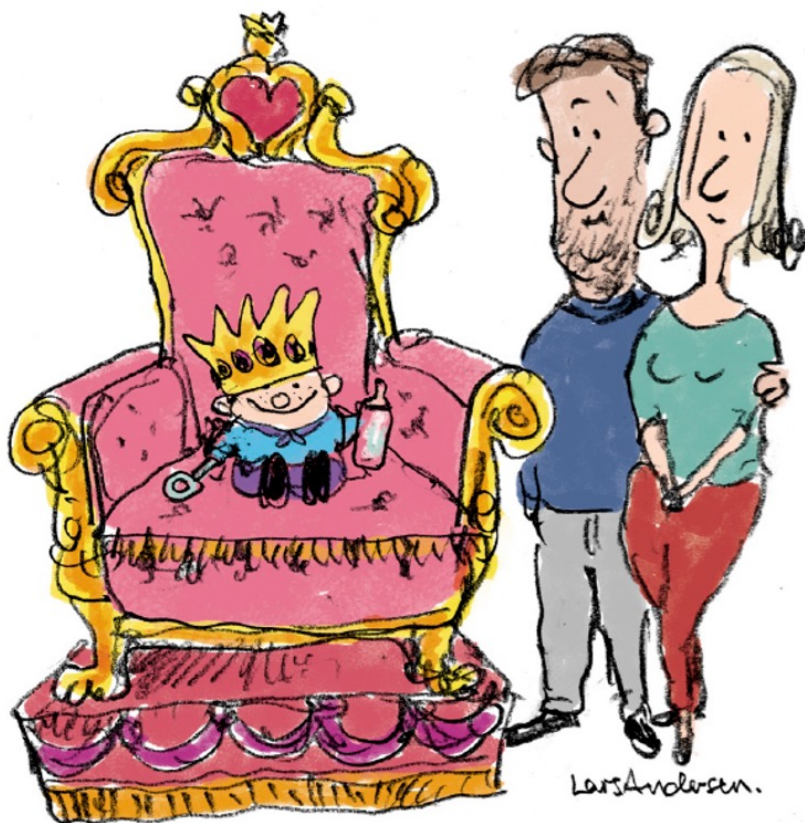
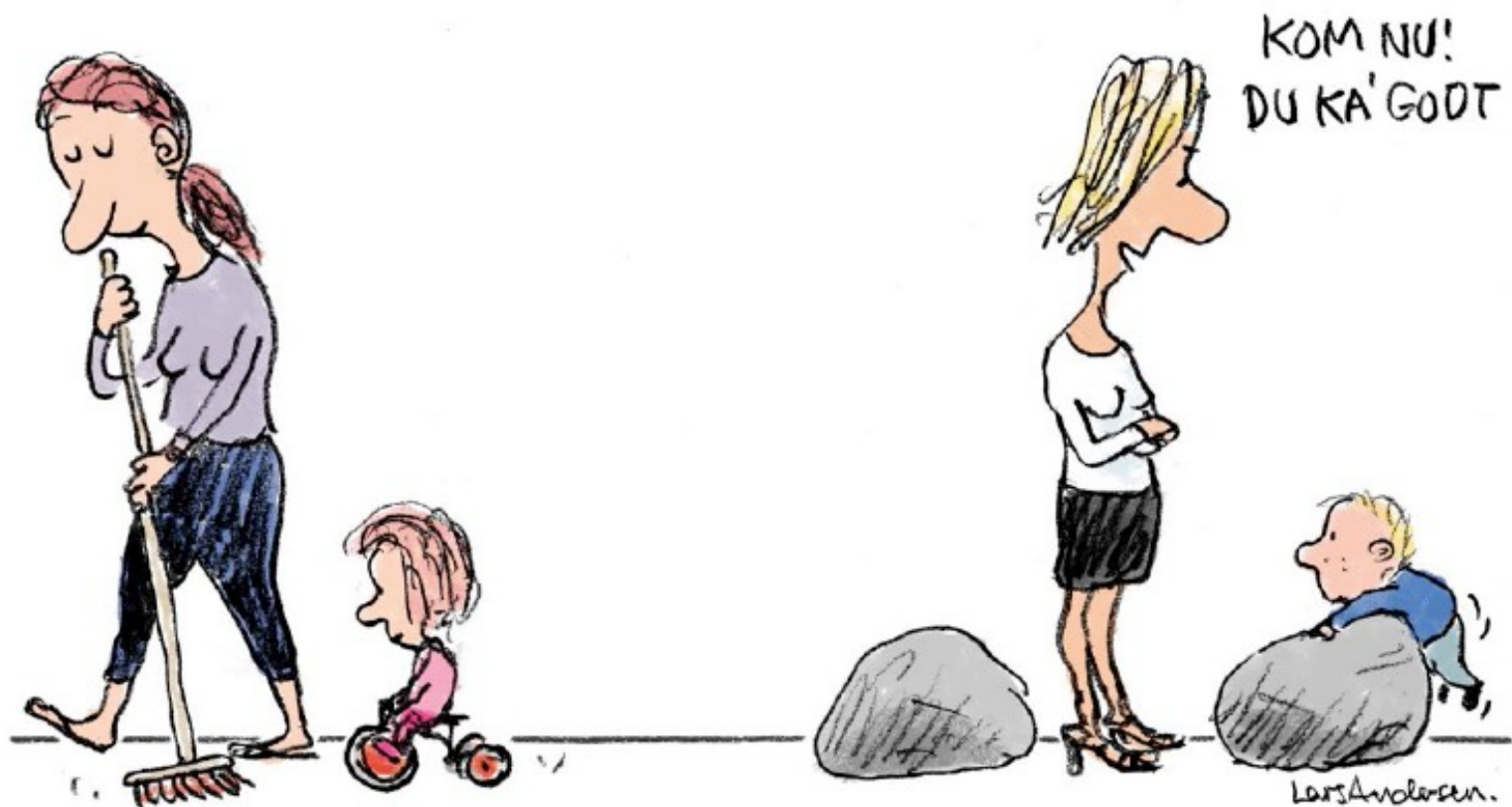


Moderne forældreskab – gå kærligt foran

www.rikketordrup.dk



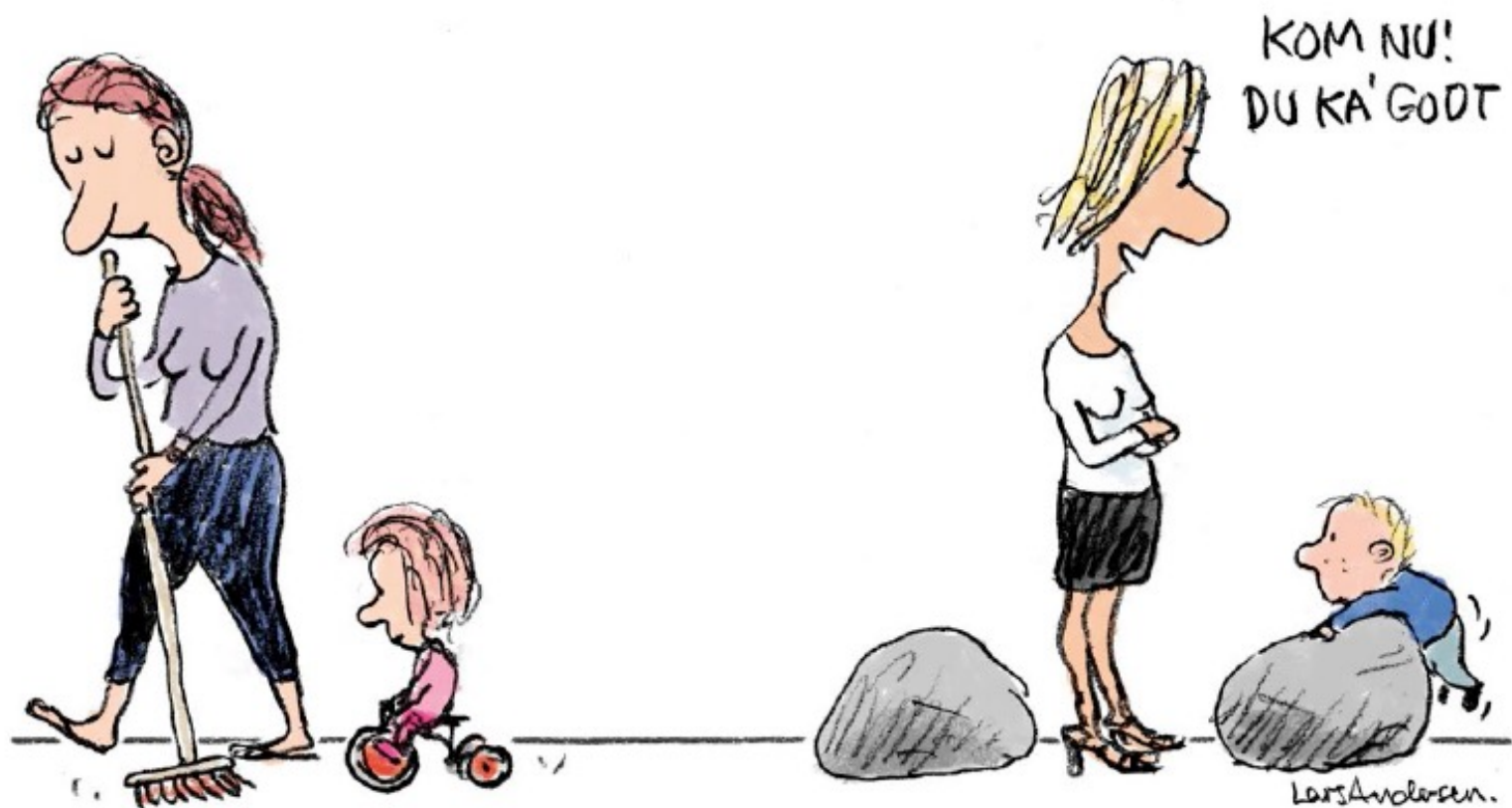
Curling eller Tiger



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



Curling eller Tiger



KRAV
INTERESSER
BEHOV

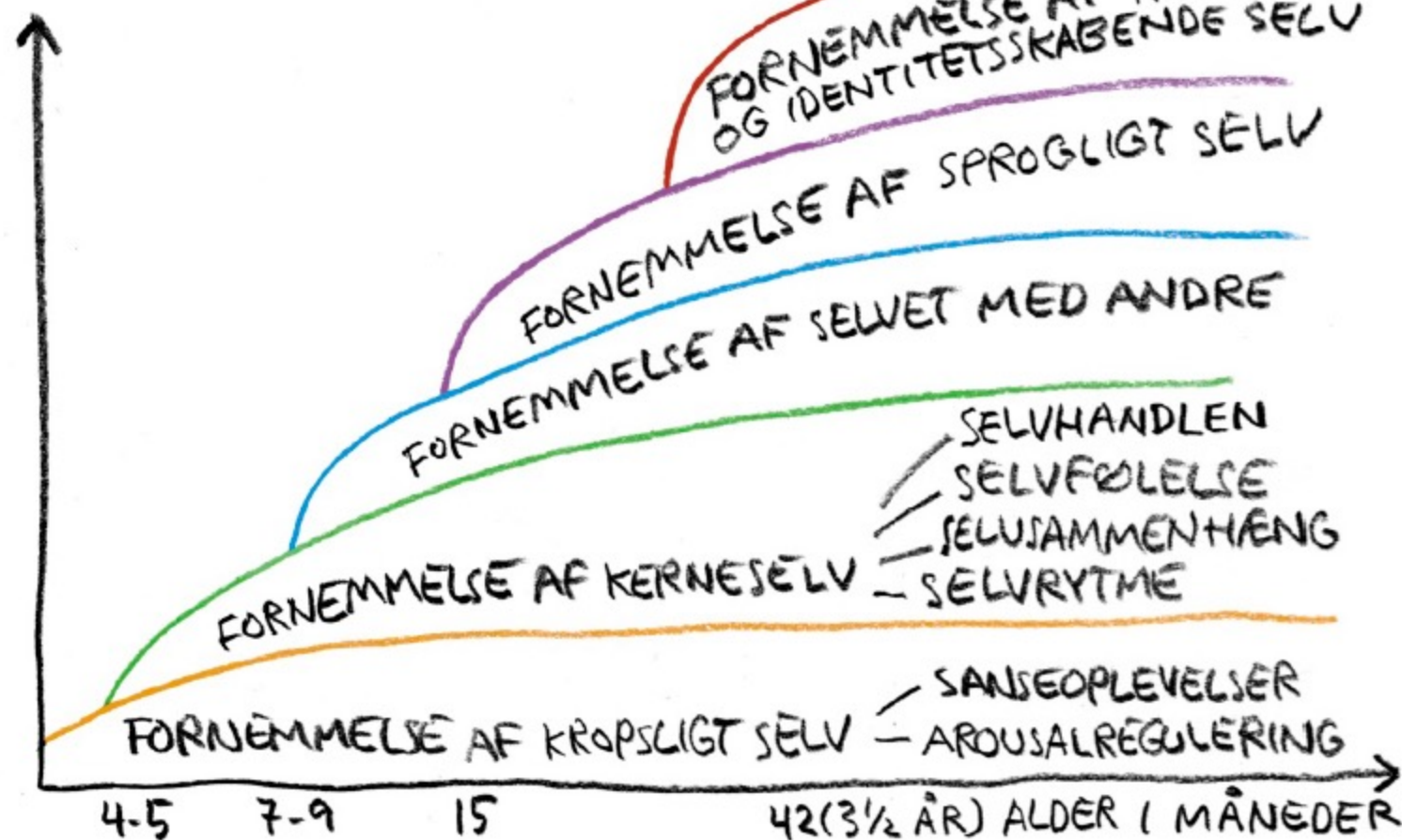
KRAV
INTERESSER
BEHOV



Lars Jensen.



SELVRELATERINGS- DOMÆNER



JUBIIII!



JEG KAN IKKE
SELV JÆ' 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?



KOM SÅ FLUMPA!



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.

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?



JUBIII!



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?



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.

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?







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?



LUCAS ER MEGET
MODEN AF SIN ALDER!

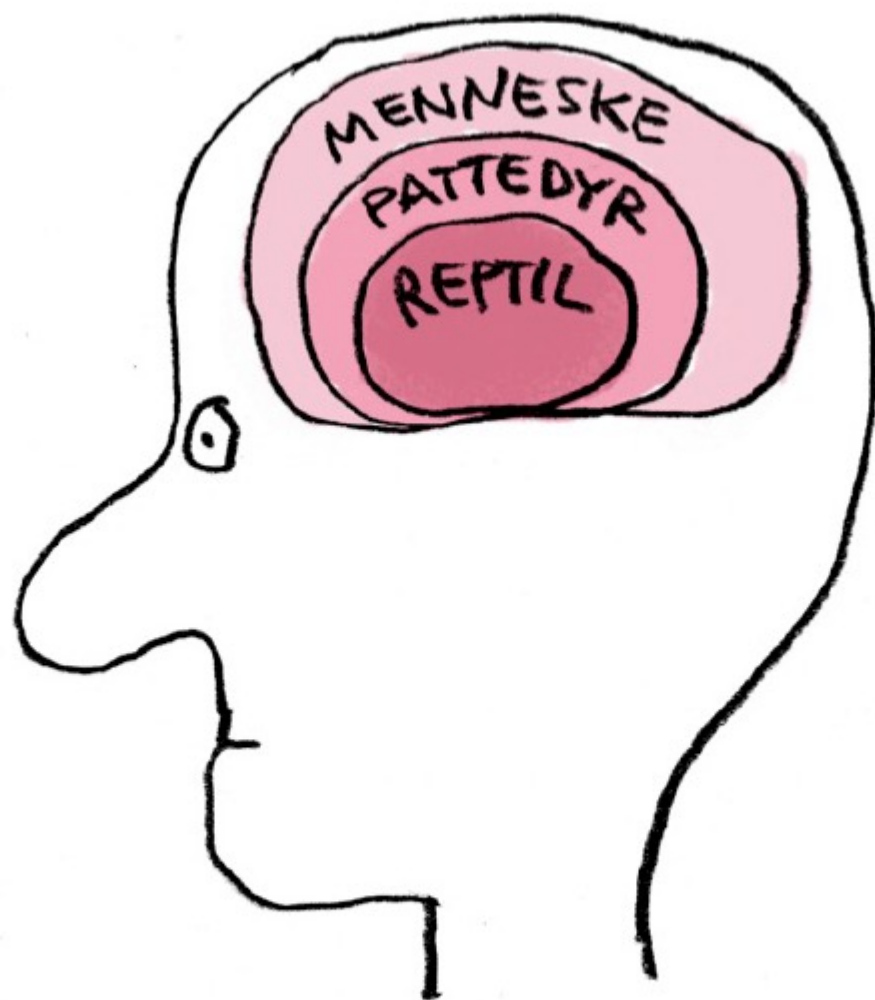
!

DET ER MOREN
TYDELIGVIS IKKE



Lars Andersen.





FLUGT · KAMP · FASTFRYSNING



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



Børn kan trives i alle forældreværdier

Børn trives ikke hvis deres udviklingsmiljøer er i konflikt

Vær opmærksom på jeres mimik og kropssprog og udtalelser omkring jeres barns dagtilbud / skole / andre forældre og klassekammerater

Det er børns trygge tilknytning til jer, der gør dem livsduelige og letter opdragelse

Vær nysgerrig på institutionens / skolens værdier, regler og beslutninger ud fra jeres børns interesser

Moderne børn har moderne vanskeligheder som f.eks. jævnaldrenderegulering i grupper

Pas på med for mange arrangementer – I skal alle kunne være med – også når I er i krise

Teenagere er programmeret til "kvalme" vær nærværende alligevel

Hvis I bliver ramt og reptile, så træk vejret og stil spørgsmål i barnets interesse

Udskam ikke enkelte pædagoger, lærere, forældre, børn eller dagtilbuddet / skolen på sociale medier

Husk hvis I bliver markante – så er I ikke alene





Podcast-episode

Afsnit 22: Skole-hjem-samarbejde

Familiepsykologi



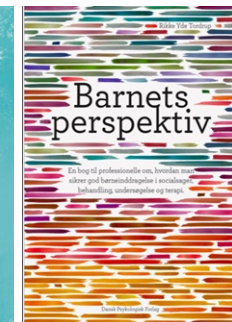
HJÆLP-JEG ER FORÆLDER!

MARKANTE FORÆLDRE

[LYT MED](#) [↑](#) [↓](#) [</>](#)

16. juli 2021 - 55 min

"Markante forældre" kan være en ordentlig mundfuld for det fagpersonale, som skal dealle med dem/ os. Børnepsykolog og forfatter, Rikke Yde Tordrup taler med pædagog og familierådgiver, Tina Brandt om fænomenet og bogen af samme navn.



psykologydetordrup



www.rikketordrup.dk

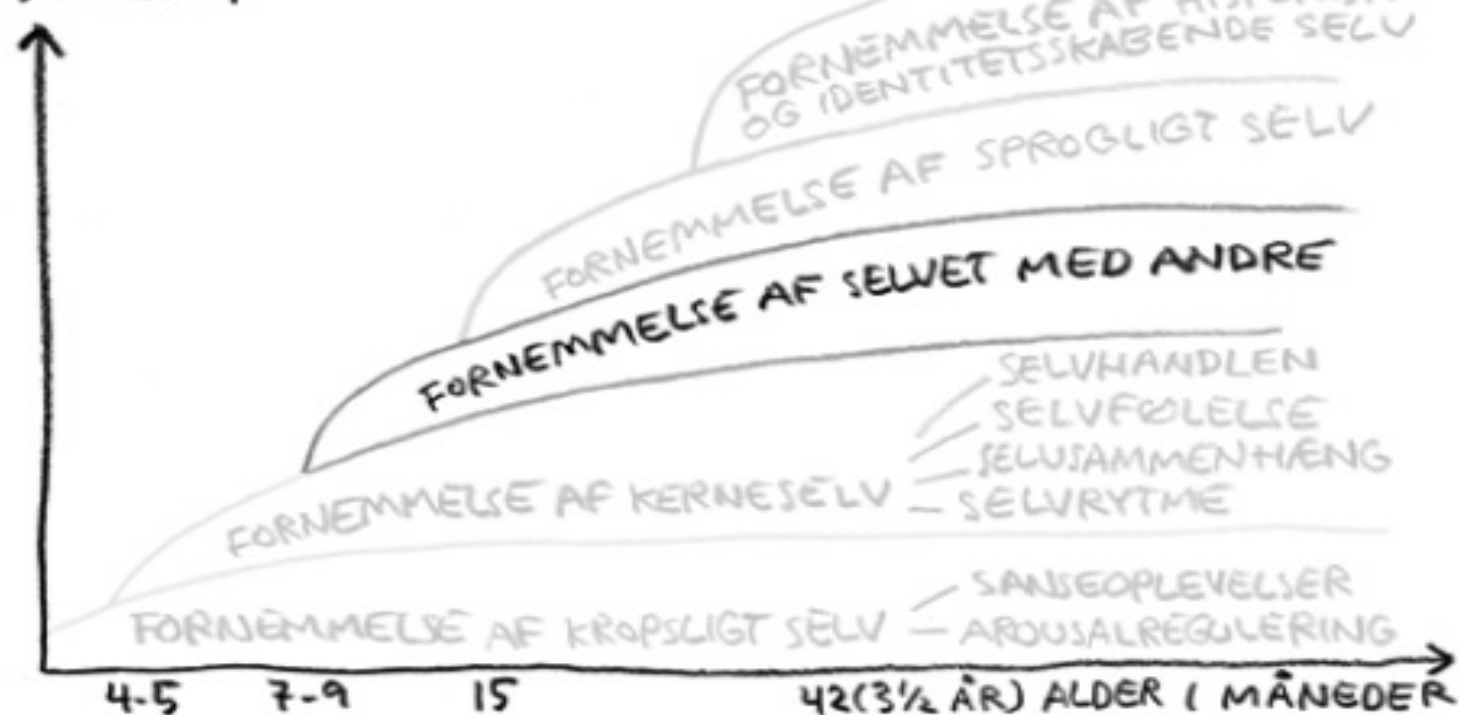
SELVRELATERINGS- DOMENER



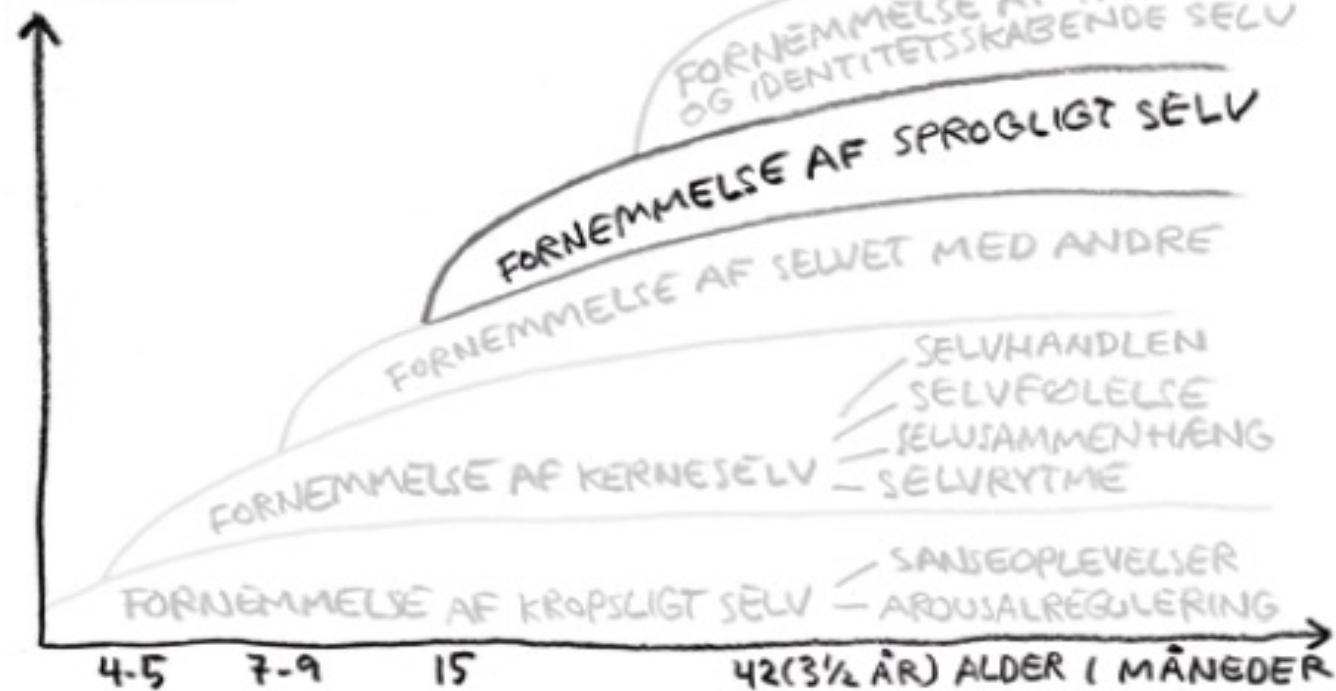
SELVRELATERINGS- DOMÆNER



SELVRELATERINGS- DOMÆNER



SELVRELATERINGS-
DOMENER



SELVRELATERINGS-
DOMENER

