

3 år



Detta är en uppdaterad version av den broschyr som publicerades år 2007.

Följande personer har kommenterat innehållet:

Katri Kanninen, psykoterapeut VET
(krävande specialnivå), PsD
Mirjami Mäntymaa, barnpsykiater, MD
Saara Salo, psykoterapeut, PsD
Sakkunniga vid Mannerheims Barnskyddsförbund

Ursprungligt manuskript av:

Arja Häggman-Laitila, docent, HvD

Sakkunniga:

Tuovi Keränen, psykolog, PsM
Anu Lius, barnmorska
Nina Melamies, specialklasslärare, PeM
Kirsi Otronen, hälsovårdare
Kaija Puura, barnpsykiater, MD
Markus Torkkeli, klasslärare, PeD

Utgivare

Mannerheims Barnskyddsförbund
Andra linjen 17, 00530 Helsingfors
Tfn 075 324 51
mll@mll.fi
www.mll.fi

Beställningar

www.mll.fi/kauppa
tilauspalvelu@mll.fi
Tfn 075 324 5480
Beställningsnummer 30112

Grafisk design: Hahmo
Ombrytning: Virma/Minna Laatikainen
Foto: Keksi/Suvi-Tuuli Kankaanpää
Översättning: Käännös-Aazet Oy
Tryckeri: Esa Print Oy 11 2013



Innehåll

Vägen till jaget | s. 5
Föräldrarna är viktiga | s. 5
Mammas pojke, pappas flicka | s. 6
Liv i luckan | s. 8
Färdigheterna ökar | s. 9
Bekanta dagsrutiner | s. 13
Barnet pratar på | s. 13
Saga eller sanning | s. 14
Känslor är hanterbara | s. 15
Trygga gränser | s. 16
Stunder av besvikelse | s. 16
Ilska är tillåtet | s. 17
Medkänslan utvecklas | s. 18
Rollekar intresserar | s. 19
Roligare med en lekkamrat | s. 20
Flera generationer | s. 22

Till läsaren

Barn i treårsåldern är ofta väldigt företagsamma och framfarten blir kanske vildare än tidigare. Lekarna kan vara häftiga och barnet försöker nå rekord. Barnet har vild fantasi. Det blir en utmaning för föräldrarna att hjälpa barnet att klara av besvikelser och misslyckanden. Det är föräldrarnas uppgift att sätta gränser, tolerera att barnet krånglar och ibland lugna ner leken.

Alla barn utvecklas individuellt i egen takt. De utvecklingsfaser som nämns i den här broschyren är riktgivande. Barnets olika utvecklingsfaser och personlighet och fostrar till föräldraskap. Föräldrarna är de som bäst känner sig själva och sitt barn. De vet vad som är bäst för dem och när de egna krafterna tryter. Alla har svårigheter och problem. Det lönar sig att modigt söka stöd och råd. Ju tidigare, desto bättre. Stödet från en annan människa hjälper föräldern att orka.



Vägen till jaget

Barn i den här åldern blir alltmer intresserad av andra människor. Barn är intresserade av hur människor ser ut, vad de gör och hur barnen själva ter sig i jämförelse med andra. Småbarn berättar öppet om sig själva och familjen för andra. De är också väldigt nyfikna och frågar modigt om saker och ting av främmande människor. Barnet kan fråga butiksbiträdet om hon har barn eller åldringen i rullstol varför han sitter i rullstol. Med tanke på barnets utveckling är det viktigt att ett nyfiket och livligt barn får förståelse. Det uppmuntrar nämligen barnet att framföra egna åsikter och ta initiativ i sin omgivning.

Barn i den här åldern tar lätt illa upp, och man ska inte skämta på barnets bekostnad. Barnet vill uppleva att mamma och pappa i alla lägen är på barnets sida. Barn börjar se sig själva på samma sätt som de för dem viktigaste människornas i deras liv ser dem. Andra människors åsikter om barnet inverkar på hans eller hennes självkänsla.

Barn har lättare att prata om sig själva i positiva ordalag om de ofta har hört familjemedlemmarna prata om varandra i samma stil. Beröm och uppmuntran stöder utvecklingen av barnets självkänsla. Det är bra att berätta för andra om barnets fram-

gångar och hur fint han eller hon hjälper till, så att också barnet hör berömmet.

Det är viktigt att barnet känner sig älskat och accepterat. Barnet är i tankar och prat redan "stor", men vill ändå emellanåt vara en "baby". Ännu en lång tid framöver behöver barnet uppmärksamhet, beröring och att bli tagen i famn.

Föräldrarna är viktiga

Barn behöver trygghet och lugn samvaro med föräldrarna. Barn behöver en vuxen som glädjer sig över dem och är intresserad av vad de gör och säger, med andra ord fokuserar just på dem. Stunderna tillsammans med föräldrarna är barnets höjdpunkt på dagen. Föräldrarna är de absolut viktigaste människorna i barnets liv.

Föräldrarna borde reservera tid att också umgås på tu man hand med alla sina barn. De kan till exempel göra en utflykt till simhallen, göra en butiksresa utan brådska, städa bilen eller hemmet, ja vad som helst som barnet kan delta i. Det är bra om en förälder som kommer hem från jobbet reserverar en stund för barnet innan det är dags att ta itu med hushållsarbeten. En lugn stund då föräldern ger barnet uppmärksamhet efter flera timmar av separation minskar ofta barnets behov av att trilskas.

Barn observerar noggrant familjemedlemmarnas beteende i olika situationer och imiterar det. Barn beundrar sina föräldrar väldigt mycket, och de är också barnets förebilder i att vara människa. Barnet lär sig av familjemedlemmarna till exempel deras sätt att tala, uppföra sig, förhålla sig till andra samt förmågan att visa ömhet och känslor. Därför är det inte så märkligt

i Stöd för föräldraskapet

Mannerheims Barnskyddsförbund
upprätthåller en föräldraretelefon
0600 12277 (på finska)

Föräldrasajten

www.mil.fi/vanhempainnetti

att föräldrarna ofta ser egna drag i ett barn som är i den här åldern.

Barnet visar en omåttlig beundran för de närstående med häftiga kramar och överdrivet beröm: "Pappa, du är fantastisk. Jag köper hela världen som en gåva till dig!" Samtidigt hoppas barnet att andra märker och nämner beundransvärda saker hos barnet. Barnet kan stolt säga "jag har nya hårspännen" och bli glad när någon svarar "de är då vackra och passar dig så fint".

I den här åldern kan barnet redan vara ifrån föräldern bara det inte är för en alltför lång tid och om omgivningen är bekant. En bra regel är att barnet kan vara ifrån föräldrarna lika många nätter som barnet har år på nacken. Det gäller emellertid att ta hänsyn till individuella skillnader. Barnet bör förberedas på att vara ifrån föräldern och få veta anledningen till detta. I annat fall kan barnet tro att föräldrarna inte vill vara tillsammans med honom eller henne.

i För stunder av separation

Barn som är ifrån sina föräldrar bör dagligen få vara i kontakt med sina nära och kära till exempel per telefon. Innan föräldrarna far iväg kan de ge barnet ett tröstande minne eller en uppgift som barnet kan göra och samtidigt känna sig vara i föräldrarnas tankar. Barnet kan lättare stå ut med föräldrarnas frånvaro med hjälp av fotografier, ett av föräldrarnas klädesplagg eller en överenskommelse om att alla sjunger en bekant sång vid läggdags.

Stunder av separation känns längre för ett barn än för en vuxen.

Mammas pojke, pappas flicka

Senast nu inser en pojke att han är en pojke och en flicka att hon är en flicka. Barnet imiterar vuxna av samma kön som de själva och de beundrar det motsatta könet. Vuxna kan bidra till barnets positiva utveckling till man och kvinna genom att tala respektfullt om det motsatta könet samt om sig själv som man och kvinna. De vuxnas attityder inverkar på hurdan uppfattning barnet får om olika kön. Om en pojke ser att bara mamma lagar mat och sköter barn, tror han att bara kvinnor tar hand om hushållsarbena.

Barnet blir intresserat av spädbarnens ursprung, könsskillnader och sina könsorgan. Barnet vill veta varifrån han eller hon har kommit eller hur babyen kommer in i mammas mage. Ge enkla svar på barnets frågor. Genom att ställa motfrågan "Vad tror du själv?" kan den vuxna få ett hum om vad det egentligen är barnet vill veta och hurdant svar han eller hon önskar. Det behövs ingen omfattande utredning utan för barnet räcker det att få svar på sina frågor.

Barnet har redan bildat sig stereotypa uppfattningar om skillnaden mellan flickor och pojkar. Många treåringar tycker att flickor är bättre på att laga mat än pojkar, medan pojkar kan bygga bättre än flickor. Det är föräldrarnas uppgift att uppmuntra barnet att utvecklas som individ, oavsett kön.

Barnets temperament är viktigare än könet. En äventyryslusten flicka behöver



Det är viktigt att barnet känner sig älskat och accepterat.

uppmuntras på samma sätt som en äventyrslysten pojke. Alla pojkar behöver inte spela fotboll eller ishockey. Lyckligtvis finns det otaliga andra sätt att förverkliga sig här i världen. Barnet kan behöva uppmuntras att göra saker som inte är lätta med tanke på barnets karaktär.

Liv i luckan

Barnet har bättre kontroll över motoriken än tidigare. Nu lär sig barnet sparka och kasta boll samt gå i trappor turvis med båda fötterna. Barnet har kraft i sina rörelser, ofta mer än situationen kräver. I den här åldern är barn ivriga att lära sig och visa upp sina konster. Barnet använder huvudsakligen antingen högra eller vänstra handen.

I det här skedet kan och vill barnet skapa allehanda saker med händerna. Barnet behöver möjligheter och material för att rita, modellera och knåpa. Pyssel och knåp påverkar utvecklingen allra mest om initiativet och idéerna kommer från barnet. Den vuxna handleder och övervakar barnet, men låter i övrigt barnet fritt pyssla på.

Det viktigaste är att den vuxna är intresserad av barnets pyssel. Själva sysslan är viktigare än resultatet. Därför ska man inte rätta till barnets verk, inte ens med ord. En del av barnen kan inte ännu rita bilder som tydligt visar vad de föreställer. Barnets bild av en människa kan påminna om en potatis med fyra streck i olika riktningar. Det blir rörigt och kladdigt av att skapa. Det tar kål på skapandets glädje om vuxna går till överdrift i fråga om att hålla snyggt och rent.

Föräldern kan erbjuda barn i den här åldern ett mångsidigt utbud av olika medi-

Olika temperament

Det medfödda temperamentet inverkar på hur barnet agerar och samspekar med omgivningen. Det kan bli problem om föräldern och barnet har väldigt olika temperament. Föräldern kan ha svårt att förstå barnet och de behov barnet har. Till exempel kan föräldern förvänta sig att ett blygt barn visar mod i stora barngrupper. Det bästa en förälder kan göra är att lära sig ta hänsyn till barnets speciella drag och minnas att det inte går att agera på samma sätt med alla barn. Föräldrarna kan hjälpa blyga och skygga barn att i egen takt söka sig till andras sällskap.

er, så som böcker, barnprogram, musik och digitala spel som berikar barnets liv med upplevelser. Det är föräldrarnas uppgift att säkerställa att innehållet är lämpligt med tanke på barnets ålder samt begränsa tiden.

Även om barnet redan kan använda olika medier självständigt, är det bäst om föräldern spelar spel och ser på program tillsammans med barnet. De här stunderna ger också föräldrarna en möjlighet att bekanta sig med barnets medieupplevelser och förstå hurdana känslor och tankar medierna



väcker hos barnet. Det är även bra att uppmärksamma hela familjens tittarvanor. Hur ofta är televisionen på, och är den påslagen i det rum där barnet tillbringar merparten av sin tid?

Färdigheterna ökar

Barnet kan klä på sig. Skorna hamnar ännu på fel fot och barnet kan inte knyta sina skosnören. Barnet kan hämta rena kläder från klädlådan eller -skåpet. Barnet kan lättare klä på sig om kläderna har place-

i Följ åldersgränser

Åldersgränserna för bildprogram avser att varna för innehåll som kan vara skadligt för barn som är yngre än åldersgränsen. Beslutet om åldersgränserna är bindande, inte rekommendationer. Barn får se på bildprogram och spela spel som är tillåtna för alla åldrar. De har beteckningen T.

rats åt rätt håll till exempel på sängen och i rätt ordning, det vill säga med underkläderna överst. Påklädningen går bra om kläderna är lätta att klä på och barnet ges tillräckligt mycket tid. Barnet kan också klä av sig på egen hand och kläderna blir ofta i en hög på golvet.

Barn i den här åldern är emellanåt lata och ids inte klä på sig fastän de kan. De kan också trilskas för att kläderna har fel färg eller utseende. Krånglet minskar om föräldern låter barnet välja kläder mellan några alternativ. Samtidigt ökar barnets känsla av ha kontroll över sig själv och vardagen. Barnet upplever att hans eller hennes åsikter har betydelse. Valet sker ändå inte snabbt eftersom barns tidsuppfattning skiljer sig från de vuxnas. Barn upplever inte heller brådska på samma sätt som vuxna.

Barnet kan redan mycket, till exempel äta själv, hämta dricka och själv gå på toaletten. Barn i den här åldern behöver ändå fortfarande hjälp med att tvätta tänderna och tvätta sig.

Tre-fyraåringar kan äta, hämta dricka och gå på toaletten på egen hand. Barnet behöver ännu en vuxen för att tvätta sig på kvällen och att borsta tänderna. I det här stadiet kissar barnet sällan i byxorna, men olyckor kan ännu ske. Alla barn blir torra med tiden, en del före och andra senare.

Det är viktigt att föräldrarna har en avslappnad inställning till pottråning. Försök inte för mycket, eftersom det kan väcka en känsla av misslyckande hos barnet. När barn lyckas behöver de få beröm. Bli inte arg om det sker missöden för de hör till träningsperioden. Ett barn som redan har blivit torrt kan ibland kissa på sig. Men tala om saken på rådgivningen om det sker jämt och ständigt.

Många barn behöver ännu nattblöja. Var fjärde treåring kissar på sig under natten. Inget barn kissar i sängen på flit. Därför får man inte gräla på barnet. Även om barn går på toaletten på egen hand behöver de hjälp med att torka sig och senare att lära sig torka sig själv.

Barn intresserar sig för vad vuxna sysslar med och hjälper gärna till i hushållsarbete. Denna iver håller i sig om barn får små uppgifter som de själva kan klara från början till slut. I den här åldern kan barnet inte hålla ordning i sitt rum, men barnet kan tillsammans med föräldern plocka saker från golvet. För att en utveckling ska ske behöver barn uppgifter som får dem att uppleva sig vara stora och duktiga. Barn behöver också beröm och tack när de försöker. Ge barnet handledning och uppmuntra till nya försök om allting inte går enligt planerna.





Visor, ramsor, sagor och berättelser stöder barnets språkutveckling.

Välbekanta dagsrutiner

Barn behöver en dagordning som upprepar sig ungefär på samma sätt. Det hjälper barnet att koppla samman tid och händelser. Det välbekanta stärker barnets trygghetskänsla. Barn är ofta själva noga med att saker och ting alltid görs på samma sätt. Det känns festligt att avvika från rutinerna bara om vardagen ter sig tillräckligt likadan från dag till dag. Ifall veckosluten leder till att måndagen blir veckans värsta dag, håll vardagsrytmen även under veckoslutet. Berätta i god tid om förändringar i dagsrytmen. Barnet har då tid att förbereda sig på det som kommer att ske, och känner sig tryggare. Barn kan lätt byta från en syssla till en annan om en vuxen styr det hela. I det här stadiet är minnet redan så utvecklat att barnet vet vad som följer till exempel efter en vistelse utomhus. Barnet har även lärt sig skilja på i dag och i morgon. Med andra ord kan man dagen före förbereda barnet på till exempel ett tandläkarbesök.

Håll fast vid rutinerna vid läggdags. Regelbundet återkommande kvällsbestyr i maklig takt och den egna sängen får barnet att komma till ro. Tala i god tid om att det börjar bli läggdags. Barn som hoppar i sängen direkt från leken missar en lugn och mysig samvaro med föräldern. Kvällsritualer och bekanta nattleksaker invagar i trygghet och får barnet att krypa upp i sängen med gott mod.

Det är viktigt att föräldrarna har förståelse för hur pigga eller trötta barnen är och hjälper dem att identifiera variationer i krafterna. Föräldrarna lär sitt barn att känna igen till exempel tecken på trötthet genom att berätta när barnet är trött. På så sätt lär sig barnet att koppla sitt tillstånd

med trötthet. Samtidigt lär sig barnet att när man är trött är det dags att vila eller gå och lägga sig.

Barnet lär sig undvika och akta sig för farliga situationer bara vuxna styr och handleder. Barnet kan ändå inte vara på egen hand ute på gården, utan behöver en vuxen som håller ett vakande öka.

Barnet pratar på

Barnet talar redan flytande och så att andra förstår. Nu lär sig barnet dagligen nya ord. Treåringar bildar meningar med två till fem ord och kan räkna till tre. Fyraåringarnas meningar består redan av fem till sex ord. Ordförrådet är stort, ungefär tusen ord. Småningom försvinner det barnliga uttalet medan enskilda ljud, såsom att uttala r, s och l, ännu kan orsaka problem.

Det går att stöda barnets språkutveckling på många sätt, till exempel i samband med vardagssysslor. Gör barnet bekant med olika begrepp såsom "min" och "din", "framåt" och "bakåt", "höger" och "vänster" genom att använda dem när du uppmanar barnet eller ber om något. Be barnet till exempel duka bordet och placera en blå sked ovanför tallriken, ta på sig en skjorta från nedersta hylla och sätta högersko på högerfot.

Ordäventyr

Barn gillar att använda nya, svåra ord, såsom "förresten" och "tyvärr". Olika ramsor är typiska i den här åldern.

Barn talar mycket, också för sig själv. När barnet ilsknar till är det ord och inga visor. Barnet använder starka och överdrivna uttryck, som att det har hänt "åtminstone tusen gånger".

Barnet njuter storligen av att ha ett hemligt språk tillsammans med föräldrarna. Familjens egna lustiga och smeksamma ord vittnar om hur mycket familjemedlemmarna bryr sig om varandra. Det är värt att värna om de smeksamma orden.

Frågorna tar inte slut hos ett barn i den här åldern. Föräldrarna får svara om och om igen på frågor som börjar med varför. Barnet tror att allt har betydelse, och vill veta varför rött är just rött eller blir också skelettet vått när en människa simmar. Förklaringarna intresserar barnet, samt hur väl en förklaring överensstämmer med hans eller hennes egna tankegångar om saken. Barn lär känna världen omkring sig med hjälp av frågor och svar. Det är roligt att lära sig ifall vuxna förhåller sig förståelsefullt till barnets nyfikenhet och svarar på hans eller hennes frågor samt dryftar dessa tillsammans.

Barn i tre- och fyraårsåldern berättar historier. Barnet förmår se och tolka andras göromål som om de var fiktiva händelseför-

lopp. Barnets berättelser består av människor som vill en massa saker och agerar med ett mål i sikte. Uppmuntra barnet att berätta historier. När barn hittar på och berättar historier utvecklas deras tänkande samt förmågan att både uttrycka sig och strukturera världen.

Barn tröttnar inte på sina älsklingsagor, som de oftast kan utantill. Det är viktigt för barn att sagan har ett lyckligt slut. Barn tycker om att lyssna på berättelser som föräldrarna hittar på om sin egen barndom. Sagor, böcker och olika ljudupptagningar stärker barnets språkutveckling, minne och koncentrationsförmåga.

Saga eller sanning

Det är svårt att skilja åt verklighet och fantasi. Andras och egna berättelser blandas med verkliga händelser i barnets prat. Därför är det barnet berättar inte alltid sant. Barnet ljuger ändå inte medvetet. Det är föräldrarnas uppgift att förklara för barnet vad som är sant och vad som är påhittat.

Sanning och saga blandas ofta ihop i barns tankar när de håller på att somna eller om de vaknar på natten. Barn kan tro att det bor en krokodil under sängen eller att ett monster gömmer sig garderoben. Också välbekanta möbler ser skrämmande ut i mörkret. Det lönar sig att läsa spännande sagor tidigare på dagen för att inte rädslan ska hindra barnet från att få tag i sömnen.

Barnet kan ha låtsaskamrater och anse dem höra till hans eller hennes bästa vänner. Med hjälp av inbillade vänner behandlar barnet sina känslor, sina goda och dåliga sidor och livet tillsammans med andra. Låtsaskamraterna vittnar om att barnet är



*"Mammas lilla gullegryn."
Värna om familjens
smeksamma ord.*

kreativt och har ett flexibelt tänkande. Barn vet också själva att låtsaskamraterna inte är verkliga.

Känslor är hanterbara

I den här åldern börjar barnet visa olika känslor, allt från glädje, sorg och förnöjsamhet till ilska, besvikelse, rädsla och förundran. Med tanke på känslolivets utveckling är det viktigt att föräldern i olika situationer identifierar barnets verkliga känslor. Barn behöver föräldrarnas hjälp med att identifiera i synnerhet

otrevliga känslor. Det är viktigt att föräldrarna försöker känna igen barnets sinnes-tillstånd och namnge dem samt gläder sig tillsammans med barnet och tröstar om det behövs. Föräldern kan till exempel säga till barnet att "du är helt tydligt arg, berätta vad det är som gör dig arg". Barn borde få uppleva att föräldrarna accepterar alla typer av känslor och hjälper barnet att hantera dem. Barnet behöver hjälp av en vuxen för att lära sig att man kan klara av olika känslor.

Barn i den här åldern börjar också själva använda ord för att uttrycka sina känslor.

Det är viktigt att föräldern även klär sina egna känslor i ord. Det hjälper föräldern att lugna ner sig i stunder av frustration och ger samtidigt en ökad självkännet. I den här åldern härmar barnet föräldrarna i så gott som allting, även när det gäller att visa känslor. Barnet gör som föräldrarna gör, inte som de säger sig göra. Föräldrarna är förebilder och av dem lär sig barnet bland annat att säga förlåt.

Trygga gränser

Barn i den här åldern inser också själva att de är individer och har rättigheter. Låt barnet göra val och respektera barnets åsikter och önskemål till en viss gräns. Det är ändå den vuxna som fattar beslut samt sätter upp regler och gränser. Syftet med gränserna är att skydda barnet från faror, vänja honom eller henne vid spelreglerna i samspellet med andra och att lära barnet att bli du med sig själv. Allt detta inger en känsla

i Exempel på olika regler

- **Säkerhetsreglerna** skyddar barnet från olyckor, exempelvis att man inte leker på gatan.
- **Samspelsreglerna** förbereder inför samlevnad, exempelvis att man inte får skada eller sår andra.
- **Trivselreglerna** gör livet smidigare, exempelvis när alla vet hur länge kompisarna får vara inomhus eller hur länge det är tillåtet att se på television.

av trygghet och lär barnet tålmod och flexibilitet.

När barn har tydliga regler, vet de vad som väntas av dem och hurdana påföljder deras beteende kan få. Livet är då mer förutsägbart. Det vore bra om alla vuxna i barnets närkrets har enhetliga principer och metoder när det gäller barnfostran. Barnet vill anpassa sig till regler och visar det genom att anstränga sig för att lära sig reglerna och förstå förbud. Ibland behöver barn mycket stöd, övning och uppmuntran från föräldrarna för att lära sig reglerna.

Vanligen testar barnet varenda regel genom att till en början säga emot. Barnet kan hantera bara några olika regler. Om barnet inte följer givna anvisningar är det onödigt att upprepa samma sak många gånger. Barnet förstår bättre om föräldern förutom att förklara med ord, även själv visar hur barnet ska göra. Barn varken lyssnar på eller förmår ta till sig ett fortlöpande flöde av anvisningar. Ständiga förbud och anvisningar kan väcka motstånd. Barnet vet redan i princip vilka saker som förbjudna. Minnet är ännu kort och barnet glömmet lätt förbud, i synnerhet om det förbjudna är väldigt intressant. Ge beröm och uppmuntran när barnet följer en anvisning.

Stunder av besvikelse

Det är inte lätt att sätta gränser för barn. De blir besvikna och föräldrarna måste lära sig klara av barnens besvikelse samt tolerera deras ilska. Barnets liv ter sig klart och tydligt när föräldrarna är lugna men bestämda och håller fast vid sina beslut. Ett förbud är ett förbud, även om barnet

krånglar. Om föräldern ger efter lär sig barnet att förbud kan hävas bara man trilskas.

Besvikelser är en del av livet, de hjälper barnet att utvecklas. Det är föräldrarnas uppgift att bedöma när, hur och vilken typ av besvikelser barnet kan hantera. Den bedömningen kan vara svår att göra eftersom situationerna alltid är olika. I regel förstår ändå föräldrarna när det är rimligt att göra barnet besviket. Felbedömningar kan till all lycka alltid korrigeras. Närheten till en trygg vuxen mitt i ilskan berättar för barnet att man klarar av besvikelser. Samtidigt stärks barnets tilltro till livet och till människor.

Barn accepterar inte förbud alltför lätt. De förhandlar, vädjar, ler, gnäller eller tar till all sin charm för att få sin vilja igenom. Barnet kan även kommendera föräldern att vara tyst. Då är det dags för föräldern att lugna ner barnet och motivera förbudet. Förbud och följderna av att göra det förbjudna bör förklaras så att barnet förstår. Föräldern kan till exempel förklara att barnet inte får slå mamma, för det gör ont och mamma blir ledsen. Barn förstår förbud och anvisningar bättre om föräldern talar och samtidigt ser på barnet.

i Regler utom hemmet

När barn deltar i olika tillställningar utanför hemmet lär de sig att man betar sig olika på olika platser. Med föräldrarna och andra som förebild lär sig barnet att man äter på restaurang, lyssnar på musik under en konsert medan man springer och stöjar i parken – och inte tvärtom.



Ilkska är tillåtet

Ilkska är en del av livet. Förälderns famn lugnar en del av barnen, medan andra behöver vara för sig själv för att lugna sig. Berätta för ett argt barn, som drar sig tillbaka för att lugna ner sig, att föräldern är här i rummet bredvid och barnet kan komma till föräldern omedelbart när det känns så. I alla händelser ska föräldern prata om saken efter att barnet varit stund på egen hand. Barn får inte annars heller lämnas ensamma att klara upp besvikelser och känslor, lika lite som deras erfarenheter får bagatelliseras. Barn kan nämligen tolka det som att föräldrarna är rädda för barnets ilska. Det leder i sin tur till att barn blir rädda för sina egna känslor och upplever att det de känner är fel.

Det är föräldrarnas uppgift att hjälpa barnet att klara sig genom känslostormen. Ett argt och ursinnigt barn kan inte behärska sig om föräldern skriker åt honom eller henne. Hot och slag äventyrar barnets trygghetskänsla. Det är i lag förbjudet att aga barn. Barn får inte skada sig själva eller andra eller söndra saker, oavsett hur ilska de är.

Barn lugnar snabbare ner sig när de märker att föräldern kan hantera även otrevliga erfarenheter. Försök tala lugnt med ett barn som trilskas. Försäkra att allt är snart bra igen. Besvikna, ledsna och ilska barn behöver tröst och en förståelsefull famn. I en trygg famn lär sig barnet att lugna ner

i Svåra känslor

Det är normalt att som förälder ibland känna sig trött, ilsken, frustrerad och att ha negativa känslor för barnet. Det är emellanåt besvärligt att leva med ett trotsigt barn och barnets beteende kan rentav väcka raseri hos föräldern. Om du känner att du håller på att tappa kontrollen och det finns en fara för att du skadar barnet, gå till ett annat rum för att lugna ner dig. Gå tillbaka till barnet när du har lugnat dig. Om de här situationerna upprepar sig ofta, våga tala om hur du orkar under nästa besök vid rådgivningen eller ta kontakt med andra yrkesutbildade personer inom familjevården.

sig. Samtidigt förstår barnet att också otrevliga känslor är tillåtna och att föräldrarna tycker om dem fast de bråkar.

Tala med barnet om hans eller hennes beteende när ilskan väl har ebbat ut. Förklara varför du inte accepterar barnets beteende. Berätta att du inte tänker ge efter hur mycket barnet än krånglar. Minns att du kan gråla på det barnet har gjort, inte på barnet eller barnets personlighet.

Medkänslan utvecklas

För att utveckla en känsla för moral är det viktigt att barn lär sig att det är tillåtet att både känna och visa alla typer av känslor. Barnet behöver veta att det är tillåtet att vara trött. Ingen behöver orka i evighet. Barnet inser samtidigt att han eller hon har rätt att få omsorg och ömhet. När barn får sina behov tillgodosedda lär de sig att de och deras åsikter har betydelse. Samtidigt upplever barnen att de kan inverka på omgivningen. Det lönar sig att berömma och uppmuntra ett barn som gör rätt. På så sätt förstärks barnets vilja och förmåga att samarbeta med andra. När föräldrarna ger barnet närhet och medkänsla lär sig barnet att ge det till andra. Barnet kan bekymra sig över och trösta ett gråtande barn. Barn som har fått tröst i svåra situationer vågar söka tröst även i fortsättningen.



Rollekar intresserar

Barn i den här åldern leker gärna mamma, pappa, barn eller andra rollekar. De bygger kottor och med lego, klarar pussel med mer än tio bitar och framför dockteater. Faktaböcker och dataspel börjar också intressera. Barnet klär sig gärna till exempel i föräldrarnas gamla kläder. Låtsaslekar hör till favoritnöjerna.

I leken lär sig barnet viktiga färdigheter som behövs för att leva tillsammans. Via leken lär sig barnet också vänta på sin tur och såväl framföra egna som ta hänsyn till

andras önskemål. Leken lär barnen självständighet och utvecklar en känsla för rättvisa. Känslorna som framförs i rollekarna lär barnet att leva sig in i en annan människas situation.

Reservera tid, utrymme och ro för barnets lek. Vuxna ska blanda sig i bara om leken hotar att bli farlig. Barn behöver inte idéer av vuxna, utan i regel hittar barn själva på sina lekar.

Leken är ofta högljudd och rummet en enda röra. Ibland avbryts leken och leksakerna blir huller om buller kvar på

golvet. Även om oljudet och oredan ibland irriterar föräldrarna, ska man låta barnet leka på. Leken och den glädje den medför kan inte ersättas med någon annan verksamhet.

Leken borde alltid få vara just lek för att värna om barnets leklädje. Det är viktigt att barnet får glädja sig över leken utan några som helst mål eller prestationstryck.

Roligare med en lekkamrat

Barnet leker bra i en grupp på två eller tre barn. Leckamaterna försöker inte längre skada varandra när de har olika åsikter, men ordväxlingen är häftigare än tidigare. Barnet kan i viss mån förhandla

Syskonavundsjuka är vanligt. Därför är det viktigt att betona goda sidor och fina färdigheter hos varje enskilt barn. "Lillebror är en lyckans ost som har en så påhittig och vänlig storasyster."

och köpslå om en bytesaffär med ett annat barn. När leken inte förlöper som barnet vill, försöker barnet kanske ändra reglerna till förmån för sina egna intressen eller påstår att de andra leker fel.

Barn i den här åldern har svårt att förlora och tål inte misslyckanden. De behöver föräldrarnas hjälp för att klara nederlag. Förlusten kan även väcka avund. Barn klarar sig bättre ur besvärliga situationer om föräldrarna berättar för dem om deras goda egenskaper, "Micke var den här gången bättre i spelet, men du är väldigt bra på att bygga med legoklossar. Tornet du byggde igår var jättefint."

Det är bra att betona för barnet att man inte alltid behöver vinna och inte heller behöver ha allt som andra har. Det vore bra om barnet lär sig uppskatta ett annat barns sällskap utan att se lekkamraten som en rival.

Om barnet vill vara bra på något, berätta till exempel om hur viktigt det är att öva. Ge exempel ur barnets liv. När barnet beundrar den äldre personens bagarkonst, konstatera att den äldre redan har bakat i många år. Uppmärksamma och ge beröm när barnet har utvecklat olika färdigheter.

Det är inte självklart för ett barn hur man ska umgås vid olika tillfällen. Barnet kanske inte märker att det hör till att hälsa på andra när man ansluter sig till ett sällskap och att ta avsked när man går. Det är föräldrarnas uppgift att lära och öva barnet att uppföra sig. Föräldrarna ska också övervaka att barnet följer umgängesreglerna precis som uppsatta gränser. Barnet måste förstå att det är förbjudet att reta andra, ropa skällsord eller peka på andras svagheter.

Syskon fostrar

När det gäller nära människorelationer hör syskonrelationen till de mest långlivade i livet. Syskonen lär sig vara tillsammans, tävla, förhandla, stöda den andra, stå på sig och ge efter. Syskonen får uppskattning av varandra för sina färdigheter och ger konstruktiv respons. Relationer syskon emellan kan aldrig vara helt okontroversiella.

Syskonrivalitet är vanligt inom barnfamiljer. Berätta för vart och ett av dina barn att du älskar barnet precis som han eller hon är. "Jag är stolt och glad över alla mina barn. Du är min Sara, min glada glädjespridare. Dina berättelser är unika och får mig alltid på gott humör." När du beaktar personligheten och specialbehoven hos varje

enskilt barn visar du hur viktig han eller hon är. Minstingen vill också bli beundrad för sina nya färdigheter precis som den förstfödda en gång i tiden.

Undvik att jämföra barnen sinsemellan, eftersom det ökar syskonrivaliteten i ännu högre grad. Berätta i stället för barnen hur du märker att de älskar och beundrar varandra. Uppmuntra dem att leka tillsammans. I regel minskar rivaliteten mellan syskonen när barnen märker att systrarna och bröderna är trevliga lekkamrater. Sök inte skyldiga när barnen grälar med varandra. Diskutera i stället tillsammans om hurdana känslor grälet väckte och fundera över hur ni kan lösa problemet som ledde till grälet.



Bland kamraterna lär sig barn samspelets grunder samt att visa och reglera sina känslor. Barn övar sig i att lyssna på andra och att bli rättvisa. När barn råkar i gräl brukar de i allmänhet lösas spontant. Det går även att lära sig konsten att lösa tvister. Föräldern och barnet kan kan sinsemellan öva att leva sig in i den andras situation och fundera hur det känns för kamraten när ett gräl uppstår. Barnet förstår inte nödvändigtvis hurdan effekt det egna beteendet har på andra. Det är bra att tillsammans med barnet fundera ut lämpliga metoder för hur barnet kan uttrycka sin ilska till exempel i stunder av frustration.

Kamraterna är viktiga för barnet. Det är bra om också föräldrarna till barn som leker med varandra lär känna varandra. Alla barn vill inte ha en lekkamrat, en del barn trivs bra för sig själv. Barnet får inte tvingas att skapa vänskapsrelationer. Föräldrarna borde inte heller bestämma vem som är en lämplig kamrat till barnet. Givetvis går det bra att ge ett blygt och skyggt barn råd för att ta kontakt med andra barn.

Flera generationer

Relationen till mor- och farföräldrar är viktig. Alla barn har emellertid inte mor- och farföräldrar eller de kan kanske inte vara närvarande i barnbarnets vardag på grund av arbete, resor eller av andra skäl. Då kan någon annan vuxen som står familjen nära bli lika viktig för barnet.

Mor- och farföräldrarnas berättelser fascinerar barnet. Barnet intresserar sig för sina mor- och farföräldrar och visar sin beundran för dem. Barnbarnet blir lätt

ivrigt av gemensamma sysslor. Mor- och farföräldrarna är intresserade lyssnare och tålmodiga samtalsparter till barnet.

Ålderskillnaden mellan barnbarn och mor- och farföräldrar är stor. Mor- och farföräldrarna erbjuder barnet olika modeller att vara människa. Barnen observerar och härmar dem gärna. Ur barnets perspektiv är det bra om föräldrarna och mor- och farföräldrarna har enhetliga uppfostringsprinciper och -metoder. Den tid som barnet tillbringar tillsammans med till exempel farfar samt deras gemensamma upplevelser stärker relationen dem emellan.

Samtidigt som livslängden ökar, lever generationerna längre sida vid sida. Mor- och farföräldrarna kan ha mera tid och möjligheter än tidigare att stöda sina barn i föräldraskapet och följa med barnbarnens liv. I och med att familjerna blir mindre kan mor- och farföräldrarna vara en viktig resurs. Det lönar sig att ta emot deras stöd. Livsvisdom inger trygghet i stunder av osäkerhet.



I serien Barnet under olika levnadsår beskrivs växelverkan mellan barn och föräldrar samt barnets psykosociala utveckling från födelsen till skolåldern. Praktiska råd uppmuntrar föräldrarna att lyssna till och sporra barnet.



MANNERHEIMS
BARNSKYDDSFÖRBUND

Mannerheims Barnskyddsförbund är en medborgarorganisation som främjar barnens rätt till en god och lycklig barndom.