

6-12 månader



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 30109

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



Innehåll

Babyns familj s. 5
Trygg nära föräldern s. 5
Babyn övar färdigheter s. 6
Rutiner ger trygghet s. 8
Dela känslor s. 9
Babyn vill s. 11
Att sätta gränser s. 11
Babyn vill prata med andra s. 13
Vi leker tillsammans s. 14
Babyn fostrar föräldrarna s. 16
Umgänget med mor- och farföräldrar s. 17
Det lättar att prata s. 17
Babyns utvecklingsfaser s. 19

Till läsaren

Spädbarn vill och kan själv lära sig en hel del. Babyn behöver ingen särskild inläring, utan de stunder föräldrarna och babyn har tillsammans är den lilla människans "lektioner". En drygt sex månader gammal baby blir allt mer intresserad av omgivningen. Små barn i den här åldern är företagsamma och vill ha sällskap, känna på föremål och röra på sig. Föräldrarnas uppgift är att stöda den lillas nyfikenhet och trygga babyns säkerhet.

Varje baby utvecklas i sin individuella takt, därför är de olika åldrarna och utvecklingsfaserna som nämns i denna broschyr endast riktgivande.

i Stöd för föräldraskapet

Mannerheims Barnskyddsförbund upprätthåller en föräldrareflekteringslinje

0600 12277 (på finska)

Föräldrasajten

www.mll.fi/vanhempainnetti



Babyns familj

Föräldrarnas kärlek och omsorg är babyns väg till självkänedom. Det sägs att jaget föds i samspel med de människor som står barnet nära. Barn börjar se sig själv på samma sätt som de viktigaste människorna i deras liv ser dem. Babyn vill känna sig efterlängtat och viktig för föräldrarna. Små barn ser och upplever det i föräldrarnas blick, kärleksfulla omsorg, tröstande ord, tonfall och leende. Babyn njuter av att vara beundrad. Det egna namnet är en viktig del av jaget. En drygt sex månader gammal vänder sig mot personen som säger dens namn.

Babyn njuter av att vara tillsammans med föräldrarna. Dagliga rutiner som att bli matad och omfamnad är viktiga stunder för babyn och utgör även byggstenar för alla människorelationer senare i livet. När föräldrarna svarar på babyns behov får de villkorlös tillgivenhet från babyns sida. Den egna familjen är viktig för babyn. En baby som deltar i familjens gemensamma sysslor, lär känna alla familjemedlemmar och samtidigt blir syskonen bekanta med minstingen. Babyn blir en viktig del av systerns och brödernas liv särskilt om de får vara med och sköta och umgås med babyn. Ibland tycker de äldre syskonen att den nyfikna babyn är i vägen när de leker.

Trots att babyns skötsel kräver mycket arbete, är det viktigt att alla dagar försöka hitta lite tid att vara på tu man hand med de äldre barnen. Även de behöver få föräldrarnas uppmärksamhet, kärlek och närhet. Syskonrivalitet och svartsjuka hör till barnfamiljernas vardag, men minskar när syskonen inser att de är lika viktiga för föräldrarna som minstingen.

Trygg nära föräldern

Spädbarn minns inte sina föräldrar särdeles länge, därför är det inte bra att barnet är borta från föräldrarna alltför långa stunder. Babyn har ingen tidsuppfattning och kan inte hantera väntan. En alldeles kort stund för en vuxen kan kännas som en evighet för babyn.

Babyn känner sig trygg i närheten av föräldrarna. I nya situationer söker sig en drygt sex månader gammal baby till föräldern eller ser åtminstone på föräldern för att få skydd. Om småbarn separeras från föräldrarna börjar de gråta efter sina nära och kära.

Småbarn visar första gången tecken på blyghet i åldern 7–9 månader. Babyn vänder bort blicken eller börjar stortjuta vid åsynen av en främmande person. Blygheten är en positiv utvecklingsfas ur babyns perspektiv. Den visar att babyn känner till-

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.

givenhet för sina föräldrar och vill vara nära dem.

Babyn är intresserad av nya människor men vill bekanta sig med dem i egen takt och tillsammans med föräldern. Till en början betraktar babyn helst nya ansikten lite på avstånd, i förälderns famn. När det gäller att lära känna nya människor, ska det helst inte ske alltför snabbt. Låt babyn avgöra när det är rätt tid att "skaka hand". Ur småbarns perspektiv är det bättre att en bekant skötare kommer och tar hand om babyn i hemmet istället för att än att babyn tas till en främmande plats. En baby som läggs in på sjukhus behöver få umgås med föräldrarna, helst dagligen.

Babyn övar färdigheter

En sex månader gammal baby börjar i regel öva sig att krypa samt stiga upp och stå. I det här skedet kan babyn redan sitta med stöd och vända sig från ryggläge till mage. Ha inte småbarn att sitta långa tider innan babyn själv klarar av att göra det utan stöd. Babyn behöver fortfarande en vuxen för att få en obekväm ställning mer bekväm, och babyn hittar nog på ett sätt att säga till att ställningen inte är bra.

När småbarn börjar krypa öppnar sig en helt ny värld med nya upplevelser för dem. Samtidigt lär sig babyn att uppfatta storlek och avstånd. Håll babyn hela tiden under uppsikt. Det kan behövas vissa förändringar i hemmet för att babyens säkerhet ska kunna tryggas. Småbarn sätter ofta allt de hittar i munnen. Det finns en fara att babyn får i sig främmande ämnen. Små delar kan lossna från föremålen och täppa till babyens luftvägar.

När ettårsdagen närmar sig kan babyn hantera två föremål samtidigt. I det här stadiet tömmer babyn burkar, pekar med ett finger och plockar skickligt upp smulor från golvet. Babyn slänger saker för att öva sig i att släppa greppet. Samtidigt använder babyn fingrarna för att lära sig hurdana föremål som är till exempel runda, platta, glatta, tunga. Ibland får starka ljud babyn att reagera på ett exceptionellt känsligt eller avvisande sätt. Babyn kanske ryggar tillbaka inför mat med starka dofter.

Före ettårsdagen lär sig barnet dricka från en mugg, men till en början behöver föräldern hjälpa till. Babyn börjar fatta följderna av sina handlingar och sambandet mellan olika saker. Ett exempel är att barn i den här åldern öppnar munnen när de ser en sked. Men när babyn själv får en sked i handen, är den ändå mest en leksak. Trots att föräldern ännu matar, är det viktigt i den här åldern att också låta babyn äta med en egen sked. Barn lär sig äta själva först under det andra levnadsåret.

i Faror lurar överallt

Se till att barnet inte kommer åt att ramla i trappor, får elektriska stötar, bränner sig eller drar tunga föremål över sig. Giftiga ämnen så som tvättmedel och läkemedel ska ställas utom räckhåll för barnet.



Spädbarn blir ivriga när de får beröm för att de kan. I det här skedet är det fortfarande en lek att äta själv.

Rutiner ger trygghet

Spädbarn mår bra av rutiner. Om vårdssituationer och vardagliga händelser återkommer på samma sätt och i bekant ordning lär sig babyn sakta men säkert att förutspå kommande händelser. När till exempel badkaret och handduken tas fram, vet babyn att det snart vankas bad. En välbekant dagordning stärker babyns grundläggande tilltro till livet, människor och framtiden. Återkommande rutiner är första steget mot en tidsuppfattning hos babyn.

Farligt att skaka småbarn

Småbarn testar ibland föräldrarnas tålamod och då gäller det att behärska sig. Det viktigaste är att babyn inte blir föremål för din ilska och kroppslig åga. Man får aldrig skaka om eller slå babyn.

Det är farligt att skaka små barn. Babyns huvud är nämligen stort och tungt jämfört med resten av kroppen och nackmusklerna är svaga. När ett spädbarn skakas om åker huvudet i snabb takt fram och tillbaka med kraft. Huvudets små blodkärl kan slitas av och leda till blödningar i hjärnan och ögonen. Små barn kan till och med dö av att skakas. Babyn kan även få bestående skador som visar sig som inlärningssvårigheter, synskador eller krampanfall. Små barn som har skakats om behöver omedelbart få hjälp av hälsovårdspersonal.

Det är viktigt att föräldrarna har förståelse för hur piggt eller trött babyn är. Det är föräldrarnas uppgift att försätta sig i babyns situation. Föräldern märker när babyn inte orkar leka längre och tar då bort leksaken och låter barnet vila. Samtidigt låter föräldern med sin handling barnet förstå att det är sömnt. Det är bra om föräldern klär sina observationer och tolkningar i ord. Barnet lär sig identifiera sina olika tillstånd via föräldrarnas handlingar och omsorg.

Babyn har olika sätt att signalera hur trött eller piggt han eller hon är. En sömning baby vänder på huvudet, rynkar pannan och täcker in ögon och ansikte. Sparkar och glada tjut visar däremot att babyn är nöjd och ivrig. En lugn och nöjd baby har avslappnade händer och fötter.

Spädbarn har ett väldigt varierande sömnbehov. Om babyn vaknar på natten för att äta, behöver föräldern inte vara sällskapa eller byta blöja. På så sätt piggnar babyn inte till för mycket utan kan fortsätta att sova.

Tips för att somna

För över sex månader gamla barn är det tämligen vanligt att vakna på natten och att det kan vara svårt att somna. Babyn somnar snabbare om det är trevligt att gå till sängs. Bekanta kvällsrutiner skapar trygghet och får babyn att varva ner och sova gott. Ibland har babyn lättare att komma till ro tillsammans med ett kramdjur.



Dela känslor

Små barn upplever känslor som obehagliga eller behagliga kroppsförnimmelser. För att den lillas känsloliv ska utvecklas är det viktigt att föräldern identifierar babyns känslor. Det är föräldrarnas uppgift att glädjas med eller trösta barnet. Föräldrarna är särdeles viktiga när det gäller att möta sådana känslor som rädsla, obehag, ilska och smärta.

Föräldern kan tala om för babyn vilken känsla det är som babyn för tillfället tappar med. ”Du är arg, berätta varför du är arg. Är det för att bollen hela tiden studsar

i Hjälp med sovproblem

Det finns närmare upplysningar om sömn och olika sömnkolor i broschyren *Babyn sover som Mannerheims Barnskyddsförbund* har gett ut.

iväg från dina händer? Var inte orolig, mamma tar dig i famnen. Vi ska hitta på något bättre att göra.” Ansiktsuttryck, kroppsställning och beröring berättar för babyn att föräldrarna förstår hur det känns. Föräldrarna tolererar alltså babyns



Små barn är väldigt känsliga för andras känslor. Den vuxnas glada humör smittar av sig på babyen.

känslomässiga upplevelser och tar ansvaret för dem på sig, och snart är allting bra för vi klarar allt. Babyen lär sig av föräldrarna att man kan handskas med olika slags känslor. Det är viktigt att föräldrarna försöker undra över och gissa sig till hur babyen upplever saker. Det väsentliga är inte att föräldrarna på riktigt vet vad saken gäller, utan att de funderar på det.

Det är bra om babyen och föräldern lär sig att fungera i samma takt. Då finns det en möjlighet för babyen att uppleva sig kunna inverka på saker som händer i det egna livet. Ibland är det svårt att fungera i samma takt som babyen. När babyen gråter och föräldern blir nervös kan det vara svårt att lugna ner babyen. Det samma gäller om mamman ska natta babyen och sedan fara

iväg för att tillbringa en ledig kväll på eget håll. Den lille somnar inte lätt, eftersom mammas aktivitetsnivå skiljer sig från babyens.

Föräldern förstår babyens sinnesstämning och allmänna tillstånd genom att observera och fundera om babyen mår bra. När en bedömning görs av babyens tillstånd ska föräldern ha tilltro till sina egna intuitiva känslor. Varje förälder känner själv sin baby bäst.

Små barn är väldigt känsliga för andras känslor. De uppfattar sinnesstämningar utifrån gester, miner, tonfall och beröring. Den vuxnas glada humör smittar av sig på babyen. En arg röst får babyen att gråta och känna sig rädd. Ett bra exempel då små barn anar den vuxnas känslor, är då babyen ska lära sig gå. Föräldern hajar ofta till när babyen vacklar. Babyen märker det, och blir också själv rädd och börjar gråta.

Babyen vill

När ettårsdagen närmar sig börjar babyen redan tydligare dela med sig av sina erfarenheter. Nu har babyen även favoritleksaker och -grejer. Babyen kanske klappar i händerna för att väcka mammas eller pappas uppmärksamhet. Och svarar nekande genom att skaka på huvudet. Babyen använder målmedvetna rörelser och olika ljud för att be om något eller uttrycka sin åsikt, så som missnöje.

Ur babyens perspektiv är det viktigt att bli förstadd och att önskemålen i mån av möjlighet förverkligas. När babyen till exempel lutar framåt i barnstolen som tecken på att hon eller han vill bli bort, kan föräldern bekräfta vad som pågår. ”Tallriken är tom, mamma lyfter ner dig.”

Babyen vill mer än förmågorna räcker till för. Därför blir babyen oftare än tidigare gråt- mild och frustrerad. Ilskan kan bryta ut till exempel om babyen inte når till soffkuddarna eller dörrhandtaget. Babyen behöver få tröst i stunder av besvikelse.

Sätta gränser

En baby i den här åldern behöver redan gränser. Syftet med gränserna är att babyen ska skyddas från faror och att babyen vänjer sig vid spelregler och lär sig att bli du med sig själv. Det kan bli aktuellt att dra gränser till exempel på morgonnatten när babyen vill umgås i stället för att sova eller om babyen hela tiden drar glasögonen av föräldern. Också i leken finns det gränser. Babyen kanske blir både besviken och arg om föräldern inte för tionde gången orkar lyfta kudden från golvet, utan lägger kudden åt sidan och avslutar leken. På

i Gråten är en signal

Gråten är babyens sätt att signalera att det är dags att stanna upp. Babyen gråter inte för att trilskas utan för att meddela att allt inte står rätt till. Babyen har det obekvämt, fryser, är hungrig, sjuk, uttråkad eller trött. Ju snabbare föräldern reagerar på babyens gråt, desto snarare ebbas den ut. Snabb respons ökar babyens tilltro till sig själv och andra människor samt uppmuntrar till att ge uttryck för sina behov. En baby som lämnats att gråta länge känner besvikelse och är illa till mods.



Förälderns trygga famn, lugna rörelser och tröstande ord får babyen att lugna ner sig.

så sätt visar föräldern att det finns gränser. Föräldern tröstar den besvikna babyen och hjälper den lille att förflytta sig från en sinnesstämning till en annan, det vill säga från besvikelse till upplevelsen av trygghet. Babyen inser att det är tillåtet att bli arg. Föräldern tolererar babyens ilska samt bestämmer och tar ansvar.

Det är inte värt att neka allt för mycket. Spara förbudet till främst farliga situationer, till exempel då fara hotar ett barn som har lärt sig krypa. För den lille räcker det med ett bestämt "nej" och att föräldern tar babyen i famnen. Babyen lugnar sig när föräldern flyttar över fokus på en tryggare sysselsättning någon annanstans. Det bästa sättet att uppmuntra babyen att följa reglerna är att berömma, krama och visa sin belåtenhet när den lille gör rätt. Fysiska straff får aldrig användas. Det utgör en fara för babyens säkerhet och gör att babyen blir rädd för föräldern. Små barn behöver kontinuerligt skydd och kärleksfull omsorg. Kom ihåg att det är bättre att neka barnet i god tid, innan föräldern själv blir totalt nervös.

En knappt ett år gammal baby kan redan vänta en stund på att få sina behov tillgodosedda. Det är lättare att vänta om pappa eller mamma småpratar med babyen under tiden. I det här skedet kan babyen redan följa enkla uppmaningar.

Under sitt första levnadsår lär sig babyen att det är tillåtet att visa känslor och vara trött. Samtidigt inser den lille att barn har rätt att få omsorg och ömhet. Det här är viktiga lärdomar med tanke på babyens möjlighet att utveckla sinne för moral. Under följande år lär sig babyen vad man inte får göra.

Tips för att lugna ner en gråtande baby

Förälderns trygga famn, lugna rörelser och tröstande ord får babyen att lugna ner sig.

Håll dig lugn fastän babyen gråter. Försök få babyen att komma till ro genom att vaggas i famnen eller barnvagnen, smeka babyens hud, sjunga eller erbjuda en leksak. Alla sätt att lugna ner babyen är bra, bara föräldern håller på med det tillräckligt länge. Föräldern blir lätt utom sig och försöker ta till olika metoder i snabb takt efter varandra, men då hinner babyen inte vänja sig vid någon av dem.

Det tär på krafterna att sköta om en gråtande baby och ibland blir föräldern nervös. Om du har en dålig dag, lämna över babyens vård till någon annan lugn vuxen. Dra dig tillbaka en stund till en plats där du kan vara ensam i lugn och ro. Prata sedan med babyen när ditt dåliga humör har gått över. Babyen märker att du bara tillfälligt var nervös och att du nu är ditt gamla trygga jag igen. Det viktigaste är att babyen inte blir föremål för din ilska.

Babyen vill prata med andra

När den första födelsedagen närmar sig har babyen en hel arsenal av ljud att föra dialoger med. Små barn i den här åldern förstår att det behövs ljud för att kommunicera med andra. Babyen lyssnar och förundrar sig över den egna rösten samt provar olika tonlägen och röststyrkor. Babyen lär sig att meddelandena anses

viktiga om de vuxna svarar på hans eller hennes försök att samtala. Ju snabbare små barn får svar, desto mer entusiastiskt förhåller sig babyn till omgivningen. Samtidigt ökar babyns vilja att skaffa ny information.

Babyn förstår de vuxnas prat även om babyn själv inte kan uttrycka sig i ord. Det är viktigt för små barn att vuxna pratar mycket med dem och om allt de gör tillsammans. Babyn vänder blicken mot bekanta människor och föremål när deras namn nämns. Det talade språket hjälper babyn att gestalta sig själv och vardagliga händelser. Små barn lär sig språkliga och andra färdigheter genom att ta efter andra. Babyn härmar de vuxnas språkljud och ljudkombinationer samt upprepar dem ofta. Ungefär i ettårsåldern säger babyn sina första ord.

I den här åldern tittar babyn gärna på bilder i böcker. Babyn tycker om att höra när föräldern berättar om bilderna, och noterar i synnerhet tonlägen och språkrytm. Det är viktigt för babyn att höra musik, visor, rim och ramsor. Upprepningar, rytm och melodier utvecklar babyns kommunikation och språkliga färdigheter. En knappt ettårig baby börjar intressera sig för ljud och ljus från till exempel televisionen eller datorn men eftersom babyns hjärna ännu är under utveckling är denna typ av sinnesstimulans alltför stor och inverkar dessutom på babyns känslor.

Vi leker tillsammans

I den här åldern blir lekarna ljudliga. Babyn märker också att man själv kan få saker att ske. Det är intressant att slå klossen i golvet tio gånger efter varandra! Små barn utfors-

kar leksakerna med alla sinnen. Babyn smakar, slår mot och skakar om. Sakta men säkert lär sig babyn att sakerna inte försvinner för evigt även om de är utom synhåll en stund.

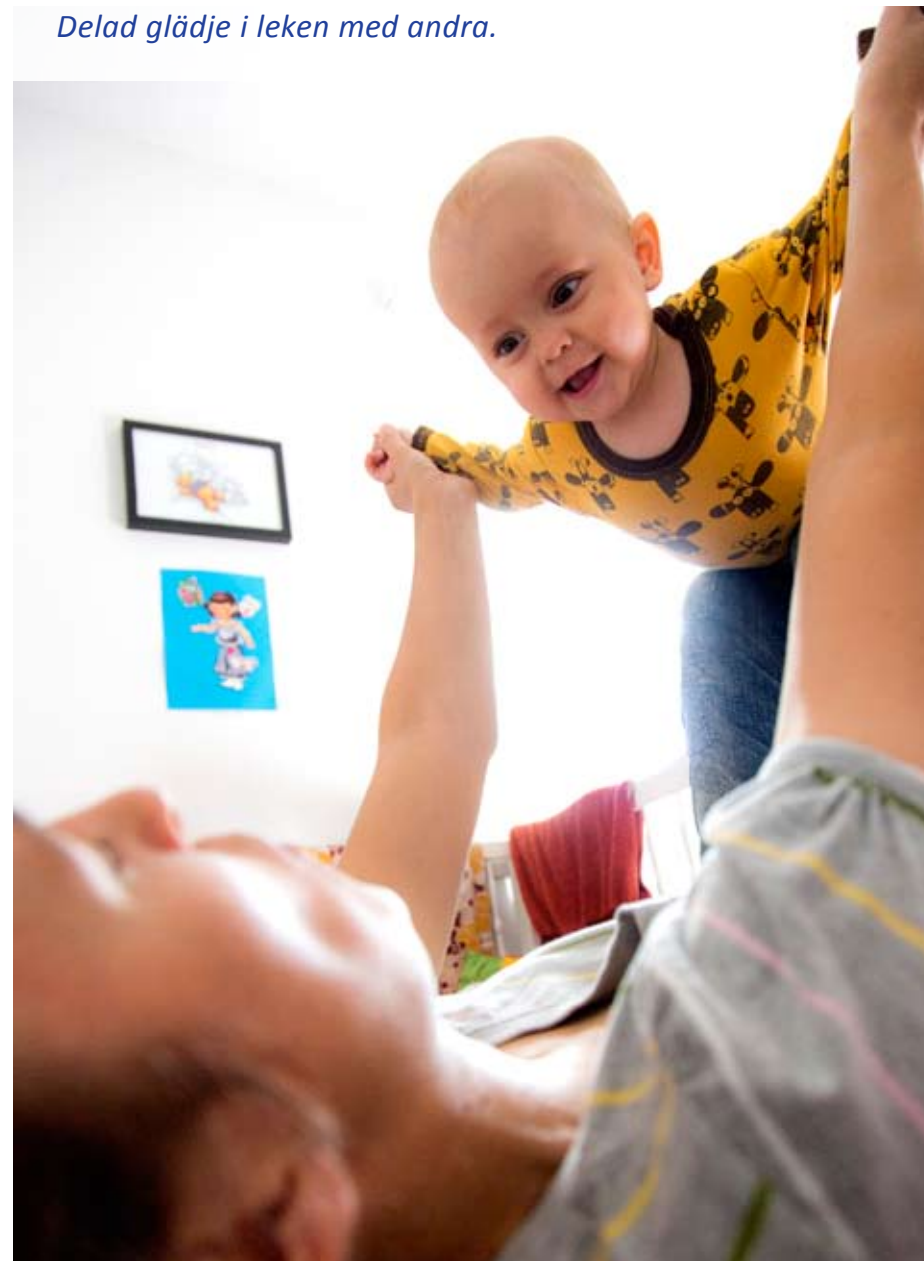
Babyns lekar är ett sätt att dra föräldrarnas uppmärksamhet till sig. Det kan vara fråga om till exempel att leka titt ut eller kurragömma. Babyn blir stormförtjust när täckta ansikten plötsligt tittar fram. Babyn förstår att båda som deltar i leken tycker att det är roligt. Samtidigt väcks insikten om delad glädje. Babyn märker hur mycket mer känslor som är inblandade när man är tillsammans med andra än när man är ensam.

Små barn blir snabbt utleda på sådant som upprepas i snabb takt. En över sex

Lekar som spädbarn gillar

- ramsor och fingerlekar (Imse vimse spindel och Tummetott, slickepott...)
- peka på saker (Var är storebror, var är babyns öra, var är mammas mun, var är blomman?)
- ta och ge (För omväxlingens skull räck föremålet tur vis framifrån, från sidan och bakifrån, göm det bakom din rygg och låt barnet leta)
- imitera (Slå i bordet, nicka, härma en hund och be sedan babyn imitera dig)
- kurragömma (Göm dig bakom t.ex. en scarf och fråga "Var är mamma?", titta efter en stund fram och säg "Här är mamma". Snart lär sig babyn att dra bort scarfen från ditt ansikte.)

Delad glädje i leken med andra.





månader gammal baby leker i regel bara några minuter med samma leksak. Ha bara en del av leksakerna framme. En leksak som varit undangömd en tid känns igen som ny. Babyn behöver inte många leksaker, det räcker bra med en eller två leksaker i taget. När ettårsdagen närmar sig blir leksaker viktiga för babyn, liksom att använda dem i leken. Nu börjar babyn intressera sig för burkar med lock och att bygga torn med några klossar. Babyn följer med vad som händer i omgivningen och härmar andra i sina lekar. Ofta är babyn mest intresserad av grejer som används för vardagliga sysslor. När små barn härmar och ger lekarna bildliga uttryck, skapas en grogrund för att lära sig förstå språket. Samtidigt inser babyn att orden är symboler för saker, föremål och känslor.

Babyn fostrar föräldrarna

En av livets mest krävande uppgifter är att fostra en annan människa. Det innebär att konstant utvecklas i föräldraskapet i takt med barnets olika utvecklingsfaser. Ingen är någonsin färdig som förälder, och något sådant som en fullständig förälder finns inte. I samma takt som barnet växer kan den vuxna hitta nya sidor hos sig själv och uppleva sig vara viktig på ett nytt sätt. Jag är viktig för babyn, därför ska jag även ta hand om mig själv.

Föräldraskapet innebär ett fortlöpande ansvar. Kärleken till barnet sätter nya gränser i den vuxnas liv. I stället för att sätta sig ner med en tidning är föräldern tvungen att se efter babyn som sträcker sig efter saker. I barnfamiljer blir det matlagning

flera gånger per dag, även om de vuxna klarar sig med mindre.

Babyns ankomst ändrar den vuxnas liv och det är svårt att på förhand föreställa sig hur förändringen kommer att se ut. Mycket har skrivits om föräldraskap och barnets utveckling, men den informationen kan man ta till sig först genom egna erfarenheter. Ju mer man vet, desto fler nya frågor väcks. Föräldraskapet handlar emellertid inte i första hand om fakta utan om känslor. Rollen väcker stora känslor som inte alltid är behagliga.

Så gott som alla föräldrar känner någon osäkerhet eller oro. Även skuld-känslor är vanliga. Känslan av att inte räckta till kan göra att föräldraskapet emellanåt känns tungt. Sådana känslor är även bra och rikt-givande och vittnar om att den vuxna vill få fram den bästa tänkbara föräldern i sig med tanke på barnet.

Föräldrarna vill göra sitt bästa. Ibland samlar de på sig olika prestationskrav. Hjärnan är bättre på att registrera problem och brister än framgång och förnöjsamhet. Det är bra att lära sig tolerera sin egen otill-räcklighet och fokusera på sina framgångar samt glädjas över allt man har åstadkommit. Samtidigt lär man sig uppskatta sig själv och sin partner som en förälder och sin baby som ett barn. Oavsett trötthet och osäkerhet är de egna föräldrarna de viktigaste människorna i barnets liv.

Umgänget med mor- och farföräldrar

Mor- och farföräldrarna spelar en särskild roll i barnets liv. Men alla mor- och farföräldrar är inte närvarande i barnbarnens liv.

Då kan någon annan vuxen som står familjen nära bli lika viktig för barnet.

Mor- och farföräldrarna kan ge barnet all sin uppmärksamhet och kärlek. En del har möjlighet att hjälpa till med barnvården alltid när det behövs. Andra kanske fortfarande är med i arbetslivet och bor långt borta, och kan alltså endast sällan träffa sina barns familjer. Vissa mor- och farföräldrar begränsar kontakterna för att inte upplevas som påträngande. Också mor- och farföräldrar kan känna sig osäkra. Det är länge sedan de senast har hållit en baby i famnen och har glömt hur man umgås med spädbarn. Vissa mor- och farföräldrars iver att ge anvisningar behöver åter dämpas. En del mor- och farföräldrar vill bestämma hur deras barnbarn ska fostras.

Det bästa för barnet och även föräldrarna är om det utvecklas ett fint och varmt förhållande mellan barnet och mor- eller farföräldrarna, oavsett hurdana mor- och farföräldrarna än är. Det lönar sig att lyssna på mor- och farföräldrarnas synpunkter, men det är föräldrarna som bestämmer om barnets fostran och omsorg. När mor- och farföräldrar får umgås med och följa utvecklingen hos sitt barnbarn, stärks förhållandet dem emellan. Föräldrarna kan också prata med mor- och farföräldrarna om sin vardag och känslan av att inte räckta till. En lång livserfarenhet kan hjälpa till att se saker ur ett annat perspektiv.

Det lättare att prata

Olika praktiska saker kräver att föräldrarna i en barnfamilj har förmåga att samarbeta och diskutera. De är tvungna att fundera över vad de kan göra avkall på och vad som

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, de rentav förlamar. 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 partnern, vännerna eller 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.

kan flyttas framåt och hur de hittar tid att vara kvinna respektive man och upprätthålla kontakten till sina vänner. De behöver fatta konkreta beslut på babys villkor.

Föräldrarna har inte alltid tid och kraft för varandra. Små vardagliga saker kan lätt leda till gräl. För att undvika gräl känns det ofta lättare att tiga än att tala med sin partner om hur tung och krävande vardagen har blivit. Det lönar sig att prata med varandra, för om saker och ting förbigås med tystnad, glider föräldrarna ifrån varandra. Partnern kan bli fullständigt överrumplad av hur den andra upplever saker, och missförstånd leder lätt till onödiga gräl. Föräldrarna kanske ser på förändringarna i parrelationen på olika sätt. Den ena kanske tycker att det räcker

att dela föräldraskapet, medan den andra oftare vill umgås på tu man hand med sin partner. Det är bra att prata ut om saker och ting men ibland kräver det mod. Känslor från ena ytterligheten till den andra, hör till människorelationer.

Om en förälder ofta funderar över sin otillräcklighet och orkeslöshet gäller det att prata om saken med en annan vuxen för att få stöd. Även korta samtal på tumanhand med partnern, en god vän, hälsovårdare eller andra vuxna i samma livssituation är till hjälp. Redan att tala högt om hur det känns kan underlätta situationen. Snart märker man att även andra har liknande problem. Andras erfarenheter kan ge idéer för att lösa egna problem.

En stund tillsammans med viktiga närstående människor eller trevliga syslor ger nya krafter. Den egna tiden är inte bort från baby, eftersom en utvilad och avslappnad förälder har fått ny ork att vara tillsammans med baby. Föräldern kan bli bekant med nya vuxna i lekparken, föräldra-barnklubbar eller på ett familjekafé i Mannerheims Barnskyddsförbunds regi. Också spädbarn njuter av varandras sällskap. De observerar hur andra spädbarn betar sig och delar känslor och erfarenheter.

Fråga modigt om råd om det uppstår problem. Lita också på egna erfarenheter och ditt sunda förnuft. Det finns inte en enda rätt lösning på problem. Andras råd är bara tips och föräldern vet själv bäst vad som är bra för den egna familjen. En förälder ska inte i onödan kräva överdåd av sig själv, det räcker bra med mindre.

Babyns utvecklingsfaser

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

En baby i åldern 6–12 månader

- jollar mera, lyssnar och förundrar sig över den egna rösten samt provar olika tonlägen och röststyrkor
- kan redan sitta med stöd
- kan vända på rygg från magläge
- urskiljer bekanta från främmande, är blyg
- lär sig sätta sig upp och sitta från golvet utan stöd (ca 7–9 månader)
- hittar en leksak som gömts när baby sett på och kan förstå sambandet mellan framför, bakom och under (ca 8 månader)

- leker gärna genom att ligga på mage och på sidan, lyfter upp ena handen för att ta emot ett föremål som någon räcker fram
- lär sig att öppna näven och kasta saker
- lär sig själv att stå på knä
- börjar kravla sig upp och stå längs väggar och föremål (ca 9 månader)
- kan äta ett kex och dricka från en mugg (ca 9 månader)
- lär sig att kravla och krypa (ca 10 månader)
- kan hålla och handskas med två föremål på en gång, tömma burkar, härma vuxnas sysslor, peka med ett finger och plocka till exempel brödsmlur från golvet med pekfingeret och tummen med ett så kallat pin-cettgrepp (ca 10 månader)
- tar sina första steg (10–16 månader)
- överränner en leksak om någon ber om det (11–12 månader)
- kan säga långa serier av stavelser och lär sig småningom att kombinera två stavelser
- säger sina första riktiga ord (ca 1 år).



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