



# Hjælp dine børn til at blive **gode søskende**

Søskendeleg kan være magisk – når det altså lykkes. Men hvis legen skal blive god og søskendebåndet tæt, skal du guide og sætte i gang. Og så træde et skridt tilbage.

TEKST JANE THONING CALLESEN FOTO NIMA STOCK

**M**oaar, Asger driller"! Der lyder hyl og skrig fra stuen. Lige før gik storesøster ellers rundt med hundelillebror i snor, mens de grinede og sagde sjove fjolleord. Men nu har lillebror væltet storesøsters dukkehus, og pludselig er den hyggelige stund forvandlet til en kampplads.

Og det er helt naturligt, at søskende veksler mellem elskelig leg og benhårde skænderier, fortæller Margrethe Brun Hansen, der er børnepsykolog og forfatter til bogen *Søskende*.

– Søskendebørn er født ind i samme familie og ved, at den anden altid er der. De kan derfor trygt lade alle følelser komme i spil og vise både deres smukke og grimme sider. Men selv om søskendebørn kalder hinanden for en 'led lort', slås og bliver uvenner, er de alligevel tæt forbundne, siger hun.

Måske har du oplevet, at dine børn har hemmeligheder sammen eller bruger ord, der kun giver mening for dem selv. Eller lagt mærke til, hvordan din treårige kan få baby til at grine på en særlig måde.

– En søskendegruppe har ofte sin egen lille kultur, hvor specielle lege, ord og lyde betyder noget bestemt. Når de leger, går de ind i en fælles, forunderlig eventyrverden, hvor hverdagen forsvinder. De kan følge hinandens tankegang og lærer efterhånden at indordne sig, når de skal beslutte, hvem der er prinsessen, og hvem der er dragen. Når legen er godt i gang, kan man kalde ti gange og sige, at maden er klar, men børnene hører ingenting, for de er dybt optagede, siger Margrethe Brun Hansen og tilføjer:

– Den form for leg er næsten magisk og kan binde søskende sammen for livet.

## Sænk forventningerne

Men den gode leg opstår ikke altid af sig selv, og du kan ikke forvente, at dine børn automatisk er hinandens bedste venner. Personlighed, køn og alders-

forskel har betydning for, hvor godt dine børn leger sammen. Og alle børn har brug for, at forældrene guider legen, særligt i begyndelsen, fortæller familiepsykolog Heidi Agerkvist, som står bag et onlinekursus i at styrke søskenderelationer.

– Man kan ikke forvente, at to små børn kan lege sammen uden opsyn, eller at det store barn magter at give sig og se tingene fra lillesøsters vinkel. Det er et urimeligt krav at stille. Hvis lillesøster blander sig i storebrors tog-

bane, skal mor eller far forklare, hvorfor lillesøster piller ved skinnerne og komme med forslag til, hvordan man kan løse situationen. For eksempel ved at fortælle storebror, at lillesøster synes skinnerne er flotte, at hun over sig på at sætte dem sammen, og at hun driller mindre, hvis han giver hende fem togskiner og et enkelt tog, som hun kan sidde med, foreslår Heidi Agerkvist.

Hun peger på, at søskendeforholdet kun vokser sig stærkt og langtidsholdbart, hvis det enkelte barn føler sig set og anerkendt af forældrene.

– Begge børn skal opleve, at de er elskede for den, de er. Også selv om de måske er meget forskellige. Hvis man ønsker, at ens børn skal holde af hinanden, skal man faktisk arbejde på at styrke sin egen relation til hvert enkelt barn, siger Heidi Agerkvist.

Samspillet mellem dine børn starter, allerede når jeres yngste er nyfødt. Når dit store barn får lov at stå på en skammel og hjælpe med at skifte lillesøsters ble og give hende sutten, opstår der varme og tillid mellem dem. Det er første

## ET TÆT SØSKENDEFORHOLD

Inddrag det ældste barn i omsorgsopgaverne med den yngste.

Giv det ældste barn en 'babyfri' zone, hvor han kan have sine ting i fred og lege alene.

Sænk forventningerne. Dine børn kan ikke selv, men har brug for at du guider legen.

Forklar storebror, hvad lillesøster gør og hvorfor – og omvendt.

Lad dem forsøge at løse konflikterne selv, inden du griber ind.

Tag fridage, hvor begge børn er hjemme, og hvor der er god tid til både hygge, leg og kriser.

Kilde: Sundhedsplejerske Dorte Fischer.

skridt på vej til en god relation, mener sundhedsplejerske Dorte Fischer, der er medforfatter til *Babykalenderen*.

– Set med et barns øjne er nyfødte kedelige, men det bliver hurtigt sjovere. Efter nogle måneder vil storebror kunne få lillesøster til at grine ved at rasle med en rangle eller sige sjove lyde. Det gør ham stolt, og så er legevenskabet skudt i gang, siger hun og tilføjer, at forældrene skal huske, at en baby kan holde til en del uden at gå i stykker.

– Selvfølgelig skal man være opmærksom og sørge for, at babyen ikke lider overlast. Men der sker jo ikke noget ved, at storebror prikker lillesøster lidt på kinden eller piller ved tæerne. De to børn skal have lov til at undersøge hinanden.

## Giv plads til vreden

Når lillesøster rykker ned på et legetæppe, vil hun elske at betragte storebrors leg, og hendes nysgerrige øjne vil følge ham rundt i stuen. Men når hun begynder at kravle, opstår der nye udfordringer. Storebror vil føle sig truet, fordi den utilregnelige lillesøster pludselig er overalt, og dermed kan han ikke vide sig sikker på, hvad der sker med hans legetøj. En naturlig reaktion, mener familiepsykolog Heidi Agerkvist.

– Når din baby når kravlealderen, så har vi balladen. For det lille barn vil gå på opdagelse og pille ved alting, og storebror bliver forståeligt nok bange for, hvad hun kan finde på. Det er nu, forældrene skal være tålmodige forbilleder, sætte sig på gulvet og vise børnene, hvordan de kan lege sammen, siger hun. ▶

Man kan ikke forvente, at søskende bare leger godt sammen. Det kræver hjælp fra mor og far.



Du må gerne tale til de gode sider i storebror ved at fremhæve, hvor meget han har øvet sig på togbanen allerede, og hvor heldig lillesøster er, når han viser hende, hvordan man gør. Men din store dreng skal også have lov at blive sur.

– Hvis lillesøster vælter det hele, kan mor eller far sige ‘øv, nu piller hun igen. Det var også træls for dig’. Hvis storebror får lov til at synes, at lillesøster er lidt dum af og til, bliver det også lettere for ham at være tålmodig og mærke kærligheden, når den er der, siger Heidi Agerkvist.

Hun anbefaler, at man lader storebror få en ‘babyfri’ zone, hvor han kan have sine vigtige ting i fred og lege alene. Til gengæld bør stuen være et fællesområde, hvor hele familien som udgangspunkt leger sammen og dermed også deles om legetøjet.

### Så kan du trække dig

I starten vil børnene typisk lege den samme leg hver for sig – men side om side. For eksempel med Lego, dukker eller legemad. I den fase kan du styrke fællesskabet mellem børnene ved at gøre ting med dem, de begge kan lide. For eksempel synge, danse eller gå i sandkassen sammen.

Når dit yngste barn er fyldt to år, vil legen begynde at indeholde roller, scener og regler. Børnene vil gå på opdagelse sammen, og der kan opstå et

meget stærkt fællesskab. Men de har stadig brug for din hjælp, påpeger Margrethe Brun Hansen.

– Nogle gange er det bare et lille puf, der skal til. Hvis to børn på tre og fem år vil lege med et nyt sørøverskib, men ikke kan blive enige om hvordan, skal de anvises. Den voksne kan sige ‘her skal dynen ligge på gulvet, og her skal skibet stå. Her er to små både, som skal sejle herover. Og her er skatkisten med sølvet’. Så kan børnene gå i gang, og pludselig overtager de legen og lever sig ind i rollerne,

og så kan – og bør – den voksne trække sig lidt væk, lyder det fra børnepsykologen. Det er i det hele taget en god ide at lade børnene klare så meget som muligt selv, mener hun.

– Forældrene må gerne slippe kontrollen og undlade at overvåge hele tiden. Hvis lillebror synes, det er sjovt at være hunden, er der ingen grund til, at forældrene justerer rollefordelingen. Og når der opstår konflikter, må børnene gerne forsøge at løse dem selv, inden de voksne eventuelt griber ind, siger Margrethe Brun Hansen.

– De voksne skal selvfølgelig holde et vågent øje og træde ind, hvis konflikten eskalerer, så det ikke ender med slåskamp, skrig og tårer. Men giv børnene chancen for at finde ud af det på egen hånd først. De formår faktisk mere, end

vi umiddelbart tror.

Fordi dine børn er så tæt forbundne, tør de lade alle deres følelser komme i spil, og bølgerne kan derfor gå højt. Men der er ingen grund til at frygte, at situationerne med ‘min bil, jeg havde den først’ eller ‘lillesøster er dum!’ ødelægger dine børns forhold. Faktisk kan konflikterne være med til at binde dem sammen, siger Heidi Agerkvist.

– Når børn er uenige, lærer de rigtig meget om sig selv og hinanden. Søskenderelationen er et trygt sted at øve sig på

“  
Hvis lillebror synes, det er sjovt at være hunden, er der ingen grund til, at forældrene justerer rollefordelingen.

Margrethe Brun Hansen, børnepsykolog.

## GODE LEGE FOR ALLE

Tril med bolde i stuen. Sørg for, at der er bolde nok.



Tænd musikken, og dans.



Pust balloner op, og kast dem til hinanden.



Lav gymnastik i sengen. Kolbætter, trille rundt og måske en pudekamp.



Byg en hule under spisebordet.



Blæs sæbebobler, og lad børnene ‘prikke’ boblerne sammen.



Giv børnene hver deres store papkasse.



Gå på opdagelse udenfor. Der er mere plads og typisk færre konflikter.



Byg en bane med kegler, og kør på scooter eller løbehjul.



Leg bus ved at stille stole op på en lang række.

Kilder: Familierapeut Heidi Agerkvist og børnepsykolog Margrethe Brun Hansen.

at løse konflikter, og det giver værdifulde erfaringer, som børnene kan tage med sig i andre sammenhænge. ●