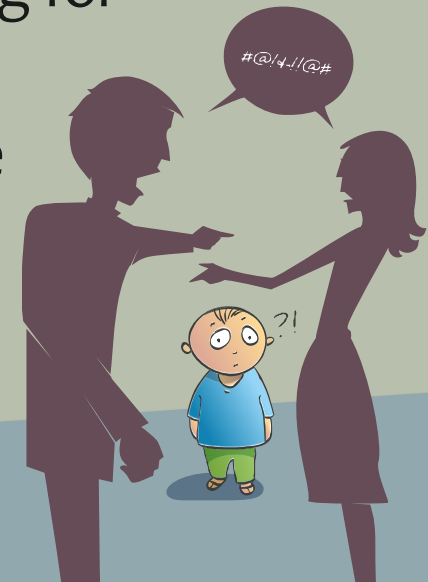


Superkid

Av og med Kingsford Siayor

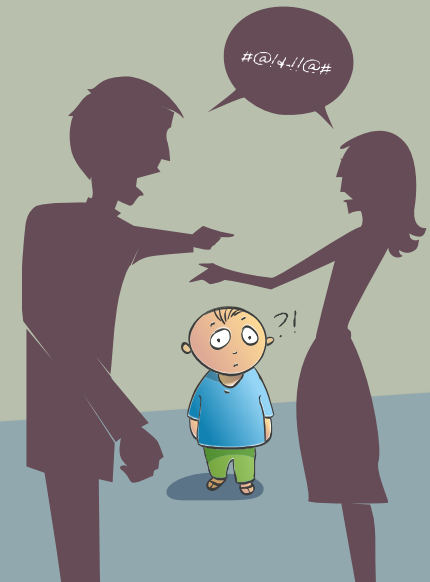
Mottok Heddaprisen 2022 for beste forestilling for ungdom

Ble nominert i kategorien beste mannlige skuespiller/hovedrolle



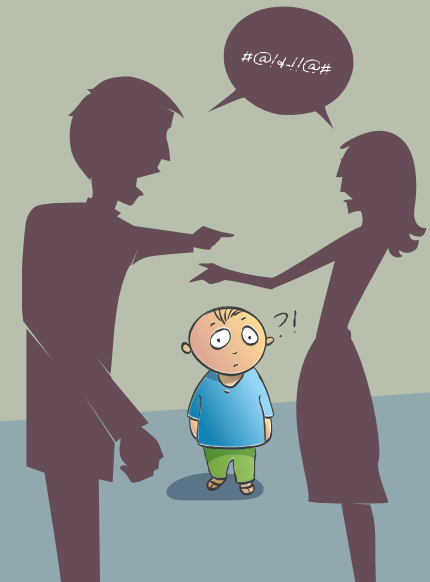
Superkid / Løvetannbarn

- 12:45-13:15 Når vi som fagfolk møter Superkid som barn
- 13:15-13:35 Pause
- 13:35-14:05 Når vi som fagfolk møter Superkid som forelder



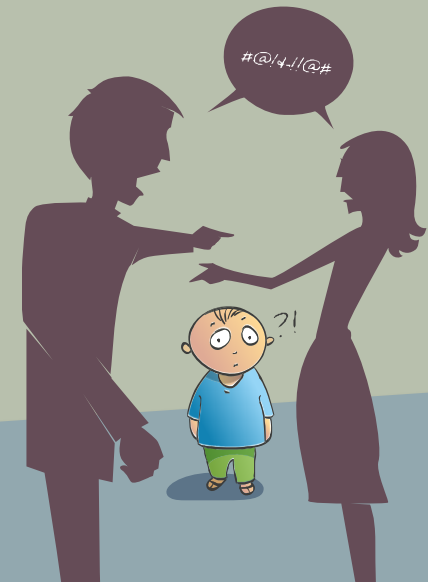
FNs Barnekonvensjon fra 1989

- Barneloven fra 1991: sikring av barns rettigheter med forbud mot fysisk vold mot barn
- Revisjon i 2010: presiserer forbud mot å slå, klapse, true eller skade barns psykiske eller fysiske helse
- Barnekonvensjonen: Med begrepet oppdragervold menes oppdragelse basert på frykt i stedet for tillit



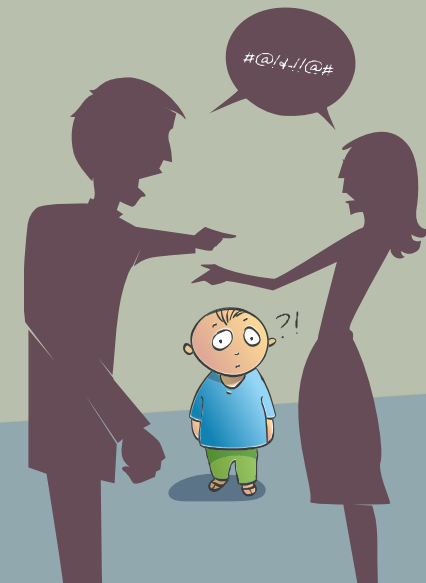
Opplevelse av skyld og skam

- Når barn utsettes for sinne og vold de ikke kan beskytte seg mot eller forstå, er den naturlige psykologiske reaksjonen å skape en opplevelse av kontroll ved å ta skyld for det som skjer (Helen Christi)
- Prisen barna ofte betaler er å vokse opp med en for dem uforståelig skam og dårlig selvfølelse
- Noen utvikler Post traumatisk stresslidelse



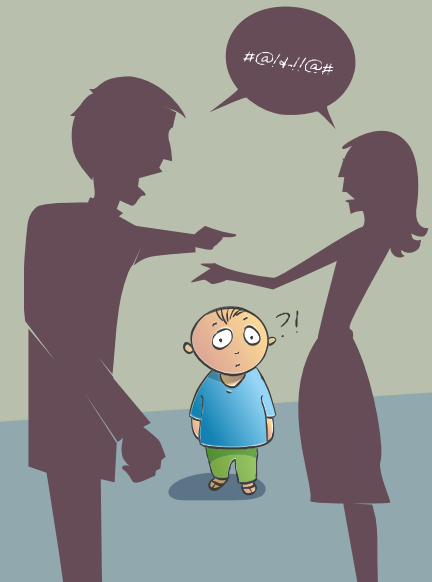
Konsekvenser av vold (PTSD)

- Påvirker tanker om seg selv, andre og verden
- Negative vurderinger av seg selv (jeg er fæl)
- Negativ vurdering av andre (ikke til å stole på)
- Negativ vurdering av verden (verden er ond)
- Vår jobb som hjelpere er å:
- BEGYNNE Å MOTBEVISE DETTE I MØTE MED BARNET
- Unngå å bekrefte negativ atferd (er ferdig kjeftet)
- Marshmallowtesten: selvregulering eller tillit?



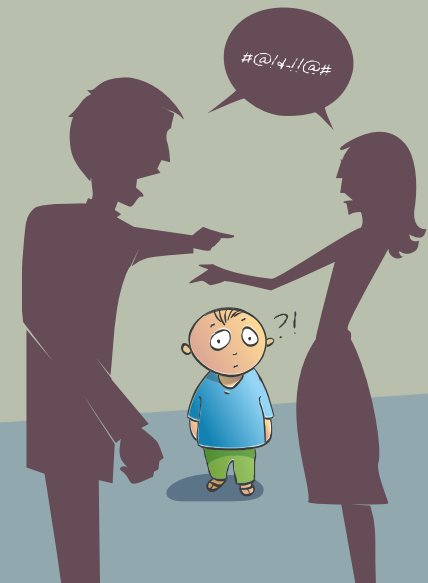
Tanker om løvetannbarn

- Alle barn trenger noen som speiler at de har verdi. Selv en løvetann trenger noe lys og vann. (Jeg vil ikke se på meg selv, slik som du ser på meg)
- Greene (2021) Barn oppfører seg bra om de kan. Barn oppfører seg dårlig når de opplever å ikke strekke til
- Gottman (2016) «Vennlighet, varme, optimisme og tålmodighet er langt bedre redskaper enn straff, om en vil ha veloppdragne og emosjonelt friske barn»
- (Å møte barn slik vi selv ønsker å bli møtt)



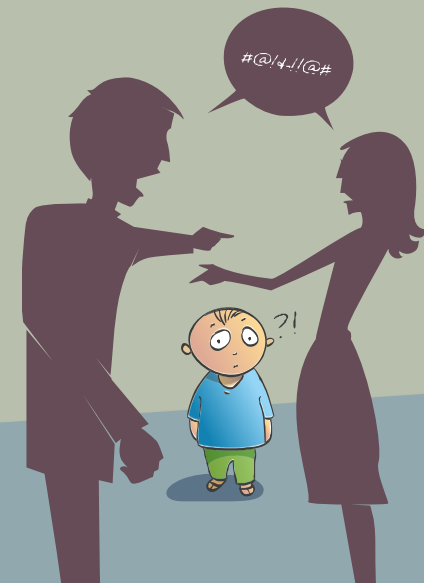
Kunnskap om barn

- Hvordan skal jeg klare å ta vare på lillebroren min når ingen tar vare på meg?
- Barns hjerner er naturlig innstilt på å søke trygghet, kjærlighet, kunnskap og forståelse. Barn ønsker å være kjærlig og uegennyttig. (Gottmann 2016)
- Frykt kommer lett, trygghet tar tid. Det er de voksnes ansvar å bringe tryggheten inn i livet til barna. (Montgomery 2018)

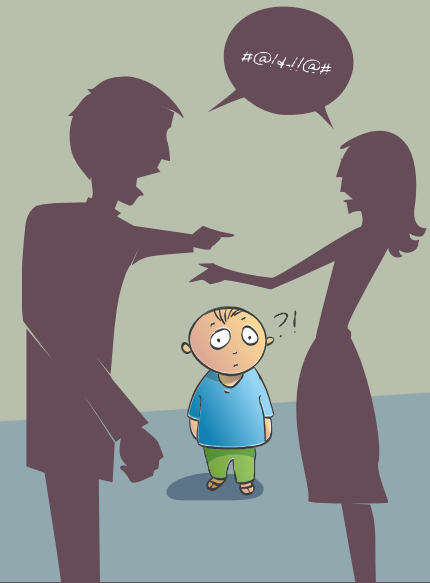


Samtaler som gir opplevelse av verdi

- Samtaler hvor vi først og fremst ønsker å forstå barnet ut fra barnets perspektiv
- Et barn jeg snakket med om lykke sa:
 - «lykke er å kunne si det en tenker uten å måtte tenke på hva en sier»
- Et mål at barn skal føle seg fri til å tenke høyt og stole på at de blir tålt og møtt på sine tanker og følelser
- Hjelp barn til å bli kjent med egne triggere (i klasserommet, skolevegring etc)
- Ofte normale reaksjoner på unormale opplevelser

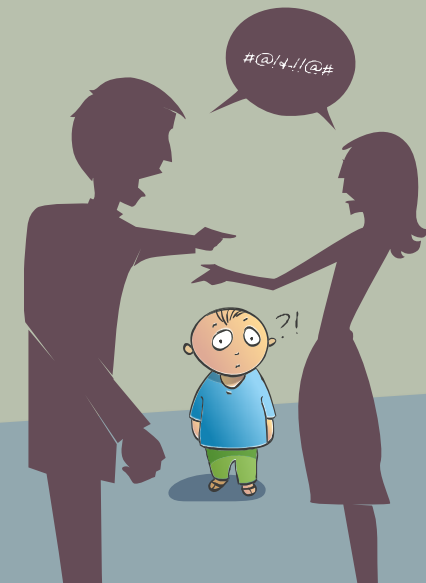


Når vi som fagfolk møter Superkid som forelder



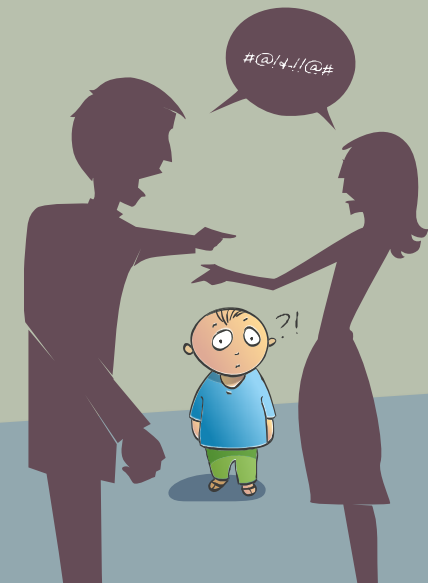
Utbredelse av vold mot barn i Norge

- Mossige (2007, NOVA rapport) fant i en spørreundersøkelse av 7033 avgangselever i videregående skole:
 - 6% av ungdommene hadde opplevd grov vold fra foreldre.
(slått med knyttneve, fått juling) Mor og far utøvde like mye grov vold mot ungdommene
 - 19% av ungdommene rapporterte mild vold fra mor (slått med flat hand, ristet voldsomt, kløpet etc)
 - 13% av ungdommene rapporterte mild vold fra far



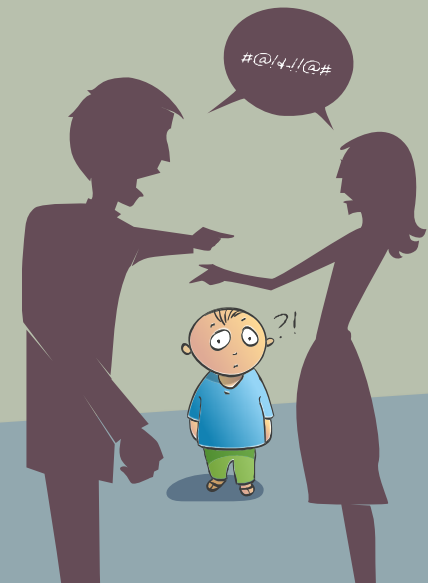
Foreldrenes historie

- Studie (1990) av amerikanske høyskolestudenter viste at 93% hadde fått ris hjemme. Når foreldre fikk andre verktøy til å handtere barna sank prosenten betydelig
- Mange av foreldrene vi møter på fvk i Romsdal, som ønsker hjelp, har opplevd omfattende vold og uforutsigbart sinne fra egne foreldre, og ønsker å bryte et generasjonsmønster
- Andre opplever at summen av stress og belastninger i livet har bidratt til at de har mistet kontroll, blitt uforutsigbare og skremmende overfor barna



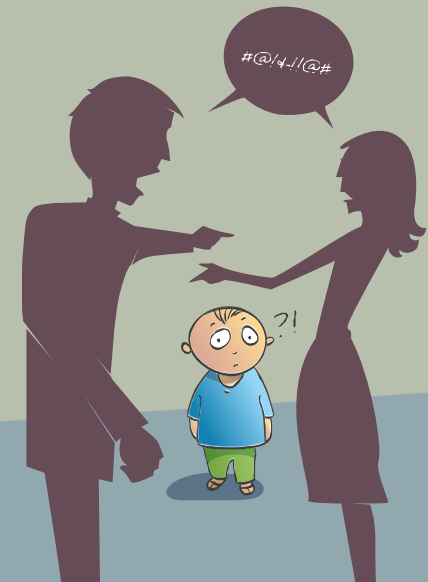
Oppdragervold

- Instrumentell: Kontrollert, har en bestemt hensikt. Lære hva som er «rett». Overføring av erfaringer fra egen barndom. «Tidlig krøkes som god krok skal bli» «brent barn skyr ilden» (Glattcelle eks)
- Impulsiv: Lav frustrasjonstoleranse. Foreldre som sliter med egne problemer i hverdagen (økonomi, parproblemer, traumer, rusproblemer)
- Ofte en kombinasjon



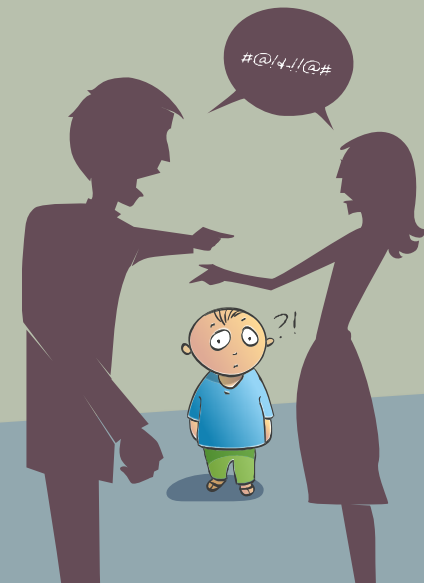
Vi snakker med oss selv hele tiden

- Måten vi snakker til oss selv på innvirker på hva vi føler
- Psykologisk Førstehjelp Solfrid Raknes (2012)



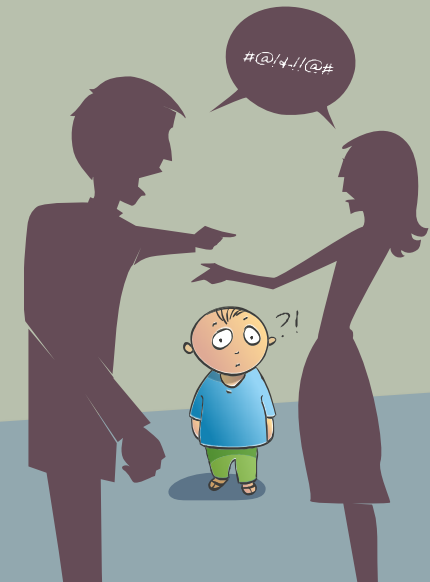
Feilslutninger

- Sinne handler i overaskende liten grad om hva barnet gjør. Det handler i stor grad om hvordan foreldre tenker om seg selv og barnet i situasjonen
- På dårlige eller stressende dager har foreldre en tendens til å bli urimelig selvkritiske, og tenke at en ikke strekker til og at barnet er uoppdragent (filming)
- Barn slår seg ikke vrange for å for å være slemme mot foreldrene. Det er jobben deres å finne ut hvor grensene går
- Sosiale media/ spill (foreldre evig optimister)



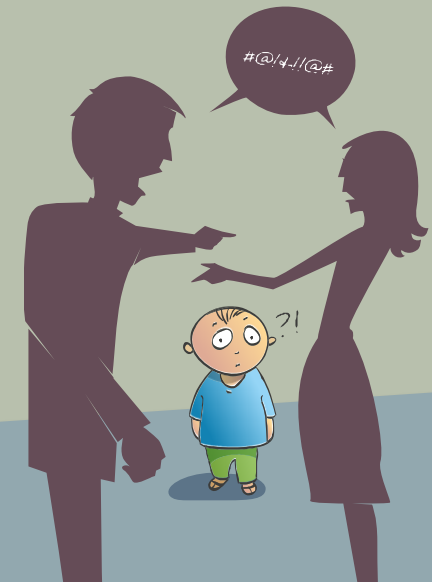
Øvelse «hvit stakk»

- Du står i kø, noen kommer bakfra og sparker deg hardt på leggen. Før du snur deg og ser hvem som står bak deg:
- Hvilke tanker får du?
- Hvilke følelser kommer?
- Hva kjenner du i kroppen av aktivering?
- Hva får du lyst til å gjøre?



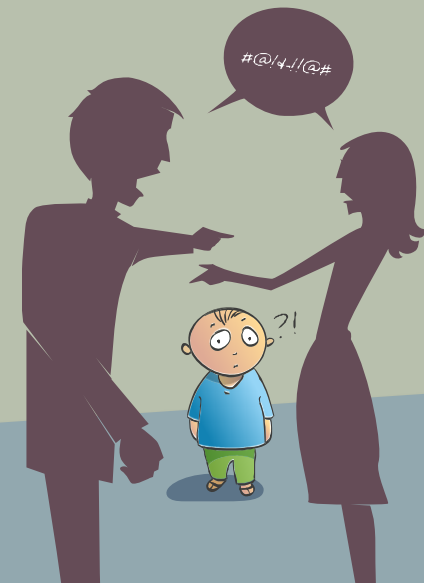
Empati vs kjefting

- Over 80% antar umiddelbart at den som sparker, sparker med vilje. Hjertet slår raskere. Muskler spenner seg. De får lyst til å kjefte tilbake
- Når de ser den hvite stokken og forstår at det var et uhell, roer aktiveringen seg og de får lyst til å hjelpe
- Læring: En ny fortolkning av situasjonen gir en annen følelse og tilgang på mer konstruktive handlingsvalg
- Hvilke «hvite stokker» kan du gi til barnet? Kan de bidra til at du vil hjelpe barnet i stedet for å kjefte?



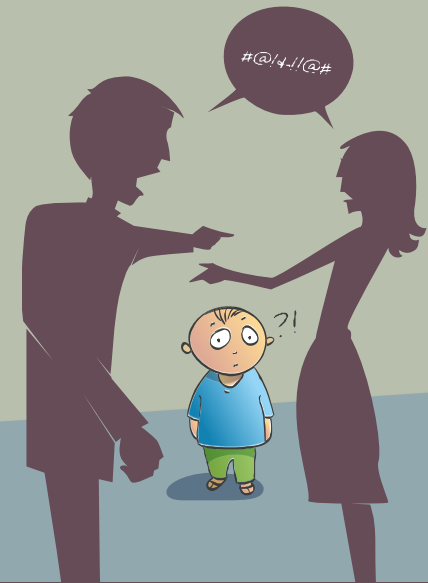
Toleransevindu modellen

- Toleransevinduet er feltet av moderat aktivering der vi kan tenke, reflektere, føle og lære (Siegel 1999)
- Logikkhjernen blir hemmet når vi utsettes for fare. Kroppen settes i beredskap og overaktiveringsresponsene kamp/flukt tar over. (laglig til for hogg)
- Problemet er at nå reagerer vi som om vi er i livsfare om en 5 åring ikke svarer eller en tenåring himler med øyna. (ingen vil gjenoppleve 13-16 åra)



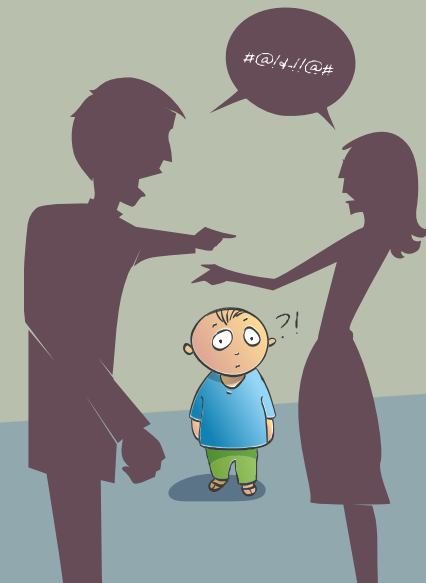
Time-out: følelsen av å ikke strekke til

- Barn kan i liten grad gjøre seg nytte av time-out da frontallappene ikke er utviklet nok til selvregulering
- Foreldre kan ha nytte av time-out da de har utviklede frontallapper og kan regulere seg ned
- Foreldre er først og fremst rollemodeller og kan hjelpe barnet til å finne roen ved først å regulere seg selv ned



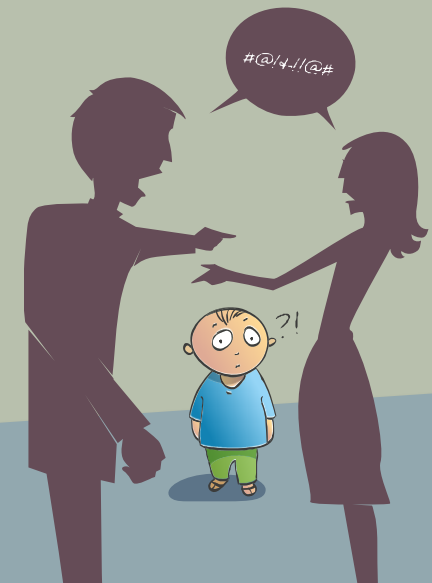
Littsint oppgave

- Når du kjenner at du har lyst å rope eller ta tak i barnet, ta ansvar og forlat situasjonen
- Minn deg selv på at barnet gjør helt normale handlinger for alderen. Det handler ikke om at barnet er respektløst eller at du ikke strekker til
- Når pulsen har senket seg, gå tilbake til barnet, sett deg ned, se barnet i øynene og snakk med det på den måten du ønsker barnet skal snakke til deg.
- Husk at du først og fremst er en rollemodell som lærer barnet hvordan vi skal snakke til hverandre i hjemmet



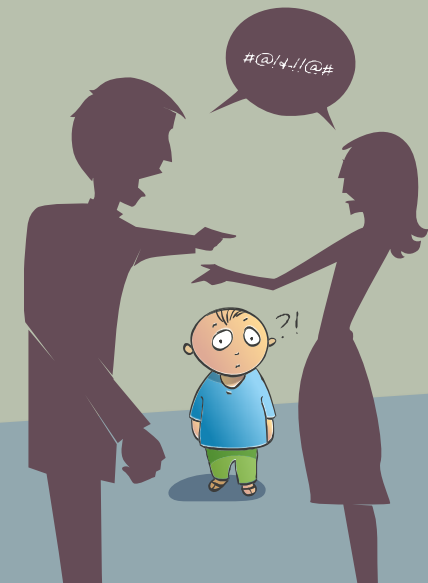
Littsint- Å kunne velge Empati

- Hjelp foreldre til å se hvordan erfaringer i egen barndom skaper feilslutninger som gjør at foreldre føler seg angrepet og hjelpeløse i møte med barnet
- Hjelp foreldre til å se at de alltid har ett valg når det gjelder å fortolke og reagere på barnets handling
- Hjelp foreldre til å bli bedre kjent med egen selvkritikk og starte arbeidet med å bekjempe lav selvfølelse og skam



Kunnskap til foreldre

- Astri Lindgren: «gi barnet kjærlighet, mer kjærlighet og enda mer kjærlighet, så kommer oppdragelsen av seg selv»
- Montgomery (2018): «En vanlig misforståelse er at barneoppdragelse er det du gjør når barnet oppfører seg dårlig, barneoppdragelse er alt du gjør sammen med barnet ditt»
- Gottman (2016) «Vennlighet, varme, optimisme og tålmodighet er langt bedre redskaper enn straff, om en vil ha veloppdragne og emosjonelt friske barn»
- Greene (2021) Barn oppfører seg bra om de kan. Barn oppfører seg dårlig når de opplever å ikke strekke til



Øvelse gir mestring

- Å kunne øve på nye måter å møte barn på, med empati, gir mestring
- Skammen over å skremme eget barn og bli en dårlig utgave av seg selv er stor
- Gleden av å erfare at barnet får tillit og at en blir en bedre utgave av seg selv er ofte like stor

