

# VG SØNDAG

**MOR OG SØNN:** Kafi (13) synes mamma Luule Hassan (42) er snill. – Du kan godt si at jeg er litt streng, sier Luule og ler.



# Lærte å rose barna

På kurs for å bli bedre foreldre



## FAKTA

### Parent Management Training – Oregon (PMTO)

PMTO er et hjelpeprogram som ble utviklet i USA og implementert i Norge i 1999. Det er myndighetenes mål at alle kommuner skal ha et PMTO-tilbud. Problemferd hos barna skal forebygges ved å styrke foreldrenes ferdigheter, gjennom blant annet mer bruk av ros og fornuftig grensesetting.





## Luule Hassan (42) lærte å rose sønnen Kafi (13) etter å ha gått på foreldrekurs.

Den somaliske kvinnen ber sønnen komme inn fra leken og sette seg ved siden av henne i sofaen. Hun legger hånden på skulderen hans og ser ham i øynene.

– Fortell hva som skjedde.

Kafi har kranglet med en kamerat, og forteller mamma hvorfor. Luule Hassan lytter, stiller spørsmål og ber sønnen gå å si unnskyld. Roser ham så for å gjøre det.

– **Ros hjelper. Plutselig vil barna gjøre mer og fortelle oss mer, sier hun og knipser med fingrene.**

Men hun vil understreke én ting.

– Somaliske mødre er gode mødre. Jeg hadde allerede vært mor i 15 år, jeg kunne oppdra barna mine. Men det blir enda bedre med kurs.

På foreldrekurs i bydel Grorud i Oslo lærte hun metoder for å sette grenser, å rose og å tilnærme seg barna på en behersket måte.

– Selv om jeg kan bli sint, snakker jeg roligere nå, sier hun.

Samarbeidet med skolen ble lettere, og det ble enklere å være mamma.

**HJELPEPROGRAM:** Parent Management Training – Oregon (PMTO) er et hjelpeprogram som siden 1999 er blitt benyttet på norske familier med barn mellom 3 og 12 år. Men programmet har inntil nå knapt nådd noen minoritetsfamilier, og helsestasjoner sliter med å koble minoritetsmødre til offentlige hjelpetiltak.

Forsker Ragnhild Bjørknes ved Atferdssenteret i Oslo har nylig avsluttet en doktorgrad i psykologi, der hun undersøkte effekten av PMTO på 96 utvalgte paki-

stanske og somaliske mødre. Mødrene ble rekruttert gjennom åpne møter på skoler i bydelene. I grupper på åtte til tolv mødre møttes de atten ganger for kursing.

Mødrene som fulgte foreldreprogrammet, rapporterte om mindre problematferd hos barna enn mødre som sto på venteliste.

– PMTO virker fordi man jobber med foreldreferdigheter som en drivkraft for barns atferd. Det er lurt å satse på familien, heller enn på institusjoner, mener Bjørknes.

– **Hva mener du med foreldreferdigheter?**

– Ros, oppmuntring, og å anerkjenne det barnet klarer å gjøre. Motsetningen er streng disiplinering, som å kjeffe, true og skrike for å sette grenser.

Hun fant at jo større foreldreferdigheter mødrene følte, jo mindre ble det av røff disiplinering av barna, og jo større atferdsendring skjedde. Bjørknes ser flere likheter enn forskjeller i PMTO-arbeidet med norske, somaliske og pakistanske foreldre.

– Det kan virke som om PMTO lærer bort et universelt budskap, sier hun.

– **Og man trenger ikke være dårlige foreldre for å bli bedre.**

**KRITISK:** Familieterapeut Jesper Juul har lite til overs for atferdspsykologiske metoder i barneoppdragelsen.

– Ved å regulere barns atferd uten å interessere seg spesielt for når og hvordan atferden er oppstått, behandler man symptomer, ikke mennesker. Man stiller ikke spørsmålsteget ved hvordan foreldre, skole og lignende fungerer i relasjon til barna. De må bare oppføre seg som de voksne synes. Ros føles umiddelbart fint, men barnet kan bli avhengig av rosen, og ikke få sjansen til å utvikle sin egen sans for hva som er rett og galt, sier Juul.

Likevel er han ikke i tvil om at barnet vil endre atferd.

– Metoden fungerer fordi barna gjør det de kan for å samarbeide. Jeg er ikke i tvil om at det er en kjempehjelp for noen voksne at de får denne metoden, men om det er bra for barnet, setter jeg spørsmålsteget ved.

**REDDE FOR BARNEVERNET:** Luule Hassan sier at mange somaliske mødre er redde for barnevernet, og derfor ikke ønsker å ha kontakt med det offentlige hjelpeapparatet. Hun etterlyser lavterskeltilbud som gjør det mulig å løse problemer innad i familiene.

Sønnen Kafi har ikke merket noen forandring hos mamma etter PMTO-kurset, men er uansett godt fornøyd.

– Hun er snill og akkurat passe streng, sier han.

### PMTO-råd til foreldre

● Gi gode og effektive beskjeder. Vær fysisk nær, ha øyekontakt, vær vennlig, men bestemt. Si heller: «Rydd på rommet ditt nå, er du snill» enn: «Hvor mange ganger må jeg si at rommet ditt er et eneste rot?»

● Gi ros og oppmuntring til god oppførsel. Vær konkret og entydig. Si heller: «Så flott at du gjorde ferdig leksene før middag» enn: «Så flott at du gjorde lekse- ne før middag, hvorfor gjør du ikke det hver dag, som søsteren din?»

● Involver deg positivt i barnas liv. Delta i leken, involver deg i skoleoppgaver. Lytt til barnet.

● Sett grenser. Informer barna om hvilke grenser som gjelder, og hva som skjer hvis de brytes.

● Reguler egne følelser og stressreaksjoner. Vær bevisst hvordan du ønsker å takle situasjonen, og hva du kan gjøre for å greie det.

Kilde: Arbeidshäfte: «Tips til foreldre», utgitt av Atferdssenteret

Tekst: KJERSTI BLEHR LÅNKAN  
Foto: SARA JOHANNESSEN