



*La oss få til noe
veldig stort
for de veldig små...*

Ingrid Kristine Aspli & Jannicke Stav,
Alternativ til Vold Stavanger

TIL DEG SOM JOBBER
MED DE MINSTE...



VET DU HVOR VIKTIG DU ER...??

- Tenkte du på veg hit i dag...
- ...at Jeg har verdens viktigste jobb?
- Hvis ja → utmerket!
- Hvis nei → gjør det nå!

DU er en hjernebygger!



- Barnehageforskning:
hva betyr mest for kvalitet på barnehagetilbudet for de minste?
- Hvordan beskytte barnehjernen når du selv har det vanskelig?

Regulering av fysiologi er innebygd i samspill



Et sosialt eksperiment?

*«En hel generasjon barn er mer i barnehage enn sammen med foreldre.
Vet vi om det er bra for barna?»*

NRK Brennpunkt 2010, Ettåringene i barnehagen

Ikke OM ettåringen skal i barnehagen

men

**HVA ER GOD KVALITET FOR ETTÅRINGEN I
BARNEHAGEN?**

Synet på barnet

KOMPETENT
ROBUST
LÆRELYSTIG
NYSGJERRIG
FORSKENDE



AVHENGIG
SÅRBAR
NYSGJERRIG
??
??



Pågående prosjekt

Liten og ny i barnehagen: Ulike modeller i tilvenningsfasen

«God start i barnehagen for ettåringer i Trondheim» (kronikk, Adressa).

Liten og ny i barnehagen tar utgangspunkt i oppdatert kunnskap om små barns behov, **blant annet nyere hjerneforskning**.

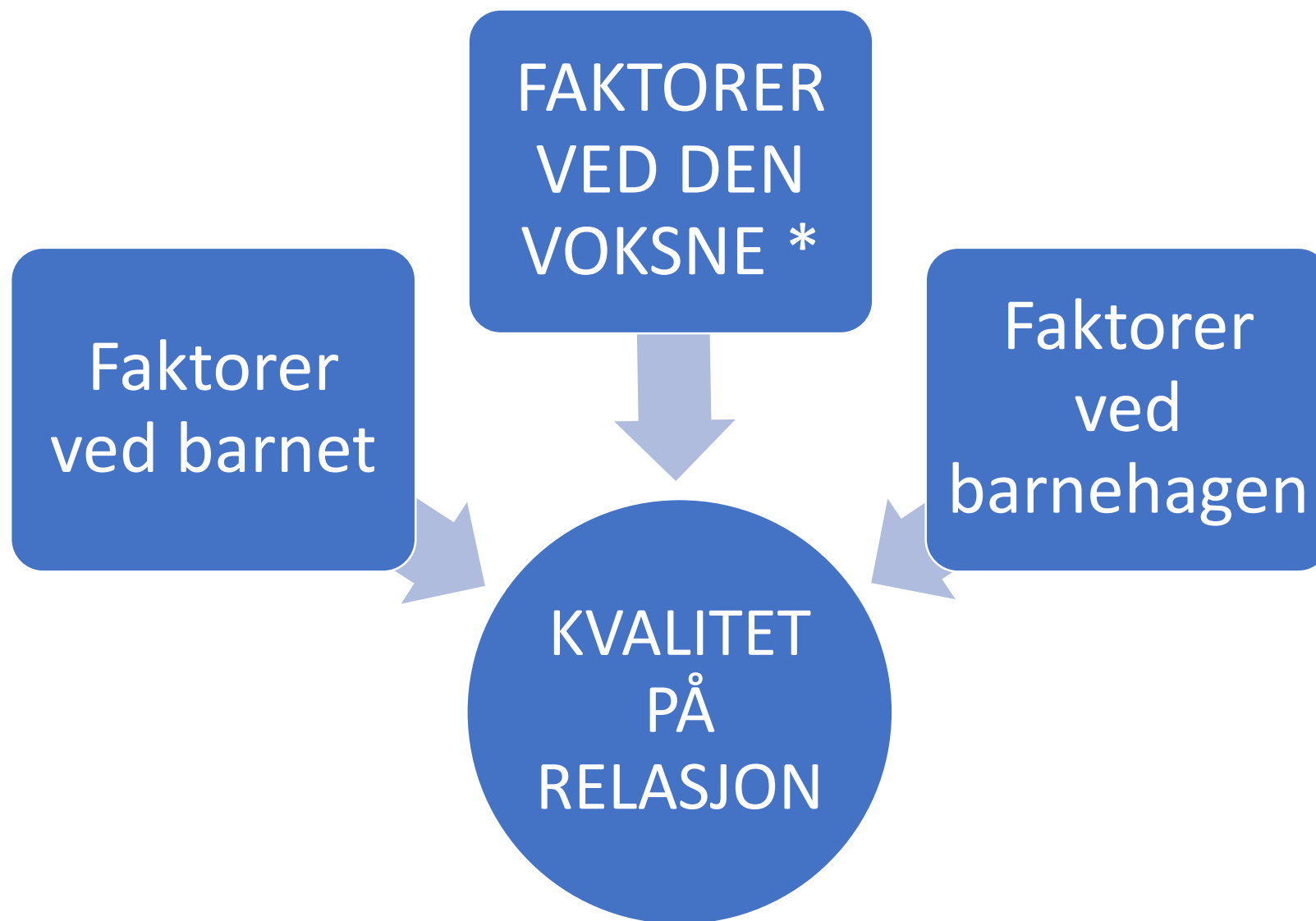
May-Britt Drugli, RKBU/NTNU

Trygg før 3: Samspill mellom barn og ansatte på småbarnsavdeling

Forskere og barnehageansatte skal samarbeide for å fremme barns emosjonelle, sosiale og kognitive utvikling i de daglige samspillsituasjonene i barnehagen.

Turid Suzanne Berg-Nielsen, RBUP Øst og Sør, May Britt Drugli, RKBU/NTNU





«Ettåringen er opptatt av å mestre, utforske og ha kontakt med andre barn, men først og fremst trenger de trygge relasjoner til voksne. Relasjonene legger grunnlaget for videre læring, emosjonelt, kognitivt og sosialt. Hver relasjon som er rimelig stabil kan kalles et miniutviklingsmiljø»

Fra Drugli «Liten i barnehagen- Forskning, teori og praksis» (2014)

Relasjonskvalitet for de minste i barnehagen

- Relasjonskvalitet lavest på avdelinger med de yngste barna
 - Kun 25% av de voksne sett som meget sensitive
 - Omsorgskvalitet øker med barnets alder: nederlandsk forskning har sett på 15 mnd vs 23 mnd gamle barn
 - Forskning finner større sensitivitet hos de voksne i lek sammenlignet med i rutinesituasjon som bleieskift, påkledning og måltid.
-
- «En overdose nærhet» og ansikt til ansikt-kontakt i rutinesituasjoner
 - Nærhet og fokus på språk, benevning og samspill under måltid
 - Jobb med primærkontaktsystem ved tilvenning
 - Bevissthet omkring at nye personer er stressende for de minste

Hvordan jobbe med kvalitet på relasjon - og spesielt faktorer ved den voksne på vår barnehage?

Den enkeltes ansvar?

I personalgruppa?

Pedagogisk leders ansvar?

Leders ansvar?

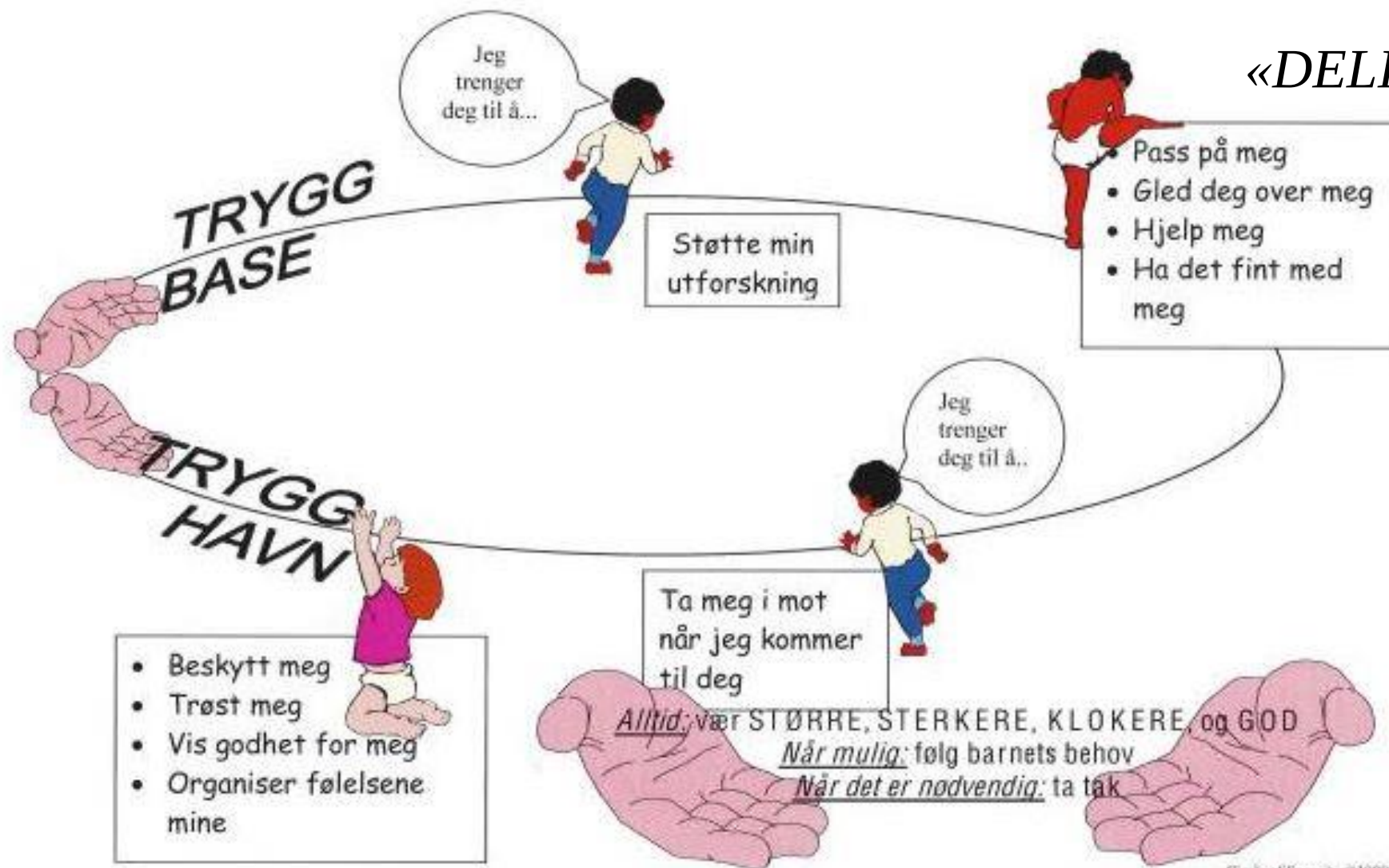
Hva ser vi etter i barnehagen?

8 samspilldimensjoner i «Trygg før 3»

1. Positivt klima – vise interesse og glede over å være sammen
2. Negativt klima: hendelser med sinne, irritasjon, frustrasjon
3. Ansattes sensitivitet
4. Barnets perspektiv
5. Reguleringsstøtte
6. Tilrettelegge for aktiviteter, rutiner og lek som skaper lyst
7. Kvalitet på tilbakemeldinger til barna - inkludert turtaking
8. Språkstøtte

CIRCLE OF SECURITY®

FORELDRE SOM IVARETAR BARNES BEHOV



«DELIGHT IN ME»

Hva ser vi etter i barnehagen?

8 samspilldimensjoner i «Trygg før 3»

1. Positivt klima – vise interesse og glede over å være sammen
2. Negativt klima: uttrykk av negative følelser i relasjon
3. Ansattes sensitivitet
4. Barnets perspektiv
5. Reguleringsstøtte
6. Tilrettelegge for aktiviteter, rutiner og lek
7. Kvalitet på tilbakemeldinger til barna (inkludert turtaking)
8. Språkstøtte

OPPGAVE

Disse dimensjonene blir påvirket når du er stresset.

- Hvilken ryker først hos deg?
- Og hvilken består?



Samregulering



Tilknytning



**evne til
selvregulering og
samregulering**

ULIKE FASER

SELVREGULERING v/ psykologspesialist Jannicke Stav

MOTIVASJON/BEHOV

Eksternt sammenbrudd
Raseri, sinne-gråt, stygge ord, vold
Vanskelig å tenke, lytte og regulere seg

kun ønske om kontroll

Uro
Irritabilitet, sinne
Forsøk på selvregulering

Motivert for å finne likevekt
Eller
Motivert for å utforske egne reaksjoner

"Likevekt" - mennesker ønsker
å tilbringe mest tid her

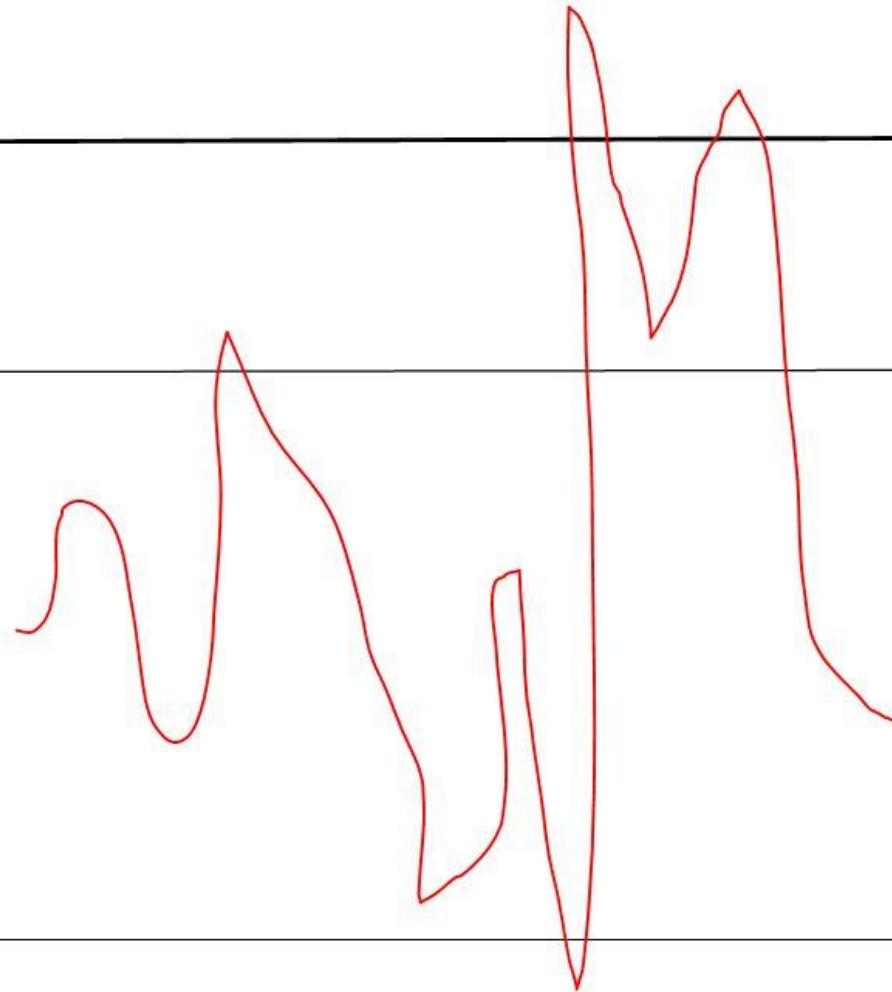
Ønske om sosialt samspill, utvikling
og læring på mange områder

Uro
Tristhet, tilbaketrekning
Forsøk på selvregulering

Motivert for å finne likevekt
Eller
Motivert for å utforske egne reaksjoner

"Indre sammenbrudd"
Depresjon, gråt, vanskelig å snakke,
tenke, lytte og regulere seg

kun ønske om kontroll



Faktorer ved den voksne (Drugli, 2014)

- Omsorgsevne
- Evnen til å etablere relasjoner preget av nærhet, omsorg og tilknytning
- Relasjonskompetanse: *«å kjenne seg selv, å forstå den andres opplevelse og forstå hva som skjer i samspillet med den andre»*

→ FAKTORER SOM VARIERER MED DEN VOKSNES TILSTAND!

Hvordan beskytte barnehjernen når du selv har det vanskelig?

HVA TRENGER DU Å VITE?

Hjelperhjernen



ALTERNAT
TIL VOLD





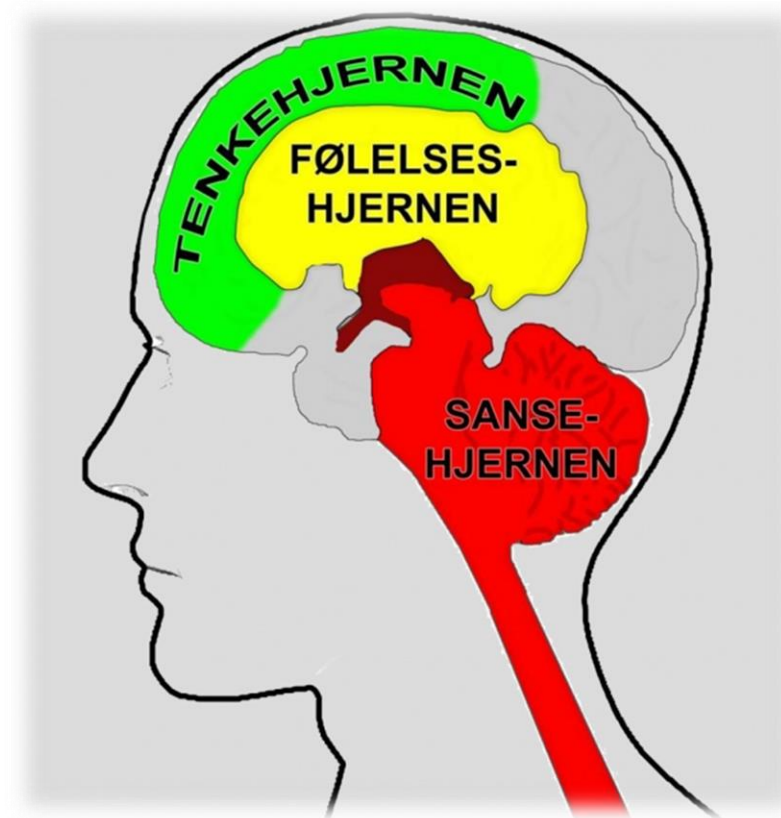
TIL VOL

PUNKT 1

DET HJELPER Å VITE LITT OM HJERNEN

ALTERNATIV
TIL VOLD

Hjernen er tredelt





Abstract Thought
Concrete Thought
Affiliation
"Attachment"
Sexual Behaviour
Emotional Reactivity
Motor Regulation
"Arousal"
Appetite/Satiety
Sleep
Blood Pressure
Heart Rate
Body Temperature

REASON

RELATE

REGULATE



ALTERNATIV
TIL VOLD

(Bruce Perry, Child Trauma Academy, 2017)

**"Det er ikke a-ha opplevelser som former barnehjernen.
Først og fremst formes den av gjentatte mønstre av samspillserfaringer, enten de er
gode eller vonde.**

La oss se til at de blir gode."

- Dag Ø.Nordanger -



**ALTERNATIV
TIL VOLD**



Tilstandsavhengig fungering

Tilstand	Ro	Oppmerksom	Alarm	Frykt	Terror
Dominerende strukturer i hjernen	Neocortex	Subcortex	Limbske system	Midthjernen	Hjernestammen
Kognisjon	Abstrakt	Konkret	Emosjonell	Reaktiv	Refleksiv

(Bruce Perry, Child Trauma Academy, 2017)
Til norsk v/Kaja Næss Johannessen,
Østbytunet behandlingssenter

Tilstandsavhengig fungering

Tilstand	Ro	Oppmerksom	Alarm	Frykt	Terror
Dominerende strukturer i hjernen	Neocortex	Subcortex	Limbske system	Midthjernen	Hjernestammen
Kognisjon	Abstrakt	Konkret	Emosjonell	Reaktiv	Refleksiv

Hvordan håndtere en hjerne i frykt, når du selv er i gul sone?

ALTERNATIV
TIL VOLD

PUNKT 2:

DET HJELPER Å VITE LITT OM SEG SELV

**ALTERNATIV
TIL VOLD**

**Vi trenger å betrakte oss selv fra avstand.
Vi må gjøre oss betraktninger rundt hva som trigger oss,
og i hvilke situasjoner vi kan kjenne på egen utilstrekkelighet.**

**ALTERNATIV
TIL VOLD**

Mitt belastningshierarki

Mine triggere

Mine sårbarheter

ALTERNATIV
TIL VOLD

PUNKT 3:

DET HJELPER MED NOEN ENKLE TRIKS

ALTERNATIV
TIL VOLD

A photograph of a reindeer standing on a dark, grassy hill. The reindeer is silhouetted against a bright, cloudy sky. The sun is low on the horizon to the right, creating a strong backlight effect. The sky is filled with wispy clouds, and the overall mood is serene and majestic.

Å ta vare på seg selv...

STIKKORD

- **SANSESTIMULERING**
- **BRUK AV STORE MUSKELGRUPPER**

Dette kan jeg gjøre for meg selv.....

- Dette kan jeg lytte til...
- Dette kan jeg sjå på...
- Dette kan jeg smake på...
- Dette kan jeg lukte på...

PUNKT 4:

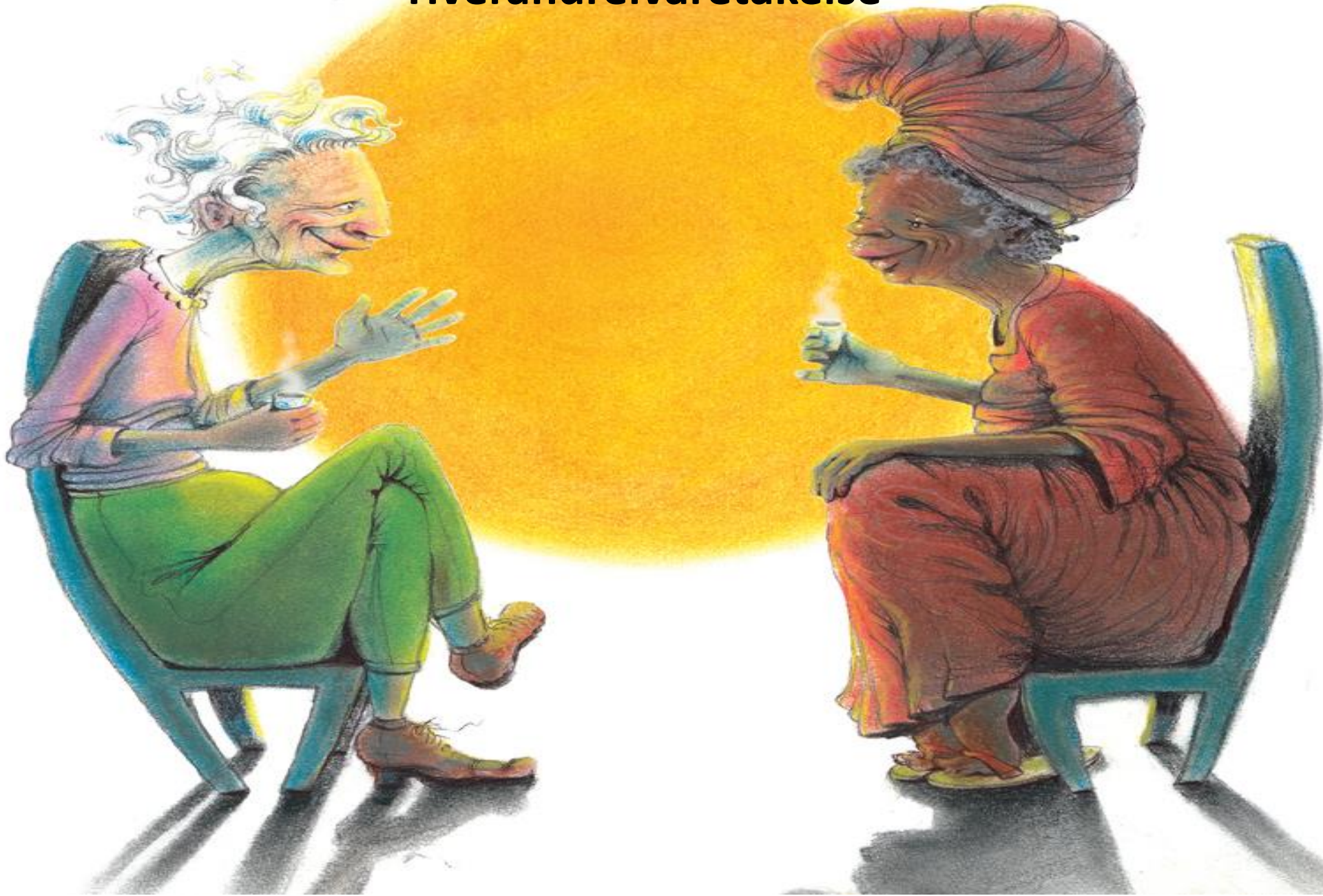
DET HJELPER MED LITT STØTTE

ALTERNATIV
TIL VOLD

A photograph of a reindeer standing on a dark, grassy hill. The reindeer is silhouetted against a bright, cloudy sky. The sun is low on the horizon to the right, creating a strong backlight effect. The sky is filled with wispy clouds, and the overall mood is serene and majestic.

Å ta vare på seg selv....er ikke nok...

Hverandreivaretakelse



Hverandreivaretakelse på jobben

- Hva trenger jeg fra mine kolleger?
- Hva trenger jeg fra min leder?

For å beskytte en barnehjerne...

Trengs et grønt team...

Vår felles kampsak

Det skal være trygt å være liten i Norge



Og det vil lønne seg fordi...

...En god barndom
varer livet ut...

