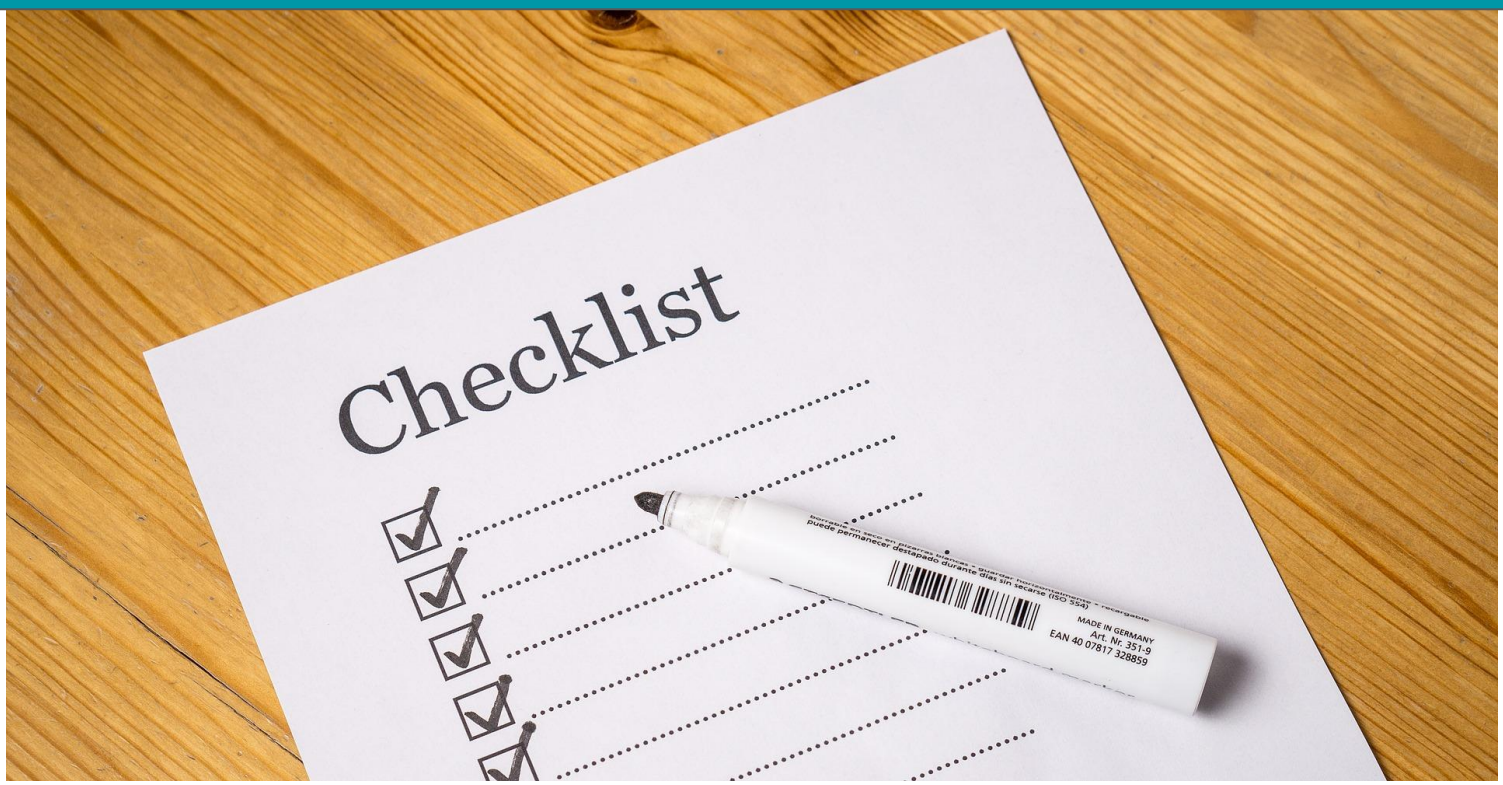
OPPSUMMERING OPPGAVE



Kontroll/forutsigbarhet, mestring/ anerkjennelse og tilhørighet

Kontroll det er noe som er viktig for alle. Det handler i bunn og grunn å føle seg trygg i sin egen hverdag. Barn som utfordrer har en lang erfaring med å være uten kontroll over sin egen hverdag, og behovet for å ha kontroll er ekstra stort.

Forutsigbarhet henger sterkt sammen med kontroll. Det henger sammen med at vi mennesker er rutinedyr, og vi liker godt å ha det slik vi er vant med. Motsatt så har du uforutsigbarhet, og det er egentlig det samme som å miste kontrollen.

Det å oppleve mestring er derfor en viktig nøkkel til god psykisk helse. Anerkjennelse er viktig fordi det styrker selvfølelsen din, og det forsterker følelsen av at du mestrer.

For barn med utfordrende atferd er det å bli avvist og ekskludert en kjent opplevelse. De har mange tapsopplevelser med seg i bagasjen, og de har en tendens til å falle utenfor fellesskapet, noe som er en forsterkende faktor for den utfordrende atferden.

Din oppgave: Hvordan møter du behovet for kontroll og forutsigbarhet, mestring og anerkjennelse og tilhørighet? Hva er du fornøyd med, hva vil du gjøre annerledes og hvorfor?

NOTATER

NOTATER