**Lydighed: Hvorfor lytter børn ikke,**

**før du har bedt dem fem gange?**

*"I en temmelig typisk situation bad en far hans otteårige søn fem gange om at tage et bad. Da han ikke reagerede efter den femte anmodning, tog faderen sønnen op og bar ham ind i badeværelset. Nogle få minutter efter var barnet stadigvæk ikke vasket, og han gik ind i et andet værelse for at spille et videospil.”*   
-Elizabeth Kolbert

Denne situation synes måske ekstrem, men de fleste forældre kender til en version af den. Det er et godt spørgsmål: Hvorfor gør børn ikke, hvad vi beder dem om den første gang, vi siger det? Og der er et godt svar. Faktisk adskillige. Her er otte grunde - fra barnets perspektiv – plus løsninger der virker for forældre.

**1. De deler ikke vores prioriteter.**

Intet barn forstår, hvorfor et bad er så vigtigt. Og hvert barn har noget, han er midt i at gøre, der synes mere vigtigt for ham. Det ser måske ikke vigtigt ud for dig, men et barns leg er hans arbejde – det er på den måde, små børn lærer. Dette er godt, og vi ønsker et barn, der er selvmotiveret, i stedet for at forvente at vi underholder ham.

***Løsning:***

Forbind dig først med dit barn ved at bemærke, hvad han arbejder med og ved at anerkende hans prioriteter:

*"Wow, se på den indviklede bygning du bygger. Kan du vise mig, hvordan den virker?"*

Giv ham derefter en advarsel om, at du vil overstyre hans agenda med din egen:

*"Lars, det er tiden til at tage bad. Ønsker du at tage dit bad nu eller om fem minutter? Ok, fem minutter uden beklagelse. Det er en aftale. Lad os give hånd på det.”*

**2. Vi har trænet ham til ikke at være opmærksom, før vi råber eller truer.**

Dit barn er ikke en dumrian. Han ved, at han kan vinde ekstra tid før badet ved blot at ignorere dig. Det gør ham ikke til en dårlig person, kun et menneske. Så hvis dit barn er som den otteårige, der ignorerede fem anmodninger, betyder det, at du har trænet ham til, at du ikke er mener tingene, før du råber.

***Løsning:***

I stedet for at give vejledninger fra den anden ende af værelset, bevæger du dig tæt på ham og rører ved ham. Forbind dig ved at kommentere på hvad han gør. Sig da:

*"Undskyld, Julius…jeg har brug for, at fortælle dig noget,”*

og vent til han ser dig i øjnene. Hvis han kigger på en skærm, advarer du ham om, at du vil slukke for spillet eller fjernsynet. Giv ikke dine instruktioner før du har lavet øjenkontakt, så han ved, at du mener det. Hvis han kiggede flygtigt på dig fra skærmen, bed ham om at gentage, hvad du lige sagde. Giv kun én advarsel, og hold dig til tidsgrænsen I er blevet enige om. Hvis du ikke gør dette, træner du ham til ikke at tage dine anmodninger seriøst.

**3. Han har brug for hjælp til at foretage overgangen fra én aktivitet til en anden.**

Når du er fordybet i din computerskærm, finder du det da ikke svært at trække dig væk fra den for at tage dig af et klynkende barn? Børn oplever vores gentagelige anmodninger på samme måde, som vi oplever deres klynkeri. Det betyder, at de prøver at tune dem ud.

***Løsning:***

Giv én advarsel. Når du kommer tilbage om fem minutter, forbind dig igen ved at kommentere på hans leg: *"Wow, se på de tog, hvor hurtigt de kører!"*  Mind ham derefter om jeres aftale:

*"Nils, der er gået fem minutter. Husk på vores aftale. Fem minutter uden besvær. Det er tiden til at tage bad nu.”*

Skab derefter en bro fra hans leg, til hvad du beder ham om:

*"Ønsker du, at de to tog skal hoppe af sporene og køre om kap lige hen til badeværelset? Her, jeg tager det tog, og du tager det andet. Lad os suse afsted!”*

Læg mærke til at vi ikke blot kan gå væk og forvente, at han ikke tester grænserne. Det er vores job at supervisere og støtte ham i at gøre fremgang hen imod vores mål. Det er, når alt kommer til alt, vores mål, og hans motivation kommer fra hans forbindelse til os.

**4. Hans hjerne er stadigvæk i udvikling.**

Hans hjerne er stadigvæk ved at udvikle evnen til at skifte gear fra, hvad han ønsker, til hvad vi ønsker. Hver gang vi sætter en grænse, der kræver, at han giver slip på, hvad han ønsker, for at gøre hvad vi ønsker, må han træffe et valg. Når han beslutter sig til, at hans forhold til os er vigtigere, end hvad han ønsker i dette øjeblik, følger han vores anmodning. Hver gang han gør dette, styrker han de neurale stier i hans hjerne, hvilket hjælper ham med at dirigere sig hen imod et højere mål. Det er på den måde, han udvikler selvdisciplin!

Men det virker kun, hvis han skifter gear til en vis grad villigt. Hvis vi trækker ham skrigende væk, modsætter han sig tingene i stedet for at vælge. Han opbygger ikke de selvdisciplinerende neurale stier. (Det er derfor, der er et “selv” i “selv”disciplin. Den vælges indefra.)

***Løsning:***

Sæt grænser med empati, så han ØNSKER at samarbejde og får masser af øvelse i at træne hjernen til at vælge det højere mål.

**5. Han føler sig ikke hørt, og han føler sig skubbet rundt med.**

Vi kan ikke TVINGE børn til at adlyde, med mindre vi er villige til at skade deres kroppe og knække deres ånd. De bliver nødt til at ØNSKE at samarbejde. Heldigvis følger de almindeligvis vores regler, når de føler sig hørt, og med i det mindste en smule kontrol eller valg.

***Løsning:***

Anerkend hans perspektiv og om muligt, giv ham et valg.

*"Jeg hører dig. Du siger højt og tydeligt – INTET BAD! Du ønsker virkelig ikke at tage bad. Jeg tør vædde på, at du, når du bliver ældre, aldrig vil tage bad, er det ikke rigtigt?...Og i aften må du virkelig blive ren i vandet. Du har et valg. Du kan vælge et bad eller et brusebad. Hvad lyder sjovest?”*

Nogle gange, når du hører dit barns perspektiv, kan det endog overbevise dig om at gå på kompromis eller forandre din indstilling. Det er fint. Simpelthen forklar din måde at ræsonnere på, så han ved, at det var hans vind/vind løsning, der fik dig til at ændre mening, ikke hans stædighed.

**6. Han føler sig ikke-forbundet til os.**

Når dit barn ikke følger din ledelse, er det ofte, fordi han ikke føler sig forbundet til dig. Hvorfor føler han sig ikke forbundet? Fordi han var væk fra dig hele dagen. Eller fordi du mistede fatningen og råbte af ham i morges. Eller fordi han er vred på dig over, du altid har babyen på dit skød. Eller fordi du forlader dig på timeouts og konsekvenser som disciplin, i stedet for forbindelse. Eller simpelthen fordi han er en lille person i en stor verden, og dette er skræmmende, og alle disse skræmmende følelser bliver undertrykt, hvor de blokerer hans evne til kærligt at forbinde sig.

***Løsning:***

Skab konstant forbindelse ved at bruge empati med dit barns oplevelse, både når du kommer med en anmodning, og så ofte du kan gøre det dagen lang. Vær forberedt på at oprørte følelser kan komme op til overfladen, når først dit barn føler den varme forbindelse mere stærkt, fordi det får ham til at føle sig mere tryg. Forbliv medfølende under det efterfølgende sammenbrud. Når han har haft en mulighed for at ”vise” dig de oprørte følelser, der har tynget ham, vil han føle sig mere forbundet og mere samarbejdende.

**7. Han har opgivet os.**

Børn ser naturligt op til deres forældre for omsorg og vejledning. Hvis de er overbevist om, at vi er på deres side, ønsker de at behage os. Så hvis dit barn er trodsig, eller du opdager, at du konstant befinder dig i magtkampe med ham, er det et rødt flag, der viser, at jeres forhold må styrkes.

***Løsning:***

En halv time dagligt med Specialtid, en-til-en. Dette er så enkelt, at de fleste forældre undervurderer virkningen. Men specialtid styrker *altid* forælder-barn forholdet, og det hjælper ham med at ønske at samarbejde mere. (Specialtid hjælper ham også med at arbejde sig gennem ting, han kæmper med i øjeblikket, så den skaber gladere børn, der er emotionelt sundere.)

Latter skaber også bånd til dit barn, og tumleleg er almindeligvis den nemmeste måde at få latter i gang på. Hvert barn har brug for latter både morgen og aften for at forblive forbundet. Når et forhold synes anspændt, er latter ofte den nemmeste vej tilbage til forbindelse.

**8. De er mennesker.**

Tvang skaber mod-tvang. Alle modsætter sig kontrol, og det samme gælder for børn. Når børn føler sig skubbet rundt med, vil de, der har en stærk vilje, gøre oprør, og de mere føjelige vil miste initiativ og evnen til at stå frem for dem selv.

***Løsning:***

Vælg dine kampe. Vær sikker på at dit barn ved, at du er på hans side, og at han har visse valg. Coach ham, i stedet for at prøve at kontrollere ham. At lytte til ham skaber en person, der kan tænke selv, og kan stå frem for hvad der er rigtigt.

Ønsker du ikke at opdrage et barn, der er selv-disciplineret, som ØNSKER at samarbejde? Dette er meget forskelligt fra lydighed, hvor disciplinen kommer udenfor barnet. Som H.L. Mencken udtrykte det:

*"Moralitet er at gøre det rigtige, uanset hvad du liver bedt om. Lydighed er at gøre, hvad du bliver bedt om, uanset hvad der er rigtigt.”*

Lyder dette at sætte empatiske grænser som en masse arbejde? Det er det, i starten. Det vil så sandelig være nemmere, hvis børn øjeblikkeligt vil føje sig efter vores anmodninger. Men de gode nyheder er, at det ikke kun skaber et selvdisciplineret barn, når vi følger disse ting vedvarende, det skaber også et barn, der ved, at vi vil følge op på tingene, så han ikke bliver nødt til at blive bedt om at gøre noget fem gange, hvilket gør det meget nemmere at få ham i badekarret.

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)

Uddrag af artiklen: Obedience: Why Don´t Kids Listen Until You Tell Them Five Times?