



Familieklubben

- Deling

Obs! Direktesendingen er inaktiv: [Aktiver](#)

Ansv. redaktør
Gard Steiro



Article image

Hvorfor er det så vanskelig å si nei til barna?

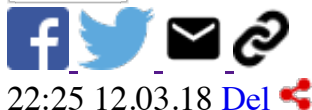
Velkommen til Familieklubbens nettmøte [Les mer](#)

- Nettmøtet er nå avsluttet! Psykolog Hedvig Montgomery svarer på spørsmål om grensesetting.

Rediger

09.25.24

Emne...

22:25 12.03.18 [Del](#)

Takk for i dag!

Det var alt vi rakk å svare på. Takk for mange gode spørsmål! Følg med på Familieklubben.no hvor psykolog Hedvig Montgomery kommer til å skrive fast fremover.



Sticky

Skjul på VGTV

[Del](#)

Lene: Datter på 4 år som får voldsomme raserianfall og reagerer på alt. Litt bakpå med språk, holdes noe utenfor i bgh. Skal vi overlate dette til bgh eller koble inn barnepsykolog?



Svar: Hei Lene. At raserianfall og sen språkutvikling henger sammen, er helt naturlig. Når du ikke får uttrykt det du har på hjertet, er det naturlig å bli sint. Les enkle bøker sammen, følg hennes interesse og hvor hun peker når dere leser. Snakk mye med henne, slik at hun får mer språk også av deg. Og snakk med barnehagen om hva de gjør for å hjelpe språket på vei. Akkurat nå er det det aller nyttigste du gjør. Lykke til!

Av: **VG** Hedvig Montgomery



Sticky

[Del](#)

Velsignet mamma: Hei! Ha en datter på 4 år og 4 mnd, og sønn på 7 mnd. Jeg har en utfordring nå m at hun ikke alltid hører etter eller svarer. Av og til høres hun ut som en 15 åring. Hvordan kan jeg hjelpe henne?



Svar: Kjære velsignet mamma. Jeg er enig, så heldig du er! Og så slitsomt det er å håndtere to barn på denne alderen. Husk at din jente på fire bare er fire år. Fordi du har en baby, tenker du automatisk at hun er eldre og klokere enn hun er. Men du kan nesten ikke forvente at hun hører alle beskjeder, slik virker ikke fireåringens hjerne. Og selv om hun høres ut som 15, er hun ikke mer enn fire. Så husk hvor hun er i livet sitt, og gi henne rom til å være akkurat der.

Av: Hedvig Montgomery



Sticky

[Del](#)

Sliten pappa: 6-år gammel jente med voldsomme raseriutbrudd, slår eller sparker oss og ødelegger ting. Det skjer bare hjemme. Hva er normalt - hvor går grensen for å oppsøke hjelp?



Svar: Seks-åringer blir ofte omtalt som barnealderens tenåringer. De elsker og hater, smeller i dører og tar hele følelsspekteret i bruk. Det går over når de finner en måte å leve med sine følelser på. I tillegg er det mye som skjer i livet til en seks-åring, med skolestart og mye struktur hun skal tilpasse seg. Så ikke vær for hard hjemme, det er en grunn til at hun raser hjemme og det er nok at der føler hun seg trygg nok. Jeg ville ha gitt henne litt mer tid til å modnes, prøvd å lage rom også for hyggelig tid og aktivitet sammen, og sett om hun kommer seg over dette i løpet av et år. Er du usikker, ta en prat med helsesøster på skolen. Hun kjenner aldersgruppen godt. Lykke til!

Av: Hedvig Montgomery



Sticky

[Del](#)

Lena: 7-åring som er veldig sjalu på lillebror (5) og mobber ham, slår og kaller ham ting. Vi prøver å snakke med eldste og beskytte yngste, men er ellers i villrede om hvordan vi kan håndtere dette.



Svar: Kjære Lena. Dette er både sårt å se og komplisert å møte. Fortsett med å snakke med barna om dette, for det trenger de. I tillegg må dere hjelpe eldstemann til å føle seg både sett og selvstendig. Ha alenetid med ham, slik at han ser at han også får hjelp og kjærighet, og hjelp ham med å finne aktiviteter han trives med. Femåringen havner jo litt i skyggen, så sørg for å se ham og løfte ham ut fra den. Noen barn har vansker med å virkelig like hverandre, da trenger de å få like seg selv først. Og så kanskje de kommer i en ny situasjon, hvor de oppdager nye ting hverandre og kanskje til og med finner noe å like ved broren sin. Gi dem rett og slett mer tid og trygghet, og så pleier miraklene å skje. Ikke akkurat en quick fix, men likevel - sender så gode tanker.

Av: Hedvig Montgomery



Sticky

[Del](#) 

Pappa med tredje kull: Når er det (eventuelt) forsvarlig å tvinge barn fysisk?



Svar: Kjære produktive pappa. For et godt spørsmål! Her kommer et litt grunnleggende svar; Du skal aldri bruke mer makt i møte med barn enn det som er nødvendig. Fysisk tvang er i grunnen bare greit når det er snakk om helt nødvendige ting, som å gi medisiner som smaker vondt etc. Å finne andre veier rundt, lønner seg alltid. Vil barnet ikke ha på seg parkdressen? Gå noen meter uten før dere tar den på, når hun kjenner hvor kaldt det er å gå uten. Dårlig tid om morgenen og bare må gå? Ta med barnet, men prøv å ha bedre tid i morgen slik at overgangen ikke blir så brå. Jo mindre fysisk makt du bruker, jo bedre. For barnet er du veldig stor, og også skremmende. For oss voksne er det lett å glemme akkurat det.

Av: **VE** Hedvig Montgomery



Sticky

[Del](#) 

T.: Hei

Min 8 åring og jeg har noen eksplosive krangler. Han blir veldig fysisk mot meg, klenger og slå. (veldig sterk) Så eksploderer jeg og så er vi i gang. Vi må bryte et mønster. Noen tips?



Svar: Kjære T. Høres tungt ut å ha det slik. Husk at 8-åringer er dårlige på å håndtere følelsene sine, det går veldig raskt fra en følelse til fortvilelse. Prøv å snakke om det å ha sterke følelser og hvordan dere har dere sammen når dere ikke krangler. Når dere går en tur sammen eller når dere er ute og kjører bil sammen. Får du åtteåringen i hvert fall litt i tale, så er mye gjort. Barna i denne alderen har faktisk som sitt viktigste prosjekt å lære seg å håndtere sine sterke følelser. Prøv å være veiviser i stedet for å bli på samme måte selv, det er det åtteåringen din trenger mest akkurat nå. All mulig lykke til!

Av: **VE** Hedvig Montgomery



Sticky

[Del](#) 

Lene: Jeg så svaret ditt til Aida, om å la barna på 9 og 11 får lov til å krangle og finne ut av det selv. Mener du det samme gjelder for søstre på 4 og 5 år?



Svar: Jo yngre barn, jo mer må du følge med. Men ja, også fire- og fem-åringer trenger å få krangle uten at de blir skilt ved første sverdslag. Så vent litt, hold deg i bakgrunnen og se om de ikke klarer det selv. Barn krangler stort sett om to ting; hvem som skal ha hva og hvem som er sterkest. Det første må de lære seg å løse, det andre må de finne ut av. Og i utgangspunktet er krangler tegn på to sterke barn som vil og kan ta for seg av livet.

Av: **VE** Hedvig Montgomery



Sticky

[Del](#) 

Netsy10: Vanskelig å sette grenser med nettbruk når andre foreldre tillater barna å ha spill og apper som har høyere aldersgrense. Jeg blir sett på som veldig streng. Hvordan kan jeg best stå imot dette?



Svar: Dette er et vanskelig spørsmål. Være kjip forelder eller la barna gjøre ting du vet ikke er bra for dem? Selv velger jeg det første. Det er mitt ansvar som voksen. Samtidig er det en balansegang, for blir du for streng slutter barna å være hjemme fordi de oppsøker de hjemmene hvor alt er lov. Følg med på spillene, la dem få mer avanserte spill i takt med at de vokser og finn også spill sammen som er ok for den alderen de er i. Men hovedregelen er; aldersgrenser for spill er der av en grunn.

Av: **VE** Hedvig Montgomery



Sticky

[Del](#)

Aida: Hei. Har en 9 åring gutt og en jente på 11 år, som er som hund og katt med en gang jeg ikke følger med. Føler at jeg må ofte skrike og bryte opp krangelen deres, før det ender opp dårlig. Tips?



Svar: Å ha søsken er en fantastisk gave, fordi det gir barna mulighet til å lære seg å krangle og løse krangler - hvis de får lov. Du har sannsynligvis lagt deg til en forventning om at de ikke skal krangle, og dermed mister de all den læringen de kunne fått. La dem krangle, les avisen i mellomtiden. De løser sannsynligvis sine krangler bedre uten deg. Ser du at en alltid vinner, så får du støtte den andre etter krangelen. Hvis det er mer jevnt fordelt, la dem finne ut av det selv. Jeg vet at det høres rart ut, men trekker du deg litt mer tilbake, gir du dem større sjanse til å oppføre seg bra. Og så kan dere snakke om det i stunder hvor det ikke er krangel, om hva som kjenes ok ut og hva som er bare dårlig oppførsel. Det er livsvisdom for barna!

Av: **VE** Hedvig Montgomery



Sticky

[Del](#)

mamsen: Hei.

Hva gjør jeg når barnet nekter å høre på meg når det er leggetid? (lukker øynene og gleiper med tunga)

Hva gjør jeg når barnet plutselig går ned fra bordet, og nekter å sette seg?



Svar: Hei Mamsen. At barna ikke hører på deg, er dessverre en del av foreldrerollen. Du må bare holde på ditt likevel. Når det er leggetid, så er det slik det er. Og barn går gjerne fra bordet når de føler seg ferdige, du kan strekke det litt lengre hvis du vil - og til slutt få barn som sitter lenge ved bordet. Inntil det skjer, så kan du jobbe med å få barnet til å si takk for maten og i hvert fall være litt høflig. Ta det skritt for skritt, oppdragelse er et langsiktig prosjekt.

Av: **VE** Hedvig Montgomery



Sticky

[Del](#)

Ida: Vi har en datter på 5,5 år. Hun har stadig vondt steder. Veldig opptatt av sykdom og slikt. Legen sier hun er frisk. Når skal vi ta henne på alvor? Vi er obs på at vi voksne ikke har mye fokus på sykd



Svar: Hei Ida. Ikke et så lett spørsmål, for her finnes det (minst) to muligheter; enten så har hun vondter som legen faktisk ikke har funnet ut av. Det er ikke lett å diagnostisere barn rett og slett fordi de har så problemer med å plassere smerter i kroppen på riktig sted. Så jeg vil ikke si helt sikkert at det ikke kan være noe, selv om man ikke har funnet noe. Den muligheten må dere bare holde åpen litt til. Så er det den andre muligheten, at hun tror at dette er måten å få oppmerksomhet og trøst på, og da trenger hun sannsynligvis også oppmerksomhet og trøst. Så være nær henne og gi henne også mye kjærlighet for annet. Dersom det bare er det siste som er grunnen, så kommer det til å gå over av seg selv med nok kos og lek i hverdagen. Det er i hvert fall en hyggelig resept!

Av: **VE** Hedvig Montgomery



Sticky

[Del](#)

Oliver: Hei, vi er en travel familie på 5. Gutter på 6 og 9 og jente på 3. Vi sliter med mye dårlig opptreden etter skole jobb og barnehage. Mange krav, "namecalling", Sult, slitenhet er nok av grunnen. Tips?



Svar: Kjære Oliver. Ja, gleden over tre raske barn kan noen ganger bli litt borte i alt hverdagsmaset. Jeg har dessverre ikke noe bedre tips her enn at rutiner som sitter, rask mat og nok tid til hvert av barna er nøklene. Med det siste mener jeg at det ofte hjelper å bryte opp mønstrene i familien, slik at en voksen er alene med ett eller to barn mens den andre voksne tar den gjenværende eller at det på annen måte legges til rette for alenetid mellom voksen og hvert enkelt av de tre barna i hvert fall i løpet av en måned. Når alle tre får litt oppmerksomhet hver for seg, pleier de å fungere bedre sammen. I hvert fall verdt et forsøk?

Av: **VE** Hedvig Montgomery



Sticky

[Del](#)

Jostein : 5åring som er voldsom av seg i møte med andre barn.Sosialt sett begynner det bli litt utfordrende for han da andre barn trekker seg unna.Hvordan kan vi forklare han ett bedre sosialtspill?



Svar: Hei Jostein. Jeg synes dere bør prate med barnehagen om dette. Hvordan opplever de fem-åringen, og har de noen tips til akkurat ham og dere? Noen ganger går barn litt i vranglås sosialt, og da trenger de oss voksne til å hjelpe seg tilbake i leken. Og det har en god voksen i barnehagen som har jobbet med mange barn gode forutsetninger for å hjelpe til med. Lykke til!

Av: **VE** Hedvig Montgomery




Sticky

[Del](#)

Stefan: Datteren vår på snart 4 er svært vanskelig ved legging. Plutselig har hun "feil sokk/dyne/lys", noe som er umulig å fikse og fører til at hun klikker. Tips til hvordan vi bør takle disse "anfallene"?



Svar: Legging og søvn er et viktig område i alle familier - og også vanskelig i alle familier. Legging i denne alderen må skje tidlig nok til at barnet ikke er overtrøtt, det må være et ikke alt for langt leggeritualet, likt hver gang - og gøy! Snakk med henne en dag (lenge før legging) om hvordan hun vil at leggingen skal være - finn et kompromiss dere begge kan leve godt med, og feir med kake at dere har nye leggerutiner. Og når det så kommer klager på sokkene eller at feil kosedyr er med i senga eller hva det kan være - si at det kan dere snakke om i morgen. For nå er det leggetid. Vennlig, bestemt og uten omveier. Når alt kommer til stykke, så er det du som bestemmer. Ønsker dere gode kvelder og netter, begge to!

Av:  Hedvig Montgomery



Sticky

[Del](#) 

Kristin: Når jeg setter grenser for barnet mitt er det tydelig at hun ikke tar det alvorlig. Finnes det andre metoder for grensesetting enn "straff" og konsekvens for å moderere uønsket oppførsel?



Svar: Barn lærer seg svært lite av straff, så stort sett er det andre måter vi har til rådighet. Vær også klar over at mange barn som blir redde, begynner å le eller ser ut som de ikke tar deg alvorlig, selv om de faktisk gjør det. Når det umodne nervesystemet deres renner over av følelser, kan de reagere helt feil. Det viktigste du gjør er dels å sørge for at dere snakker om det som er vanskelig når hun ikke er i situasjonen, altså ikke når hun gjør noe galt. Da er hun ikke sperret av de sterke følelsene sine og kan lettere høre hva du sier. Det aller meste av oppdragelsen skjer faktisk når det ikke brenner. Og dels viser du ved hvordan du selv lever og hva du selv gjør hva som er riktig. Du er langt viktigere for henne som eksempel enn du tror selv! Lykke til!

Av:  Hedvig Montgomery




Sticky

[Del](#) 

SV: Hei! Har en på 3,5 år som noen ganger er litt voldsom med lillesøster på 1 år. Hva gjør vi med det?



Svar: Dette er et godt og vanlig spørsmål! Frem til yngstemann fyller tre og kan ta igjen, må dere passe på lillesøster. Ikke la henne være alene med et eldre søsken før de begge kan ta igjen og kjempe de søskenkampene som en søskenrelasjon krever. Men jeg lover, det kommer en dag hvor de kan leke fint sammen, de to, mens du gjør noe annet. De må bare bli litt mer jevnbyrdige først.

Av:  Hedvig Montgomery



Sticky


[Del](#) 

Linda: For et år siden flyttet jeg inn til min samboer og hans datter på nå 10 år. Hun bryter oss opp konstant, også på nattertid. Kan vi sette grenser?



Svar: Kanskje ikke svaret du ønsker, men slik er det; å flytte inn til noen med barn er krevende. For selv om samboeren din har valgt deg, så har ikke datteren hans det. Og hun trenger lang tid på å bli kjent med deg og ha tillit til deg. Vanligvis tar det tre år fra en ny voksen kommer inn, til barnet er helt komfortabel med det. Så mitt beste råd til deg og dere er å vente. La henne komme inn og gi henne rom til å bli kjent

med deg på en god måte. Kanskje er det noe fint bare du og hun kan gjøre sammen på dagtid? Og la for all del din kjære ta seg av de mer tunge oppgavene, som lekselesing og kjeft. For dere trenger å bli bedre kjent uten forstyrrelser, du og 10-åringen. Lykke til!

Av:  Hedvig Montgomery




Sticky

[Del](#) 

Utslitt mamma : Vår yngste datter på 4 år reagerer på de minste ting med et ekstremt sinne. Hun hyler, slamrer med dører og kan klore/dytte, samme reaksjon når hun er lei seg. Fagsenter er koblet inn, er det nok?



Svar: Å bli sint er en helt naturlig måte å uttrykke seg på, for barn i lange perioder faktisk den eneste de har når det er noe. Dersom det er vanskelig å forstå hva sinnet kommer av, så opplever hun å ikke bli forstått, og blir dermed enda mer sint. Så ja, det blir lett en dårlig spiral. Fint at dere har søkt hjelp. Og prøv å se bak utbruddene hennes, hva har egentlig skjedd før? Hjelp henne også med språkutvikling, jo bedre språk hun får jo lettere er det for henne å snakke i stedet for å rase. Og det er også årsaken til at slike vanskelige perioder går over - når hun har funnet andre måter å uttrykke seg på, så kommer hun til å gjøre det. All mulig lykke til med å finne mer ut av dette!

Av:  Hedvig Montgomery




Sticky

[Del](#) 

Mammatåke: Gutten min på 3 år er livredd for fluer og edderkopper, og nevner spesielt fluer flere ganger for dagen i frykt for at de er i nærheten. Har du noen gode råd for å hjelpe han til å bli mindre redd?



Svar: Dette er så vanlig, faktisk har et av mine barn vært plaget av akkurat det samme. Du må hjelpe ham å bevare roen i møte med de små krypdyrene, lese om krypdyr, se filmer om krypdyr og la ham få bli vant til at disse dyrene også hører verden til. Det er ikke stort annet å gjøre, men det kommer til å virke. Lykke til!

Av:  Hedvig Montgomery



Sticky

[Del](#) 

Ellen: Hvordan kan man se forskjell på om barnet trenger oppmerksomhet og trøst eller mer grensesetting og irettesettelser/"kjeft"? Sliter med denne balansegangen, med bestemt og oppegående datter på 4 år.



Svar: Hei Ellen. Så heldig du er som har en bestemt og oppegående datter på 4, det er en fantastisk gave! Kompasset ditt om hva hun trenger, kommer bare til å bli bedre og bedre i årene som kommer, du lærer i takt med at du blir bedre og bedre kjent med henne. Jeg ville ha tatt som utgangspunkt at hun trenger det hun ber om, og noen ganger blir du lurt. Men det er ingen krise - møt heller et barn med for mye forståelse og trøst enn for lite.

Av:  Hedvig Montgomery



Sticky

[Del](#) **Ninni :** Hei på deg :)

Jeg får faktisk vondt i hjerte når jeg setter grenser for barna mine.

Selv om jeg vet det er sunt og best for dem føler jeg meg fort så utrolig streng.

Noen tips ? 😊



Svar: Jeg vet, det er vanskelig. Her handler det om å jobbe med sine egne mønstre. Kanskje har noen satt for strenge grenser for deg, eller kanskje har du opplevd å være for mye overlatt til deg selv som barn. Kanskje har du tenkt at du skal være en sånn mamma som ikke sier nei, og det fungerer jo ikke i praksis. Hva enn årsaken er, så har du blitt en redd fugl når du skal si nei og virker sikkert ikke så veldig troverdig heller. Så tenk gjennom hvor det kommer fra og gi deg selv en klapp på skulderen for at du jobber med det. Og så tenker du gjennom etter situasjoner du synes har vært vanskelige hvordan du kunne sagt det i stedet. Langsamt vil du lage deg nye måter å reagere på, måter som er bedre både for deg og barna. For opplever barna en mor som ikke kan si nei, er det vanskelig for dem å stole helt på deg etter hvert. De trenger jo å vite hvor de har deg! All mulig lykke til med denne selvutviklingen, den er gull verdt. Og det er barna dine som gir deg anledning til å gjøre den.

Av: **VG** Hedvig Montgomery

Sticky

[Del](#) 

Mamma: Gutt (9) reagerer veldig kraftig på veldig mange småting (som ta på votter) Han er ikke tilsnakkende når han først har blitt sinna, og det skjer jo så fort og uventet.



Svar: Hjernen til en 9-åring er umoden. Det vil si at sterke følelser kommer raskt, og når de først er kommet er ikke hjernen "koblet på". De er også veldig følsomme for kritikk i denne alderen, og går derfor lett i lås. Så her må du la tiden jobbe for deg og dere. Snakk gjerne med ham om det etterpå, når han har roet seg ned. "Du, i sta, når vi skulle ut og du ikke ville ha på deg vottene. Hva skjedde?" Vær oppriktig nysgjerrig og la ham gradvis få sette mer ord på hva som skjer. Da hjelper du ham til å koble sammen følelser og tanker. Men dette er langsiktig arbeid, så bevar tålmodigheten!

Av: **VG** Hedvig Montgomery

Sticky

[Del](#) 

MM: Hei! Vi har en gutt på litt over 3 år. Han sier dumming til tilfeldig forbipasserende, både barn og voksne. Hvordan skal vi møte dette?



Svar: Ja, hvem har ikke vært i den pinlige situasjonen? Her er det dessverre bare å si rolig at det kan du ikke si til folk du ikke kjenner - og så overse det fullstendig og håpet at både barn og voksne som passerer forstår at tre-åringer ikke nødvendigvis forstår betydningen av det de sier. Det kommer i hvert fall til å gå over, så gøy er det ikke å si dumming, ikke en gang for en tre-åring.

Av: **VG** Hedvig Montgomery



Sticky

[Del](#)

Far: Hei, datter på 8 som blir svært vanskelig ved «befalende» adferd fra voksne. Man må hele tiden motivere for å få ting til å gli. Utrolig slitsomt. Syr vi puter under armene?



Svar: 8-åring kan være utrolig bestemte. Vis henne at samarbeid lønner seg i praksis; lag mat sammen, les bøker hvor barna samarbeider for å løse mysterier eller på annet vis, spill spill hvor man må samarbeide - så vil hun nok ta til seg skunnskapen og bruke den når hun er klar for det.

Av: **VG** Hedvig Montgomery



Sticky

[Del](#)

Tone: Hei!

Hva gjør man når barnet ikke vil høre på en beskjed? Vi spør gjentatte ganger, feks om å komme å sette seg til bords men nekter å gjøre som vi sier!



Svar: Igjen, tror det er mange som kjenner seg igjen her. Svaret avhenger egentlig litt av alder - men overordnet gjelder; gi bare en beskjed av gangen, gi beskjed til barnet slik at du ser at han eller hun har fått den (ikke rop til et annet rom, f eks). Gå og hent barnet, slik du hadde gjort med kjæresten din hvis han satt fullstendig oppslukt av noe og ikke hørte hva du sa. Årsaken er ofte at barnet er langt inni sin egen verden, og trenger litt hjelp til å komme ut. Lykke til!

Av: **VG** Hedvig Montgomery



Sticky

[Del](#)

Netsy10: Jentene mine 10 og 12 år trives sammen med en venninne om gangen. Utfordringene er når flere er sammen. Begge har følt seg utestengt og sliter med å finne sin plass sosialt. Hvordan kan jeg hjelpe de?



Svar: Dette er helt normalt for denne alderen. Barn i 10-12-årsalderen går fra å være sammen med venner fordi voksne har bestemt det, til å velge selv, finne sine hjertevenner. Dette er både en sår og vanskelig fase som de trenger å komme seg gjennom. Snakk med dem om vennskap, veiled dem etter at du har hørt at de snakker stygt til hverandre eller om hverandre - men gjør det med både varme og diskresjon slik at de ikke taper ansikt. Når de bikker 13, pleier de å ha bedre forståelse av det sosiale spillet, men denne mellomfasen er krevende.

Av: **VG** Hedvig Montgomery



Sticky

[Del](#)

Camilla: Vår datter (snart 4) takler veldig dårlig å høre "nei" ved f.eks legging/middag/gå ut døra. Hvordan kan vi unngå at vi selv blir sinte og at hun "låser seg" i et raserianfall hver gang?



Svar: Hei Camilla. Din datter er her så menneskelig, at du sannsynligvis kjenner deg selv igjen. Å få nei når du er stresset eller opptatt av noe annet, er vanskelig å ta til seg. Så prøv å gjøre disse overgangssituasjonene så lette som mulig. Sultne, trøtte barn er ikke mottagelige for oppdragelse. Ta det senere, ikke i situasjonen. Barn vil gjerne at alt skal fungere, så når det ikke gjør det, trenger de hjelp. Til å komme seg avgårde, til å komme i gang med spisingen eller hva det kan være. Se hvordan du kan hjelpe henne i disse situasjonene.

Av: **VE** Hedvig Montgomery



Sticky

[Del](#)

Siri Elisabeth Sortland: Hvor ofte skal man ta "kampene"? Er redd for å ende opp som konsekvent inkonsekvent og at humør til mor/far styrer grensesetting og ikke reglene i seg selv.



Svar: Hei Siri. Dette tror jeg så mange kjenner seg igjen i! Lett å bli kjeftet, og så bare gi seg halvveis. Så svaret her er ganske pragmatisk; pick your fights som de sier på engelsk. Ikke ta kamper du kjenner at du likevel ikke klarer å følge opp, og ikke ta uviktige kamper dersom det finnes viktigere. Er du i tvil, lag en liste over hvilke kamper dere har, ranger fra viktigst til minst viktig for deg og dere - og ta den øverste og bare den. Så kan du bevege deg nedover listen etter hvert og ha et hyggelig familieliv samtidig.

Sannsynligvis kommer du også til å merke hvor mange problemer som løser seg selv, uten at du gjør så mye... Lykke til!

Av: **VE** Hedvig Montgomery



Sticky

[Del](#)

Nina Ferreira: Hei, jeg vil gjerne stille et spørsmål om grensesetting. Vi skal få en liten gutt i mars, og vi lurer på når er det man egentlig skal begynne å sette grenser og si nei til et barn?



Svar: Frem til barnet er 18 mnd, er det liten vits med grensesetting. De har ikke modenhet til å kunne bruke grensene. Så kos deg med babyen første halvannet året og lag trygghet og rutiner gjennom det du gjør, babayen kan ikke ta det ansvaret likevel! Lykke til med ny baby, håper dere får mange fine stunder som en liten familie!

Av: **VE** Hedvig Montgomery



Sticky

[Del](#)

Mor: 7-åringen min(gutt) må høre beskjeder minst 7-10 ganger før han gjennomfører det som blir sagt! Hvordan kan jeg få han til å gjøre det på første beskjed?



Svar: Barn på 7 har ofte mye som skjer i hodet, de har nettopp gått et stort utviingstrinn eller er i ferd med å gjøre det. Det er vanlig at syv-åringer begynner på noe, som å ta på seg buksa, og glemmer det halvveis og bare går rundt med ett ben på og ett av. Så gi 7-åringen litt slack, det er en modenhet som er i ferd med

å falle på plass i hjernen. Et annet tips er å ikke gi for mange beskjeder, hold deg til de viktigste og en av gangen. Gir du flere beskjeder samtidig, går det garantert galt.

Av: **VE** Hedvig Montgomery



Sticky

[Del](#)

Mor: Hva gjør man når barn er sure. Jeg synes femåringen kan svare ofte litt surt og trasé. Trass vet jeg går over men er redd for at det å legge seg til en sur tone kan gro litt mer fast.



Svar: Dårlig stemning er ingen glede, hverken for voksne eller barn. Du må prøve å legge til rette for gode stunder, og la din fem-årings surhet passere litt i det stille. Kanskje er femåringen misfornøyd med noe på ekte? Gi rom for at han eller hun kan fortelle deg det. Og lag ellers en best mulig hverdag for dere begge. Min beste gjetning, og trøst, er at dette kommer til å endre seg i løpet av det neste året. Kanskje får du noe nytt å håndtere, men surhet pleier å passere.

Av: **VE** Hedvig Montgomery



Sticky

[Del](#)

Thomas F: Hei,

Hele oppveksten min har jeg blitt snakket lite til og blitt satt foran en PC og TV. Blitt syd puter under armene og mor har vært overbeskyttene. Hvordan vil du si en riktig oppdragelse skal være?



Svar: Kjære Thomas - et veldig stort svar, men likevel; en god oppdragelse er å lage kontakt. Kontakt mellom den voksne og barnet. Og nettopp derfor er det så sår og også feil å bli plassert foran spill. Vi mennesker er laget for å være sammen, for kontakt - og det er også grunnstammen i god oppdragelse. I tillegg inneholder god oppdragelse ett element til; å gradvis gi slipp. Barn må få prøve seg på egenhånd, strekke seg og ha hemmeligheter. Så kombinasjonen tv og overbeskyttende blir lite av det vi vet barn trenger. Men av og til er det det beste foreldre får til. Hva som er historien bak, kanskje du finner ut av en dag. Og det er din måte å komme deg videre på, bli hel. Lykke til!

Av: **VE** Hedvig Montgomery



Sticky

[Del](#)

Anette: Jeg har en 14 måneder gammel jente, og jeg lurer på hvor mye disiplinering hun forstår på dette tidspunktet? Vil ikke vente for lenge med å legge ned noen regler, men er redd for at hun ikke er "klar"?



Svar: Frem til barnet er ca 18 mnd, er det ikke noe behov for å si nei eller sette grenser. Barna har ikke utviklet nok kontakt i hjernen til at de kan bruke eller lære noe av dine nei. Så beskytt barnet mot det som er farlig, lag gode rammer rundt barnet og ha det fint med babyen! Oppgaven i denne alderen er å bygge trygghet og god kontakt mellom deg og barnet.

Av: **VE** Hedvig Montgomery



Sticky


[Del](#) 

Sadia: Hvordan håndtere et frustrert og illsint barn? Barnet er 1,5 år gammelt, kaster bl.a. vannflasken sin på tvers av rommet.

Å heve stemmen føles ikke riktig selv om det veldig ofte er utenfor kontroll



Svar: Et barn på 18 mnd har ikke kontroll på følelsesuttrykkene sine. Så du må hjelpe barnet til å håndtere sine følelser. Trøst når han er lei seg, ro ned når han er opprørt, og ta det med stor ro når det kommer en vannflaske tvers over rommet. Å lære seg å håndtere den sterkeste følelsen av alle, aggresjon, tar under gode forhold ca 20 år - så dere har god tid på dere!

Av:  Hedvig Montgomery




Sticky

[Del](#) 

Mamma: Hva sier man til en toåring som ikke vil pusse tenner?



Svar: Å pusse tenne er langsiktig læring. Lek tannpuss, tull med tannpuss og gjør det hver morgen og kveld. Ikke begynn for sent slik at barnet er for trøtt, og går det ikke en kveld- ikke fortvil. Gjør et nytt forsøk neste morgen. På et eller annet tidspunkt er det blitt en del av rutinen for barnet, og da kan du slappe mer av.

Av:  Hedvig Montgomery



Sticky

Spørsmål&sva

Spør oss



Ditt navn

200 ledige tegn

Send inn spørsmål

ca 11 timer siden

Marthe Omdahl Reienes: Det var alt vi rakk å svare på! Tusen takk for mange gode spørsmål!

Svar

Hovedløp

Sticky

Svar


ca 12 timer siden

Lene: Datter på 4 år som får voldsomme raserianfall og reagerer på alt. Litt bakpå med språk, holdes noe utenfor i bgh. Skal vi overlate dette til bgh eller koble inn barnepsykolog?



Svar: Hei Lene. At raserianfall og sen språkutvikling henger sammen, er helt naturlig. Når du ikke får uttrykt det du har på hjertet, er det naturlig å bli sint. Les enkle bøker sammen, følg hennes interesse og

hvor hun peker når dere leser. Snakk mye med henne, slik at hun får mer språk også av deg. Og snakk med barnehagen om hva de gjør for å hjelpe språket på vei. Akkurat nå er det det aller nyttigste du gjør. Lykke til!

Av:  Hedvig Montgomery

Endre svar


Hovedløp

Sticky

Hei Lene. At raserianfall og sen språkutvikling henger


Endre

ca 12 timer siden

 **Velsignet mamma:** Hei! Ha en datter på 4 år og 4 mnd, og sønn på 7 mnd. Jeg har en utfordring nå m at hun ikke alltid hører etter eller svarer. Av og til høres hun ut som en 15 åring. Hvordan kan jeg hjelpe henne?



Svar: Kjære velsignet mamma. Jeg er enig, så heldig du er! Og så slitsomt det er å håndtere to barn på denne alderen. Husk at din jente på fire bare er fire år. Fordi du har en baby, tenker du automatisk at hun er eldre og klokere enn hun er. Men du kan nesten ikke forvente at hun hører alle beskjeder, slik virker ikke fireåringens hjerne. Og selv om hun høres ut som 15, er hun ikke mer enn fire. Så husk hvor hun er i livet sitt, og gi henne rom til å være akkurat der.

Av:  Hedvig Montgomery

Endre svar


Hovedløp

Sticky

Kjære velsignet mamma. Jeg er enig, så heldig du er! Og


Endre

ca 12 timer siden

 **Sliten pappa:** 6-år gammel jente med voldsomme raseriutbrudd, slår eller sparker oss og ødelegger ting. Det skjer bare hjemme. Hva er normalt - hvor går grensen for å oppsøke hjelp?



Svar: Seks-åringer blir ofte omtalt som barnealderens tenåringer. De elsker og hater, smeller i dører og tar hele følelsspekteret i bruk. Det går over når de finner en måte å leve med sine følelser på. I tillegg er det mye som skjer i livet til en seks-åring, med skolestart og mye struktur hun skal tilpasse seg. Så ikke vær for hard hjemme, det er en grunn til at hun raser hjemme og det er nok at der føler hun seg trygg nok. Jeg ville ha gitt henne litt mer tid til å modnes, prøvd å lage rom også for hyggelig tid og aktivitet sammen, og sett om hun kommer seg over dette i løpet av et år. Er du usikker, ta en prat med helsesøster på skolen. Hun kjenner aldersgruppen godt. Lykke til!

Av:  Hedvig Montgomery

Endre svar


Hovedløp

Sticky

Seks-åringer blir ofte omtalt som barnealderens

Endre

ca 12 timer siden

 **Lena:** 7-åring som er veldig sjalu på lillebror (5) og mobber ham, slår og kaller ham ting. Vi prøver å snakke med eldste og beskytte yngste, men er ellers i villrede om hvordan vi kan håndtere dette.



Svar: Kjære Lena. Dette er både sårt å se og komplisert å møte. Fortsett med å snakke med barna om dette, for det trenger de. I tillegg må dere hjelpe eldstemann til å føle seg både sett og selvstendig. Ha alenetid med ham, slik at han ser at han også får hjelp og kjærighet, og hjelp ham med å finne aktiviteter han trives med. Femåringen havner jo litt i skyggen, så sørg for å se ham og løfte ham ut fra den. Noen barn har vansker med å virkelig like hverandre, da trenger de å få like seg selv først. Og så kanskje de kommer i en ny situasjon, hvor de oppdager nye ting hverandre og kanskje til og med finner noe å like ved broren sin. Gi dem rett og slett mer tid og trygghet, og så pleier miraklene å skje. Ikke akkurat en quick fix, men likevel - sender så gode tanker.

Av: **VG** Hedvig Montgomery

Endre svar

Hovedløp

Sticky

Kjære Lena. Dette er både sårt å se og komplisert å

Endre

ca 12 timer siden

Pappa med tredje kull: Når er det (eventuelt) forsvarlig å tvinge barn fysisk?



Svar: Kjære produktive pappa. For et godt spørsmål! Her kommer et litt grunnleggende svar; Du skal aldri bruke mer makt i møte med barn enn det som er nødvendig. Fysisk tvang er i grunnen bare greit når det er snakk om helt nødvendige ting, som å gi medisiner som smaker vondt etc. Å finne andre veier rundt, lønner seg alltid. Vil barnet ikke ha på seg parkdressen? Gå noen meter uten før dere tar den på, når hun kjenner hvor kaldt det er å gå uten. Dårlig tid om morgenen og bare må gå? Ta med barnet, men prøv å ha bedre tid i morgen slik at overgangen ikke blir så brå. Jo mindre fysisk makt du bruker, jo bedre. For barnet er du veldig stor, og også skremmende. For oss voksne er det lett å glemme akkurat det.

Av: **VG** Hedvig Montgomery

Endre svar

Hovedløp

Sticky

Kjære produktive pappa. For et godt spørsmål! Her

Endre

ca 12 timer siden

T.: Hei

Min 8 åring og jeg har noen eksplosive krangler. Han blir veldig fysisk mot meg, klenger og slå. (veldig sterk) Så eksploderer jeg og så er vi i gang. Vi må bryte et mønster. Noen tips?



Svar: Kjære T. Høres tungt ut å ha det slik. Husk at 8-åringer er dårlige på å håndtere følelsene sine, det går veldig raskt fra en følelse til fortvilelse. Prøv å snakke om det å ha sterke følelser og hvordan dere har dere sammen når dere ikke krangler. Når dere går en tur sammen eller når dere er ute og kjører bil sammen. Får du åtteåringen i hvert fall litt i tale, så er mye gjort. Barna i denne alderen har faktisk som sitt viktigste prosjekt å lære seg å håndtere sine sterke følelser. Prøv å være veiviser i stedet for å bli på samme måte selv, det er det åtteåringen din trenger mest akkurat nå. All mulig lykke til!

Av: **VG** Hedvig Montgomery

Endre svar

Hovedløp

Sticky

Kjære T. Høres tungt ut å ha det slik. Husk at 8-åringer er

Endre

ca 12 timer siden

Lene: Jeg så svaret ditt til Aida, om å la barna på 9 og 11 får lov til å krangle og finne ut av det selv. Mener du det samme gjelder for søstre på 4 og 5 år?



Svar: Jo yngre barn, jo mer må du følge med. Men ja, også fire- og fem-åringer trenger å få krangle uten at de blir skilt ved første sverdslag. Så vent litt, hold deg i bakgrunnen og se om de ikke klarer det selv. Barn krangler stort sett om to ting; hvem som skal ha hva og hvem som er sterkest. Det første må de lære seg å løse, det andre må de finne ut av. Og i utgangspunktet er krangler tegn på to sterke barn som vil og kan ta for seg av livet.

Av: **VE** Hedvig Montgomery

Endre svar

Hovedløp

Sticky

Jo yngre barn, jo mer må du følge med. Men ja, også fire-

Endre

en dag siden

Netsy10: Vanskelig å sette grenser med nettbruk når andre foreldre tillater barna å ha spill og apper som har høyere aldersgrense. Jeg blir sett på som veldig streng. Hvordan kan jeg best stå imot dette?



Svar: Dette er et vanskelig spørsmål. Være kjip forelder eller la barna gjøre ting du vet ikke er bra for dem? Selv velger jeg det første. Det er mitt ansvar som voksen. Samtidig er det en balansegang, for blir du for streng slutter barna å være hjemme fordi de oppsøker de hjemmene hvor alt er lov. Følg med på spillene, la dem få mer avanserte spill i takt med at de vokser og finn også spill sammen som er ok for den alderen de er i. Men hovedregelen er; aldersgrenser for spill er der av en grunn.

Av: **VE** Hedvig Montgomery

Endre svar

Hovedløp

Sticky

Dette er et vanskelig spørsmål. Være kjip forelder

Endre

ca 12 timer siden

Aida: Hei. Har en 9 åring gutt og en jente på 11 år, som er som hund og katt med en gang jeg ikke følger med. Føler at jeg må ofte skrike og bryte opp krangelen deres, før det ender opp dårlig. Tips?



Svar: Å ha søsken er en fantastisk gave, fordi det gir barna mulighet til å lære seg å krangle og løse krangler - hvis de får lov. Du har sannsynligvis lagt deg til en forventning om at de ikke skal krangle, og dermed mister de all den læringen de kunne fått. La dem krangle, les avisen i mellomtiden. De løser sannsynligvis sine krangler bedre uten deg. Ser du at en alltid vinner, så får du støtte den andre etter krangelen. Hvis det er mer jevnt fordelt, la dem finne ut av det selv. Jeg vet at det høres rart ut, men trekker du deg litt mer tilbake, gir du dem større sjanse til å oppføre seg bra. Og så kan dere snakke om

det i stunder hvor det ikke er krangel, om hva som kjenes ok ut og hva som er bare dårlig oppførsel. Det er livsvisdom for barna!

Av: **VE** Hedvig Montgomery

Endre svar

Hovedløp

Sticky

Å ha søsken er en fantastisk gave, fordi det gir barna

Endre

ca 23 timer siden

mamsen: Hei.

Hva gjør jeg når barnet nekter å høre på meg når det er leggetid? (lukker øynene og gleiper med tunga)

Hva gjør jeg når barnet plutselig går ned fra bordet, og nekter å sette seg?



Svar: Hei Mamsen. At barna ikke hører på deg, er dessverre en del av foreldrerollen. Du må bare holde på ditt likevel. Når det er leggetid, så er det slik det er. Og barn går gjerne fra bordet når de føler seg ferdige, du kan strekke det litt lengre hvis du vil - og til slutt få barn som sitter lenge ved bordet. Inntil det skjer, så kan du jobbe med å få barnet til å si takk for maten og i hvert fall være litt høflig. Ta det skritt for skritt, oppdragelse er et langsiktig prosjekt.

Av: **VE** Hedvig Montgomery

Endre svar

Hovedløp

Sticky

Hei Mamsen. At barna ikke hører på deg, er dessverre en

Endre

ca 19 timer siden

Ida: Vi har en datter på 5,5 år. Hun har stadig vondt steder. Veldig opptatt av sykdom og slikt. Legen sier hun er frisk. Når skal vi ta henne på alvor? Vi er obs på at vi voksne ikke har mye fokus på sykd



Svar: Hei Ida. Ikke et så lett spørsmål, for her finnes det (minst) to muligheter; enten så har hun vondter som legen faktisk ikke har funnet ut av. Det er ikke lett å diagnostisere barn rett og slett fordi de har så problemer med å plassere smerter i kroppen på riktig sted. Så jeg vil ikke si helt sikkert at det ikke kan være noe, selv om man ikke har funnet noe. Den muligheten må dere bare holde åpen litt til. Så er det den andre muligheten, at hun tror at dette er måten å få oppmerksomhet og trøst på, og da trenger hun sannsynligvis også oppmerksomhet og trøst. Så være nær henne og gi henne også mye kjærlighet for annet. Dersom det bare er det siste som er grunnen, så kommer det til å gå over av seg selv med nok kos og lek i hverdagen. Det er i hvert fall en hyggelig resept!

Av: **VE** Hedvig Montgomery

Endre svar


Hovedløp

Sticky

Hei Ida. Ikke et så lett spørsmål, for her finnes det


Endre

ca 12 timer siden

 **Oliver:** Hei, vi er en travel familie på 5. Gutter på 6 og 9 og jente på 3. Vi sliter med mye dårlig opptreden etter skole jobb og barnehage. Mange krav, "namecalling", Sult, slitenhet er nok av grunnen. Tips?



Svar: Kjære Oliver. Ja, gleden over tre raske barn kan noen ganger bli litt borte i alt hverdagsmaset. Jeg har dessverre ikke noe bedre tips her enn at rutiner som sitter, rask mat og nok tid til hvert av barna er nøklene. Med det siste mener jeg at det ofte hjelper å bryte opp mønstrene i familien, slik at en voksen er alene med ett eller to barn mens den andre voksne tar den gjenværende eller at det på annen måte legges til rette for alenetid mellom voksen og hvert enkelt av de tre barna i hvert fall i løpet av en måned. Når alle tre får litt oppmerksomhet hver for seg, pleier de å fungere bedre sammen. I hvert fall verdt et forsøk?

Av:  Hedvig Montgomery

Endre svar


Hovedløp

Sticky

Kjære Oliver. Ja, gleden over tre raske barn kan noen


Endre

ca 12 timer siden

 **Jostein :** 5åring som er voldsom av seg i møte med andre barn.Sosialt sett begynner det bli litt utfordrende for han da andre barn trekker seg unna.Hvordan kan vi forklare han ett bedre sosialtsamspill?



Svar: Hei Jostein. Jeg synes dere bør prate med barnehagen om dette. Hvordan opplever de fem-åringen, og har de noen tips til akkurat ham og dere? Noen ganger går barn litt i vranglås sosialt, og da trenger de oss voksne til å hjelpe seg tilbake i leken. Og det har en god voksen i barnehagen som har jobbet med mange barn gode forutsetninger for å hjelpe til med. Lykke til!

Av:  Hedvig Montgomery

Endre svar


Hovedløp

Sticky

Hei Jostein. Jeg synes dere bør prate med barnehagen


Endre

ca 13 timer siden

 **Stefan:** Datteren vår på snart 4 er svært vanskelig ved legging. Plutselig har hun "feil sokk/dyne/lys", noe som er umulig å fikse og fører til at hun klikker. Tips til hvordan vi bør takle disse "anfallene"?



Svar: Legging og søvn er et viktig område i alle familier - og også vanskelig i alle familier. Legging i denne alderen må skje tidlig nok til at barnet ikke er overtrøtt, det må være et ikke alt for langt leggerituale, likt hver gang - og gøy! Snakk med henne en dag (lenge før legging) om hvordan hun vil at leggingen skal være - finn et kompromiss dere begge kan leve godt med, og feir med kake at dere har nye leggerutiner. Og når det så kommer klager på sokkene eller at feil kosedyr er med i senga eller hva det kan være - si at det kan dere snakke om i morgen. For nå er det leggetid. Vennlig, bestemt og uten omveier. Når alt kommer til stykke, så er det du som bestemmer. Ønsker dere gode kvelder og netter, begge to!

Av:  Hedvig Montgomery

Endre svar

Hovedløp

Sticky

Legging og søvn er et viktig område i alle familier - og

Endre

ca 20 timer siden

Kristin: Når jeg setter grenser for barnet mitt er det tydelig at hun ikke tar det alvorlig. Finnes det andre metoder for grensesetting enn "straff" og konsekvens for å moderere uønsket oppførsel?



Svar: Barn lærer seg svært lite av straff, så stort sett er det andre måter vi har til rådighet. Vær også klar over at mange barn som blir redde, begynner å le eller ser ut som de ikke tar deg alvorlig, selv om de faktisk gjør det. Når det umodne nervesystemet deres renner over av følelser, kan de reagere helt feil. Det viktigste du gjør er dels å sørge for at dere snakker om det som er vanskelig når hun ikke er i situasjonen, altså ikke når hun gjør noe galt. Da er hun ikke sperret av de sterke følelsene sine og kan lettere høre hva du sier. Det aller meste av oppdragelsen skjer faktisk når det ikke brenner. Og dels viser du ved hvordan du selv lever og hva du selv gjør hva som er riktig. Du er langt viktigere for henne som eksempel enn du tror selv! Lykke til!

Av: **VE** Hedvig Montgomery

Endre svar

Hovedløp

Sticky

Barn lærer seg svært lite av straff, så stort sett er det

Endre

ca 13 timer siden

SV: Hei! Har en på 3,5 år som noen ganger er litt voldsom med lillesøster på 1 år. Hva gjør vi med det?



Svar: Dette er et godt og vanlig spørsmål! Frem til yngstemann fyller tre og kan ta igjen, må dere passe på lillesøster. Ikke la henne være alene med et eldre søsken før de begge kan ta igjen og kjempe de søskenkampene som en søskenrelasjon krever. Men jeg lover, det kommer en dag hvor de kan leke fint sammen, de to, mens du gjør noe annet. De må bare bli litt mer jevnbyrdige først.

Av: **VE** Hedvig Montgomery

Endre svar

Hovedløp

Sticky

Dette er et godt og vanlig spørsmål! Frem til

Endre


ca 22 timer siden

Linda: For et år siden flyttet jeg inn til min samboer og hans datter på nå 10 år. Hun bryter oss opp konstant, også på nattertid. Kan vi sette grenser?



Svar: Kanskje ikke svaret du ønsker, men slik er det; å flytte inn til noen med barn er krevende. For selv om samboeren din har valgt deg, så har ikke datteren hans det. Og hun trenger lang tid på å bli kjent med deg og ha tillit til deg. Vanligvis tar det tre år fra en ny voksen kommer inn, til barnet er helt komfortabel

med det. Så mitt beste råd til deg og dere er å vente. La henne komme inn og gi henne rom til å bli kjent med deg på en god måte. Kanskje er det noe fint bare du og hun kan gjøre sammen på dagtid? Og la for all del din kjære ta seg av de mer tunge oppgavene, som lekselesing og kjeft. For dere trenger å bli bedre kjent uten forstyrrelser, du og 10-åringen. Lykke til!

Av:  Hedvig Montgomery

Endre svar


Hovedløp

Sticky

Kanskje ikke svaret du ønsker, men slik er det; å


Endre

ca 13 timer siden

 **Utslitt mamma :** Vår yngste datter på 4 år reagerer på de minste ting med et ekstremt sinne. Hun hyler, slamrer med dører og kan klore/dytte, samme reaksjon når hun er lei seg. Fagsenter er koblet inn, er det nok?



Svar: Å bli sint er en helt naturlig måte å uttrykke seg på, for barn i lange perioder faktisk den eneste de har når det er noe. Dersom det er vanskelig å forstå hva sinnet kommer av, så opplever hun å ikke bli forstått, og blir dermed enda mer sint. Så ja, det blir lett en dårlig spiral. Fint at dere har søkt hjelp. Og prøv å se bak utbruddene hennes, hva har egentlig skjedd før? Hjelp henne også med språkutvikling, jo bedre språk hun får jo lettere er det for henne å snakke i stedet for å rase. Og det er også årsaken til at slike vanskelige perioder går over - når hun har funnet andre måter å uttrykke seg på, så kommer hun til å gjøre det. All mulig lykke til med å finne mer ut av dette!

Av:  Hedvig Montgomery

Endre svar


Hovedløp

Sticky

Å bli sint er en helt naturlig måte å uttrykke seg på, for


Endre

ca 13 timer siden

 **Mammatake:** Gutten min på 3 år er livredd for fluer og edderkopper, og nevner spesielt fluer flere ganger for dagen i frykt for at de er i nærheten. Har du noen gode råd for å hjelpe han til å bli mindre redd?



Svar: Dette er så vanlig, faktisk har et av mine barn vært plaget av akkurat det samme. Du må hjelpe ham å bevare roen i møte med de små krypdyrene, lese om krypdyr, se filmer om krypdyr og la ham få bli vant til at disse dyrene også hører verden til. Det er ikke stort annet å gjøre, men det kommer til å virke. Lykke til!

Av:  Hedvig Montgomery

Endre svar


Hovedløp

Sticky

Dette er så vanlig, faktisk har et av mine barn vært plaget

Endre

ca 19 timer siden

 **Ellen:** Hvordan kan man se forskjell på om barnet trenger oppmerksomhet og trøst eller mer grensesetting og irettesettelser/"kjeft"? Sliter med denne balansegangen, med bestemt og oppgående

datter på 4 år.



Svar: Hei Ellen. Så heldig du er som har en bestemt og oppgående datter på 4, det er en fantastisk gave! Kompasset ditt om hva hun trenger, kommer bare til å bli bedre og bedre i årene som kommer, du lærer i takt med at du blir bedre og bedre kjent med henne. Jeg ville ha tatt som utgangspunkt at hun trenger det hun ber om, og noen ganger blir du lurt. Men det er ingen krise - møt heller et barn med for mye forståelse og trøst enn for lite.

Av: **VE** Hedvig Montgomery

Endre svar

Hovedløp

Sticky

Hei Ellen. Så heldig du er som har en bestemt og

Endre

ca 13 timer siden

Ninni : Hei på deg :)

Jeg får faktisk vondt i hjerte når jeg setter grenser for barna mine.

Selv om jeg vet det er sunt og best for dem føler jeg meg fort så utrolig streng.

Noen tips ? 😊



Svar: Jeg vet, det er vanskelig. Her handler det om å jobbe med sine egne mønstre. Kanskje har noen satt for strenge grenser for deg, eller kanskje har du opplevd å være for mye overlatt til deg selv som barn. Kanskje har du tenkt at du skal være en sånn mamma som ikke sier nei, og det fungerer jo ikke i praksis. Hva enn årsaken er, så har du blitt en redd fugl når du skal si nei og virker sikkert ikke så veldig troverdig heller. Så tenk gjennom hvor det kommer fra og gi deg selv en klapp på skulderen for at du jobber med det. Og så tenker du gjennom etter situasjoner du synes har vært vanskelige hvordan du kunne sagt det i stedet. Langsamt vil du lage deg nye måter å reagere på, måter som er bedre både for deg og barna. For opplever barna en mor som ikke kan si nei, er det vanskelig for dem å stole helt på deg etter hvert. De trenger jo å vite hvor de har deg! All mulig lykke til med denne selvutviklingen, den er gull verdt. Og det er barna dine som gir deg anledning til å gjøre den.

Av: **VE** Hedvig Montgomery

Endre svar

Hovedløp

Sticky

Jeg vet, det er vanskelig. Her handler det om å jobbe med

Endre

ca 13 timer siden

Mamma: Gutt (9) reagerer veldig kraftig på veldig mange småting (som ta på votter) Han er ikke tilsnakkende når han først har blitt sinna, og det skjer jo så fort og uventet.



Svar: Hjernen til en 9-åring er umoden. Det vil si at sterke følelser kommer raskt, og når de først er kommet er ikke hjernen "koblet på". De er også veldig følsomme for kritikk i denne alderen, og går derfor lett i lås. Så her må du la tiden jobbe for deg og dere. Snakk gjerne med ham om det etterpå, når han har roet seg ned. "Du, i sta, når vi skulle ut og du ikke ville ha på deg vottene. Hva skjedde?" Vær oppriktig nysgjerrig og la ham gradvis få sette mer ord på hva som skjer. Da hjelper du ham til å koble sammen

følelser og tanker. Men dette er langsiktig arbeid, så bevar tålmodigheten!

Av: **VG** Hedvig Montgomery

Endre svar

Hovedløp

Sticky

Hjernen til en 9-åring er umoden. Det vil si at sterke

Endre

ca 13 timer siden

MM: Hei! Vi har en gutt på litt over 3 år. Han sier dumming til tilfeldig forbipasserende, både barn og voksne. Hvordan skal vi møte dette?



Svar: Ja, hvem har ikke vært i den pinlige situasjonen? Her er det dessverre bare å si rolig at det kan du ikke si til folk du ikke kjenner - og så overse det fullstendig og håpet at både barn og voksne som passerer forstår at tre-åringer ikke nødvendigvis forstår betydningen av det de sier. Det kommer i hvert fall til å gå over, så gøy er det ikke å si dumming, ikke en gang for en tre-åring.

Av: **VG** Hedvig Montgomery

Endre svar

Hovedløp

Sticky

Ja, hvem har ikke vært i den pinlige situasjonen? Her er

Endre

ca 13 timer siden

Far: Hei, datter på 8 som blir svært vanskelig ved «befalende» adferd fra voksne. Man må hele tiden motivere for å få ting til å gli. Utrolig slitsomt. Syr vi puter under armene?



Svar: 8-åringer kan være utrolig bestemte. Vis henne at samarbeid lønner seg i praksis; lag mat sammen, les bøker hvor barna samarbeider for å løse mysterier eller på annet vis, spill spill hvor man må samarbeide - så vil hun nok ta til seg skunnskapen og bruke den når hun er klar for det.

Av: **VG** Hedvig Montgomery

Endre svar

Hovedløp

Sticky

8-åringer kan være utrolig bestemte. Vis henne at

Endre

ca 16 timer siden

Tone: Hei!

Hva gjør man når barnet ikke vil høre på en beskjed? Vi spør gjentatte ganger, feks om å komme å sette seg til bords men nekter å gjøre som vi sier!



Svar: Igjen, tror det er mange som kjenner seg igjen her. Svaret avhenger egentlig litt av alder - men overordnet gjelder; gi bare en beskjed av gangen, gi beskjed til barnet slik at du ser at han eller hun har fått den (ikke rop til et annet rom, f eks). Gå og hent barnet, slik du hadde gjort med kjæresten din hvis han satt fullstendig oppslukt av noe og ikke hørte hva du sa. Årsaken er ofte at barnet er langt inni sin egen verden, og trenger litt hjelp til å komme ut. Lykke til!

Av: **VE** Hedvig Montgomery

Endre svar

Hovedløp

Sticky

Igjen, tror det er mange som kjenner seg igjen her. Svaret

Endre

en dag siden

Netsy10: Jentene mine 10 og 12 år trives sammen med en venninne om gangen. Utfordringene er når flere er sammen. Begge har følt seg utestengt og sliter med å finne sin plass sosialt. Hvordan kan jeg hjelpe de?



Svar: Dette er helt normalt for denne alderen. Barn i 10-12-årsalderen går fra å være sammen med venner fordi voksne har bestemt det, til å velge selv, finne sine hjertevenner. Dette er både en sår og vanskelig fase som de trenger å komme seg gjennom. Snakk med dem om vennskap, veiled dem etter at du har hørt at de snakker stygt til hverandre eller om hverandre - men gjør det med både varme og diskresjon slik at de ikke taper ansikt. Når de bikker 13, pleier de å ha bedre forståelse av det sosiale spillet, men denne mellomfasen er krevende.

Av: **VE** Hedvig Montgomery

Endre svar

Hovedløp

Sticky

Dette er helt normalt for denne alderen. Barn i 10-12-

Endre

ca 14 timer siden

Camilla: Vår datter (snart 4) takler veldig dårlig å høre "nei" ved f.eks legging/middag/gå ut døra. Hvordan kan vi unngå at vi selv blir sinte og at hun "låser seg" i et raserianfall hver gang?



Svar: Hei Camilla. Din datter er her så menneskelig, at du sannsynligvis kjenner deg selv igjen. Å få nei når du er stresset eller opptatt av noe annet, er vanskelig å ta til seg. Så prøv å gjøre disse overgangssituasjonene så lette som mulig. Sultne, trøtte barn er ikke mottagelige for oppdragelse. Ta det senere, ikke i situasjonen. Barn vil gjerne at alt skal fungere, så når det ikke gjør det, trenger de hjelp. Til å komme seg avgårde, til å komme i gang med spisingen eller hva det kan være. Se hvordan du kan hjelpe henne i disse situasjonene.

Av: **VE** Hedvig Montgomery

Endre svar

Hovedløp

Sticky

Hei Camilla. Din datter er her så menneskelig, at du

Endre


ca 21 timer siden

Siri Elisabeth Sortland: Hvor ofte skal man ta "kampene"? Er redd for å ende opp som konsekvent inkonsekvent og at humør til mor/far styrer grensesetting og ikke reglene i seg selv.



Svar: Hei Siri. Dette tror jeg så mange kjenner seg igjen i! Lett å bli kjefet, og så bare gi seg halvveis. Så

svaret her er ganske pragmatisk; pick your fights som de sier på engelsk. Ikke ta kamper du kjenner at du likevel ikke klarer å følge opp, og ikke ta uviktige kamper dersom det finnes viktigere. Er du i tvil, lag en liste over hvilke kamper dere har, ranger fra viktigst til minst viktig for deg og dere - og ta den øverste og bare den. Så kan du bevege deg nedover listen etter hvert og ha et hyggelig familieliv samtidig. Sannsynligvis kommer du også til å merke hvor mange problemer som løser seg selv, uten at du gjør så mye... Lykke til!

Av:  Hedvig Montgomery

Endre svar


Hovedløp

Sticky

Hei Siri. Dette tror jeg så mange kjenner seg igjen i!

Endre

ca 15 timer siden

 **Nina Ferreira:** Hei, jeg vil gjerne stille et spørsmål om grensesetting. Vi skal få en liten gutt i mars, og vi lurer på når er det man egentlig skal begynne å sette grenser og si nei til et barn?



Svar: Frem til barnet er 18 mnd, er det liten vits med grensesetting. De har ikke modenhet til å kunne bruke grensene. Så kos deg med babyen første halvannet året og lag trygghet og rutiner gjennom det du gjør, babayen kan ikke ta det ansvaret likevel! Lykke til med ny baby, håper dere får mange fine stunder som en liten familie!

Av:  Hedvig Montgomery

Endre svar


Hovedløp

Sticky

Frem til barnet er 18 mnd, er det liten vits med


Endre

ca 14 timer siden

 **Mor:** 7-åringen min(gutt) må høre beskjeder minst 7-10 ganger før han gjennomfører det som blir sagt! Hvordan kan jeg få han til å gjøre det på første beskjed?



Svar: Barn på 7 har ofte mye som skjer i hodet, de har nettopp gått et stort utviingstrinn eller er i ferd med å gjøre det. Det er vanlig at syv-åringer begynner på noe, som å ta på seg buksa, og glemmer det halvveis og bare går rundt med ett ben på og ett av. Så gi 7-åringen litt slack, det er en modenhet som er i ferd med å falle på plass i hjernen. Et annet tips er å ikke gi for mange beskjeder, hold deg til de viktigste og en av gangen. Gir du flere beskjeder samtidig, går det garantert galt.

Av:  Hedvig Montgomery

Endre svar


Hovedløp

Sticky

Barn på 7 har ofte mye som skjer i hodet, de har nettopp

Endre

ca 15 timer siden

 **Mor:** Hva gjør man når barn er sure. Jeg synes femåringen kan svare ofte litt surt og trasé. Trass vet jeg går over men er redd for at det å legge seg til en sur tone kan gro litt mer fast.



Svar: Dårlig stemning er ingen glede, hverken for voksne eller barn. Du må prøve å legge til rette for gode stunder, og la din fem-årings surhet passere litt i det stille. Kanskje er femåringen misfornøyd med noe på ekte? Gi rom for at han eller hun kan fortelle deg det. Og lag ellers en best mulig hverdag for dere begge. Min beste gjetning, og trøst, er at dette kommer til å endre seg i løpet av det neste året. Kanskje får du noe nytt å håndtere, men surhet pleier å passere.

Av: **VE** Hedvig Montgomery

Endre svar

Hovedløp

Sticky

Dårlig stemning er ingen glede, hverken for voksne

Endre

ca 15 timer siden



Thomas F: Hei,

Hele oppveksten min har jeg blitt snakket lite til og blitt satt foran en PC og TV. Blitt syd puter under armene og mor har vært overbeskyttene. Hvordan vil du si en riktig oppdragelse skal være?



Svar: Kjære Thomas - et veldig stort svar, men likevel; en god oppdragelse er å lage kontakt. Kontakt mellom den voksne og barnet. Og nettopp derfor er det så sårt og også feil å bli plassert foran spill. Vi mennesker er laget for å være sammen, for kontakt - og det er også grunnstammen i god oppdragelse. I tillegg inneholder god oppdragelse ett element til; å gradvis gi slipp. Barn må få prøve seg på egenhånd, strekke seg og ha hemmeligheter. Så kombinasjonen tv og overbeskyttende blir lite av det vi vet barn trenger. Men av og til er det det beste foreldre får til. Hva som er historien bak, kanskje du finner ut av en dag. Og det er din måte å komme deg videre på, bli hel. Lykke til!

Av: **VE** Hedvig Montgomery

Endre svar

Hovedløp

Sticky

Kjære Thomas - et veldig stort svar, men likevel; en

Endre

ca 18 timer siden



Anette: Jeg har en 14 måneder gammel jente, og jeg lurer på hvor mye disiplinering hun forstår på dette tidspunktet? Vil ikke vente for lenge med å legge ned noen regler, men er redd for at hun ikke er "klar"?



Svar: Frem til barnet er ca 18 mnd, er det ikke noe behov for å si nei eller sette grenser. Barna har ikke utviklet nok kontakt i hjernen til at de kan bruke eller lære noe av dine nei. Så beskytt barnet mot det som er farlig, lag gode rammer rundt barnet og ha det fint med babyen! Oppgaven i denne alderen er å bygge trygghet og god kontakt mellom deg og barnet.

Av: **VE** Hedvig Montgomery

Endre svar


Hovedløp

Sticky

Frem til barnet er ca 18 mnd, er det ikke noe behov for å si

Endre


ca 19 timer siden

 **Sadia:** Hvordan håndtere et frustrert og illsint barn? Barnet er 1,5 år gammelt, kaster bl.a. vannflasken sin på tvers av rommet.

Å heve stemmen føles ikke riktig selv om det veldig ofte er utenfor kontroll



Svar: Et barn på 18 mnd har ikke kontroll på følelsesuttrykkene sine. Så du må hjelpe barnet til å håndtere sine følelser. Trøst når han er lei seg, ro ned når han er opprørt, og ta det med stor ro når det kommer en vannflaske tvers over rommet. Å lære seg å håndtere den sterkeste følelsen av alle, aggresjon, tar under gode forhold ca 20 år - så dere har god tid på dere!

Av:  Hedvig Montgomery

Endre svar


Hovedløp

Sticky

Et barn på 18 mnd har ikke kontroll på følelsesuttrykkene,


Endre

ca 14 timer siden

 **Mamma:** Hva sier man til en toåring som ikke vil pusse tenner?



Svar: Å pusse tenne er langsiktig læring. Lek tannpuss, tull med tannpuss og gjør det hver morgen og kveld. Ikke begynn for sent slik at barnet er for trøtt, og går det ikke en kveld- ikke fortvil. Gjør et nytt forsøk neste morgen. På et eller annet tidspunkt er det blitt en del av rutinen for barnet, og da kan du slappe mer av.

Av:  Hedvig Montgomery

Endre svar

Hovedløp

Sticky

Å pusse tenne er langsiktig læring. Lek tannpuss, tull

Endre

Du bruker en eldre versjon av nettleseren Opera

For å få en best mulig opplevelse av våre nettsider, anbefaler vi at du henter [nyeste versjon av Opera](#). Bruker du en jobb-PC bør du kontakte IT-ansvarlig.

Alternativer til Opera: [Firefox](#), [Chrome](#).

Du bruker en eldre versjon av nettleseren Firefox

For å få en best mulig opplevelse av våre nettsider, anbefaler vi at du henter [nyeste versjon av Firefox](#). Bruker du en jobb-PC bør du kontakte IT-ansvarlig.

Alternativer til Firefox: [Opera](#), [Chrome](#).

Du bruker en eldre versjon av nettleseren Internet Explorer

For å få en best mulig opplevelse av våre nettsider, anbefaler vi at du henter [nyeste versjon av Internet Explorer](#). Bruker du en jobb-PC bør du kontakte IT-ansvarlig.

Gode alternativer til Internet Explorer: [Firefox](#), [Opera](#), [Chrome](#).

Du bruker en eldre versjon av nettleseren Google Chrome

For å få en best mulig opplevelse av våre nettsider, anbefaler vi at du henter [nyeste versjon av Google Chrome](#). Bruker du en jobb-PC bør du kontakte IT-ansvarlig.

Alternativer til Chrome: [Firefox](#), [Opera](#).