske muligheder, udtrykke meningsforskelle osv.  *"Du ønsker at lege tog, og jeg ønsker at gå udenfor og løbe omkring…hvad kan vi gøre? Tror du, vi kan gøre din idé først i 15 minutter, og så min ide derefter? Men fordi jeg bliver nødt til at vente med min idé, kan vi måske lege min leg i lidt længere tid?”*   
  
 For det andet kan du lege lege med ham, der hjælper ham med at udvikle færdigheder i at skiftes, følge regler og styre hans impulser. Undersøgelser har vist, at lege som “Rødt lys, grønt lys” og “Følg lederen” hjælper børn med at udvikle disse evner, som de har brug for, så de kan lege med andre på en positiv måde.  
  
**3. Rollespil med ham.** Fortæl ham, at du ønsker at hjælpe ham med at lære at løse problemer med andre børn. Fortæl ham, at han må forestille sig at være et andet barn, der ønsker hans legetøj, og at du vil være ham. Byt derefter roller. Når du over tid bliver ved med at lege versioner af denne “leg”, kan du få ham til at foreslå andre problemer, han løber ind i med børn (som at ønske at være med i en leg på legepladsen) så du kan rollespille løsninger med ham. At have disse oplevelser med dig vil give ham flere muligheder, når han befinder sig i den samme situation med en jævnaldrende. Gør disse lege sjove. Jo mere du kan få ham til at grine, jo mere frigiver han sin ængstelse over disse interaktioner, samtidig med at han lærer nye færdigheder.   
  
**4. Læs bøger med ham om social interaktion.**  
  
Der er mange bøger derude, der handler om sociale færdigheder og venskab, hvis du ser online, hos en boghandler eller på et bibliotek. Brug disse historier til diskussioner og rollespil. Læg mærke til hans reaktioner når du læser dem. Hvis en bog for eksempel gør ham ked af det, hold ham mens han græder og giv ham empati, reflekter hans følelser når han udtrykker dem. *"Du føler dig udelukket i skolen…du bekymrer dig over, at ingen ønsker at lege med dig…”*  Hvis han bliver vred, er dette et forsvar mod hans dybere frygt og sørgmodighed: *"Den bog gør dig vred og ked af det…du bekymrer dig over, om du kan få gode venner…”*Når han har haft en mulighed for at udtrykke sine følelser og han synes at føle sig bedre tilpas, kan du forsikre ham om, at du elsker ham uanset hvad, og at når først børn kommer til at kende ham, vil de også elske ham. Forklar ham, at I to vil blive ved med at rollespille, så han lærer, hvordan han kan få gode venner.  
  
**5. Undervis, vær eksemplet og forbind dig under legeaftaler.** Børn har ofte behov for vores hjælp til at navigere sociale situationer. Der er ingen skam ved at gå ned i sandkassen og hjælpe ham med at forhandle med andre børn. Dit nærvær vil også få ham til at føle sig mere tryg, så det er mindre sandsynligt, at han bliver aggressiv. Så du må lige nu forstå, at du må være meget nær ved under legeaftaler, så du kan komme med rolige forhandlende færdigheder.  
 **6. Undervis og vær eksemplet under hver interaktion med ham.**Børn har alle deres personligheder, men de vil i høj grad kopiere, hvad vi gør. Hvis du råber til ham, vil han råbe til andre. Jo mere du er i stand til at opdrage på en positiv måde, jo mere vil han relatere sig til jævnaldrende på en positiv måde.  
  
**7. Hjælp ham med at “få afløb” for hans frygt.** Alle små børn har utallige daglige grunde til at føle sig frygtsomme. Når børn er bange, (hvilket alle børn er en gang imellem) bliver de mindre fleksible, mindre generøse og ofte mere aggressive. Din søn har brug for hjælp med nogle store følelser, og jeg vil begynde med at fokusere på hans frygt for at dele. Hjælp ham med at få adgang til denne frygt og vise den til dig. Heldigvis er det sådan, at når mennesker føler og udtrykker deres følelser, begynder de at fordufte. Så din søns aggression omkring dette at dele er næsten med sikkerhed forbundet med frygt. For at hjælpe ham med at føle denne frygt, og udtrykke den, kan du ”planlægge et sammenbrud.” Med dette mener jeg, at du kan vælge en tid, hvor du er veludhvilet, og føler dig kærlig og tålmodig, og du kan hjælpe ham med at ”bearbejde” hans følelser angående dette at dele.   
  
 Begynd med at tale med din søn om at dele. For at gøre dette virkeligt, er det gavnligt at have en opkommende legeaftale, du kan referere til, hvor det forventes, at han deler. Men da din søn er så sensitiv overfor dette emne, er en generel diskussion måske tilstrækkeligt for ham til at føle alle disse oprørte følelser om at dele, lige så snart du begynder at tale om det. Hold ham eller sid tæt på gulvet hos ham, så han føler sig tryg. Dit mål er at hjælpe ham med at føle sig tryg nok til at føle disse ængstelser og vise dig dem, eller fortælle dig om dem.  
  
 Når du siger til sin søn, at det vil forventes af ham ved den opkommende legeaftale, at han vil dele med det andet barn, anerkender du, at dette er svært for ham. Se ham i øjnene. Øjnene er virkelig vinduer ind til sjælen, og det hjælper os alle med at forbinde os til de dybere følelser, når vi møder venlige, kærlige øjne fra nogen, der elsker os.  
  
 Når han begynder at græde, bruger du empati. Dit mål er at hjælpe ham med at give slip på alle disse følelser, så forbliv rolig og venlig, og bliv ved med at lade ham vide, at han er tryg.  
  
 Du kan også gøre noget yderligere arbejde, der hjælper din søn med at læse sociale tegn ved at lave ansigter med ham. Få ham til at sige ting til dig og lav ansigter som en respons. Spørg ham hvilken en følelse du viser ham med dit ansigtsudtryk. Hvis han for eksempel siger noget grimt, kan du se såret ud. Gør dette til en sjov leg ved at overdrive dine responser. Jo mere han ler, jo mere kommer han af med ængstelserne vedrørende sådanne sociale interaktioner., og jo mere gavnligt er det for ham. Han vil forhåbentligt elske disse lege så meget, at han bliver virkelig dygtig til at læse andres ansigtsudtryk.  
  
**8. Overvej at få din søn evalueret.**Dette er måske en smule tidligt, og han er trods alt kun fem år. Men problemer med sociale færdigheder er nogle gange det første tegn på noget større. I særlig grad er han ikke opmærksom på sociale tegn, han er bagud med hensyn til at udvikle empati, og han har det svært med at regulere sine følelser. Jeg håber, din vedholdende og dedikerede intervention, hvor du bruger de andre forslag, jeg har givet, vil give positive resultater indenfor et par måneder, og at du vil se fremgang indenfor alle disse områder. Men hvis din søn stadigvæk har betydelige sociale problemer om tre måneder, opmuntrer jeg dig til at få ham professionelt evalueret. Det kan være, han har brug for noget ekstra hjælp.   
  
 Jeg indser, at du er enlig mor, og at dette kan være overvældende for dig. Jeg opmuntrer dig til at få en vis støtte til at arbejde på disse ting intensivt over de næste få måneder. Jo længere din søn går uden selvtillid indenfor dette område, jo sværere bliver det for ham. Jeg tror virkelig, at du med disse former for intervention vil se positiv forandring.

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: Preschoolers.

Uddrag af artiklen: 5 Year Old Lacking Social Skills.