

Publicerad 30 jan 2008 08:36



Foto: Elis Hoffman

"Isak är gladare numera"

Numera är bråken mellan Charlotta Klavemyr och hennes son Isak färre och mindre drastiska. "Vi har haft stor hjälp av föräldrakursen. Jag tjarar mindre och berömmar mer", säger Charlotta.

Halv sex varje vardag ringer väckarklockan hemma hos Charlotta Klavemyr. Hon jobbar som städerska, så senast kvart över sex ska hennes åttaårige son Isak vara på fritids i Lillkyrka en mil bort.

PÅ EN HALVTIMME ska han alltså klä på sig, äta frukost, borsta tänderna och sätta på sig jackan - och det fungerade inte alls i höstas.

- Det blev bråk nästan varenda morgon, berättar Charlotta. Jag hamnade långt ner i tjatträsket, och om jag tog i på skarpen blev han jättearg och slogs och kastade grejer. Jag var alltid trött och kände mig värdelös som mamma.

Isak är smart. Han listade snabbt ut hur han skulle få Charlotta att göra som han ville.

- Alla tittade när han skrek fula saker åt mig i affären. Jag skämdes och gav ofta efter.

Hemma krävde han ständigt hennes uppmärksamhet.

- Fick han inte den kunde han nypa mig i benen, och hans nävar for i väg så att jag fick hålla fast honom tills han hade lugnat ner sig.

MEN SÅ FICK Charlotta höra talas om Komet, en föräldrakurs som skulle hållas i Enköping. Hon anmälde sig, och sedan oktober har hon varit med på elva träffar.

- Det viktigaste jag har fått lära mig är att umgås mer med Isak och berömma honom när han gör något bra. Förr fokuserade jag på det dåliga, det blev mycket mer av tjar och tillsägelser än mys och beröm.

Kursen har fått henne att se sin egen roll, säger hon.

- Jag tänker på vad jag gör och vad jag inte gör. Det har varit nyttigt.

Minst en kvart varje dag ska Charlotta ha en gemensam stund med Isak, enligt Kometkursen. Och varje vecka har hon fått redovisa hur många minuters umgänge det faktiskt har blivit.

- Ofta tar vi en promenad med vår hund Snoddas. Och så läser vi saga varje kväll - det blev ofta inte av förr när jag var trött efter jobbet.

Tack vare belöningsystemet Ormen har hon fått bukt med morgonbråken, berättar hon. Varje gång Isak stiger upp ur sängen och klär på sig utan bråk får han en guldstjärna. Och om han dessutom borstar tänderna i tid får han en till.

STJÄRNORNA KLISTRAR han fast på en tecknad orm som slingrar på en färgglad plansch som Charlotta har fått på Kometkursen. När Isak har samlat ihop ett visst antal stjärnor får han dra ett belöningskort där det står "Cykla med mamma" eller "Åka till badhuset", "Välja maträtt" eller "Få en liten leksak".

- Han älskar Ormen, berättar Charlotta. På tolv veckor har han fått åttio guldstjärnor och tio belöningar, och när ormen är full ska han få en dyrare leksak.

Men ska inte barn få närhet utan att behöva prestera?

- Jo, och det får han hela tiden, svarar Charlotta. Detta är bara en extrabelöning som han kan få om han har varit riktigt duktig.

Hon har också lärt sig att förebygga konflikter genom att förbereda Isak bättre. "Nu när jag ska dammsuga, då får du leka för dig själv - inte följa efter mig och nypa mig i benen. Okej?" Så kan hon säga. Och om det går bra får Isak beröm efteråt.

Men den taktiken fungerar inte alltid, och när Isak inte heller låter sig avledas utan tjatar och skriker - då tar Charlotta till den hårdare Kometmetoden Välja strider, den som inom andra föräldraträningsprogram kallas Ignorera.

- Jag svarar inte, låter bli att titta på honom, vänder ryggen till och hör på radion eller lyssnar på musik. Han varvar ju upp sig och skriker och gråter, men då gäller det att stå emot. Och det där taktiska gråtandet har han slutat med nu - jag ger ju inte med mig.

Metoden har fungerat, säger hon. Striderna kommer av sig.

VISSA PSYKOLOGER säger att ett barn som systematiskt blir ignorerat på detta sätt kan ta skada. Men Charlotta tror inte att föräldrar som har gått en Kometkurs missbrukar metoden och ignorerar för hårt.

- Märker jag att Isak är ledsen på riktigt tröstar jag honom förstås. Man får ju inte vara hjärtlös.

Hon använder Nödbroms också, Kometmetoden som inom andra program kallas Time out.

- När Isak är helt utom sig och bara skriker och slåss - då säger jag åt honom att sitta stilla på en stol i köket. Han blir arg och vill sticka i väg, men jag blockerar dörröppningen och håller bara tyst. Och oftast lugnar han ner sig efter en stund.

Tidigare sade hon åt honom att vara på sitt rum tills han stillat sig.

- Men det funkade inte. Han blev ursinnig och kastade sönder sina leksaker. Jag fick släppa ut honom och hålla fast honom i famnen.

Barnläkaren och författaren Lars H Gustafsson har beskrivit Nödbroms och Time out

som skamvråns återkomst, men Charlotta håller inte med honom:

- Jag måste ju stoppa Isak när han går för långt. Det går inte att prata med honom när han är så där arg. Visst, han kanske skäms och tycker att det är svårt att bli satt på plats. Men alternativet är sämre.

HON SÄGER ATT hon märker det tydligt: Isak är oftare glad numera, och de svåra konflikterna har blivit färre och mindre våldsamma.

- Det var flera veckor sedan jag behövde ta till Nödbroms. Det beror nog på att jag berömmar honom och tar mig tid till gemensamma stunder.

Isak har också märkt förändringen.

- Mamma har blivit lite snällare, säger han. Jag tror att det är för att hon har gått den där kursen.

Gert Svensson, gert.svensson@dn.se

© Detta material är skyddat enligt lagen om upphovsrätt.