

Publicerad 31 jan 2008 08:33



Kritikerna hävdar att föräldrakurserna leder till att barn blir kränkta och psykologiskt övergivna. Men förespråkarna anser tvärtom att relationerna och samspelet mellan barn och föräldrar förbättras. Arkivfoto: Nina Agency

## Skamvrån eller vettigt verktyg?

**Föräldrakurserna ger tryggare relationer och bättre samspel inom familjen i stället för skrik och våld, hävdar förespråkarna. Men kritikerna talar om skamvråns återkomst och varnar för ångest och separationskräck hos barnen.**

Barn behöver både värme och ramar, förklarar docent Sven Bremberg på Statens folkhälsoinstitut. Det är därför myndigheten på sin hemsida rekommenderar föräldrakurserna Cope, Komet och De otroliga åren.

Samtliga bygger på social inlärningsteori och kognitiv psykologi inriktad på beteendet. Grundidén är enkel: barn fortsätter med det beteende som leder till mammas eller pappas positiva eller negativa uppmärksamhet, och de slutar att göra sådant som föräldrarna ignorerar.

Kursdeltagarna får lära sig att sätta in så mycket som möjligt av beröm och tid för positiv samvaro på familjens "förtroendekonto" - bara om de gör det kan de göra uttag från kontot i form av tillsägelser, gränssättning och bestraffning.

Med hjälp av ett särskilt belöningssystem ska de bråkiga barnen fås att göra som mamma och pappa vill. En pojke som till exempel har städlat sitt rum kan få en guldstjärna, och när han har samlat ett visst antal stjärnor får han en leksak, en extra sagostund eller en fisketur tillsammans med pappa.

Men om pojken tjatar och gråter eller struntar i att göra som föräldrarna vill ska de som ett första steg ignorera hans beteende. De ska vända ryggen till och låta bli att se honom i ögonen medan de till exempel lyssnar på musik eller tänker på semestern.

Om konflikten trappas upp, så att pojken trotsar och skriker eller börjar slåss och kastar saker i golvet ska de tillgripa en metod som kallas Time out; pojken ska sitta på en särskild stol eller vara ensam i ett rum där det helst ska vara kallt och tråkigt, tills han har lugnat ner sig.

Detta ska ge pojken en tankepaus och hjälpa honom att lära sig att hantera sin vrede. Enligt professor Carolyn Webster Stratton, grundaren av utbildningsprogrammet De otroliga åren, kan föräldrarna till och med låsa in pojken.

"Skamvråns återkomst" - så löd rubriken över en kritisk debattartikel som barnläkaren och författaren Lars H Gustafsson skrev i fjol i tidskriften Pedagogiska magasinet. Att

ignorera barn när de skriker och gråter är inget annat än utfrysning, hävdade han, och Time out beskrev han som "olaga frihetsberövande".

- Att använda mentalt eller fysiskt tvång för att isolera barn - det är att kränka barnen, säger han till DN. De som driver dessa program hävdar att det inte alls är meningen att barnen ska skämmas. Men jag är övertygad om att barn som ignoreras eller isoleras efter att ha varit olydiga känner skam. Och trygga barn klarar nog detta ganska bra. Men barn som lever med ett inre kaos och som kämpar med plågsamma känslor ska tas om hand när de har det som svårast - inte frysas ut eller stängas in.

Det är oansvarigt av myndigheterna att sprida dessa uppfostringsmetoder som verktyg för vanliga föräldrar, anser Lars H Gustafsson:

- Risken är stor att de används fel så att barn blir allvarligt kränkta.

Sven Bremberg på Statens folkhälsoinstitut tror inte alls att den risken är särskilt stor. Han sade i gårdagens artikel på Insidan att föräldrakurserna är en av de mest effektiva metoderna att förebygga psykisk ohälsa hos barn.

Ingen behöver betvivla att kurserna fungerar, hävdar Sven Bremberg, och han hänvisar till ett sextiotal vetenskapliga undersökningar:

- Forskningen visar att andelen barn med allvarliga beteendeproblem minskar med 50-70 procent tack vare den här sortens föräldraträning.

Sven Bremberg är medveten om att Time out används inom föräldraträningsprogram som Statens folkhälsoinstitut rekommenderar. Men nu säger han till DN:

- Time out är en metod som ofta känns främmande för oss i Sverige. Därför har vi utvecklat ett nytt program som heter Familjeverkstan. Vi presenterar det nu på fredag, och det innehåller definitivt inga rekommendationer om Time out.

Visst är det bra att umgås med barnen och berömma dem. Men de ska inte behöva prestera för att få närhet och samvaro; kärleken bör aldrig vara villkorad, enligt psykologen Gloria Zeligman, verksam inom barn- och ungdomspsykiatri i Stockholm.

Hon anser att det är mobbning att ignorera en arg och förtvivlad liten människa, och hon är övertygad om att föräldrar som systematiskt använder hot om separation i uppfostrande syfte kan skada sina barn.

- Enligt dessa nyauktoritära uppfostringsmetoder ska ju barnen överges psykologiskt när de gör sådant som föräldrarna inte gillar. Från sin utgångspunkt förlorar de föräldrarnas kärlek, och då kan de lätt känna sig som dåliga barn.

Det kan vara oerhört skrämmande för barn att bli ensamma med sina mordiska fantasier, förklarar Gloria Zeligman.

- Konsekvensen av dessa föräldrakurser kan bli ångestfyllda och auktoritetsbundna barn med separationsskräck, barn som inte kan stå på sig och inte vågar vara ärliga, barn som skäms över sig själva och tvingas gömma undan sina svåra känslor, säger hon.

Liknande synpunkter har psykologen Azra Abazari. Hon arbetar inom Familjeteamet vid socialtjänsten i Rinkeby/Kista i Stockholm, och hon säger sig ha mött många föräldrar som känner sig kränkta efter att ha deltagit i Komet, en föräldrautbildning som Stockholms stad har utvecklat och som för vissa familjer kombineras med hembesök av en familjebehandlare.

- Familjens historia ignoreras vid denna behandling, säger Azra Abazari. Ingen bryr sig

om de underliggande orsakerna till att barnen bråkar: traumatiska upplevelser, dödsångest, separationer. Själva grunden till problemet finns kvar.

Men det är inte barnet man ska ignorera, utan barnets dåliga beteende, förklarar Charlotte Skawonius, projektledare för Kometprogrammet i Stockholm.

- Det handlar inte alls om att överge eller kränka barnet eller sätta det i skamvrån, säger hon.

Nödbroms går ut på att avbryta svåra situationer där en konflikt har trappats upp så att den kan leda till långa utskällningar eller våld från föräldrarnas sida, förklarar hon:

- Våra utvärderingar visar att föräldrar som deltagit i Komet-grupper skäller och tjatar mindre. Jag vill hävda att Komet minskar risken för grova kränkningar och barnmisshandel.

Basen i föräldraträningen är kärleksfull samvaro med barnen och positiv förstärkning av deras goda beteende, påminner Charlotte Skawonius.

- Om man lyckas med detta behöver man sällan ignorera barnens dåliga beteende eller utöva sträng disciplin, och Nödbroms kanske man aldrig måste ta till.

Varken Komet eller de andra föräldraträningsprogrammen har utformats för att avhjälpa djupare trauman hos barnen - för detta krävs annan behandling, förklarar hon:

- Men om relationerna inom familjen tack vare kursen förbättras kan föräldrarna få större förståelse för barnens inre problem och få kraft att skaffa den hjälp som behövs.

Agneta Hellström, ordförande i Svenska Cope-föreningen, ser inget fel i att barnen belönas med guldstjärnor och leksaker eller förmåner när de gör rätt.

- Detta är inte en muta, utan frukten av ett avtal som föräldrarna har träffat med barnet - ungefär som när vi vuxna får lön för väl utfört arbete.

Föräldrar ska absolut inte frysa ut sina barn eller få dem att skämmas, poängterar hon. Men hon vill inte sticka under stol med att Time out är en sorts bestraffning; hon jämför med utvisning i ishockey, en rimlig påföljd som alla är införstådda med och accepterar.

- Visst finns det en risk att metoden missbrukas så att barn kränks eller till och med utsätts för våld. Men vi understryker att den alltid ska användas med lugn och värdighet. Och den är ju bättre än det destruktiva och ibland våldsamma kaos som råder i familjer där samspelet mellan föräldrar och barn har brutit samman, säger Agneta Hellström.

Gert Svensson, gert.svensson@dn.se