

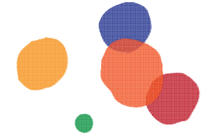
Kan familien være det bedste og det farligste sted at være?

FOA's Landskonference 2017

Kvalitet i dagplejen

Laila Jacobsen og Tina Ammundsen

Hvordan farligt?

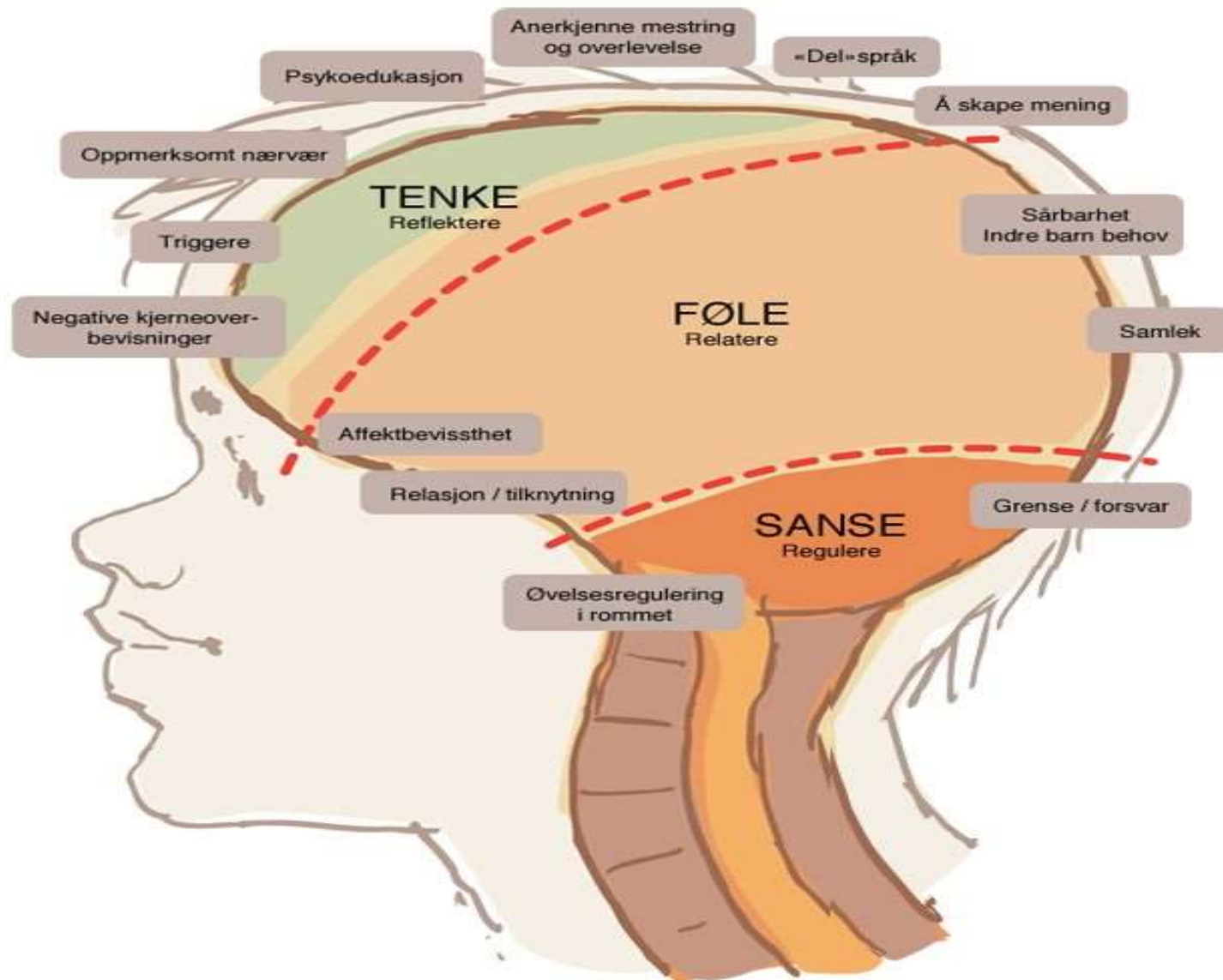


- Konflikter
- Manglende struktur
- Uforudsigelighed
- Stress



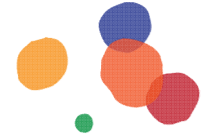
Illustration: Pia Olsen

Den tre-delte hjerne og nervesystemet

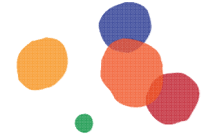


Så hvordan farligt?

- Skelne behag fra ubehag
- Usikker tilknytning
- Hypersensibilitet
- Apati
- Højt alarmberedskab
- Lav tolerance i nervesystemet
- Lyd og lysfølsomhed
- Negative forventninger



Kamp, flugt og frys responser



- **Kamp** – når vi bliver i situationen og går til angreb
- **Flugt** – når vi fjerner os fra situationen – undgår den
- **Frys** – når vi stivner i situationen ude af stand til at handle - dissociation



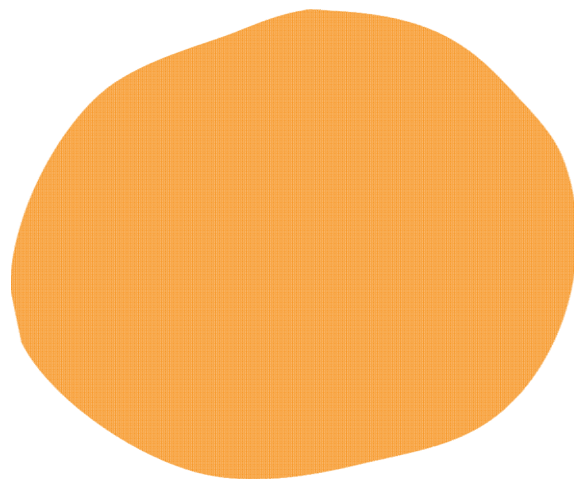
Illustration: Pia Olsen

Nærvær og Regulering



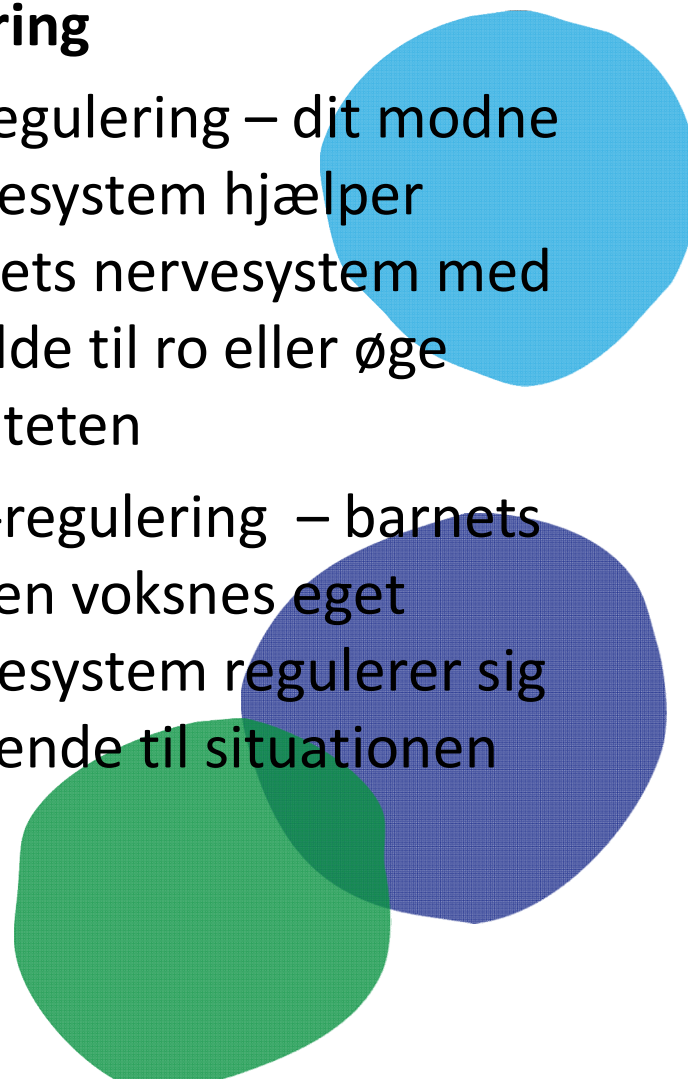
Nærvær

- Opmærksomhed
- Engagement
- Nysgerrighed og accept
- Tydelighed
- Afstem dig barnets tilstand

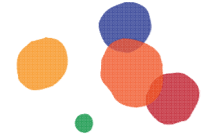


Regulering

- Co-regulering – dit modne nervesystem hjælper barnets nervesystem med at falde til ro eller øge vitaliteten
- Selv-regulering – barnets og den voksnes eget nervesystem regulerer sig passende til situationen

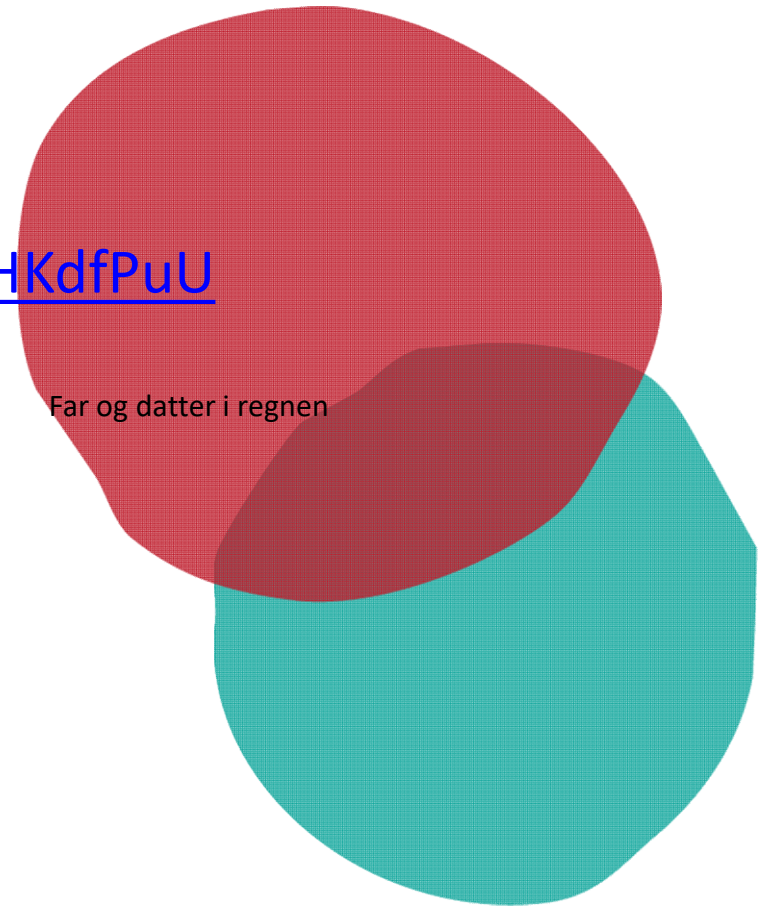


Co-regulering

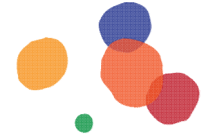


<https://youtu.be/4mPEHKdfPuU>

Far og datter i regnen



Hvad du skal være særlig opmærksom på



- Robotagtige bevægelser
- Blanke øjne og lukker ned for kontakt
- Manglende lyst til at udforske verden
- Ustoppelig gråd
- Flitsbue
- Sensitiv ved berøring og lyde
- Diarré / forstoppelse
- Desorganiseret og urolig i bevægelser
- Tvangsprægede gentagelser af bevægelser
- Søvnproblemer
- Tend and befriend



Illustration: Pia Olsen

Dosering og co-regulering



- Præsenteres for andre livserfaringer end dem de får derhjemme
- Gøre det normalt at sætte ord på kropslige og emotionelle følelser
- Noter hvornår barnet reagerer
- Læg mærke til hvornår du selv reagerer og hvordan du beroliger / aktiverer dig selv



Rammer der understøtter



- Rolige genkendelige hverdags rammer med en forudsigelig struktur
- Hjælpe barnet til at føle sig tryk
- Stol på dit instinkt/ din resonans – du kan som regel regne med du mærker hvad barnet har brug for, så længe dit nervesystem er mere modent end barnets
- Ro til at være rollemodel

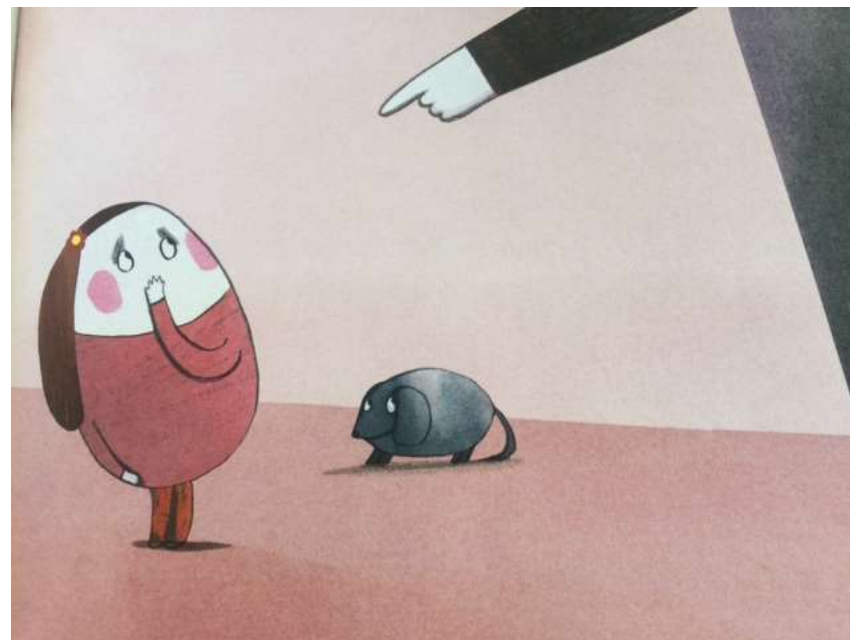


Illustration: Pia Olsen

Når det farlige kan reguleres



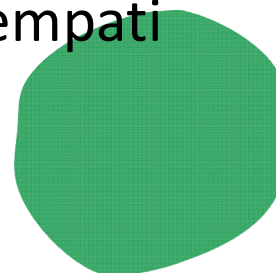
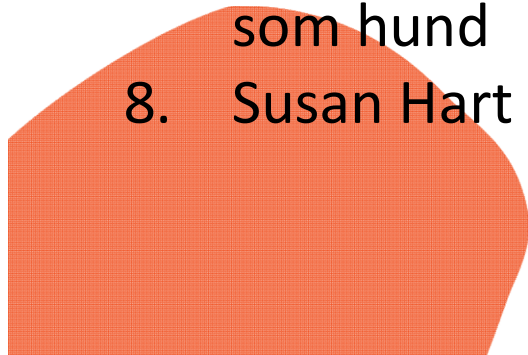
- Kærligt blik
- Smil og le sammen
- Positiv berøring – omfavne, ae/en støttende hånd
- Tal med mild, kærlig og fast stemme
- *LYT og SE* hvad barnet vil
- Læs og tolk kropssprog/mimik
- Sæt ord på følelser frem for adfærd
- Vær rollemodel med egne strategier



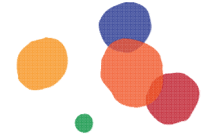
Referencer



1. Karen Glistrup: Hvad børn ikke ved har de ondt af
Familiesamtaler om psykiske lidelser.
2. Karen Glistrup: Snak om angst og depression...
med børn og voksne i alle aldre.
3. Karen Glistrup og Pia Olsen: Inden i dig og i de andre...
(Billedbog)
4. Marianne Bentzen: Den neuroaffektive billedbog
5. Maggie Klein, Peter A Levine: Traumer set med barnets øjne
6. Maja Nørgård Jacobsen: Mentalisering i dagtilbud og skole
7. Bruce D. Perry og Maia Szalavitz: Drengen der voksede op
som hund
8. Susan Hart red.: Inklusion, leg og empati



Praktiske oplysninger



Kompaskonsult

E: info@kompaskonsult.dk

Tina Ammundsen

E: tina@kompaskonsult.dk

M: 42 333 001

Laila Jacobsen:

E: laila@kompaskonsult.dk

M: 41 56 10 41