

Petra Krantz Lindgren är beteendevetare och författare. Hennes bok "Med känsla för barns självkänsla" har sålt i närmare 60 000 exemplar. Hon driver också en populär blogg under namnet "En annan du". FOTO: KLOSSE WISTBACKA



Se behovet bakom beteendet

■ Både barn och vuxnas självkänsla hämtar näring från nära relationer och självkänslan är ett grundfundament för många positiva egenskaper. Det säger beteendevetaren och författaren Petra Krantz Lindgren.

Pedersöre MI slog nytt publikrekord då över 300 personer samlades i Sursik skola på tisdagskvällen för att lyssna till Petra Krantz Lindgrens föreläsning.

– Hur många av er tror er veta vad självkänsla är, frågar hon och ett fåtal räcker upp handen.

Själv delar hon in självkänslan i två delar, den kvantitativa och den kvalitativa delen.

– Den kvantitativa delen handlar om hur mycket jag känner till om mig själv och vad som är mina tankar och känslor, självkänne-dom. Den kvalitativa delen handlar om den acceptans jag har för det jag vet om mig, säger hon.

– Har jag en sund självkänsla så tänker jag att jag duger som den jag är och att jag är värd att älska.

Enligt henne ligger grunden i bra självkänsla i de nära relationerna, för barnet handlar det om att känna sig viktig för de som står en nära, föräldrar, mor- och farföräldrar, dagispersonal.

– Självkänslan är grundfundamentet för många av de egenskaper som vi vuxna vill se hos våra barn. Det handlar om att våga vara modig men också otillräcklig, att utsätta sig för risk, och våga misslyckas. När självkänslan sviktar då tror jag att mitt värde ligger i det jag gör, vad händer då om jag misslyckas? Då känner jag misslyckad som människa.

Enligt henne lägger självkänslan grunden för bland annat självständighet, självrespekt och empati.

– När jag vet att jag duger som jag är då vet jag också att mina känslor är värdefulla och vågar berätta om min rädsla, sorg och oro.

Hon pratar om vikten med att visa föreställelse för barnets känslor, oberoende vilka de är.

– Barn kan inte alltid få sin vilja fram, men de kan få sin känsla fram.

Vilket behov försöker barnet tillgodose?

Lisa, 6 år, ser ett gäng barn som hon gärna vill leka med, hon känner sig lite nervös när hon går fram men tänker att de säkert gärna vill leka med henne, och vill de inte är hon bra ändå. Eller: hon stannar kvar i sin gunga, tänker att de ändå inte vill leka med henne alternativt så går hon fram och kastar sand på den, som den bråkstake hon tror att hon är.

– Just det att barnet kastar sand tycker vi vuxna är lite konstigt, hon blir ju absolut inte populär på det viset. Paradoxen är den att man hellre blir negativt sedd än inte alls. Man vill ge människor någon slags känsla för själen ryser i tomrummet.

– Vad gör vuxna i det här läget? Jo, skäller på Lisa, "jag har ju sagt åt dig att inte kasta sand" och



Beteendevetaren Petra Krantz Lindgren föreläste inför en rekordstor publik i Sursik skola på tisdagskvällen. FOTO: KLOSSE WISTBACKA

"Jag tycker om uttrycket att barns beteende inte är ett problem, barnets beteende är lösningen på ett problem."

Lisa känner sig ännu sämre. Vad händer med Lisas beteende då? Jo, hon kastar mera sand. Det blir värsta negativa nedåtgående spiralen.

Frågan är vad de vuxna kan göra i stället.

– Jag får ofta frågan vad man ska göra åt ett barn som stör och vilka metoder det finns. Jag brukar då ställa motfrågan "Vilket behov tror du att barnet försöker tillgodose". Jag är övertygad om att det finns ett

behov bakom alla beteenden, det kan handla om behov av kärlek, närhet, gemenskap, frihet, acceptans...

Till exempel kan barnet som inte vill klä på sig egentligen vilja bli påklädd för att få närhet, kanske barnet inte trivs på dagis och behöver förståelse, kanske behöver barnet hjälp för det kan vara ganska svårt att klä på sig.

– Någon kanske hotar med minskad iPad-tid och det fungerar säkert i stunden, men behovet

kvarstår. Kanske skulle det i stället möta behovet att krama barnet en stund på soffan eller att samtala på sängkanten.

– Jag tycker om uttrycket att barns beteende inte är ett problem, barnets beteende är lösningen på ett problem.

Funderar jag på vilket behov som ligger bakom barnets beteende kan jag skifta fokus och hjälpa barnet.

Viktigt att se till barnets innersta behov

Krantz Lindgren beskriver människan som bestående av tre lager, det yttersta består av ytligheter som ägodelar, mittenlagret av prestationer medan kärnan består av våra innersta behov, tankar och drömmar.

– Tyvärr ser vuxna mest på vad barn gör, ett klassiskt exempel är när barnet visar sin teckning och en standard vuxen säger "vad fin". Vi svarar ofta med en bedömning av deras prestation då stärker vi mittenlagret. Men vad händer med det innersta? Jag är orolig över att barnen som vuxna blir en del i statistiken över utbrända.

– I stället borde du titta mer på vem barnet är och ta dig tid att fråga vad är det du har ritat, be barnet berätta, intressera dig för vad barnet tänker, då känner de sig värdefulla som människor.

Jenny Björklund