**14årig har brug for at være centrum for opmærksomheden.**

Spørgsmål:

Jeg har en 14årig datter, der, når vi er sammen med andre mennesker, synes altid at ønske at være centrum for opmærksomheden. Det er flovt. Jeg føler mig flov, men jeg føler mig også flov på hendes vegne. Jeg ved ikke, om det er en modenhedsting eller et enebarns problem eller hvad. Hun har aldrig manglet opmærksomhed derhjemme, men jeg tror ikke, at hun har lært at dele opmærksomheden med andre. Jeg ved ikke, hvordan jeg kan hjælpe hende. HUN synes ikke at være bevidst om dette problem, men jeg er rigtig meget bevidst om det. Hun har ikke en masse venner, og fra hvad hun fortæller mig synes alle børnene i skolen, at hun er ”mærkelig”. Jeg ved, at denne alder er vanskelig, men jeg tror, hun gør den endnu mere vanskelig, end den behøver at være på grund af måden, hun handler på. Er jeg blot en bekymringsmor? Er der nogen måde, hvorpå jeg mildt kan hjælpe hende…Jeg ved, at problemer med selvværd er store i denne alder, og jeg ønsker ikke at gøre tingene værre i mine bestræbelser på at hjælpe.

Svar:  
Jeg synes ikke, at du er en bekymringsmor. Denne alder er virkelig vanskelig, og du vil ikke hjælpe din datter ved at ignorere problemet, selvom du selvfølgelig heller ikke ønsker at skamme hende.

Dette er helt bestemt et spørgsmål om modenhed, men det har også noget at gøre med manerer. Mange børn, i særlig grad enebørn, har ikke en virkelig fornemmelse for, hvordan de på passende måde træder ind i og derefter ud af søgelyset i en social situation.

Jeg vil tilnærme mig dette på samme måde, som du vil adressere ting omkring manerer. Jeg vil tale med din datter om det uden at bebrejde hende på nogen måde. Du kan for eksempel sige: *"Jeg har tænkt over, da vi var i X situationen for nyligt. Jeg lagde mærke til, at du virkelig nød at tale om Y og få alle til at lytte til dig. Jeg indså, at jeg har glemt at lære dig en vigtig lektion i manerer, og selvfølgelig, hvordan kunne du vide dette, da jeg har glemt at undervise dig i det? I sociale situationer får hver person en lille mulighed for at tale om dem selv eller deres mening om noget, og derefter bevæger konversationen sig videre til andre menneskers synspunkter eller oplevelser. Hvis du iagttager mig, vil du bemærke, at dette er, hvad jeg gør, når vi er sammen med andre. Det anses for at være upassende at dominere samtalen. Så måske du og jeg kan begynde at praktisere dette, når vi er i grupper. Vi har brug for et lille signal, så du kan spørge mig, om det er tiden til at fokusere på andre folk en tid, og et andet signal, så jeg kan minde dig om det, hvis du glemmer det.”*

Du kan også udpointere overfor din datter, at alle mennesker har brug for opmærksomhed og ønsker at blive lyttet til og respekteret. Hvis hun kan give det til andre, vil hun altid være værdsat og elsket.

Lad os til sidst adressere problemet om venner og dette at være “mærkelig.” Ethvert barn, der ikke er som alle de andre, bliver betragtet som ”mærkelig” i denne alder. Min egen næsten 13årige blev betragtet som mærkelig, fordi hun foretrækker at læse bøger i stedet for at se fjernsyn, og fordi hun ikke er interesseret i drenge. Så denne værdidom alene bekymrer mig ikke. Mit spørgsmål til dig er, om din datter har en eller flere gode venner. Hvis hun ikke har dette, har hun måske brug for hjælp til sociale færdigheder eller noget mere.

Og forresten, din tydelige sensitivitet overfor din datter og bekymring for hende, er den bedste gavn, hun kan have på dette vanskelige punkt i hendes liv. Hun er en heldig pige.

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: Tweens.

Uddrag af artiklen: 14 year old needs to be the center of attention