

**BARNDOM:** Oppdragelse er et betent ord, mener Liv Berit Heimstad Tønnessen. Derfor skrev hun like gjerne en bok om temaet for å myndiggjøre foreldre.

✎ Nora Bregård ✉ nora.bregaard@dagen.no

# Velger et varmt blikk

Hun har vært en sentral Oase-skikkelse i flere år, både i lederskap og i veiledningstjenesten. På årets sommerstevne inspirerer hun foreldre til å velge det varme blikket, som også er tittelen på denne nyeste bok.

## FORNYEDE RELASJONER

I tre år har Heimstad Tønnessen fulgt ni foreldrepar i deres utvikling som ansvarspersoner for barn. Boken er full av foreldrenes og forfatterens egne historier, og i løpet av samarbeidet har parene satt seg mål for hvordan de ønsker å møte barna. Samtlige har oppnådd egne mål.

– Og vel så det. Foreldrene forteller at klimaet i hjemmet har endret seg drastisk. Å sette ord på hvordan de ønsker å opptre overfor barna, har gjort dem mer bevisst på egne tanker og handlinger. Det har ført til fornyede og trygge relasjoner, forteller forfatteren.

## BARN SOM HAR DET VANSKELIG

I boken skriver hun om barna som de voksne kaller vanskelige, de som ingen kan styre, de som hylrer for å få viljen sin, de som blir dratt ut av butikken med en forelder på hver side. Samtidig skriver hun både om og ikke minst til foreldre som har det vanskelig, de som ikke klarer å styre seg og de som ikke tar ansvar.

– Mange av dagens foreldre vokste opp i et hardt og autoritært hjem. De har bestemt at det de selv gjennomgikk, det skal de ikke utsette egne barn for. Utfordringen oppstår når man beveger seg over i den andre grofta og ikke setter tydelige rammer, men i stedet blir ettergivende over for barna, sier hun.

## GRØFTEKANTER

Forfatteren bruker et levende bildepråk og skiller mellom to grøftekantene: å være ettergivende og å være autoritær.

– Som forelder ønsker man å være god og snill med ungene sine, men blir man for snill og ettergivende så overlater man tømme til barna. Da er det de som får ansvaret for å styre familien, sier Heimstad Tønnessen.

Og slik blir foreldrenes vei til frustrasjon, sinne og eksplosjon stadig kortere.

– Det oppleves smertefullt, ustødig og uforutsigbart for de minste, som blir redde og adlyder mamma og pappa i frykt, påpeker hun.

Konsekvensen er at barnet får ansvar for hele familien.

– Se hvordan du fikk meg til å reagere, trekker Heimstad Tønnessen fram som eksempel på byrden som ofte legges på barnas skuldre i en oppgitt situasjon.

## OASE

### Fakta

Oase er en fornyelsesbevegelse som vil inspirere, utruste og utfordre tanke og tro, og utvide forståelse og erfaring av Gud.

12.-17. juli i Kongstenhallen i Fredrikstad.

– I stedet for at mor eller far tar ansvar i situasjonen og innser at forelder er den voksne i relasjonen.

Hun har lang erfaring som kursholder og veileder for foreldre. På Oase holdt hun seminar om hvordan man kan møte barn i alle aldre, både dine, mine og våre.

## EN GOD MYNDIGHET

Ifølge henne er løsningen en gylden middelvei.

– Møtes man på midten er resultatet omsorg og fasthet sammen. Et barn som er ustyrlig og nesten uhåndterlig, faller til ro når foreldrene tar ansvar for dem, understreker Heimstad Tønnessen.

Det har hun fått erfare under-



veis i bokskrivningen. Ønsket med boken er å myndiggjøre foreldre til å lede og utstråle trygghet overfor barna.

– Mange er redde for å gjøre feil og skade ungene, og derfor setter de ikke grenser. Men det er faktisk mer skadelig for barna når foreldre ikke gir trygge rammer, sier hun.

## MAMMAMAKT

Det er kanskje lett å tenke at Heimstad Tønnessen har skrevet en bok for mødre. Det har hun ikke. Et av temaene hun tar opp i boken er det hun kaller «mammamakt».

– Ofte er det en skjevhet mellom mor og far, der mor har forrang og ender opp med å avvise far. Det skaper en smerte i familien, påpeker hun.

Praktiksempelet er nå mor frustrert ber far om å komme på banen og bidra mer i familien og far på sin side svarer med at det ikke er noen vits, for hun overstyrer ham uansett.

– Far må få lov til å være far.

Altfor mange mødre hindrer fedrene i å være seg selv, som på sin side trekker seg tilbake, forteller Heimstad Tønnessen.

## NÅR FORELDRE ER SEG SELV

Ifølge Heimstad Tønnessen er det vanlig at foreldre havner i hver sin groft.

– Når den ene er ettergivende blir den andre hard og kald i ord og blikk, sier hun.

Som mangeårig førskolelærer og veileder for foreldre har hun møtt det hun opplever som en usunn og anklagende holdning mellom foreldre.

– Hadde jeg bare oppdratt alene, så hadde alt vært mye lettere. Da hadde barnet oppført seg bedre. Men det er når mor og far møtes på midten – i omsorg og fasthet – at de får være seg selv, overfor hverandre og overfor barna. Da trenger de ikke å overkompensere for hverandres oppførsel, sier Liv Berit Heimstad Tønnessen.

*Les om familier og skjermbruk i mandagens avis*



**KROPPSHOLDNING:** - Å velge det varme blikket viser til tanken bak ordene. Foreldres holdning legger seg i blikket og kroppsspråket de møter barna med, forteller Liv Berit Heimstad Tønnessen. Hun er forfatter og seminarholder på Oase.

Foto: Nora Bregård



**FORFATTER:** Liv Berit Heimstad Tønnessen, forfatter av bøkene Frodig ørken og Å velge det varme blikket.

Foto: Nora Bregård



Når mamma har **jobb**, får jeg gå på skolen!

**Du** kan skape jobber blant verdens fattigste!  
Kr. 250,- pr. måned  
= 5 jobber pr. år!



Jobbskaper er enkelt - og det virker!

**jobbskaper.no**