

## Sterke følelser i Barnehagen

Det er mange sterke følelser i en barnehage. En normal barndom inneholder mange frustrasjoner, tap etterfulgt av sorg og fortvilelse, konflikter som gjør oss sinte og også mange opplevelser som gjør oss glade, lykkelige og vel tilpass. Følelsesuttrykk er en del av det av det å være sammen med andre. Det er ikke farlig å være sint og man trenger ikke å være snill hele tiden. Barn trenger å bli kjent med hele følelsesregisteret sitt og de trenger voksne som kan møte følelsene deres og ikke minst anerkjenne dem. Alle følelsene, også sinne og gråt, er en del av det å være til.

I løpet av en barnehagedag vil det oppstå mange interessekonflikter der små mennesker er samlet. Vi voksne må trøste, sette grenser, anerkjenne, veilede og hjelpe dem videre. Vi må gi dem gode samspills strategier.

Dette er noe vi voksne i barnehagen bør være gode på, og vi mener nok at vi er ganske gode. Likevel er det lett å trå feil.

Vi kan bli mer opptatt av å kjeft og fordele skyld enn å trøste og hjelpe til å løse konflikten.

I vår barnehage oppdaget vi at vi kunne ha en tendens til å gi den som forulemper mer oppmerksomhet enn den som ble forulempet. Hvordan fremstår vi som empatiske voksne da? Nå trøster vi alltid først, det er viktigst!

Vi kan også la oss provosere av barns atferd, for eksempel hvis barnet forulemper andre, rasistiske utsagn, bruk av hersketeknikker, mobbing, ekskludering og lignende.

Det er viktig at vi voksne har et avklart forhold til egne følelser og at vi ikke legger mer i situasjonen enn det som er. Man må ha evnen til å se barnet i konteksten rundt konflikten. Hva skjedde egentlig nå? Hvis man går inn i konflikten med det for øye å stoppe, kjeft og fordele skyld, mister man ofte verdifull informasjon om hva som egentlig skjedde.

Vi voksne er veldig synlig i barnehagen og vi har stor definisjonsmakt. Det er da ekstra viktig at vi forvalter denne makten godt.

Barn lever i nuet. De sier ofte det de ser, tenker og føler. Hvis vi reagerer på deres oppførsel med å kjeft lærer de å skjule det for oss neste gang. De har ikke skjønt hvorfor det er galt, men at det må skjules for oss.

Vi ønsker at barna skal bli ansvarlige mennesker. Det er en lang vei dit. Fra ytre kontroll som representeres av oss voksne, til en indre ansvarlighet som styres av samvittigheten (vår indre stemme). Ofte kan man høre uttalelser fra barna som: «Jeg gjør det bare når du ikke ser meg» eller, «vi kan gjøre det nå for nå er ikke den voksne her».

Vi har så lett for å bli utålmodig i denne utviklingen. Barn skal lære mye mens de går i barnehagen, blant annet hvordan man skal være mot hverandre. Ofte lærer nok barnet noe

helt annet enn hva vår intensjon er, når vi kjefter. Når vi voksne hever stemmen og kjefter, får ikke barna med seg så mye av innholdet. De blir opptatt av sinnet vårt. Men både barnet som får kjeft og alle som er i nærheten, skjønner at barnet er «slem». I barns verden er man enten snill eller slem. Vi voksne kan lett være med på å stigmatisere et barn som «slem», selv om vi overhodet ikke mener det, gjennom vår måte å løse konflikter på. Jeg har flere ganger erfart i samtaler med barn etter en konflikt, at når jeg spør: «skjønner du hvorfor jeg ble sint på deg i stad?» svarer barnet: «ja, jeg var slem».

Jeg mener ikke at vi voksne ikke skal kunne bli sint, men vi bør være bevisst på hva vi sier og gjør når vi blir sinte, fordi vi er så synlige og har så stor definisjonsmakt. Når vi korrigerer et barn bør vi skru volumknappen ned. Ikke ydmyk barnet, da lærer den bare hvordan den selv kan ydmyke andre. Ikke utsett barnet for hersketeknikker, da vil barnet bruke disse teknikkene selv.

I en konflikt trenger barna tydelige voksne som trøster, lytter, anerkjenner, veileder og «deler ut blanke ark med fargestifter til».

For å kunne anerkjenne barns ulike følelser må man som voksen ha et avklart forhold til sine egne følelser. Mange voksne misliker sinne og konflikter og de tar i bruk «glatte-over-teknikker», avleder, bagatelliserer eller fjerner kilden til konflikt. Det ligger mye viktig læring i konflikthåndtering. Vi må orke å stå i dem og være gode rollemodeller og mentorer!

En forutsetning for at mennesker skal kunne utvikle seg harmonisk, er at disharmoni faktisk vies tid og rom, og ikke minst anerkjennelse!

Jeg sier ikke at dette er lett, og i en hektisk hverdag er det lett å trå feil. Da må man rydde opp etter seg. Det er alltid vi voksne som har ansvaret for relasjonen! Når en situasjon har roet seg går jeg alltid til barnet jeg har vært sint på og prater med det. Jeg kan si: «du, jeg var sint på deg i stad, men jeg er ikke sint nå. Var du sint på meg?» Ofte bekrefter barnet dette. Vi kan snakke om det som skjedde og vi kan bli enig om å bli venner igjen. Denne samtalen opplever jeg som verdifull. Barnet trenger å se at jeg fortsatt liker det, og jeg kan nyansere situasjonen for oss begge gjennom å lytte og anerkjenne. Jeg har også mange ganger sagt: »unnskyld, nå gjorde jeg deg urett». Det er fort gjort at vi voksne kan trekke forhastede slutninger og kjeft på feil barn. Ved at man som voksen kan be om unnskyldning og rydde opp etter seg, lærer man barna noe viktig; alle kan gjøre feil, og det går an å rydde opp etter seg!

Jeg bruker ofte i samlingsstund eller under måltidet å fortelle praksisfortellinger for barna som omhandler konflikter som oppstår i hverdagen vår. Dette engasjerer barna. Det handler jo om dem. Barna er veldig kompetente når de står utenfor interessekonflikten og de kan komme med gode forslag til løsninger. Her er det viktig at den voksne ikke henger ut enkeltbarn. Ingen skal tape ansikt! Jeg kan derimot godt bruke meg selv. Dette liker barna. Da jeg tok feil eller ble sint og ble hekka i Hundremeterskogen!

Ved å være i et miljø der man kan bruke, og bli kjent med hele sitt følelsesregister, gir man barna viktig livskunnskap videre i livet.

Beate Moldvær

Pedagogisk leder i Gubbeskogen FUS barnehage