



UTFORSKER VERDEN: Det er et bra tegn at barna viser interesse for omgivelsene sine. Foto: Colourbox

Er barnet ditt lykkelig?

Har barnet det bra, pendler det mellom utforsking av omgivelsene og nærhet fra sine omsorgspersoner.

MARIT AABY VEBENSTAD
marit.vebenstad@egmonthm.no
KLIKK.NO

Det er ikke alltid så lett å vite hvordan de minste barna *egentlig* har det. [Hektiske dager](#) med frakting til og fra barnehage, middag, litt barne-tv - og så i seng. Mens større barn kan fortelle om dagen sin, om hva de har gjort og om det har skjedd noe spesielt, har ikke de minste barna like gode muligheter til det.

Så hvis du lurer på hvordan det står til med barnet ditt - eller om det er lykkelig - er det noen ting det

Barnet ditt er lykkelig hvis:

- * Det er utforskende
- * Har energi Er nysgjerrig på omgivelsene *
- Søker trøst
- * Lager "inviterende lyder"
- * Gråter når omsorgspersonen går

Kilder: Psykologene Guro Øiestad og Willy-

kan være lurt å være oppmerksom på.

Tore Mørch

Vær oppmerksom på atferdsendringer

- Hvis barnet ditt plutselig endrer atferd, kan det være lurt å være oppmerksom. Hvis det blir veldig [klengete](#), vil være for seg selv, blir fjern i kontakten eller overstadig lystig. Dette kan være tegn på at noe er galt. Har barnet det bra, vil det naturlig pendle mellom tilknytning/ nærhet og det å søke ut/ utforske, sier spesialist i klinisk psykologi, Guro Øiestad.

Hun arbeider som universitetslektor ved Psykologisk Institutt ved Universitetet i Oslo og har skrevet boka "Selvfølelsen hos barn og unge".

Hvis barnet slutter å søke nærhet tegn på at noe er utrygt i livet.

- Småbarn er fra naturens hånd programmert til å søke nærhet og omsorg, sier Øiestad til Foreldre & Barn.

Søk hjelp hvis barnet er redd deg

Hvis barnet virker innesluttet, usikker eller redd i møte med foreldrene, er det et tegn på at noe er galt i samspillet, og det er en god grunn til å søke hjelp.

Barn kan variere i formen, og i perioder være trøtte og slitne. Men mistenker du at barnet ikke har det bra i barnehagen, er det lurt å snakke ordentlig med personalet, eventuelt går det an å be noen utenfra observere barnet.

Barn som strever i utgangspunktet, får lett problemer i en barnehage som ikke fungerer optimalt, mens robuste barn klarer seg helt fint. Uansett har barn krav på hjelp når de strever med livet i barnehagen eller hjemme.

Viktig å utelukke sykdom

Psykolog Guro Øiestad mener det viktigste tegnet på at [barnet er lykkelig](#), er at det virker glad, er utforskende, har energi og liker å undersøke ting. Samtidig som at barnet søker trøst og støtte hos de nærmeste.

- Helt generelt kan jeg si at barn kan streve med søvn og rytmer uten at det er noe galt. Det *kan* være et tegn, men behøver ikke være det. Hvis barnet har et godt omsorgsmiljø både hjemme i og barnehagen, men allikevel viser [tegn på slitenhet](#) og mistriksel, oppfordrer hun til foreldrene til å oppsøke

lege for å utelukke at barnet er sykt.

- Barn i 1-3 års alder er i tilknytningsfasen til sine omsorgspersoner, og det er tilknytningsatferden hos barnet som er den beste indikator på trivsel og normal utvikling, sier Willy-Tore Mørch, professor i barn og unges psykiske helse ved Universitetet i Tromsø.

Skal vise ubehag når omsorgspersonen går

Han mener at et trygt barn i denne alderen skal ha tydelig tilnærmelsesatferd til omsorgspersonen ved å strekke armene mot, krabbe eller gå mot omsorgspersonen, smile mot og gi "inviterende" lyder (jeg vil ha kontakt-lyder), eller enkeltord som "mamma", "se", "der" og imitasjon av ord.

Når omsorgspersonen forlater barnet skal et sunt barn med trygg tilknytning i denne alderen vise ubehag eller angst og begynne å gråte.

- Når omsorgspersonen kommer tilbake, skal barnet ha gi uttrykk for glede eller annen [typisk tilknytningsatferd](#), sier Willy-Tore Mørch.

Passive, aggressive eller utagerende barn

Barn som har fått en utrygg tilknytning ved at omsorgspersonen ikke har reagert på barnets forsøk på [tilknytningsatferd](#) er enten passive, uinteresserte eller [uengasjerte i omsorgspersonenes nærvær](#).

Omsorgspersonen har i slike tilfeller reagert med avvisning, aggresjon eller lignende på barnets tilknytningsatferd. Barnet kan også være pågående, utagerende eller kraftig oppsøkende.

- Her har omsorgspersonen reagert på barnets omsorgsatferd med neglisjering, unnvikelse eller ignorering slik at barnet fortvilt forsøker å få kontakt, sier professoren.

Les mer:

[Slik gjør du barnet ditt lykkelig](#)

[Slik gir du barna lykkelige sommerminner](#)

[Barn blir lykkelige av å takke](#)

Saken ble opprinnelig publisert på Klikk.no. [Les her.](#)