

MARKANTE FORÆLDRE - HANDLER I KÆRLIGHED

www.rikketordrup.dk



psykologydetordrup



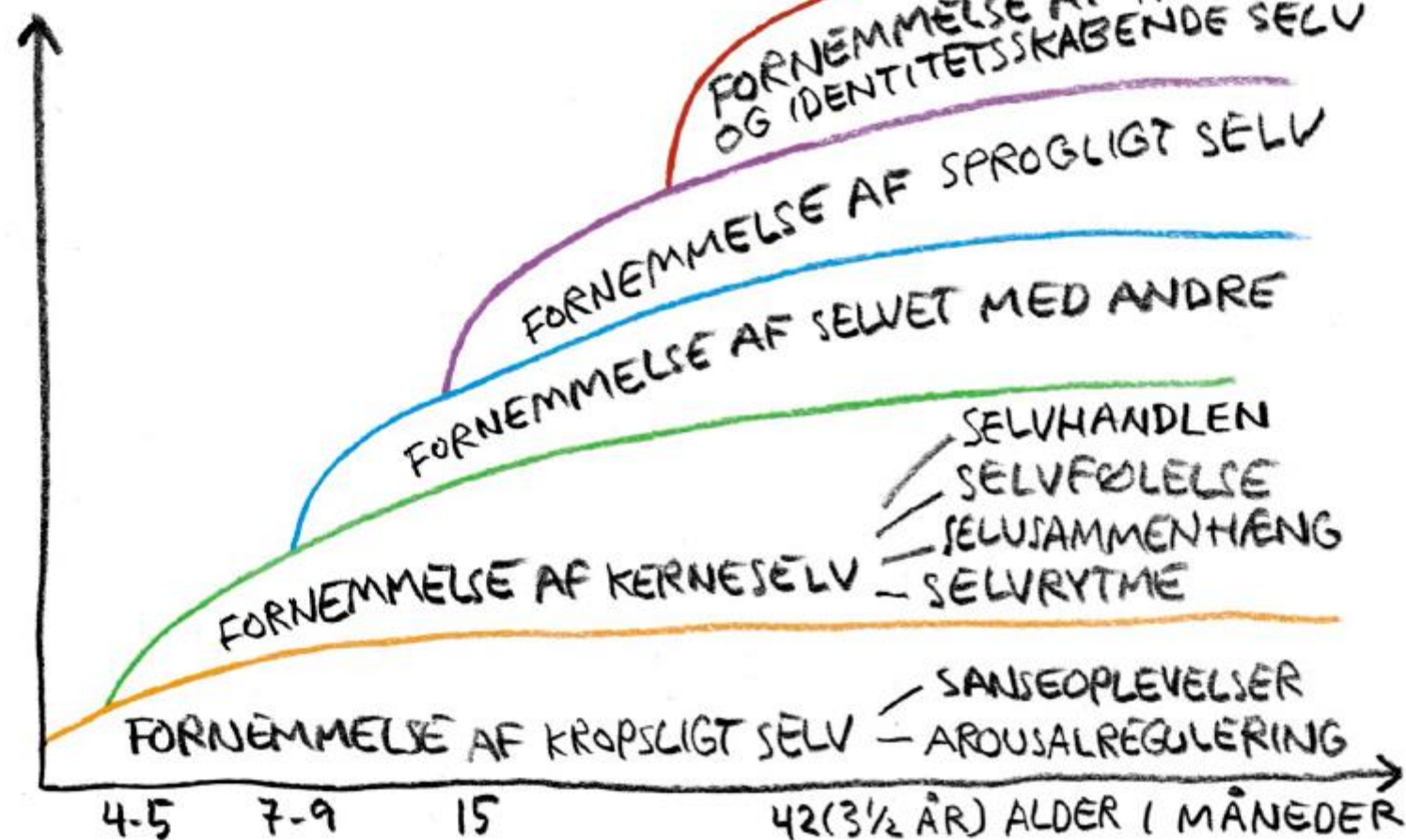
Curling eller Tiger



ER DET SUNDHEDS-
PLEJEN? KAN JEG
RINGE 24-7?



SELVRELATERINGS- DOMÆNER



JUBIIII!



JEG KAN IKKE
SELV JÅ GUMMI-
STØVLER PÅ

JEG VED IKKE HVORDAN
MIT REGNTØJ SER UD,
DET ER BEDST, DU
RINGER TIL MIN MOR

JEG GIDER IKKE
GÅ SAMMEN MED
DE ANDRE

JEG VIL
HELLERE
NOGET ANDET.
HVAD KAN VI
VÆLGE IMELLEM?



Det gryende selv (arousalregulering)

Det pædagogiske personale støtter barnet

- ved at tilbyde aldersrelevante aktiviteter, hvor der veksles mellem høj intensitet og lav intensitet.
- ved at veksle mellem at fange sæbebobler, danse ballondans, lege tag fat efterfulgt af at lytte til en stille historie/stille musik, tegne eller lægge puslespil og omvendt.
- ved at tilbyde aldersrelevante aktiviteter, hvor der veksles mellem lav indre spændingstilstand og høj indre spændingstilstand.
- ved at veksle i en historiefortælling, så der både er rolige passager og passager med høj intensitet, eller bygge en indre spændingstilstand langsomt op omkring et måltid eller at overraske ved at skulle have flødeboller og hjælpe barnet til at falde ned igen i lav indre spændingstilstand.

Forældrene støtter barnet

- ved at tilbyde aldersrelevante samspil i hverdagen, hvor der veksles mellem høj intensitet og lav intensitet, fx at falde til ro om aftenen og falde i søvn efter en sang eller godnathistorie, at falde til ro ved måltiderne efter vild leg, at falde til ro i bilen efter en tur i svømmehallen osv.
- ved at lade barnet vågne stille og roligt og komme i gang med påklædning, spisning og leg, at komme i gang med leg efter at have krammet og nusset stille og roligt, at komme ned og gå og hoppe efter at have været blevet båret på arm osv.
- ved med stemmeføring og kropssprog at få barnets indre spændingstilstand til at stige omkring et samspil, som i legen "Nu kommer der en lille mus ... og den skal finde sig et hus ... Kan den bo der? Nej ... Kan den bo der? Nej ... men den kan bo der!" Og herefter igen via stemmeføring og kropssprog hjælpe barnet tilbage til lav indre spændingstilstand.
- ved med stemmeføring og kropssprog at få barnets indre spændingstilstand til at stige i forbindelse med at se et dyr, et tog eller en gravemaskine eller prøve en rutsjebane på legepladsen for så igen med stemmeføring og kropssprog at få barnet til at falde ned i lav indre spændingstilstand igen.

Kropsligt selv • 2

Evnen til at kunne regulere sig fra høj til lav spændingstilstand (arousal)

Trænes generelt ved aktiviteter, hvor der veksles mellem bevægelse og fordybelse.

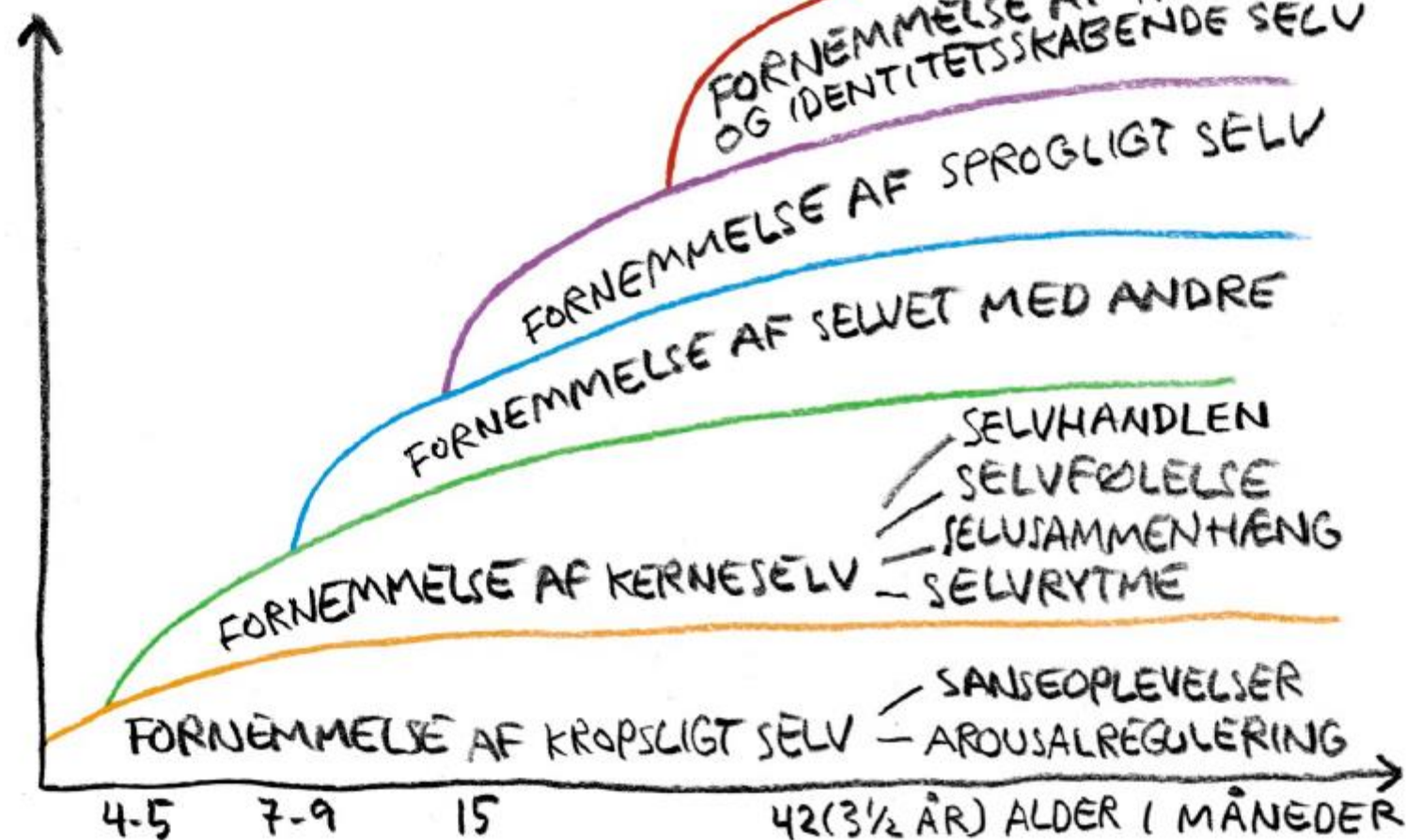
Skolen støtter barnet

ved sanglege efterfulgt af at øve bogstavernes skriveretning eller matematiklege, hvor der veksles mellem bevægelse ved f.eks. at slå med en terning og i løb hente opgaver på bordene mellem et og seks, hvorefter barnet skal sætte sig og regne med papir og blyant, inden der igen må slås med terning.

Forældrene støtter barnet

ved at lege tumlelege efterfulgt af koncentrationsspil, f.eks. Vildkatten, eller løbe om kap op ad trapperne og derefter lægge et puslespil. Naturen giver også mange muligheder. Har man adgang til heste, kan man ride i fuld galop, afløst af strigling af hesten, hvor man kommer ned i spændingsniveau. På en fisketur kan man på cykelturen hen til søen konkurrere om, hvem der kommer først frem, hvorefter der skal findes ro til at sætte orm på krog og fiske.

SELVRELATERINGS- DOMÆNER



Fokusområder

“Jeg vil hellere undervises mere
underholdende, hvad kan jeg vælge
imellem”



- Motoriske evner
- Evnen til at kunne regulere sig fra høj til lav spændingstilstand
- Evnen til at regulere smerte
- Evnen til at kunne føle, at man mestrer noget selvstændigt
- Evnen til at mærke egne følelser og impulser og regulerer dem passende efter fællesskabet
- Evnen til at opleve sig selv som den samme, selv om konteksten skifter
- Evnen til at gennemføre en aktivitet med en passende begyndelse, et passende plot og en passende afslutning
- Evnen til at kunne dele en oplevelse med andre og glædes herved
- Evnen til at se en situation fra forskellige perspektiver
- Evnen til at opleve et selvværd, som giver troen på at have noget at give i nye fællesskaber
- Evnen til at se sig selv som en del af en social sammenhæng, og se hvordan man påvirker andre
- Evnen til at regulerer forhandlinger efter omgivelserne
- Evnen til at se sig selv i en historisk sammenhæng
- Evnen til at kende sin identitet



FOKUSOMRÅDE

At indgå i nye fællesskaber

Evnen til at opleve et selvværd, som giver troen på at have noget at give i nye fællesskaber

Trænes generelt ved at indgå i forskellige fællesskaber og gerne omkring noget fælles tredje.

Skolen støtter barnet

- ved at tilbyde både kendte fællesskaber og nye fællesskaber, som barnet skal indgå i. F.eks. kan børnene indgå både i det klassefællesskab som de kender og i fællesskaber på tværs af klasserne. Skolen kan oprette mentorgrupper eller legegrupper, hvor ældre klasser planlægger aktiviteter for yngre klasser. Skolen kan også oprette trivselsgrupper eller det klassiske elevråd, hvor repræsentanter for klasserne kan lave nye tværgående grupper, der arbejder for fællesskabet.

Forældrene støtter barnet

- ved at tale positivt om nye fællesskaber og ved selv at være rollemodeller i nye fællesskaber og blande sig med andre, end de plejer, til fællesarrangementer og invitere legegrupper ind i hjemmet.
- ved at støtte barnet i at lege både med dem, de foretrækker, samt en bred vifte af knap så foretrukne og gerne med legekammerater af begge køn.
- ved at støtte barnet i både at indgå klassefællesskabet og at lave tværgående grupper ved f.eks. fritidsaktiviteter, hvor både barnet og forældrene er sammen med børn og forældre fra alle byens skoler omkring en bestemt sport, musik eller lignende.

VI SKAL PÅ TUR.
HUSK REGNTØJ!

JUBIIII!

JEG KAN IKKE
SELV TA' GUMMI-
STØVLER PÅ

JEG VED IKKE HVORDAN
MIT REGNTØJ SER UD,
DET ER BEDST, DU
RINGER TIL MIN MOR

JEG GIDER IKKE
GÅ SAMMEN MED
DE ANDRE

JEG VIL
HELLERE
NOGET ANDET.
HVAD KAN VI
VÆLGE IMELLEM?



KRAV
INTERESSER
BEHOV

KRAV
INTERESSER
BEHOV



Lars Jensen.

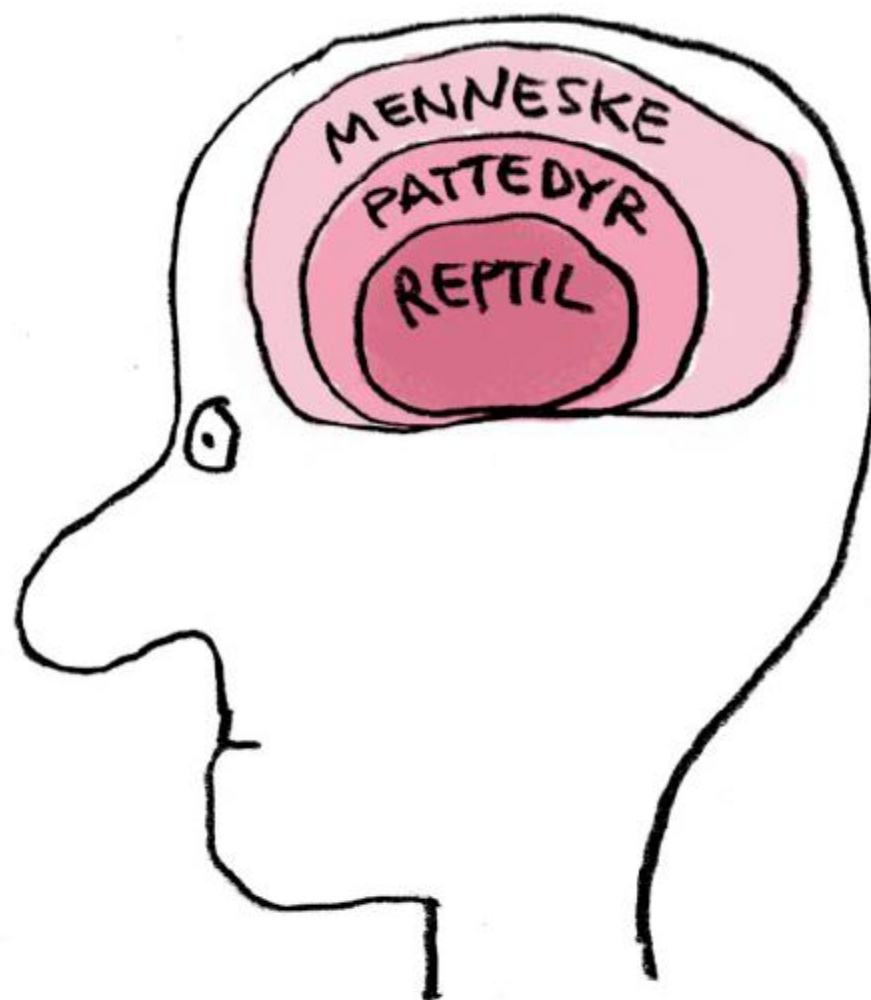


LUCAS ER MEGET
MODEN AF SIN ALDER!

!

DET ER MOREN
TYDELIGVIS IKKE





FLUGT · KAMP · FASTFRYSNING



DET HER KOMMER SÅ MEGET
PÅ FACEBOOK, INSTAGRAM
OG SNAPCHAT! OG MED LINK
TIL BORGMESTEREN!
KOM SÅ FILIPPA!



Opsummering

Børn kan trives i alle forældreværdier

Giv forældreskabet tilbage og rådgiv ikke ud fra egne forældreværdier

Brug samtalekort, hvor alle har trivselsopgaver

Lav årshjul over konflikter og kom dem i forkøbet

Lyt til særordningsønsker, indtil I kan kommunikere forståelse

Kommunikér så i barnets og fællesskabets interesse

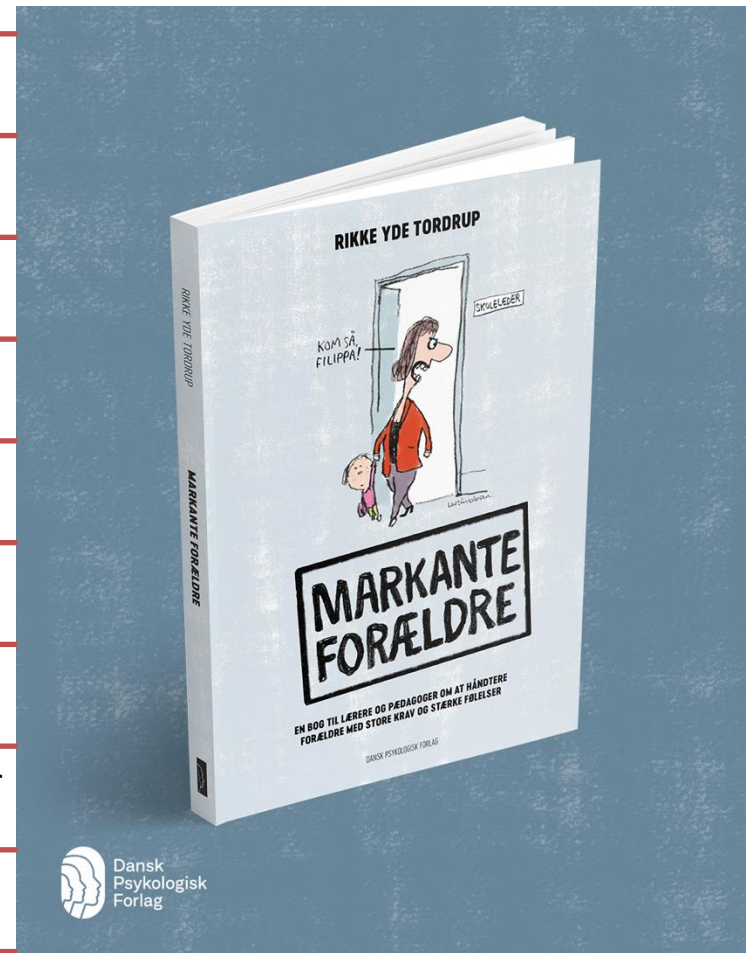
Udskammede eller angrebne forældre kan ikke lytte

Fagprofessionelle der føler sig udskammet eller angrebet kan ikke lytte

Køb tid hvis I bliver reptile – samarbejde kræver hele hjerner

Ha klare politikker om brug af SoMe

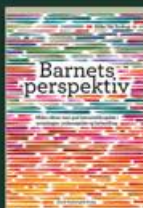
Husk – forældre handler i kærlighed og I er i målgruppen





Tak for i dag

Flere bøger og materialer



OPLÆG · JÆVNALDRENDE-REGULERING

Når børn *regulerer sig* efter hinanden — og du skal være deres baseværdige voksne



Rikke Yde Tordrup · Psykolog
rikketordrup.dk · insta psykologydetordrup

NYHED

