**14 måneder gammel og disciplin**

14 måneder er en stor omvæltning, der ofte er frustrerende for forældre, indtil de indser, at de i denne nye fase bliver nødt til fuldstændigt at forandre, hvordan de opdrager, så de kan tilfredsstille deres lille barns behov for udforskning og selvstændighed. Barnet er ikke længere en baby, men en tumling, hvilket betyder, at han vil stå kraftigt frem for hans behov. Han udtrykker sig stadigvæk ikke særlig godt, så han bliver nemt frustreret, men han forstår faktisk en hel del. Hans største problem er, at han ikke kan fortælle os mange ting, vi bør vide som for eksempel:

**1. At det er hans job at udforske,** hvilket betyder, at han må røre ved alting, at han har brug for at tage alt ud af skabene og undersøge og adskille dem. Dette vil kun vare nogle få måneder, og han vil derefter bevæge sig videre til andre ting.

Så hvad kan vi gøre ved det? Vi kan babysikre vores hjem, og på den måde kan vi sige nej så lidt som muligt. Vi kan gøre det til en leg at se, om vi kan undgå at sige nej hele dagen. Og virkelig bør der, når vi babysikrer, være næsten intet, vores barn ikke kan undersøge, når vi er der, så han kan være tryg. (Det er fint at bruge erstatninger for ”nej” som :*"Dette er ikke for babyer…lad os kigge på det her i stedet for."*)

Jo mere vi kan give ham muligheder for at udforske, jo mindre vil han gøre ting, vi ikke ønsker, han skal gøre. Så…

* Find en høj hylde til din computer, når du ikke bruger den. Og brug den ikke, når han er der. Dette er virkelig manglende forbindelse, der signaliserer overfor ham, at han ikke er tryg, og det tilskynder ham til at klynke og agere op for at få din opmærksomhed.
* Sæt en baby lås på skabet under vasken, hvis det er der, du opbevarer dine rengøringsmidler, og sæt ting, der kan gå i stykker op på en høj hylde. Læg gryder og pander, plastikting og viskestykker i de lave skabe. Lad ham tage dem ud hver eneste dag og ryd op efter ham et par gange om dagen.
* Hav i dit soveværelse og badeværelse en skuffe eller kurv med ting, der kun er for ham, så han kan udforske alt det han vil, mens du bliver vasket eller tager tøj på. Skift jævnligt indholdet ud med andre interessante ting.
* Lad ham vælte stakken med bleer. Lav det til en leg at stable dem op igen og vælte dem. Hvis du gør dette igen og igen, vil han sandsynligvis en dag lade dem være og gå videre til noget andet.
* Vær sikker på, at der i det mindste er ét værelse i dit hus, der er fuldstændig trygt, hvor han kan udforske lige så meget, han ønsker det, uden at du hele tiden har øjnene rettet på ham.
* Husk på, at han ikke længere er en baby, der glad og tilfreds kan iagttage, at du gør husligt arbejde. Han har brug for at være involveret. Lad ham “vaske” gulvet med en våd svamp. Giv ham en sprayflaske og en klud og lad ham gøre rent i skabene. Få fat på et læringstårn, så han kan stå sammen med dig ved køkkenbordet og skære bananer med en plastikkniv, “vaske” plastikbeholdere i vasken, lege med en skål med tørrede bønner, hælde ris fra en beholder til en anden osv.
* Giv ham MASSER af muligheder for at udforske. Tumlinger bliver trætte af at være i huset hele dagen, så tag ham på gåture og lad ham lede efter orme og grave i jorden. Gå på biblioteket. Find en stor bygning med trappetrin han kan lide, og gå op og ned af dem halvtreds gange. Hvis du har en have, få fat på en sandkasse. Og der er selvfølgelig mange sjove aktiviteter, du kan gøre hjemme. Lav legedej, lad ham fingermale badekarret osv.

**2. At det er hans job at eksperimentere og teste.**  Jovist sagde du nej igår, men måske du ikke vil sige nej idag. Det er dit job tålmodigt og gentageligt at hjælpe ham med at lære grænserne, der betyder noget.

* Vær imidlertid sikker på, at hans liv ikke mest er om frustration og grænser, men om sjov og spændende udforskning.
* Overbevis ham om, at du er på hans side, så han er mere villig til at acceptere dine grænser. Hvordan? Når du bliver nødt til at standse ham i at gøre noget, forbliv da kærlig og medfølende. Disciplin betyder at vejlede, så tænk på dig selv som den tålmodige, kærlige vejleder af nogen, der endnu ikke kender reglerne og skikkene, og som ikke forstår farerne.
* Er du bekymret over, at han ikke vil lære, hvis du er venlig? Du må selvfølgelig være fast, ligesom væggen er fast. Han prøver ikke at gå igennem væggene, fordi han har lært, at væggene forbliver faste, hver gang han prøver. Så vær vedholdende og fast.
* Når du sætter en grænse, bevæg dig tæt på ham og vær venlig, men fast, og bak grænsen op fysisk ved for eksempel at tage ham op på parkeringspladsen, hvis han ikke ønsker at holde din hånd.
* Når du har sat en grænse, bruger du EMPATI, hvilket vil hjælpe ham med at acceptere grænsen. (*"Du ville ønske, du kunne klatre derop, men det er ikke sikkert…du er ked af det og vred … ja, du græder, jeg hører, hvor ked af det du er."*)
* Planlæg at han, hver gang du sætter en grænse, vil have en reaktion, og at du vil have brug for at ”høre” denne reaktion med kærlig medfølelse. Dette er den eneste måde, han vil komme til at acceptere dine grænser på. Hvis du ikke gør dette, vil han blive ved med at kæmpe med dig for at få sin vilje.
* Hvis han græder, er det fint. Det er på den måde, han bearbejder sin skuffelse, sørgmodighed og vrede på. Hold ham og brug empati, mens han kommer af med følelserne. Når først han føler sig forstået, vil han være mere samarbejdende.
* Planlæg at det vil tage mindst en måned, hvor han prøver den samme ting igen og igen, mens du siger nej, før han holder op med at prøve. (Du ØNSKER, at han er vedholdende person, der stræber efter det, han ønsker; det er den eneste måde, han vil blive succesfuld på.)
* Styrk og forsød dit bånd til ham, så han er mere villig til at acceptere dine grænser. Hvordan? Tumleleg med ham, så han kommer til at grine; og pusl med ham.
* **3. Det er hans job at udvikle en følelse af positiv kraft.**Han har brug at vide, at han kan påvirke verden. Når han gør noget, og vi reagerer kraftigt, bekræftes han i hans evne til at få ting til at ske. Dette er en så glædesfuld opdagelse, at han ler. Han prøver ikke at fornærme os, eller skade os, eller gøre vores liv vanskeligt. Han går ud fra, at vi også vil glæde os over hans nyfundne kraft. Hvad kan vi gøre for at give ham den selvstændighed og kraft, der er vigtig for hans udvikling?
* Vi kan give ham valg, han forstår. Vi kan vise ham både den blå kop og den røde kop, men dette virker kun, hvis det betyder noget for ham. Hvorfor skulle han beskæftige sig med, hvilket tøj han har på, så det er ikke så underligt, at han går væk. Der er andre måder, hvorpå vi kan hjælpe ham med at opdage hans virkning på verden og praktisere hans selvstændighed.
* Vi kan lade ham så meget som muligt tage føringen og være hans assistent – på legepladsen for eksempel. Lad ham prøve sig af med hans krop, uden at vi hele tiden fortæller ham, at han må være forsigtig (og selvfølgelig iagttager vi ham for at sikre os, at der ikke er nogen virkelig fare.)
* Vi kan give ham en vis magt gennem leg ved at finde et trygt sted, hvor vi kan lege fangeleg med ham, så han får tingene ud af sit system og ikke behøver at løbe væk fra os, når der er biler omkring os. Tumlinger elsker at løbe væk og få os til at fange dem. Vi kan fortælle ham, at han simpelthen er for hurtig for os, mens vi løber efter ham. Til sidst tager vi ham op og fryder os over ham.
* Vi kan undgå magtkampe, hvis vi kan lade ham gøre noget uden at ødelægge ting eller uden at bryde ind i andres rettigheder og uden at gå på kompromis med hans egen sundhed eller sikkerhed.
* Når vi har brug for at sætte en grænse, sætter vi den med ro, ellers vil han agere op igen for at se, om han kan få os til at reagere igen.
* Vi kan lade være med NOGENSINDE at straffe ham. Hvis vi straffer ham, vil han bekæmpe os hele tiden for at bevise, at vi ikke kan kontrollere ham. Hvorfor skulle straf nogensinde være nødvendigt? Hvis han ikke lærer af, at vi beder ham om ikke at røre ved noget, tag da tingen væk. At straffe ham vil ikke lære ham ikke at røre ved det.

Husk på at dette er en vidunderlig alder, hvor børns hjerner eksploderer med læring. Det er vores job at støtte dem på en anden måde, end da de var babyer, så de kan gøre deres job, og det er vores job at nyde dem!

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: Toddlers.

Uddrag af artiklen: 14 Months Old – How To Discipline?