

# Rimliga krav och förväntningar

Alla människor strävar efter att behålla sin självkontroll i de flesta lägen. Ingen vill hamna i kaos och göra saker som sedan ångras. I situationer som innehåller krav som är svåra att klara sätts självkontrollen på prov. Alla gör vi vad vi kan för att behålla självkontrollen och vi har olika lösningar och strategier att behålla den.

Vid kravsituationer har en del barn svårt att hitta fungerande lösningar i att behålla sin självkontroll, vilket



kan bli problematiskt för dem själva, i sina relationer och för omgivningen. Dessa lösningar kan visa sig som vägran, lögn, slag, användande av verbala kränkningar eller att barnet flyr. Barnets lösningar kan uppfattas provocerande och leda till maktkamp och konflikt.

Psykologen Bo Hejlskov Elvén förklarar detta genom Affektutbrottsmodellen och Kontrollprincipen "Man måste ha kontroll över sig själv om man ska kunna lämna över lite kontroll till någon annan" och "Man måste ha självkontroll om man ska kunna samarbeta". Det är pedagogens uppgift att skapa förutsättningar för att barn i förskolan ska uppleva kontroll i sin omgivning och över sig själv. I stället för att vara tillrättavisande behöver pedagogen inta ett nyfiskt och undersökande förhållningssätt så man får veta varför barnet agerar som den gör och hitta lösningar därefter.

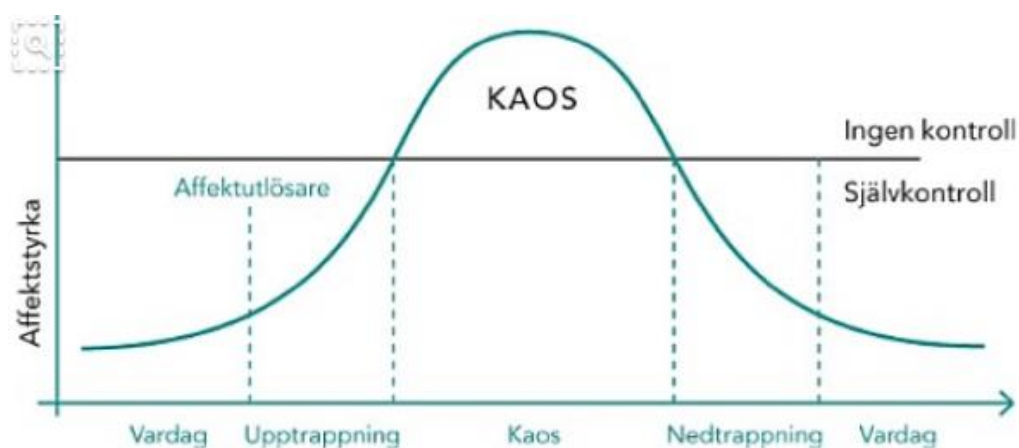
Pedagogen kan tillsammans med barnet undersöka vad som har gått fel:

- Kan du berätta vad som hände innan när...?
- Jag ser att du är arg/ledsen/orolig för något - kan du berätta...
- Hur känns det för dig då...?
- Vad skulle du vilja göra istället?
- Om du skulle ... (den vuxna föreslår något) ... vad tror du skulle hända då?

Har inte barnet förmågan att med ord beskriva vad som hänt i en kravfylld situation kan det krävas att pedagogen tillsammans med kollegor istället observerar och registrerar under vilka aktiviteter som konflikter och svårigheter uppstår. Vilka förmågor krävs av barnet i den särskilda situationen? Vilka resurser har barnet att klara av situationen? Vad har hänt innan och vad kommer hända efteråt?

När man förstått vad som ligger bakom beteendet har man möjlighet att ändra på förutsättningarna så att kraven kan anpassas och utefter barnets behov hitta fungerande lösningar.  
Man kan inte förbjuda eller fördöma barns lösningar utan att först försöka hitta en annan lösning som passar bättre.

Med hjälp av affektregleringsmodellen och tillhörande utvärderingsfrågor till respektive fas, (vardag, upptrappning, kaos, nedtrappning och vardag) som finns i "Beteendeproblem i förskolan" av Hejlskov Elvén och Edfelt finns goda möjligheter att utifrån barnets behov ändra förutsättningar och hitta lösningar.



#### Läs mer:

D Edfelt *Utmaningar i förskolan: att förebygga problemskapande beteenden*, Gothia Fortbildning, 2015

B Hejlskov Elvén & D Edfelt *Beteendeproblem i förskolan: om lågaffektivt bemötande*, Natur & Kultur, 2017