At respektere babyer

Det var spædbørnsspecialist Magda Gerber, der grundlagde RIE – Resources for Infant Educarers – i 1978, hvis formål det er at udbrede ideen om respektfuld opdragelse af spædbørn og 1-2årige, så vi kan fremme udviklingen af autentiske, kompetente, glade og samarbejdende børn.

I RIE-filosofien er der følgende grundprincipper - at tro på at barnet er motiveret indefra til at lære, et trygt og udfordrende miljø, ikke-afbrudt leg, friheden til at udforske, barnet som en aktiv deltager i plejeaktiviteterne, sensitiv observation og klare grænser og forventninger.

Vi respekterer, hvad barnet *kan* gøre, i stedet for at forvente eller forcere ham til at gøre, hvad han endnu ikke kan gøre. Vi ser, at han har en lang opmærksomhedsrækkevidde, hvis vi holder op med at distrahere ham hele tiden med underholdning. Vi erkender, at leg er hans måde at lære på. Vi stræber efter et gensidigt respektfuldt, autentisk og samarbejdende forhold. Vi ser ham som en aktiv deltager i plejeaktiviteterne, bruger langsomme og rolige bevægelser, og betragter plejeaktiviteterne som en måde at uddybe forholdet til hinanden på. Respekt udtrykkes, når vi giver os tid til at tale til barnet, (jeg ønsker at tage dig op nu, så vi kan begynde dit bad) rækker hænderne frem og venter på hans respons, før vi tager ham op.

2

Den voksne giver babyen sin fulde, udelte opmærksomhed under plejeaktiviteterne og inkluderer ham i konversationen. Hun føler sig ikke forhastet, men gør tingene roligt og langsomt, så babyen kan følge med i processen. Når babyen bliver mere mobil, ønsker han at bevæge sig mere. Hvis han ønsker at rulle sig om på maven under bleskift eller bad, er det den voksnes opgave at udføre opgaven med babyen i denne stilling, snarere end at forsøge at presse ham ind i en stilling, han ikke bryder sig om. Når han er i stand til at hæve sig op i stående position, vil han almindeligvis foretrække at blive skiftet og få tøj af og på i denne stilling.

Det lille barn trives, når der er en daglig rutine, hvilket skaber tryghed og en følelse af indre orden. Magda sagde, at babyer trives med ”kedsommelig ensformighed.” De har brug for forudsigelighed og regelmæssighed, mere end spænding og stimulation. De har brug for, at voksne tilpasser sig deres langsommere tempo, så de har tid til at følge med i plejeaktiviteterne. De har brug for kvalitetstid, og Magda skelnede mellem, hvad hun kaldte for ”ønsker-intet” kvalitetstid og ”ønsker-noget” kvalitetstid.

Ønsker-intet kvalitetstid er, hvor den voksne ikke har nogle planer ud over at være sammen med babyen og observere ham, så hun kan lære ham bedre at kende. Han har brug for denne form for samvær, der får ham til at føle, at han er en betydningsfuld person, der er værdig til vores udelte opmærksomhed.

Ønsker-noget kvalitetstid er, hvor den voksne har en plan og ønsker at gøre noget med babyen, som at give ham mad, bad eller skifte ham. Fordi disse aktiviteter er rutine, er det nemt for den voksne at komme til at betragte dem som kedelige og ønske at få dem overstået så hurtigt som muligt, men Magda lærte, at disse handlinger er vigtige muligheder for nært samvær, hvor vi giver barnet vores udelte, kærlige opmærksomhed.

3

”Vent” er et andet budskab, Magda lagde vægt på. Det betyder, at vi, når babyen græder, giver os tid til at tune os ind på hvorfor, så vi kan tilfredsstille hans behov korrekt. Hun lærte, at det er bedre at vente, end det er at hoppe ind og gøre det forkerte. Voksne gør måske ikke altid det rigtige, efter at de har ventet, men de har i det mindste overvejet grundene.

Et spædbarns ideelle rutine består af en vekslen mellem selvstændig leg i et interessant miljø, og muligheden for periodisk at tanke op med sund mad, søvn og kærlig kommunikation med en voksen.

Det er godt at skabe gode sovevaner tidligt, og et aftenritual, der gentages hver aften på samme tidspunkt, virker beroligende og fremmer søvnen. Et vigtigt råd fra Magda var at lægge babyen i seng, før han bliver overtræt. Folk har en tendens til at vente i troen på, at det da er nemmere for babyen at falde i søvn, men dette er ikke rigtigt. At være overtræt gør det sværere, ikke nemmere, at falde i søvn og forblive sovende. Magda anbefalede at lægge babyen i seng, lige så snart vi ser det første tegn på træthed, som at han gnider sig i øjnene, eller gaber første gang. Hvis han stadigvæk ikke nemt kan falde i søvn, lægger vi ham i seng tidligere næste aften.

Angående mad er det den voksnes opgave at bestemme, *hvad* og *hvornår* barnet spiser, og det er barnets opgave at beslutte, *om* og *hvor meget* han spiser. Det vigtige for en voksen at huske på, når hun giver et spædbarn mad, er, at babyen ved, hvornår han har fået nok, så undlad at overtale ham til at tage endnu en bid.

Det er vigtigt at skabe et fuldstændig trygt miljø, barnet kan lege i. En kravlegård er et sådant sted, til din baby begynder at rulle omkring, og derfor har brug for mere plads. At have et virkelig trygt miljø betyder, at legeområdet er så trygt, at babyen kan lege der selv i perioder uden at komme til skade, mens den voksne er beskæftiget med noget andet.

RIE lægger stor vægt på spædbarnets frihed til at bevæge sig, og det er derfor, vi ikke sætter ham i babystole, bæreseler og andre ting, der immobiliserer ham og opmuntrer til passivitet. Vi lægger ham på ryggen på et tæppe, for det er i den stilling, han kan se mest og har den største bevægelsesfrihed.

I legeområdet lægger vi et passende antal genstande, han kan udforske, ikke for mange ting, da det opmuntrer til overfladiskhed, i stedet for det dybe engagement vi ønsker. Det er bedre at starte med færre genstande i legemiljøet og gradvist føje flere til, end det er at starte med for mange ting. Og helt små babyer er måske ikke parate til legesager, da deres hænder og kroppe er, hvad de har brug for at lege med.

4

Selvom vi ikke underviser et barn i, hvordan han bevæger sig, og hvordan han leger, må han lære at tale ved at have konversationer med os. Så vi taler til vores baby lige fra starten og siger ting som: ”Jeg ønsker at tage dig op nu. Er du parat?” Vi taler til ham om dagens begivenheder, der relaterer sig til ham, da dette har hans interesse, og derfor sætter ordene sig hurtigere fast i hans sind.

Magda lærte, at vi ikke kun taler til vores baby, men at vi også venter på hans respons. Vi holder en lille pause for at se, hvordan babyen reagerer, før vi fortsætter handlingen, hvilket holder ham engageret i aktiviteten. Og selv det mindste spædbarn kan forstå den voksnes intention, før han kan forstå ordene, der udtales, så der kan ikke lægges nok vægt på, at han deltager i processen, og at vi arbejder sammen.

Det lille barn bør have lov til at lege frit, men det betyder ikke, at han kan gøre hvad som helst, han ønsker. Magda talte ofte om begrebet selektiv intervention, og hun brugte billedet om rødt lys, grønt lys og gult lys. Hvis barnet er i en situation, han kan klare selv, er lyset grønt, og der er ingen grund til at bryde ind. Hvis han er i færd med at bryde en vigtig regel om sikkerhed eller en social regel, er lyset rødt, og den voksne bryder ind roligt, hurtigt og respektfuldt og forklarer enkelt, hvorfor noget ikke er okay. Når det er et spørgsmål om, hvorvidt barnet kan håndtere en situation selv eller ikke, er lyset gult. Hun træder derfor nærmer, overvåger situationen og griber ind, hvis der er brug for det.

5

Det er en glæde at iagttage et lille barn, der leger, og se, hvor absorberet han er i at gøre nye opdagelser. Så vi observerer hans leg, uden at overstyre den med vores egne ideer, slapper af og nyder ham uden at bekymre os om, at vi hele tiden bør undervise ham. Hvis han inviterer os ind i hans leg, reagerer vi kærligt, men undlader at være lederen af legen, for legen er hans domæne. Den er hans job. Den er, hvad en baby gør, når han ikke er involveret i plejeaktiviteterne eller sover, og vi forventer, at en mæt og udhvilet baby kan lege selv, og at vi ikke behøver at styre hvert minut i hans vågne liv.

Selvfølgelig elsker babyen legende opmærksomhed fra os, men det sætter alle op for frustration og udmattelse, hvis han får ideen om, at voksne må stimulere ham hele tiden. Og han får den ide, når voksne faktisk gør dette, taler med ham, bærer rundt med ham, vugger ham, gynger ham osv. Vi gør livet nemmere for alle, når vi hjælper spædbarnet med at opnå en sund balance mellem kærlig interaktion og selvstændig leg.

Det er en almindelig antagelse hos voksne, at en baby laver vrøvl, fordi han keder sig, og denne overbevisning får dem til at underholde babyen, selvom det i virkeligheden bidrager til ønsket om mere underholdning. En baby, der er vant til konstant at blive båret rundt med, vugget etc. etc. lærer at forvente den form for stimulation. Selvfølgelig er kærlige interaktioner med forældre helt vigtige for vores babys sunde udvikling, men han har også gavn af at lege selv og opdage hans egne interesser.

6

De første legesager for babyen, der har lært at gribe, kan være en O-bold, korte kæder med ringe der er sat sammen, små træskåle, små kopper af rustfrit stål, små kludedukker etc. Sørg for, at der er enkle materialer med forskellige former, farver, materialer og vægt. Vær selvfølgelig sikker på, at der ingen genstande er, som er så små, at der er en fare for, at de kan sluges. Og fordi babyen primært, i det mindste i nogle uger eller måneder, vil ligge på ryggen og holde genstande over hans hoved, bør genstandene ikke være tunge nok til, at det gør ondt, hvis de tabes.

Den bedste måde at respektere, om en baby er parat til et stykke legetøj er at anbringe det indenfor hans rækkevidde, eller måske lidt udenfor den, og give ham al den tid han har brug for til at vælge, hvornår han vil bemærke den. Hvis du er meget ivrig efter, at han bemærker genstanden, kan du også holde den foran hans ansigt, uden at ryste den, og lade ham spore den, når du lægger den ned. Hvis han er interesseret, vil han tage initiativ.

Det er vigtigt for børn at komme ud hver dag. Små babyer elsker at ligge på et tæppe udenfor og se op på træerne, føle vinden og høre fuglene synge, og mobile børn er fascineret af de mindste detaljer i naturen. At køre en tur i klapvognen er en tur for den voksne, for barnet får ikke muligheden for at røre eller smage noget, mens den voksne får motion. Det er okay at bruge en klapvogn på denne måde i begrænset omfang, fordi forældre også har behov, men det bør ikke betragtes som en rig sanseoplevelse for barnet. Når den 1-2årige kommer ud af klapvognen og ned på jorden, med friheden til at udforske, bliver det hans tur.

7

Det er vigtigt, at den voksne fortæller selv den mindste baby, når hun går, og hvornår hun kommer tilbage. På den måde lærer babyen at have tillid til, at du er der indenfor hans synsfelt, hvis du ikke har sagt, at du går. Dette synes måske underligt i starten, når babyen er meget lille, men det giver virkelig bonus senere, når separationsængstelse bliver en faktor, fordi han har tillid til, at han ved, hvad der sker, også selvom han er utilfreds med, at du går.

En anden ting, der er vigtig, er, at små børn beskyttes for skærme. Små børn har brug for hands-on aktiviteter og ansigt til ansigt interaktioner med forældre og andre vigtige voksne. Det Amerikanske Akademi for Børnelæger anbefaler, at vi beskytter børn fra skærme, til de er to år med undtagelse af den lejlighedsvise video face-time med for eksempel bedsteforældrene. Når 1-2årige har brug for slap-af tid, har de ikke brug for mere stimulation, men mindre, og de har ofte brug for at forbinde sig fredeligt med forældrene. Vedvarende underholdning skaber ikke hvile, men passivitet, og Magda sagde altid, at aktive legesager skaber passive børn, og at passive legesager skaber aktive børn. Uanset hvor hypnotiserende en tegnefilm på en iPad kan være, videregives der kun begrænset sanseinformation, og hos børn under to år er der grundlæggende ingen læring. Der er former, farver, bevægelser og lyd, men ingen lugte, smage, teksturer eller vægt. Barnet kan ikke banke med det, kaste det, tygge på det, gnide det mod sin hud, osv.

Reference: Respecting Babies af Ruth Anne Hammond.