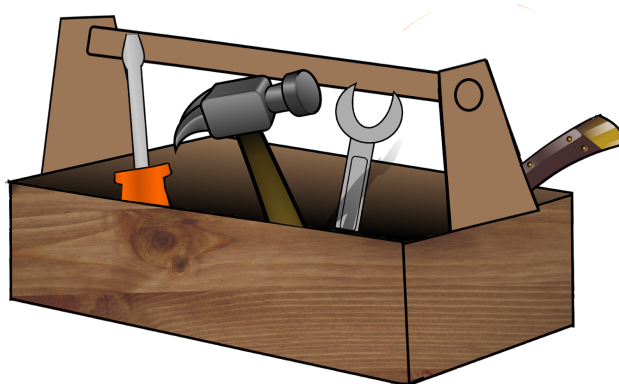


## Leksjon 3: Verktøykassen

Hei.

Velkommen til den aller siste leksjonen i dette kurset. Gratulerer med å ha kommet så langt! Jeg håper du har fått mye ut av disse ukene. I dag skal du få lære noe om tiltak.



### **Men før vi begynner....**

Ulike faglige retninger presenterer ulike tiltak som løsninger på utfordrende atferd. Felles for veldig mange av disse tiltakene er at de retter seg mot atferden i seg selv, og ikke mot det som er selve grunnen til at barnet utfordrer.

Slike atferdsmodifiserende tiltak har som mål å motivere til ønsket atferd, men her ligger det som har vært hovedessensen gjennom hele dette kurset:

For å si det med Ross Greenes ord, du trenger ikke å sette inn tiltak for å motivere barn til å vise forventet atferd. De er allerede motiverte, men de vet ikke nødvendigvis hvordan de skal få det til.

### **Hvor skal tiltakene settes inn da?**

Å sette inn tiltak mot atferden i seg selv er som å forsøke å kurere sykdom ved å behandle symptomene. I lengden er dette like virkningsfullt som å ta en ibux mot en brukket fot.

Tiltakene bør rette seg mot det som er årsaken til at barnet utfordrer. Husker du vi snakket om grunnleggende behov? Vi snakket om at alle har behov for å ha en opplevelse av kontroll i livet, forutsigbarhet i hverdagen, en opplevelse av å mestre og få anerkjennelse av andre. Ikke minst så har vi alle et behov for å høre til i et fellesskap.

Min erfaring er at når et barn utfordrer, så finner vi ofte årsaken i en av disse behovene. Tiltakene må da være laget for å møte disse behovene.

Da er vi tilbake til å forstå barnets språk. Hva er det barnet kommuniserer med sin atferd? Hva er barnets uløste problem? Selve clueet er å komme til bunns i dette, slik at riktige tiltak kan bli satt i gang.



### **Hvilke tiltak og når?**

Dette er på ingen måte enkelt, og det krever mye prøving og feiling. I tillegg er det helt nødvendig å gjennomføre en systemanalyse slik du lærte i modul 4. Uten dette så vet du jo ikke hva som er barnets behov.

Når jeg er ute og snakker med skoler og barnehager så er "hva skal vi gjøre? Hvilke tiltak skal vi sette inn?" det temaet vi bruker desidert mest tid på. Og det er jo forståelig, for det er få ting som gir oss en større følelse av avmakt, både som profesjonell yrkesutøver og som

et voksent menneske, enn når barn tar fra oss vår autoritet som voksen.

Vi snakker om tiltak på to nivåer. Vi har dette “her og nå”-perspektivet som handler om hvordan vi skal klare å håndtere den atferden som barnet viser. Samtidig så må barnet lære å mestre de frustrasjonene og den motgangen som livet har en tendens til å by på. Dette er det langsiktige perspektivet.

### **Tiltak i “her-og-nå”situasjoner**

Med her-og-nå mener jeg de situasjonene der barnet går ut av sitt toleransevindu. I modul 3 ble dette beskrevet som at kapteinen sovner, og når dette skjer så må du låne din kaptein til barnet.

I praksis betyr dette at du blir en reguleringsstøtte for barnet. Se for deg at du er mor eller far til et lite barn. Når barnet faller og slår seg, hva gjør du? Jo du løfter barnet opp og trøster og bysser det. Du lager en “shhh”-lyd, gjerne mens du vugger rolig frem og tilbake med kroppen. Du har kanskje en frase å la “det går fint, jeg er her” som du sier om og om igjen mens du stryker og klapper på barnet.



Hva har alle disse tingene til felles? Jo de er sansestimuleringer som regulerer barnet, og får barnet på plass i toleransevinduet igjen. Når du gjør dette, så er du en reguleringsstøtte for barnet.

Slik må du også tenke når det gjelder barn med utfordrende atferd. Nå mener jeg ikke nødvendigvis at du skal ta en tiåring på fanget og vugge og "shhhh-e", men prinsippet er det samme. Det du må finne ut er "hvordan kan jeg bysse deg".

Et tips er å ta i bruk sansestimuleringer for å få barnet inn i toleransevinduet sitt igjen, for eksempel å aktivere store muskelgrupper. Løp rundt barnehagen, opp og ned trapper, fysisk kontakt gjennom for eksempel massasje er alle gode eksempler på hvordan man kan "bysse" barn som er eldre enn toddlere.



Det er kun fantasien som setter grenser, og du må prøve deg frem for å finne ut hva barnet responderer på. Det er veldig forskjellig fra barn til barn.

Her er det helt vesentlig at du gjør avtaler med barnet på forhånd, slik at aktiviteten er meningsfull for barnet. For små barn er det i grunnen alltid meningsfullt å løpe både i trapper og rundt bygget, ganske enkelt fordi det er gøy i seg selv, spesielt om en voksen er med. Slik er det gjerne ikke for barn som er i skolealder.

For skolebarn som har en utfordrende atferd kan det å måtte sitte ved pulten over lengre tid være en utfordring. Er du lærer, så kan du med fordel variere undervisningen, og kanskje til og med legge inn bolker med fysisk aktivitet mellom arbeidsøktene. Kanskje kan du

også ha en avtale med barnet at han/hun får ta seg en drikkepause/strekkpause o.l innimellom.

Målet er at barnet skal være i en optimal tilstand i så stor grad som mulig. Her må du også huske det at barn lærer av suksesser, så jo mer barnet klarer å holde seg i toleransevinduet, jo bedre er det.

### **Tiltak for det langsiktige perspektivet**

Det er her de grunnleggende behovene kommer inn. Hva er det barnet trenger?

Først og fremst så må det jobbes relasjonelt. Du må fokusere på relasjonen mellom deg og barnet. At barnet opplever at du liker hen og vil hen vel er helt avgjørende for arbeidet. Er ikke relasjonen på plass, så er heller ikke tryggheten på plass. Mangler barnet en følelse av trygghet, så er det vanskelig å lære noe som helst fordi stressnivået øker.

Det må også jobbes med å bygge de ferdighetene og strategiene som barnet trenger for å mestre frustrasjoner og motgang.

#### Kontroll og forutsigbarhet:

- Gi barnet kontroll i så stor grad som mulig, for eksempel å velge mellom alternativer som du har bestemt på forhånd.
- Lag detaljerte dagsplaner
- forbered barnet på ting, f.eks dagen, overganger, nye fagtemaer etc
- Gode, faste rammer og struktur gir forutsigbarhet og trygghet!
- Noen ting er vanskelig å forberede barnet på, som for eksempel vikar. Det du kan gjøre er å snakke med barnet på forhånd og forklare hva som skjer hvis du er syk og det kommer en vikar. Spør gjerne barnet om det er noe han/hun synes er viktig for vikaren å vite om ham/henne for aat barnet skal føle seg trygg og ivaretatt.
- Hva skal barnet gjøre hvis han/hun kjenner at det nærmer seg kokepunktet? Lag en avtale med barnet om hva han/hun skal

gjøre hvis kokepunktet nærmer seg. På den måten har barnet en fluktrute, og du vet hvor du finner ham/henne.



### Mestring og anerkjennelse

- visuell anerkjennelse gjennom for eksempel klistremerker, "solskinnsbok", positiv-krukke med anerkjennende ord. Dette er også en metode som er mye brukt i atferdsmodifiserende tiltak. Forskjellen er at i vårt tilfelle så er ikke tanken at barnet skal få et klistremerke eller anerkjennelse når forventet atferd blir vist. Barnet skal få en anerkjennelse ganske enkelt fordi alle trenger anerkjennelse, og disse barna trenger det aller mest.
- rose høyt foran andre eller fremsnakk av barnet slik at barnet "tilfeldigvis" hører det
- Spill på barnets sterke sider. Hvordan kan du legge opp til oppgaver, lek etc som får vist frem hva barnet er god til?



## Tilhørighet

- Bud nummer 1 er å dele opp i grupper! Det er ofte vanskelig for barn som utfordrer å forholde seg til mange personer på en gang. Noen ganger må den gruppa bestå av kun deg og barnet, men det må alltid være et mål å få utvide til å inkludere et (og etterhvert) flere andre barn.
- Vær en sosial rollemodell og forklar hvorfor du og andre gjør i et samspill. Barn med utfordrende atferd faller ofte utenfor det sosiale fellesskap og har behov for å lære hvordan de kan forstå sosiale koder.
- jobb med sosiale ferdigheter, både spesifikt i forhold til barnet og med hele barnegruppen. Det er godt for alle å jobbe med dette temaet.
- Støtt barnet i sosialt samspill med andre.



Alle disse tiltakene vil ikke fungere på alle, og dette er heller ikke alle tiltak som går an å sette i gang. Det er i grunnen bare fantasien som setter grenser. Det viktigste er at det settes inn tiltak basert på hva det er barnet har behov for.

Da har vi nådd slutten på denne siste leksjonen i kurset. Jeg håper du har hatt noen lærerike uker, og at du har fått noen gode knagger å ta med deg i din arbeidshverdag.

Du er blant de viktigste i barnets liv, og den påvirkningskraften du har er utrolig stor. Bruk den med klokhet, og husk:

## **Alle barn vil hvis de kan!**

Tusen takk for følget!

Med vennlig hilsen



Hanne Svendsen  
Rådgiver og gründer

