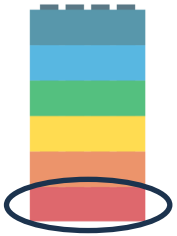
Forord

Pædagogisk Psykologisk Rådgivning (PPR) i Favrskov Kommune ønsker at skærpe fokus på de brede børnefællesskaber og de læringsmiljøer børnene indgår i, fordi det er i fællesskaberne og relationerne, at barnet udvikles, lærer og trives.

Invest In Play (IIP) er en metode til at understøtte børn og unges trivsel og udvikling, idet filosofien i IIP er, at forandringen starter hos de voksne. Denne filosofi er forenelig med PPRs forståelse af, at forandringsansvaret ligger hos de voksne og i IIP tilgangen fokuseres der således først og fremmest på at styrke de voksne bevidsthed og relationelle kompetencer gennem strukturerede og forskningsbaserede strategier. Dette gøres ved hjælp af en konkret anvendelig klodsmodel, der består af 6 trin. Modellen understøtter de voksne til at bruge leg og positiv opmærksomhed for at styrke relationen mellem barn og voksen, støtte børns læringsmæssige og sociale færdigheder og sætte omsorgsfulde grænser for at skabe forudsigelige og trygge rammer. IIP er som udgangspunkt udarbejdet til voksne, der i deres hverdag indgår i relationer med børn med vanskeligheder indenfor opmærksomhedsstyring, impulsivitet og uro, men det er PPRs erfaring, at forståelsen og principperne i IIP kan komme alle børn og unge til gode uanset alder, trivsel og udvikling. På tværs af sammenhænge kan IIP understøtte ethvert relationelt forhold – også blandt voksne.
Det er vores forhåbning, at dette IIP-hæfte kan understøtte PPRs vision om at hjælpe flest mulige børne og unge ved at give konkrete og anvendelige ideer til refleksion og pædagogisk udvikling til medarbejdere i skoler og dagtilbud. Rigtig god læselyst og tak for at være nysgerrig på din pædagogiske praksis.

Ledelsen i PPR
Hans-Peter Petersen og Camilla Bjergegaard Christensen

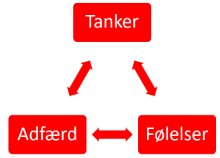


Den røde klods

Mestringsfølelse hos det pædagogiske personale:
Forbindelse mellem tanker, følelser og adfærd

Kernebudskaber

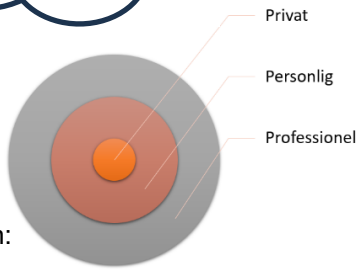
- Der er mange ting, der påvirker børns adfærd: temperament, miljø og det pædagogiske personales reaktioner.
- Mange faktorer spiller ind på børnenes adfærd, men du kan som pædagogisk personale gøre meget for at understøtte positiv adfærd ved at ændre den måde, du reagerer på.
- Børnestyrede aktiviteter styrker din relation til barnet.
- Vær til stede i nuet, når du er i aktiviteten med barnet.
- Giv al din opmærksomhed til barnet og lad barnet have initiativet i aktiviteten.



Team-refleksion

Øvelse

Tænk på en situation fra dit arbejdsliv, hvor du blev udfordret på dine positioner.



Drøft med sidemakkeren:

Hvilke tanker, følelser og adfærd fulgte med?
Hvilken position var jeg i (privat, personlig, professionel)?

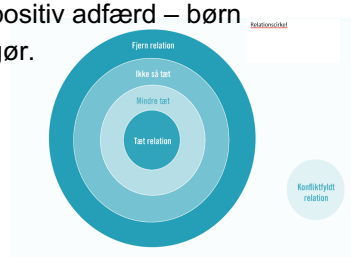
Den orange klods



Styrker selvværd og tilknytning ved barnet:
Aktiviteter/leg og beskrivende kommentarer

Kernebudskaber

- Børnestyrede aktiviteter styrker barnets selvværd og kreativitet
- Børnestyrede aktiviteter styrker tilknytningen og relationen til barnet
- Stil færre spørgsmål
- Brug beskrivende kommentarer, når I er i aktiviteten
- Fokuser på positive kommentarer, og undgå kritik
- Opmærksomhedsreglen: Det, vi giver opmærksomhed, får vi mere af.
- Rollemodelreglen: Vær rollemodel for positiv adfærd – børn efterligner og kopierer det, vi siger og gør.



Team-refleksion

Relationscirklen:

Efter at I individuelt har placeret børnene, sammenligner I jeres visuelle cirkler med de andres relationscirkler og ser på, om der er børn, der er placeret i den yderste cirkel eller i den 'konfliktfyldte cirkel' hos alle deltagerne. Det er de børn, der skal fokus på.

Fælles pædagogisk drøftelse:
Hvad kan man gøre, hvis nogle børn er i den yderste cirkel eller i den 'konfliktfyldte cirkel', så det ikke bare bliver en konstatering?
Hvordan kan vi i fællesskab sikre, at alle børn har mindst én voksen, som de har en tæt relation til?
Prøv at se barnet i et andet lys. Alle fortæller om positive oplevelser med barnet og sætter sammen spot på barnets ressourcer.
Beslut en konkret handling, som I alle vil bakke op om.

Adfærd jeg gerne vil fjerne opmærksomhed fra	Erstatningsadfærd	Hvordan skal min selektive opmærksomhed se ud?(aflede, rose erstatningsadfærd eller fjerne opmærksomheden fuldstændig i kort tid?)
F.eks. barn sidder med fødderne oppe på bordet	Sidde med fødderne på gulvet	

Øvelse

Læg mærke til dine tanker i vanskelige situationer:

Hvad var situationen?	Hvad tænkte du?	Alternative tanker

Eksempler på negativ selvtale:

"Han stopper aldrig", "Hun bliver værre og værre", "Jeg gør så meget for dem, jeg fortjener ikke det her", "Hun gør det med vilje", "Der er noget galt med ham"

Eksempler på positiv selvtale:

Eksempler: "Selvfølgelig er han vred over, at jeg sagde, at han skulle stoppe", "Hun tester mig", "Jeg hjælper hende ved at sætte en grænse", "Jeg ved, at han gør det her mere, når noget er svært for ham"

Øvelser til den mørkeblå klods:

Team refleksion
Hvorfor er det nemt at give opmærksomhed til den ”forkerte”, vanskelige og problematiske adfærd?
Hvorfor er det svært at stoppe med at give opmærksomheden?

Team refleksion
Strategier til at bevare roen(afbryd kontakt, dybe vejrtrækninger, positive tanker og selvtale)
Hvilke fald-til-ro-strategier bruger I? Del med hinanden. Hvorfor virker de?

Team refleksion
Tal om affektkurven. Giv eksempler på situationer fra praksis, hvor I har set adfærd (jeres egen eller et barns), som I kan sætte ind i affektkurven. Beskriv, hvad der skete på de forskellige niveauer.
Tal om, hvorfor fokuserede kommentarer på følelser ikke virker, når barnet er på toppen af dysreguleringskurven?

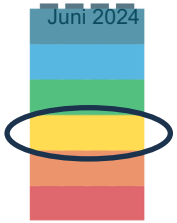
Øvelse

Vælg hver især en adfærd, I gerne vil stoppe med at give opmærksomhed til. Beslut, afhængigt af, hvor slem adfærden er, om I kan aflede og give noget selektiv opmærksomhed, eller om I skal ignorere helt. Skriv i skemaet.

Beskriv den erstatningsadfærd, I gerne vil opmuntre barnet til med fokuserende kommentarer og ros. Skriv det i skemaet.

Tænk over, hvilken fald-til-ro-strategi eller selvtalesætning I vil bruge for at falde til ro.

Den gule klods



Styrker barnets oplevelse af mestring:
Lærings- og sociale færdigheder, følelsesmæssig bevidsthed og regulering

Kernebudskaber

- Brug fokuserede beskrivende kommentarer til at hjælpe barnet med at lære at udvikle færdigheder
- Opmærksomhedsreglen: Hvis du italesætter en adfærd, vil du se mere af den hos barnet
- Fokuser på positive kommentarer og undgå kritik
- Fokuserede kommentarer på læringsfærdigheder – kommenter, når barnet venter tålmodigt, koncentrerer sig, prøver igen, arbejder fokuseret
- Fokuserede kommentarer på sociale færdigheder – kommenter, når barnet er venligt, deler, venter på tur, hjælper, giver en kompliment og udviser anden positiv social adfærd
- Brug beskrivende kommentarer, når barnet viser følelser – både de svære og de positive
- Selektiv opmærksomhed: Beskriv følelsen – ikke den udfordrende adfærd
- Hjælp barnet med at regulere svære følelser ved at bevare roen, vær tålmodig, tilbyde hjælp eller trøst
- Når du sætter ord på en svær følelse, så skal du relatere den til en coping-strategi (”Jeg kan se, at du er træt af det; men du bevarer roen”)
- Følelseskommentarer hjælper barnet til med tiden at kunne sætte ord på sine følelser og regulere dem



Team-refleksion

Hvorfor er det vigtigt at kunne sætte ord på følelser?
Hvorfor er det vigtigt at lære børn at sætte ord på følelser?

Den grønne klods

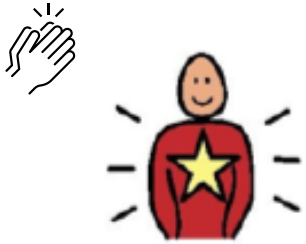


Bidrager med selvtillid hos barnet:
Ros og belønninger

Kernebudskaber

- Ros positiv erstatningsadfærd, når du ser den
- Giv fokuseret opmærksomhed ved at beskrive den positive adfærd
- Vær autentisk og underbyg dine positive ord med dit kropssprog, dit tonefald og dine håndbevægelser
- 5:1-balance mellem positiv og negativ kontakt
- Hvis barnet afviser ros: overvej din relation til barnet. Sæt mere tid af til fælles aktiviteter styret af barnet og brug flere fokuserede kommentarer.
- Giv belønninger - overraskelsesbelønninger, sociale belønninger
- Brug belønningssystem til at hjælpe barnet med at lære en ny eller vanskelig opgave
- Sørg for, at barnet kan lykkes med opgaven: vælg en specifik adfærd og et realistisk mål, følg op hver dag
- Belønninger gives altid efter, at vi har set den ønskede adfærd, aldrig før

Team-refleksion

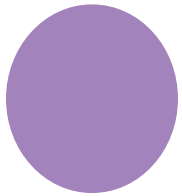


Hvorfor er det vigtigt at rose?
Hvad er udfordringerne?
Hvorfor bruger vi belønninger?
Hvad er udfordringen ved det?
Diskuter belønning kontra bestikkelse

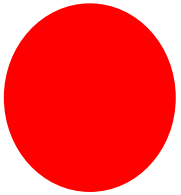
Øvelse

Udarbejd i teamet et belønningsskema, som I vil bruge i klassen/stuen, til et barn

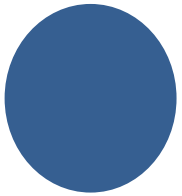
Når interviewet er slut, **gentages** processen.



Fortæller:
Fortæller om en konkret situation



Interviewer:
Stil nysgerrige spørgsmål, så historien folder sig ud



Ressourcespotter:
Lyt efter kompetencer/ressourcer hos fortæller.
Holder også styr på tiden

Øvelser til den lyseblå klods:

Tal i teamet om, hvilken rutine, I vil indføre, og udform den visuelt til gruppen/klassen/barnet

Aftal, hvordan I vil observere hinanden i praksis. Observer på, hvordan I lykkes med at give få beskeder, tydelige, handlingsanvisende, høflige beskeder, giver barnet/børnene tid til at reagere, følger op med positiv opmærksomhed, når barnet/børnene samarbejder.

Undersøg og *lær* af fortællingen:

I har hver en rolle:

Fortællerens opgave er at fortælle sin historie detaljeret.

Interviewerens opgave er at være nysgerrig og stille spørgsmål, så fortælleren folder sin historie ud.

Ressourcespotterne skal undervejs på post-it skrive ned, hvilke ressourcer, gode egenskaber og værdier fortælleren viser i sin fortælling.

Efter historien skal spotteren give ressourcerne til fortælleren.

Undgå "det kender jeg godt" fælden - forbliv i hele runden i rollerne; fortæller, interviewer og spotter.

Intervieweren *kan* stille spørgsmål som f.eks.:

- Hvad synes du er det bedste ved det du fortæller?
- Hvad er det du gør, der gør denne situation mulig?
- Hvilken kontekst foregik det i?
- Hvad tror du dine kollegaer ville fortælle om denne situation?
- Hvad tror du dine kollegaer ville sige var særlig værdifuldt om dig og det du gjorde?
- Hvad var det du gjorde - der gjorde en forskel?
- Hvad vil du gerne holde fast i fra denne situation, som du vil bruge i andre sammenhænge?

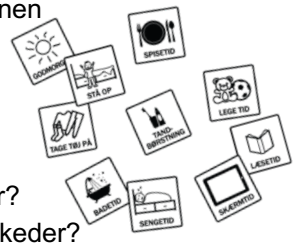


Den lyseblå klods

Fordrer tryghed hos barnet:
Rutiner, regler og effektive beskeder

Kernebudskaber

- Giv færre beskeder
- Sørg for, at du har barnets opmærksomhed, før du giver en besked
- Giv tydelige handlingsanvisende, høflige beskeder
- Giv barnet tid til at omstille sig og reagere
- Følg altid op med positiv opmærksomhed med det samme, når barnet samarbejdet
- Følg op med et valg, handling eller konsekvens, hvis barnet ikke samarbejder
- Forudsigelige og faste rutiner skaber tryghed og trækker mindre på hjernebatteriet hos barnet
- Præsenter rutiner med visuelt materiale – det gør det nemmere for barnet at huske og følge rutinen



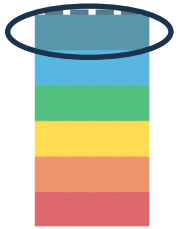
Team refleksion

Hvorfor er det vigtigt at give tydelige beskeder?
Hvad er udfordringen ved at give tydelige beskeder?
Hvorfor er det vigtigt at have rutiner?
Hvad er udfordringen ved at have rutiner?



Øvelse

Arbejd sammen to og to. Sid med ryggen mod hinanden. En af jer bygger noget med 6 legoklodser. Personen der bygger, giver mundtlig instruktion til den anden person, som forsøger at bygge den samme konstruktion uden at se på den. Byt roller og lav øvelsen igen.



Den mørkeblå klods

Fordrer samarbejde og selvregulering hos barnet:
Forudsigelige konsekvenser, afledning og pause

Kernebudskaber:

- Selektiv opmærksomhed: Giv opmærksomhed til den neutrale eller den positive del af barnets adfærd, samtidig med at du flytter opmærksomheden væk fra den negative del
- Fjernelse af opmærksomhed: Hvis barnet får et raserianfald, skal du kort fjerne din opmærksomhed helt – lad være med at kigge på barnet, røre barnet og tale til barnet. Bliv i nærheden og forsøg at bevare roen. Genetabler kontakten, så snart adfærden stopper.
- Hvis du kan, så giv en advarsel, før du giver konsekvensen. ”Hvis du…, så er det her konsekvensen”
- Opstil konsekvenser som et valg, så barnet får mulighed for at samarbejde
- Konsekvenser skal være så tæt relateret til barnets adfærd som muligt
- Når konsekvensen er slut, så skal du forsøge at give barnet en ny chance for at træffe et bedre valg
- Giv kun konsekvenser, som du kan følge til dørs
- Bevar roen
- Pause for at falde til ro bruges kun, når barnet er aggressivt, og hvor der er en stærk relation mellem barnet og den voksne, og den voksne har brugt andre strategier først (’lommer af nærvær’, fokuserede kommentarer, ros, belønninger, klare beskeder, selektiv opmærksomhed og konsekvenser)
- Pause for at falde til ro er en forudsigelig, kort pause fra kontakten, som giver barnet og dig en chance for at selvregulere
- Præsenter og øv pause for at falde til ro, når barnet og du begge er rolige. Fokuser på selvreguleringsstrategier for barnet (vejrtrækning og positiv selvtale)
- Når barnet er faldet til ro, skal du genoptage kontakten og starte forfra ved at tale om eller gøre noget helt andet
- Hav en plan for, hvad du vil gøre, hvis barnet nægter at tage en pause for at falde til ro (pause på stedet, ekstra minutter, bruge en konsekvens)
- Målene er at undgå magtkampe, berolige stærke følelser, give tryghed, når barnet har mistet kontrollen over sine følelser

Øvelser til den grønne klods

Erstatningsadfærd:
Find hver tre eksempler på problemadfærd og erstatningsadfærd – skriv dem på post-it og del med gruppen. I skriver ind i et fælles dokument.

Lav derefter, hver for sig, en sætning med beskrivende ros for hvert eksempel på erstatningsadfærd.

Del den beskrivende ros med hinanden og vælg den ros, som I vil skrive i skemaet.

Problemadfærd	Erstatningsadfærd	Beskrivende ros til erstatningsadfærden:
F.eks. larme når eleven kommer ind i klassen efter frikvarteret	F.eks. komme stille ind i klassen	”Jeg kan virkelig godt lide den stille og forsigtige måde, du kommer ind i klassen på”
…		

Øvelse

Ressourcespotter-interview og spørgeguide

I skal fortælle og udforske en af jeres egne historier. Fortæl historien så detaljeret som muligt. Fokus på *jeres* egen rolle i situationen.

“Fortæl om en episode, hvor du selv er lykkedes godt som professionel i et teamsamarbejde.”

For-interview:

Interviewer spørger fokuspersonen:
Vil du beskrive situationen på klippet? Er der relevant viden omkring problemstillingen eller børn, som teamet bør kende til/bredes ud? Er der noget du har særlig fokus på i din praksis? Er der noget specifikt du gerne vil havde feedback på og inspiration til?

Rammen for alle videorefleksioner:

Interieweren spørger fokuspersonen
"*Hvad sker der her på videoen? Hvad var dine overvejelser?"*
(Ser videoen)
"*Nu har du set denne sekvens, har du selv kommentarer til det, eller noget du vil supplere med?"*

Interieweren spørger det anerkendende team
"Hvad hæfter I jer særligt ved?" (teamet taler sammen)

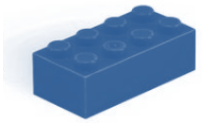
Interieweren spørger fokuspersonen
" Hvad tænker du om det, du lige har hørt?"

Interieweren spørger inspirationsteamet
"Hvad hæfter I jer særligt ved?" (teamet taler sammen)

Interieweren spørger fokuspersonen
" Hvilken overvejelser giver det dig, at hører dette?"

Interieweren spørger inspirationsteamet og det anerkendende team
"I har nu lov til at være anerkendende og kommentere på baggrund af videoen"

Interieweren spørger fokuspersonen
"Hvad hæfter du dig ved i forhold til denne respons?"
"Hvad tager du med dig tilbage til din praksis?"



Team refleksion

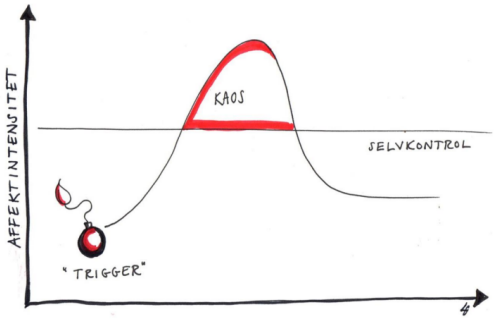
Hvorfor er det nemt at give opmærksomhed til den "forkerte", vanskelige og problematiske adfærd?
Hvorfor er det svært at stoppe med at give opmærksomheden?

Team refleksion

Strategier til at bevare roen (afbryd kontakt, dybe vejrtrækninger, positive tanker og selvtale)
Hvilke fald-til-ro-strategier bruger I? Del med hinanden. Hvorfor virker de?

Team refleksion

Tal om affektkurven. Giv eksempler på situationer fra praksis, hvor I har set adfærd (jeres egen eller et barns), som I kan sætte ind i affektkurven. Beskriv, hvad der skete på de forskellige niveauer.
Tal om, hvorfor fokuserede kommentarer på følelser ikke virker, når barnet er på toppen af dysreguleringskurven?





Bilag

Øvelser til den orange klods

Tal om dine/jeres lærings- og sociale mål for barnet/klassen/gruppen. Formuler og skriv nogle lærings-og socialt fokuserede kommentarer, som I kan bruge til at fremhæve adfærden.

Disse lærings- og sociale færdigheder vil jeg fokusere på for barnet/gruppen/klassen:	Mine fokuserede kommentarer
Læringsfærdigheder	F.eks: Du prøver igen, selv om det er svært
Sociale færdigheder	F.eks. Du spørger, om de andre vil være med i legen.

Team refleksion

Efter I har afprøvet de fokuserede kommentarer

Aktivitet Hvad lavede I? Hvilke fokuserede kommentarer brugte du?	Barnets/gruppens/klassens reaktion? Hvad gjorde barnet/børnene? Hvad følte barnet/børnene?	Din reaktion Hvad følte du?
Aktivitet: Fokuserede lærings-kommentarer:		
Aktivitet: Fokuserede sociale kommentarer:		

Øvelser til den gule klods

1) Der er to-lærertimer i en klasse
2) A tæller hvor mange gange B bruger fokuserede kommentarer
3) Byt næste gang

Vi kommer let til at vurdere i vores sætninger = bruge tillægsord. Men undgå det.
Sig: ”jeg kan se at du deler”, ”du venter på tur”, ”du græder og er ked af det”

Benyt evt. et afkrydsningsskema (sæt en streg hver gang):

	Sæt en streg	**Skriv sætningen**	**Hvad kom der ud af det?**	**Andet**
Følelsesmæssige kommentarer	/	*”Jeg kan se, at du koncentrerer dig”*	X lavede hele side 3 og smilede til en voksen	
Lærings-kommentarer				

Øvelse

Videorefleksion som udgangspunkt for fælles refleksion i teamet. Inden videorefleksionen: Hvert teammedlem filmes mellem 30-60 min. Teammedlemmet udvælger et klip på 2-3 min, hvor han/hun oplever at lykkes med at give følelses-, sociale- og læringskommentarer.