

# Kvalitetstid

TEKST

Arne Olav L. Hageberg

PUBLISERT 1. desember 2008

---



**LUNSJ:** Omsorg i en liten skive.

FOTO: YAY MICRO

Ifølge [psykolog Egil] Launes brukes begrepet «kvalitetstid» av og til som en unnskyldning for ikke å bruke så mye tid sammen med barna i hverdagen. I stedet satser foreldrene på å «ta det igjen» i form av «kvalitetstid», og er ikke så nøye med de småkjedelige tingene ellers.

– Det er som når noen foreldre for eksempel har det travelt med jobb og andre gjøremål hele tiden og sier at de heller prioriterer å gjøre hyggelige ting sammen med barna en sjelden gang. Den kjøper jeg ikke, sier Launes som tror begrepet kan bli litt feilbrukt og lett kan bli en floskel.

Det å forplikte seg sammen med barn er kvalitetstid, påpeker psykologen, den gode hverdagen kan være kvalitetstid. Også det å sette grenser, forplikte seg og holde struktur i hverdagen.

– Det er mye kvalitet i «kjedelige» ting som å stå opp, gå til og fra barnehage og skole, lage mat og rydde rom, sier han.

klikk.no 30.10.2008

*Teksten sto på trykk første gang i Tidsskrift for Norsk psykologforening, Vol 45, nummer 12, 2008, side*

TEKST

Arne Olav L. Hageberg, Journalist og nettansvarleg i Psykologtidsskriftet

