



Övning: Ge tydlig vägledning

Varför?

Du lär dig vägleda barnet på ett tydligt sätt. Ditt barn kommer att kunna följa instruktioner bättre.

Hur?

Lägg till stunder varje dag när du bestämmer dig för att följa principerna för tydlig vägledning. Efter en vecka utvärderar du om din vägledning har blivit tydligare.

Sätt upp ett mål för vad och hur du vill att ska hända i en vardaglig situation. Till exempel "att lämna lekplatsen och gå hem lyckas utan bråk."

Använd följande metoder:

Se till att du har barnets uppmärksamhet

Gå nära barnet, ta ögonkontakt och rör vid eller kalla barnet vid namn.

Ge en tydlig instruktion

- Ge inte instruktioner i form av en fråga. Istället för att säga "Ska vi åka hem", säg "Åk ännu två gånger nerför backen. Efter det åker vi hem."
- Undvik att säga nej. Istället för att säga "Skrik inte", säg "Var snäll och prata lite tystare."
- Undvik otydlig kommunikation. Du talar inte om för barnet vad du vill att hen ska göra om du säger "Nu hoppar du på soffan igen". Säg snarare: "Sluta hoppa på soffan och sätt dig ner."

Ge barnet tid att agera

Tala om för barnet när du förväntar dig att hen ska agera: "Om fem minuter går vi och borstar tänderna."

Förbjud bestämt och kort när det behövs

- Undvik onödiga förklaringar när du säger nej.
- Undvik tjat.
- Straffa aldrig barnet fysiskt.





- Säg inte nej i onödan. Upprepade förbud minskar på effekten.

Håll fast vid mål och gränser

Fundera på vad som är det väsentliga och med vad du kan vara flexibel med vid behov.

Beröm omedelbart för ett lyckande

Förstärk beröm genom att ge tummen upp eller på andra sätt som passar dig.

