

# 1 år



MANNERHEIMS  
BARNSKYDDSFÖRBUND

Lyckan ligger i vardagen.

Detta är en uppdaterad version av den broschyr som publicerades år 2007.

**Följande personer har kommenterat innehållet:**

Katri Kanninen, psykoterapeut VET  
(krävande specialnivå), PsD  
Mirjami Mäntymaa, barnpsykiater, MD  
Saara Salo, psykoterapeut, PsD  
Sakkunniga vid Mannerheims Barnskyddsförbund

**Ursprungligt manuskript av:**

Arja Häggman-Laitila, docent, Hvd

**Sakkunniga:**

Tuovi Keränen, psykolog, PsM  
Anu Lius, barnmorska  
Nina Melamies, specialklasslärare, PeM  
Kirsi Otronen, hälsovårdare  
Kaija Puura, barnpsykiater, MD  
Markus Torkkeli, klasslärare, PeD

**Utgivare**

Mannerheims Barnskyddsförbund  
Andra linjen 17, 00530 Helsingfors  
Tfn 075 324 51  
mll@mll.fi  
www.mll.fi

**Beställningar**

www.mll.fi/kauppa  
tilauspalvelu@mll.fi  
Tfn 075 324 5480  
Beställningsnummer 30110

Grafisk design: Hahmo  
Ombrytning: Virma/Minna Laatikainen  
Foto: Keksi/Suvi-Tuuli Kankaanpää  
Översättning: Käännös-Aazet Oy  
Tryckeri: Esa Print Oy 11 2013



## Innehåll

Babyns värld utvidgas   s. 5
Härligt tillsammans   s. 5
Borta från mamma och pappa   s. 6
Entusiastisk dygnet runt   s. 6
Övning ger färdighet   s. 8
Blöja eller potta   s. 8
Min, jag själv   s. 9
Trygghet i det välbekanta   s. 10
Trygga barnets upptäckarglädje   s. 11
Gränser och handledning   s. 11
Att dela känslor   s. 13
Barnet vill kommunicera   s. 16
Leken är viktig   s. 17
Lekamrater   s. 18
Samvaro med morföräldrar   s. 19
Barnets andra levnadsår   s. 19

## Till läsaren

Under det andra levnadsåret kan barnet i högre grad inverka på saker och händelser. Barnet lär sig att gå och kommunicera med ord. Det är också en tid för att ivrigt ta itu med att lära känna sig själv, sina närstående och närmiljön. Småbarn gillar att lära sig nya saker. I den här åldern behövs inga "lektioner". Varje situation ger en möjlighet till lärande, i barnets egen takt.

I det här skedet är det föräldrarnas uppgift att förse barnet med möjligheter att öva sina färdigheter och stöda barnet

i stunder av besvikelse och misslyckanden. Barnet behöver konstant övervakning och beskydd från föräldrarnas sida. På så sätt kan barnet rikta hela sin uppmärksamhet på själva inläringen. Nu blir det även aktuellt att dra gränser och tolerera barnets ilska.

Alla barn utvecklas i individuell takt, därför är de olika åldrarna och utvecklingsfaserna som nämns i denna broschyr endast riktgivande.



## Babyns värld utvidgas

Under sitt andra levnadsår börjar barnet tillitsfullt utforska hemmet och den bekanta miljön. Barnet sysslar även för sig själv en stund utan att hela tiden kräva vuxnas närvaro. Men den vuxna behöver ändå vara inom hörhåll för att barnet ska känna sig tryggt. Barnet kan även mitt i leken kliva upp i förälderns famn för att få kärleksbetygelser och återgår sedan trygg i sinnet till sina lekar. Det är viktigt för barnet att alltid bli tagen i famn när han eller hon så vill.

Dessa rofyllda stunder tillsammans med föräldern är av stor betydelse. Barnet behöver en vuxen vid sin sida som är intresserad av vad barnet gör och säger. Föräldrarna är de absolut viktigaste människorna i barnets liv.

I den här åldern känner barnet igen sig i spegelbilden. Samtidigt blir barnet medvetet om sig själv som individ. Barnet gillar att titta på sin spegelbild och namnge sina kroppsdelar tillsammans med föräldern. Barnet ser skillnad på könen och kan säga om ett annat barn är en flicka eller en pojke.

## Härligt tillsammans

Barnet tycker det är härligt när föräldrarna njuter av hans eller hennes sällskap. Det

## **i** Stöd för föräldraskapet

Mannerheims Barnskyddsförbund  
upprätthåller en föräldratelefon

**0600 12277 (på finska)**

Föräldrasajten

[www.mll.fi/vanhempainnetti](http://www.mll.fi/vanhempainnetti)

## Olika temperament

Det medfödda temperamentet inverkar på hur barnet agerar och samspelar med omgivningen. Det kan bli problem om föräldern och barnet har väldigt olika temperament då föräldern kan ha svårt att förstå barnet och de behov han eller hon har. Till exempel kan föräldern förvänta sig att ett blygt barn visar mod i stora grupper. Det bästa en förälder kan göra är att lära sig ta hänsyn till barnets speciella drag och minnas att det inte går att agera på samma sätt med alla barn..

känns fantastiskt för barnet att få föräldrarna att skratta och försöker lyckas med den bravuren om och om igen. Barnet behöver få föräldrarnas uppmärksamhet, godkännande, uppmuntran och beröm. Barnets upplevelse av det egna jaget föds i samspelet med en annan människa. Det är viktigt att få positiv respons eftersom barn börjar se sig själva på samma sätt som de viktigaste människornas i deras liv ser dem. Föräldrarnas beundran inverkar även på barnets upplevelse om sin egen värdighet: hur ser jag ut och vad kan jag.

Det är viktigt att dela glada kärleksfulla stunder tillsammans. Skoja, skratta och skämta för att göra barnet bekant med den humoristiska och glättiga sidan av livet. Barnet behöver omhuldas och kan aldrig få för mycket kärlek och ömhet. Ett kärleksfullt bemötande är inte samma sak som att dalta och skämma bort.



## Borta från mamma och pappa

När den andra födelsedagen närmar sig börjar barnet nämna människor och föremål som inte är närvarande. Barnet vill inte vara ifrån sina närstående under långa tider, och det är inte heller bra för barnet. Det vore fint om barnet ännu fick vårdas hemma och att barnet inte dagligen behöver vara alltför länge vara ifrån sina nära och kära.

Om barnet däremot sätts i dagvård borde föräldrarna fundera ut arrangemang så att vårdtiden blir så kort som möjligt. När barn är i den här åldern är det viktigt att dagvårdsplatsen och skötarna är de samma i mån av möjlighet. Det behövs alltså en bekant och trygg skötare som har tid till samvaro och tar barnet i famnen när han eller hon så vill. Kontakten mellan föräldrarna och skötaren är av största vikt eftersom små barn inte själva kan berätta om sina behov och dagens händelser.

Både föräldrarna och barnet behöver anpassa sig till dagvården. Reservera tillräckligt tid på morgonen för att göra er i ordning och fara iväg hemifrån. Även om barnet har svårt att skiljas från sina föräldrar, ska man inte smyga iväg. Om platsen är trygg, ebbars barnets gråt snabbt ut när föräldern har gått. Kära och bekanta föremål, klädesplagg som doftar till föräldrarna eller ett fotografi av föräldern kan inge trygghet i nya och svåra situationer. Väl hemma igen är det bra att reservera tid för lugn och kärleksfull samvaro med barnet i famnen.

Natten känns lång för ett barn. Barnet kanske vaknar under nattens gång för att kontrollera om föräldrarna är på plats. Även nattetid tyr barnet sig gärna till någon mjukisleksak, trasa eller kudde. Genom att röra och lukta på dem klarar

barnet av en separation från föräldrarna under natten. Barnet lämnar i regel själv bort trasan när den inte längre behövs.

## Entusiastisk dygnet runt

Barnets motoriska färdigheter utvecklas i snabb takt. Ettåringen tar sina första steg och springer vid två års ålder. Barn som har lärt sig att gå är intresserade av allt som rör sig och har med rörelse att göra. Det är fantastiskt för barnet att få visa sina nya färdigheter för föräldrarna och ordnar gärna uppvisningar jämt och ständigt. Små barn kan bli så uppspelta av fartfyllda lekar att föräldrarna ibland måste hjälpa till att avsluta leken så att barnet lugnar ner sig.

Doft av mat lockar barnet att springa iväg till köket. Barnet kan redan kombinera goda aromer med mattider. I det här skedet kan barnet anpassa nyansen och styrkan i sitt tonfall att stämma överens med de övriga familjemedlemmarnas tonläge.

Barnet gillar att måla, rita, modellera, pyssla och baka. Intresset för olika dofter har vaknat och barnet utforskar gärna olika material och lär sig att se skillnader mellan dem.

I den här åldern vaknar barnets intresse för att titta på bilder. Barnet lär sig med hjälp av en vuxen att namnge saker och ting på bilderna och med ord beskriva

## **i** Hjälp med sovproblem

Det finns närmare upplysningar om sömn och typiska sömnproblem i Mannerheims Barnskyddsförbunds broschyr *Småbarnen sover*.



*Barnet behöver konstant övervakning och skydd för att undgå olyckor.*

grundläggande känslor. Det går även att titta på bilder via datorn, och då finns ofta också ljud och rörelse med i bilden. Barnet kan också följa med korta illustrerade berättelser.

Det är föräldrarnas uppgift att begränsa barnets tid med medier. Televisionens bildflöde kan till exempel locka att sitta framför skärmen trots att barnet redan är trött och inte orkar koncentrera sig längre. Föräldrarna måste även vara uppmärksamma på hela familjens tv-vanor och på hur mycket föräldrarna själva använder datorn och om barnet tillbringar största delen av sin tid i samma rum som en tv som är påslagen.

### Övning ger färdighet

I det här skedet börjar barnet öva sig att äta, klä på och av sig samt tvätta sig. Barnet lär sig att själv ta av sig jackan bara knapparna och dragkedjan har öppnats. Påklädningen blir nu smidigare för barnet börjar själv sticka händerna i ärmarna och fötterna i byxbenen. Kläderna borde vara tillräckligt vida för att barnet ska lyckas i sina försök att själv klä på sig.

I den här åldern lär sig barnet att hålla muggen med båda händerna och själv dricka ur den. Barnet övar sig också att äta med sked. Det kräver handkontroll och tar tid att lära sig. Låt barnet öva sig trots att det blir kladd och spill. Om röran i väldigt hög grad irriterar föräldern är det bättre om den i det här sammanhanget mer toleranta föräldern har hand om måltiderna. Övningarna kan vara frustrerande för barnet som behöver få uppmuntran.

Barnet kan ställa saker på plats och hämta dem från bekanta platser, bara föräldern lite hjälper på traven. Gör en lek av att ordna

leksaker och grejer, där likadana saker läggs på en viss plats. Med föräldrarnas hjälp samlas alla små bilar i en hög, gula klossar i en annan och alla bollar i en tredje hög.

Det bästa barnet vet, är att göra saker tillsammans med föräldern. Samtidigt växer barnets självsäkerhet och han eller hon blir mer självständig. Barnet deltar ivrigt i hushållsarbeten och vill själv utföra dem. Det lönar sig att ta med barnet i sysslorna även om det skulle gå smidigare utan den lilla hjälpredan. Tvååringen kan till exempel riva salladsblad till salladen, lägga morötter i en påse i butiken, ordna skorna på rad.

Medan sysslorna pågår kan den vuxna berätta för barnet vad de gör och varför. Detta hjälper barnet att gestalta sig själv och vardagliga händelser. Barnet behöver tid för "arbetet" och fortsätter sina försök om föräldrarna visar glada miner, berömmelser och uppmuntrar.

### Blöja eller potta

Det bästa sättet för barnet att lära sig att bli torrt är att inte göra för stort nummer av potträningen. Kontroll över urinblåsan och tarmen förutsätter att nervsystemet är tillräckligt utvecklat. Barnet når det stadigt tidigast i slutet av det andra levnadsåret. En del lär sig gå på pottan tidigare, andra senare. Barn är också i det här sammanhanget individer och ska inte jämföras med varandra. Barnet kan givetvis sitta på pottan om han eller hon gillar det, annars är det bäst att skjuta fram potträningen. Även om en tvååring på dagen kan meddela om sina behov, behöver barnet troligen blöja på natten.



*Låt barnet öva sig att äta i själv, trots kladd och spill.*

### Min, jag själv

Samtidigt som färdigheterna ökar, blir också viljan starkare. Barnet hittar nya sätt att ge uttryck för sin vilja, som att skaka på huvudet för att neka och nicka för att svara jakande. Gester används som tecken för orden "allt, slut, ner". Barn upplever att de har blivit förstådda när vuxna uppmärksammar deras kommunikationsförsök.

Barn som kan vill själv utföra olika saker. Därför hörs ofta "Jag själv" och "Mamma

får inte" upprepade gånger från barn i den här åldern. Barnet kan inte alltid få som det vill, men borde ändå emellanåt ha en möjlighet att välja och fungera enligt sin vilja.

Valet mellan olika alternativ ökar barnets känsla av att ha kontroll över sig själv och vardagen barnet lär sig att fatta beslut. Låt barnet till exempel välja bland två eller tre skjortor vilken han eller hon vill ha på. Valet blir svårt om det finns för många alternativ. Barnet har en annan tidsupp-

fattning än vuxna och behöver tillräckligt med tid för att fatta beslut. Barn upplever också brådska på ett annat sätt än vuxna. Om barnet inte har någon valmöjlighet ska det inte heller uttalas i ord. Barn tolkar nämligen uttryck som ”kommer du och äter” och ”kom och äta” på olika sätt.

När tvåårsdagen närmar sig börjar barnet hålla fast vid sina rättigheter och sina leksaker. Det är bra att ha en egen plats för saker som är ”mina”. ”Min” hör också till de första orden barnet lär sig som ger uttryck för viljestyrka.

### Trygghet i det välbekanta

Berätta i god tid för barnet om dagens händelser, som till exempel om en butiksresa eller när det är läggdags. På så sätt kan barnet förutse kommande händelser och förbereda sig för dem i god tid. En förutsägbar vardag stärker barnets grundläggande tilltro till människor, livet och framtiden.

Barnet behöver en regelbunden dagsrytm och tillräckligt mycket vila, lek och utomhusvistelse under både vardag och helg. Barn är ofta väldigt noga med att saker och ting varje gång görs exakt på samma sätt. Till exempel ska maten alltid serveras på samma plats vid bordet, kläderna ska kläs på i samma ordning, och ingen annan får dricka från barnets mugg.

Genom att strikt följa rutiner försöker barnet skydda sig från alltför stora förändringar. Vuxna bör respektera barnets önsningar, men med måtta. En annan mugg används om muggen, som barnet anser vara den enda rätta, inte är diskad.

När barnet vet hur dagordningen ser ut, minskar känslan av otrygghet och behovet



*Dessa rofyllda stunder tillsammans med föräldern är av stor betydelse.*

att trilskas. Regelbundna vanor lär också småningom barnet att reglera sina behov. Barnet har tålamod att äta upp kvällsgröten även om sömnen tynger ögonlocken.

Det är viktigt att föräldrarna har förståelse för och hjälper barnet att identifiera variationer i orken. Därför är det bra att föräldern berättar för barnet när han eller hon är trött och agerar därefter. På så sätt lär sig barnet att känna igen trötthet och att den åtföljs av vila.

Barnet har lättare att somna ifall kvällsrutinerna är de samma kväll efter kväll. En varm, kärleksfull och lugn samvaro med sagor eller visor ger en rofylld sömn och lär barnet att somna på egen hand.

### Trygga barnets utforskarglädje

Drygt ett år gamla barn grabbar tag i och sträcker sig efter allt som finns inom räckhåll. I den här åldern är barnet aktivt och kreativt och använder alla sina färdigheter för att få tag i saker. Barnet kanske skjuter fram en stol framför skåpet för att nå till översta hyllan. I det här skedet kan barnet ändå inte bedöma följderna av sina gärningar. Det händer och sker när barn börjar röra på sig. Barn behöver konstant övervakning och skydd för att undgå olyckor. Det lönar sig att göra hemmet till en trygg plats med så lite barnförbjudna platser som möjligt. Det bästa sättet att hitta alla farliga platser är att gå efter barnet och utforska hemmet i ögonhöjd med barnet.

### Gränser och handledning

I den här åldern kan barnet följa korta uppmaningar och förbud som entydigt gäller en viss sak. Barnet behöver en del fasta

regler och tål små begränsningar. Om barnet inte förstår muntliga förbud ska barnet tas bort från den farliga platsen eller hindras att göra förbjudna saker. Rikta barnets uppmärksamhet mot något annat.

Förbuden går inte alltid hem. Barn är inte olydiga för att retas utan deras förmåga räcker ännu inte till att uppfatta komplexa regler eller orsakssamband. Det lönar sig inte att upprepa samma sak om barnet inte följer givna anvisningar. Barnet orkar inte koncentrera sig på upprepade anvisningar.

Barn behöver gränser och konsekventa regler. Syftet med gränserna är att skydda barnet från faror och att barnet vänjer sig vid gemensamma spelregler och lär sig att bli du med sig själv. Konsekventa regler inger en känsla av trygghet och lär samtidigt barnet att bli tålmodigt och flexibelt. Barnet vet vad som förväntas av honom eller henne och vilka följderna av ett visst beteende är.

Barnet anstränger sig för att förstå reglerna och behöver också stöd från en vuxen för att inse vad olika förbud och anvisningar innebär. Barn förstår att föräldern menar allvar med sina förmaningar när den vuxna samtidigt ser barnet i ögo-

### **i** Omväxling piggar upp

Också barnet gillar att se nya platser och träffa nya människor. Det är roligt med visiter, men bara om föräldern håller fast vid barnets sömn- och måltidsrytm även utanför hemmet. Barnet lär sig att det grå bra att äta och sova även annanstans än hemma.





nen. När föräldrarna tillräckligt tydligt förklarar saker och ting, klarnar det för barnet vad gränserna betyder.

### Att dela känslor

Under det andra levnadsåret blir känslorna mer mångfacetterade och barnet visar allt från glädje, sorg och förnöjsamhet till ilska, besvikelse, rädsla och förundran. Med tanke på utvecklingen av barnets känsloliv är det viktigt att föräldern känner igen olika sinnesstämningar hos barnet. Det är mammas och pappans uppgift att försöka förstå barnets känslotillstånd och lära barnet att identifiera olika känslor och namnge dem. Det är emellertid inte alltid lätt att skilja mellan till exempel ilska, förlägenhet och sorg. Det gör inget om föräldern inte förstår vilken känsla det är fråga om, eftersom det viktigaste är att aktivt sträva efter att gissa vad saken gäller.

Det är viktigt att föräldrarna hjälper barnet att hantera i synnerhet otrevliga känslor. Föräldern kan till exempel säga till barnet: "Du är besviken och arg, berätta varför du är arg." Det är av viktigt för barnet att föräldrarna förstår hur det känns och att de tolererar barnets olika känslor och hjälper barnet att klara av dem.

Det är svårt att sätta gränser som dessutom ohjälpligt innebär besvikelser för barnet. Föräldern måste lära sig tolerera barnets ilska. I den här åldern är ordförandet begränsat och barnet kan inte ännu uttrycka sina känslor i ord och har inte heller kontroll över sina känslor.

När ilskan tar över kanske barnet slänger sig på golvet, skriker, slänger saker och försöker bita. Det är föräldrarnas uppgift att

hjälpa barnet att rida ut känslostormen. Föräldern ska hålla sig lugn även om barnet trilskas. På så sätt lär sig barnet att det inte är farligt att känna sig arg. Låt inte barnet skada sig själv eller andra eller ha sönder saker medan raseriutbrottet pågår.

Småbarn som blir ledsna och besvikna vill ha tröst och en förståelsefull famn att krypa upp i, för att där lugna ner sig. I familjen förstår barnet att även obehagliga känslor är tillåtna och att föräldrarna älskar honom eller henne trots att barnet är argt och uppför sig dåligt.

---

### i Svåra känslor

Det är normalt att föräldern ibland känner trötthet, ilska, frustration och har negativa känslor för barnet. Starka, negativa känslor tär på krafterna och de kan rentav förlama. Varje människa har en gräns för hur mycket man orkar. Fundera på vad som är viktigt just nu. Vilka saker kan vänta? Våga berätta om dina känslor för din partner, dina vänner, en annan förälder eller närstående person. Om det inte lättar att prata om saken utan situationen fortsätter, sök professionell hjälp för att tillsammans komma fram till hur du skulle orka bättre. Det är på riktigt möjligt att få en förändring till stånd.

Barnet ska inte lämnas ensamt i känslostormen och ilskan får inte heller bagatelliseras av de vuxna. Barn som får uppleva medkänsla lär sig även att visa medkänsla mot andra. Småbarn som har fått tröst i svåra situationer har lättare att söka tröst även i fortsättningen.

För att utveckla en känsla för moral är det viktigt att barn lär sig att det är tillåtet att visa alla typer av känslor. Småbarn inser samtidigt att barn har rätt att få omsorg och ömhet. Genom regler och för-

bud lär sig barn småningom vad man inte får göra.

Småbarn är mästare på att instinktivt ana sig till andra människors känslotillstånd. I konfliktsituationer känner barnet sig tryggt i sällskap av en lugn och bestämd vuxen. Barnet förstår då att det är den vuxna som bär ansvar för situationen och att det finns lägen då den vuxna ensam fattar beslut.

#### Utbrott av ilska

Försök hålla dig lugn om barnet får ett raseriutbrott på allmän plats. Ta målmedvetet barnet i famnen och avlägsna dig från platsen. Bry dig inte om att andra människor vänder blicken mot er. Merparten av dem är föräldrar som har varit i motsvarande situation, och i regel är de förståelsefulla. Butiksresan kan bli lugnare om ni undviker rusningstider och låter barnet emellanåt gå bredvid kundvagnen.

Svara inte på barnets ilska med samma mått, även om barnets beteende gör dig oerhört arg. Du ska inte hota eller muta för att få slut på barnets trilskande. Slå aldrig ditt barn. Barnet tar skada av att bli omskakad. Det är förbjudet enligt lag att aga sina barn.

Ta upp frågan på rådgivningen om du känner dig desperat och ofta blir arg även av bagateller eller om du slår ditt

barn. Fundera tillsammans med hälsovårdaren hurdant stöd du behöver för att orka bättre.

Alla vuxna förlorar besinningen ibland. Föräldrarna får bli arga och visa sin ilska, bara situationen inte urartar.

Du kan sedan be ditt barn om ursäkt för ditt dåliga beteende och prata om det skedda med barnet. Du kan också förklara varför du blev arg. Det är lika viktigt för föräldern att klä sina egna känslor i ord som att namnge barnets känslor. När föräldern till exempel erkänner sin egen ilska är det möjligt att lugna ner sig och även uppmärksamma sitt eget beteende. Du orkar bättre om du regelbundet tar ledigt från hemmets bestyr. Det kan underlätta att diskutera med andra föräldrar. Då märker du att du inte är ensam med dina problem och får ta del av hur andra familjer gör i motsvarande situationer.





## Barnet vill kommunicera

I den här åldern är barn intresserade av att lyssna på när vuxna diskuterar. Barnet följer gärna med samtalet och lär sig prata genom att härma de vuxna. I det här stadiet förstår barn mycket mera av vad som sägs än vad de själva kan producera. Avsaknaden av många språkljud får barnet att tala genom att ersätta dem med andra ljud. Om man talar mycket med barnen känner de sig uppmuntrade att försöka bilda olika ljud och ord.

Barn lär sig tala i väldigt olika åldrar och det sker helt enkelt när de är färdiga för det. Barnet säger ofta sitt första ord som ettåring. Till en början lär sig barn sådana ord som de hör dagligen och som är viktiga för dem själva. Det aktiva ordförrådet ökar i snabb takt efter att barnet har sagt sina första ord. Barnet börjar fråga efter namn på föremål och namnger dem också själv. Det lönar sig att svara på frågorna för att främja barnets tal- och språkutveckling. Lusten att tala minskar om barnet inte får svar på sina försök att kommunicera. Ju mer föräldern förstår vad barnet säger och själv ger svar, desto mer försöker också barnet prata.

Familjen kanske har ett lager av egna kärleksfulla ord. Barn tycker att det är härligt att ha gemensamma skojiga ord med föräldrarna.

När den andra födelsedagen närmar sig kan barnet använda ett tjugotal ord eller personliga, återkommande gester. Barnet kan till exempel alltid lyfta upp handen framför sig som tecken på att magen är mätt. Barnet har lärt sig att ta efter vuxna och säger meningar som består av två ord. I det här stadiet har uppfattningsförmågan

bara börjat breddas även om barnets tal redan utvecklas i snabb takt. Barnet förstår inte komplexa begrepp.

## **i** Tips till stöd för tal- och språkutvecklingen

För att stöda barnets tal- och språkutveckling kan ni titta på bilderböcker tillsammans. Peka på bilderna och berätta om dem för ditt barn. Till en början räcker det bra att beskriva innehållet med några få ord. Välj bilder med teman som är bekanta för barnet från hemmet eller den egna vardagen.

Namnge de föremål som ni också annars använder när ni pysslar tillsammans och berätta till exempel högt vilka livsmedel ni behöver. När barnet har talat, kan du upprepa orden och även lägga till några ord. Uppmuntra barnet att tala genom att vänta några sekunder och ge på så sätt barnet en möjlighet att tala. Sedan kan du klart och tydligt säga de ord som barnet precis försökte uttala.

Lyssna när ditt barn berättar viktiga saker, oavsett hur bråttom du än har. Låt barnet reda ut saken i lugn och ro utan att försöka skynda på eller gissa dig till slutet på meningen. Det är viktigt att du inte "tränger" dig före barnet och visar att du vet bättre.

Uppmuntra barnet att själv svara när någon till exempel frågar efter barnets namn. Små barn gillar när de märker att andra förstår dem.

## Leken är viktig

I den här åldern leker barnet genom att härma de vuxnas sätt att fungera. Barn observerar sina närstående och vad de gör. Småbarn beundrar sina föräldrar och vill vara som de. Barnet kan kombinera föremål som hör ihop, till exempel kopp och assiett och sedan servera kaffe ur dem på lek.

Jämfört med babyåldern behöver barnet nu en mer stimulerande miljö. Barnet gillar leksaker som kan utforskas med fingrarna samt användas för att testa inlärd saker och öva upp nya färdigheter. Barnet tycker till exempel leksaker som stimulerar till rörelse som att plocka upp, skaka om, fälla i golvet, smälla med och dra efter sig.

Barnet kan redan jämföra och kombinera likadana former och storlekar. Han eller hon klarar av att lägga enkla pussel och placera formerna på rätt plats i plocklådans öppningar. I den här åldern kan barnet bygga ett litet torn av klossar, och det är lika viktigt att söndra tornet som att bygga det. Barnet öppnar och stänger gärna dörrar och locken på lådor.

När den andra födelsedagen närmar sig börjar barnet kombinera olika föremål i sina lekar. Barnet lastar klossar på lastbilen, kör iväg och tippas av klossarna. I det här stadiet lär sig barnet grundläggande saker om hurdan föremålet är; är det litet, stort, lätt eller tungt. Barnet kan också peka ut vilket av två föremål som är det större.



## **i** Tips för att hantera syskonrivalitet

Det är svårt för barnet att dela föräldrarna med sina syskon. Alla småbarn vill helst ha ensamrätt till sina föräldrar. Barnet ser syskonen som lekkamrater men samtidigt som otrevliga inkräktare mellan barnet och föräldern.

Syskonrivalitet är vanligt inom barnfamiljer, men den kan minskas genom att behandla alla barn på ett individuellt sätt. Uppmärksamma varje barn efter personlighet och särskilda behov och visa på så sätt att du älskar barnet precis som det är. "Alla mina barn är fina barn. Du är min enda Anna. Ingen har ett sådant leende eller sådana tankar som du, du är speciell."

Undvik att jämföra barnen sinsemellan eftersom det ökar syskonrivaliteten i ännu högre grad. Berätta i stället för barnen hur du märker att de älskar och beundrar varandra. Uppmuntra dem att leka tillsammans.

I regel minskar rivaliteten mellan syskonen när barnen märker att syskonen är trevliga lekkamrater. Sök inte skyldiga när barnen grälar med varandra. Diskutera i stället tillsammans om hurdana känslor grälet väckte och begrunda hur ni kan lösa problemet som ledde till grälet.

I leken blir föremålen ofta något helt annat än i verkligheten. Klossen får agera telefon eller kanske flygplan. Fantasilekar hjälper barnet att hantera saker som ännu känns svåra. Barnet gillar att leka genom att turas om, som att rulla bollar med någon eller leka titt-ut och kurragömma. En del barn njuter av vilda lekar med fart och fläng. Barnet övar även upp sin självregleringsförmåga under fartfyllda lekar tillsammans med andra.

Fastän barnet leker ivrigt med sina leksaker, kan det finnas för mycket av dem. Det är bra att gömma undan en del av leksakerna emellanåt. Sakerna känns som nya när de senare igen tas fram. Även om olika lekar på många sätt stöder barnets utveckling, är det i leken inte fråga om att träna upp barnet. Det är viktigt att leken förblir just en lek, utan syfte och prestationskrav.

## Lekkamrater

Inför den andra födelsedagen börjar barnet gilla att leka tillsammans med någon vuxen eller ett annat barn. Men barnet förstår inte ännu att man borde dela leksakerna med lekkamraten. Småbarn är inte särskilt flexibla. Lekar tillsammans med kamrater i samma ålder lyckas inte alltid för att barnet kanske knuffar, drar i håret, biter eller helt enkelt ignorerar lekkamraten. Barnet utforskar kamraten lika hårdhänt som ett föremål utan att förstå att det gör ont.

Småbarn behöver vuxna som ser till att samvaron med andra barn förlöper utan gräl. Föräldern följer leken från sandlådkanten, och handleder barnet till exempel

i att man inte får ta leksaker från andra barn. Det blir lättare att leka med andra när barnet lär sig att dela sina leksaker.

Leken löper i regel friktionsfritt när barn i samma ålder har likadana leksaker och leker sida vid sida. I tvåårsåldern leker barnet ofta utan bråk med en lite äldre lekkamrat.

## Samvaro med morföräldrar

Barnbarn ger en möjlighet att växa i rollen som mor- och farförälder. Med barnbarnet följer livsglädje och en känsla av att det egna livet består och förnyas. Mor- och farföräldrarna får ta del av nya saker, så som blöjor, leksaker, kläder, barnavård av idag. Gamla och kanske glömda saker kommer tillbaka. Det är bra om mor- och farföräldrarna får umgås med och lära känna sitt barnbarn. Också här är den bästa formen av samvaro helt vanliga vardagliga stunder tillsammans.

Även föräldrarna kan behöva stöd av sina föräldrar för att skapa en tilltro till sina möjligheter att klara av föräldraskapet. Det kan ändå kännas som en miss- troendeförklaring om de ingriper och ger råd i alltför stor utsträckning. Barnet föds in i två släkter och båda är lika viktiga. Detta utmanar mor- och farföräldrar att lära känna varandra. I bästa fall kan mor- och farföräldrar bli ett skydds nät för barnet och hela familjen genom att komma överens om en arbetsfördelning och närvaro efter egna förmågor och anlag.

# Barnets andra levnadsår

Obs! Alla barn utvecklas i individuell takt, därför är de olika åldrarna och utvecklingsfaserna som nämns i denna broschyr endast riktgivande.

## Ett barn i åldern 12–18 månader

- tar några steg utan stöd
- går utan stöd, bredbent och stöddigt kastar boll från en stående eller sittande position
- rullar bollen framåt
- reser sig utan stöd från golvet
- kryper baklänges ned för trappor
- dansar genom att byta tyngden från den ena foten till den andra
- kliver upp på en stol för vuxna och sätter sig åt rätt håll
- håller muggen med båda händerna och dricker
- är ofta glad och utforskar aktivt nya människor och situationer.

## Ett barn i åldern 18–24 månader

- börjar uttala ord så att andra förstår
- böjer sig eller går ner på huk för att ta upp en sak från golvet utan att falla
- springer
- klättrar
- tittar gärna i böcker utan att riva dem
- kan gå och bära stora leksaker samtidigt
- kastar en boll i önskad riktning
- klär av sig och sticker in händerna i ärmarna och fötterna i byxbenen
- tar själv mat från tallriken med sked och för den lite småskakigt till munnen
- bygger torn med fem eller sex klossar
- håller en krita i näven och "ritar"
- lär sig leka sida vid sida med ett annat barn
- tankar stöd av trygga vuxna.

I serien Barnet under olika levnadsår beskrivs växelverkan mellan barn och föräldrar samt barnets psykosociala utveckling från födelsen till skolåldern. Praktiska råd uppmuntrar föräldrarna att lyssna till och sporra barnet.



MANNERHEIMS  
BARNSKYDDSFÖRBUND

Mannerheims Barnskyddsförbud är en medborgarorganisation som främjar barnens rätt till en god och lycklig barndom.