



Hvem er jeg i møte med barn- og hvorfor er jeg ikke alltid den beste utgaven av meg selv?

Fagdag Tynset kommune 29.11.24

Trenger du å bli tryggere og modigere til å
snakke med barn i vanskelige situasjoner?



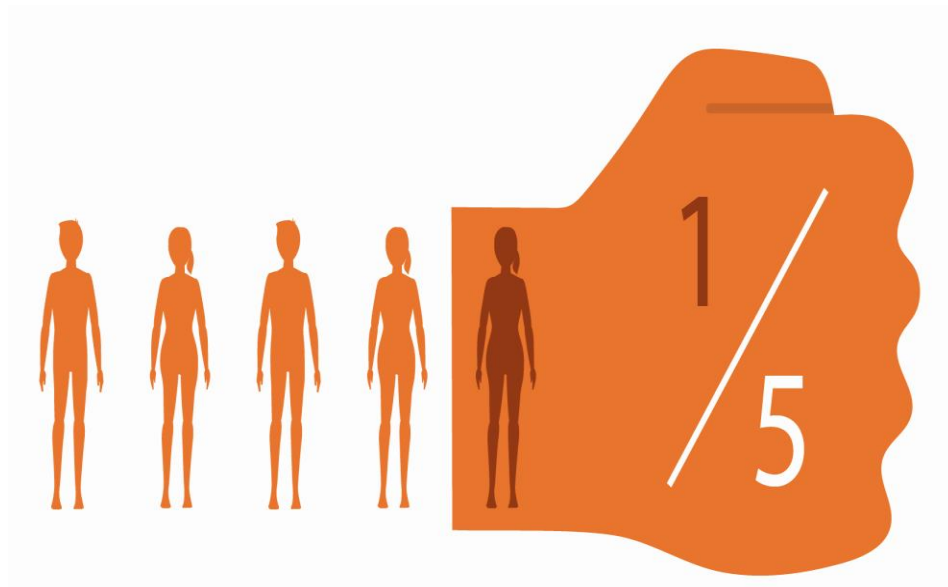
Hva skal læres og hva skal implementeres?

- Ansatte skal ha en grunnleggende kunnskap bl.a om:
 - Fenomenet vold, utbredelse, typer vold, tegn,
 - Barns utvikling og evne til å uttrykke seg verbalt
 - Anbefalt samtalemetodikk
 - Opplysningsplikt
 - Hvilke rutiner som organisasjonen har når en er bekymret for at et barn er utsatt for vold eller overgrep
- Ferdigheter som skal læres:
 - Mot
 - Kontaktetablering
 - Skape trygghet og tillit
 - Lytteferdigheter
 - Ferdigheter til å få barnet til å fortelle mest mulig fritt.
 - Ulike spørsmålsformuleringer
 - Hvordan forberede en samtale med et barn
- Innsikt i egne reaksjoner og holdninger knyttet til vold og overgrep

En definisjon av belastningsinformert praksis:

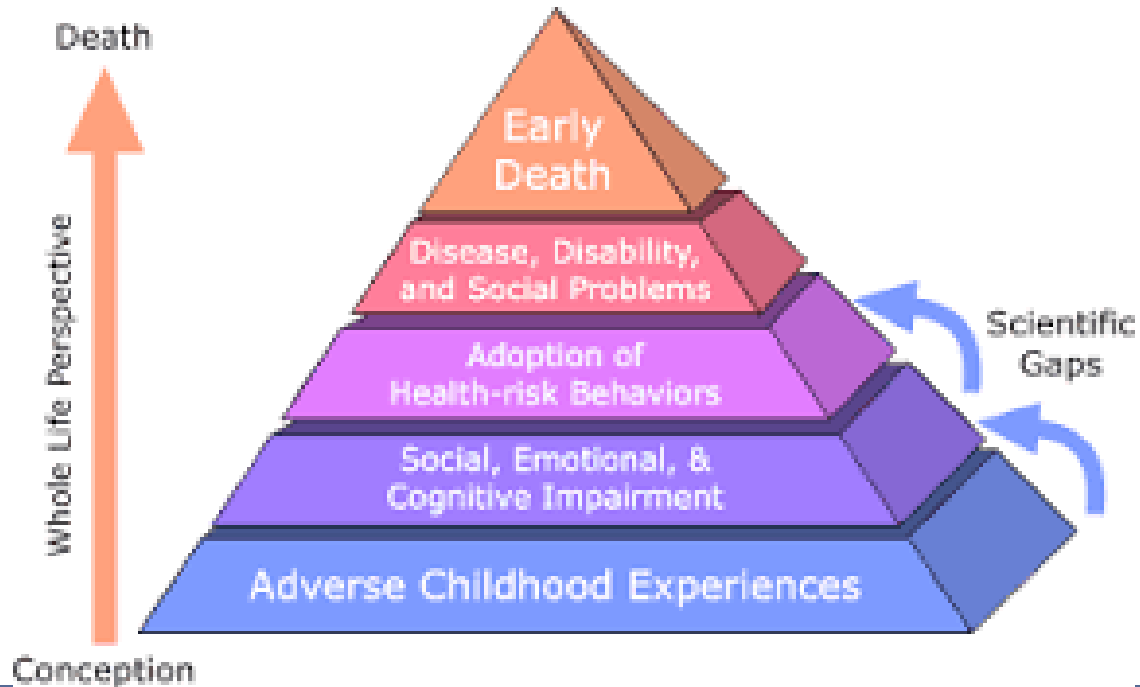
Å møte dem som har sosiale og emosjonelle vansker på en måte som tar hensyn til at vanskene kan skyldes belastende erfaringer.

Vold er ganske utbredt



NKVTS, 2019

Vold og overgrep har store konsekvenser



Og er vanskelig å snakke om



56 %

av ungdommene som hadde vært utsatt for **fysisk vold i hjemmet** har ikke fortalt noen om dette.

NKVTS, 2019

-
- Å lene seg frem i møte med vold og overgrep er å overstyre sin natur. Det krever veiledning (og øving)

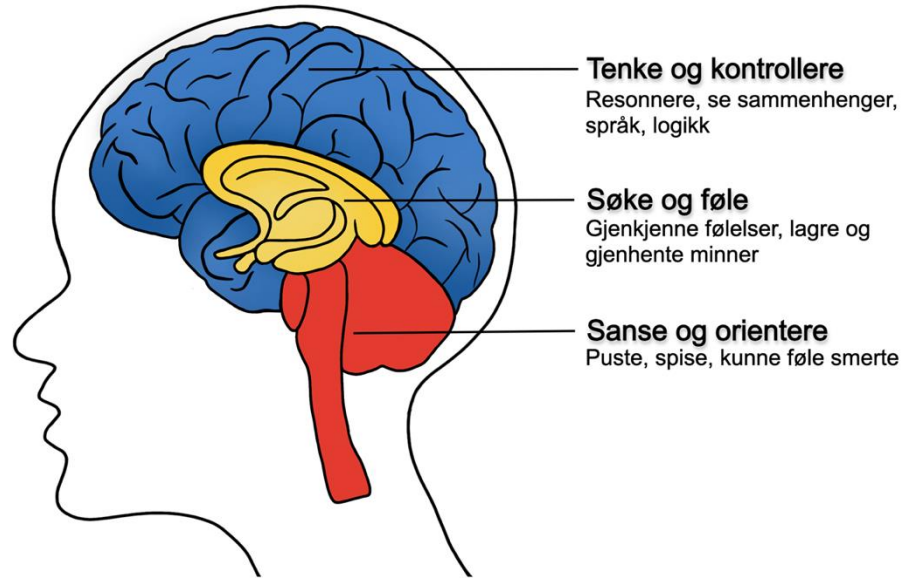
Marius på fotballbanen



Snakk med sidepersonen

- Hva skjedde med treneren her?

Hjernen er delt i tre og den er bruksavhengig



Den traumatiserte hjernen

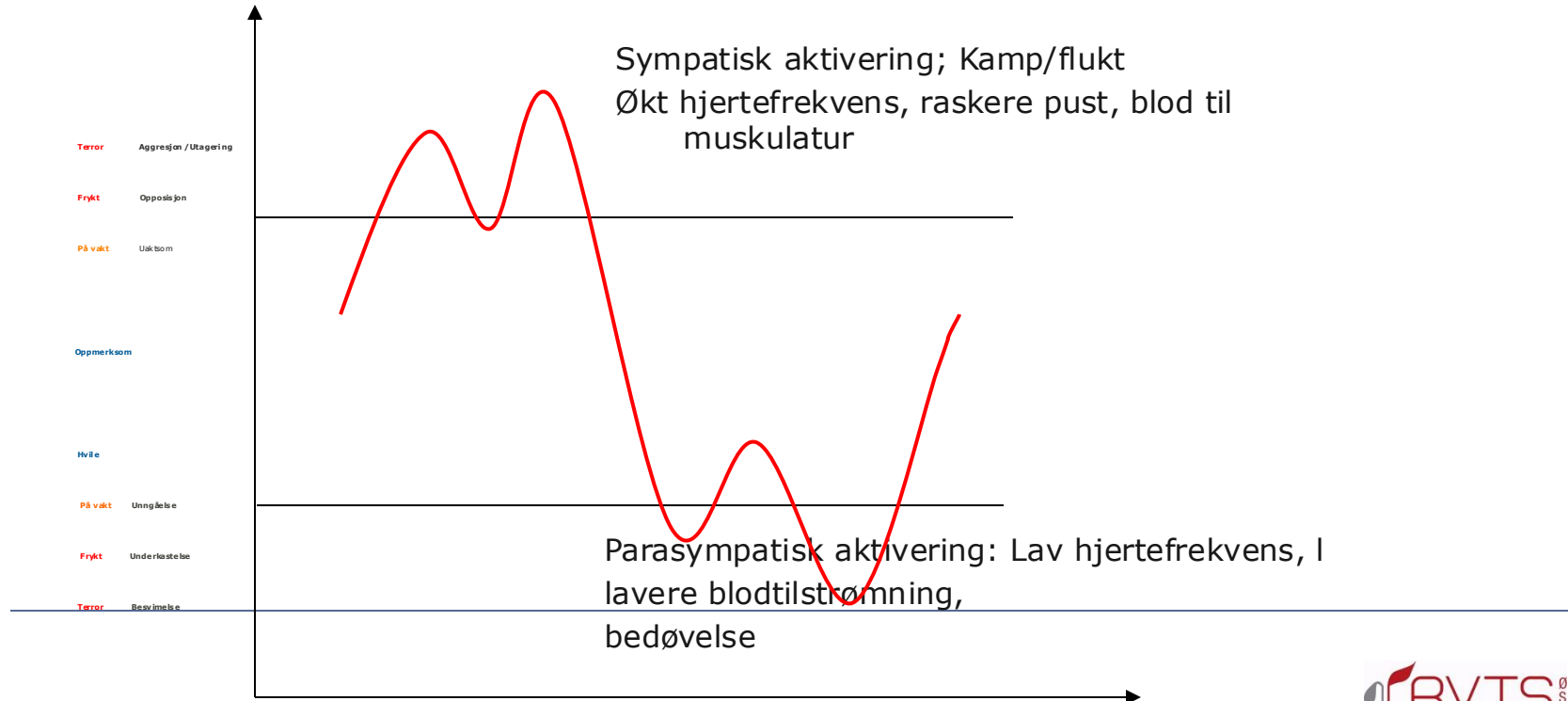
Oppgave

- Tenk på en gang du ble veldig stresset eller veldig redd eller sinna. Snakk med den ved siden av om:
- Hvordan det kjentes ut?
- Hva hjalp deg ut av det?

Indre tilstander og tilhørende hjernestrukturer

Indre tilstand	Ro	Oppmerksomt tilstede	alarm	frykt	Intens redsel
Tidsperspektiv	Fremtid	Dager/timer	Timer/minutter	Minutter/sekunder	Ingen tidsopplevelse
Hjernedel som styrer	Hele hjernen også tenkehjernen	Følelseshjernen	Følelseshjernen	Sansehjernen	Sansehjernen
Kognitiv stil	Abstrakt/reflekterende	Konkret	Emosjonell	Reaktiv	Refleksiv

Toleransevinduet (Siegel, 2001)



Pause





Kunnskap

- Livsbelastninger/traumer
- Stress
- Vold/overgrep



Ferdigheter

- Kommunikasjonsferdigheter
- Snakke med barn om belastninger, vold og overgrep
- Reguleringsferdigheter



Refleksivitet

- **Hvordan påvirker jeg barna jeg møter?**
- **Hvordan blir jeg påvirket av barna jeg møter?**



Kollegakultur

- Kollegastøtte
- Læring gjennom refleksjon
- Verdier/holdninger
- Menneskesyn

Refleksivitet

- «Ta magefølelsen opp i hodet»
- Hvilke atferds- og følelsesuttrykk som trigger deg
- Hvordan stress i ditt eget liv påvirker dine møter med barn
- Hva som kan oppleves truende ved din måte å være på
- Hvordan kolleger kan hjelpe deg å se din rolle i samspill med barn







Kunnskap

- Livsbelastninger/traumer
- Stress
- Vold/overgrep



Ferdigheter

- Kommunikasjonsferdigheter
- Snakke med barn om belastninger, vold og overgrep
- Reguleringsferdigheter



Refleksivitet

- **Hvordan påvirker jeg barna jeg møter?**
- **Hvordan blir jeg påvirket av barna jeg møter?**



Kollegakultur

- Kollegastøtte
- Læring gjennom refleksjon
- Verdier/holdninger
- Menneskesyn

Regulering og reguleringsstøtte

- Betyr å skifte tilstand og å hjelpe seg selv og andre til å få det til når det blir vanskelig
- Små barn trenger mye hjelp, voksne kan også trenge hjelp i noen situasjoner

Handlingskompetanse

- Regulere eget og barns stressnivå
- Snakke med dem om belastninger du vet at de har
- Regulere ditt eget stressnivå når du føler deg utfordret



Snakkemedbarn- hva skal implementeres/læres ?



Kunnskap

- Livsbelastninger/traumer
- Stress
- Vold/overgrep



Ferdigheter

- Kommunikasjonsferdigheter
- Snakke med barn om belastninger, vold og overgrep
- Reguleringsferdigheter



Refleksivitet

- Hvordan påvirker jeg barna jeg møter?
- Hvordan blir jeg påvirket av barna jeg møter?



Kollegakultur

- Kollegastøtte
- Læring gjennom refleksjon
- Verdier/holdninger
- Menneskesyn

Arbeidskultur

- Bevissthet på hvordan vi omtaler barna vi jobber med
- Om vi snakker om hvordan vi selv påvirker samspillet
- Om vi har åpenhet om situasjoner vi synes er vanskelige
- Om vi undersøker om de lever med pågående belastninger
- Om vi samarbeider med andre instanser

Kollegakultur

- Snakk med den ved siden av:
- Hvordan snakker dere sammen om eget bidrag i samspill med barna på din jobb?
- I hvilke møter?
- Med hvem?
- På hvilken måte?

Snakkemedbarn- hva skal implementeres/læres ?



Kunnskap

- Livsbelastninger/traumer
- Stress
- Vold/overgrep



Ferdigheter

- Kommunikasjonsferdigheter
- Snakke med barn om belastninger, vold og overgrep
- Reguleringsferdigheter



Refleksivitet

- Hvordan påvirker jeg barna jeg møter?
- Hvordan blir jeg påvirket av barna jeg møter?



Kollegakultur

- Kollegastøtte
- Læring gjennom refleksjon
- Verdier/holdninger
- Menneskesyn

Hvilke signaler kan barn sende ut?



Alderstypiske reaksjoner

0-2 år

- tilknytningsatferd endres
- forstyrret mat og søvn
- samspillsvansker
- årvåken
- stiv og anspent
- tilbakegang i motorikk/språk
- kan virke nummen
- skvetten, engstelig, irritabel

2-6 år

- klenging, engstelig
- uro, sinne
- søvnvansker
- magisk tenkning
- tap av ferdigheter / regresjon
- separasjonsangst
- gjentakelseslek
- passivitet og hjelpeløshet

6-12 år

- gjentakelseslek
- tap av ferdigheter
- søvnvansker
- somatiske plager
- sosiale vansker
- skyld/skam
- innlæringsvansker
- angst, sinne, uro

12-18 år

- gjentakelsesatferd
- skam/skyld
- endret livsholdning
- prematur voksenidentitet

FRA MESTRING TIL SYMPTOMER VOLD OG OVERGREP

Hva gjør jeg for å holde ut

- Jeg er oppmerksom på andres behov og prøver å få folk rundt meg til å være fornøyde



- Jeg lærer meg å sloss tilbake og prøver å alltid være klar for å en kamp



- Jeg prøver å ikke kjenne på smerten og venter til det går over



Hvordan kan mestringen bli et problem

- Jeg setter alltid andres behov over mine egne behov.

- Jeg kommer ofte opp i trøbbel

- Ofte kjenner jeg ingenting, verken gode eller vonde ting

Listen er tilpasset og oversatt til norsk fra National Child Traumatic Stress Network (NCTSN) brosjyre; *What is Complex Trauma? A Resource Guide for Youth and Those who Care About Them*, utgitt i 2017. '

Hvorfor forteller ikke barn?

For noen kan det være fordi:

- Barn tror det er normalt å ha det slik
- Barn kan være glad i voldsutøver
- Barn finner ofte ikke ordene
- Barn kan bli utsatt for trusler og tvang
- Barn føler på ansvar og skyld
- Barn kjenner på skam
- Barn kan tenke at voksne ikke vil tro på dem



-
- Barn kan være redde for å bli stemplet eller utsatt for mobbing
 - Barn vet ikke at det finnes hjelp å få
 - Barn er redde for hva som vil skje dersom de forteller om det de har blitt utsatt for
 - Barn har liten tillit til voksne/dårlig erfaring med hjelpeapparatet
 - Noen barn forteller faktisk.....



Å bygge en reflekterende kultur



