

## Så flink du er!

Skrevet av Ingrid Prøsch, [www.tilknytningspedagogene.no](http://www.tilknytningspedagogene.no)  
mandag 27. september 2010 20:42

---



Er du flink til å rose barna dine? Sier du ofte "så flink du var nå"? Tenker du at ros er noe som bygger en god selvtillit, viser at vi er glad i barna og er en positiv forsterker på god oppførsel? Tenker du over at for mye "så flink du var nå" kan gå på barnas selvfølelse løs?

Det har kommet spørsmål om skillet mellom selvtillit og selvfølelse etter det [førrige blogginnlegget om ros](#)

. Mange ønsker å høre mer om dette, så da utdyper vi temaet litt.

Typisk ros er "For en fin tegning du har tegnet!", "Så flink du er å klatre i trær!", og "Så flink du er til å rydde bordet!". Stort sett bør vi unngå slike tilbakemeldinger og i stedet si noe slikt som "Fortell meg hva du har tegnet her!", "Jeg ser deg! Du er øverst i treet!", "Det var godt å få hjelp. Takk!".

Om en tegning er fin eller stygg, det er en vurdering. Mens "Så mange ulike farger du har brukt" eller "Den krusedullen dekker hele arket!", eller "Jeg ser du har tegnet en gris" er tilbakemeldinger som er åpne og kan bidra både på selvtillit og selvfølelse.

Barn, og voksne, trenger å bli sett for å vedlikeholde sin gode selvfølelse, og slike utsagn viser at vi ser dem. *Hører vi godt etter er det relativt sjelden barn ber om ros, men de ber ofte om å bli sett. Når de ber om å bli sett gir vi dem ofte ros, og det kan være ødeleggende for selvfølelsen.*

Når vi svarer "flink", når barna sier "se meg" så forteller vi dem indirekte at det de gjør er viktigere enn den de er. Vi signaliserer at det er viktigere at andre vurderer en handling som flink, enn at den som utøver den selv er fornøyd med innsatsen. Vi sier indirekte at vi er mer opptatt av adferd enn av følelser. Barn kobler ofte sammen det å bli sett med det å bli elsket. Når vi da sier "så flink du er" i stedet for "jeg ser deg", eller "jeg deler dette øyeblikket med deg" så sier man indirekte, sett fra barnets ståsted, at "jeg elsker deg bare når du er flink".

## Så flink du er!

Skrevet av Ingrid Prøsch, [www.tilknytningspedagogene.no](http://www.tilknytningspedagogene.no)  
mandag 27. september 2010 20:42

---

Mange foreldre er opptatt av å "gi barna selvtillit". Det å "bygge selvtillit" kan fort gå på bekostning av selvfølelsen til barna. Selvtilliten kommer av seg selv om selvfølelsen er god. Og den kommer i takt med reell prestasjon. Stor selvtillit uten sterk selvfølelse, slik mange barn som har fått for mye manipulerende ros har, er en hul selvtillit som fort knekker i møte med oppgaver man ikke mestrer så godt.

"Jeg ser deg og elsker deg betingelsesløst" - det er budskapet som skaper emosjonelle bånd og vedlikeholder selvfølelsen. Og som et resultat av det bygges en naturlig forankret selvtillit. En viktig oppgave for alle foreldre er å finne ulike konkrete måter å si det på slik at barna opplever innerst i hjerte og sjel at det er sant.