

FORSLAG TIL ØVELSER:

STYRKER DEN TÆNKENDE HJERNE

- At sætte sig i den andens sted
- At se på situationen og sig selv udefra
- Sætte ord på følelser og give begreber
- Rollespil
- Skrive dagbog / fotos
- Bruge kalender og skabe overblik
- Lave livshistorie / familietræ
- Tegne
- Leg med symboler
- Stopleg / modsatleg

STYRKER DEN FØLENDE HJERNE

- Leg med fælles fokus
- Leg med turtagning
- Dyadeleg med fx;
 - Karateslag gennem avis
 - Prikke sæbebobler
 - Bygge korthus

STYRKER DET AUTONOME

- Træne kroppen i sansning, fx;
 - Fælles synkroniseret dans
 - Banke på kropsdele
 - Sidde på gymnastikbold
 - Yoga
 - Stående afspænding / kropsscanning
 - Skubbeøvelser
 - Løbeøvelser
 - Sanglege med fælles engagement
 - Børne / uugesange

HUSK, altid at arbejde nedefra og op!

HOVEDREGLER I DEN NEUROAFFEKTIVE PÆDAGOGIK

AFFEKTIV AFSTEMNING

Du har ansvaret for at afstemme dig med den anden. Du skal mærke den andens følelse, oversætte den i dig selv og levere den tilbage i en form, så den anden føler sig følt, forstået og beroliget / opmuntret. Du kan evt. Bruge denne opskrift:

1. Vær opmærksom på dine egne sanser. Træk vejret roligt, sørg for, at du har fornemmelse af jordforbindelse. Vær opmærksom på dit kropssprog. Led efter det sted hvor du kan synkronisere dig med den andens tempo, uden at miste dig selv.

2. Vær opmærksom på dine følelser. Mærk hvilke følelser, der er på spil. Se bag adfærden hos den anden og fornem i dig selv et ekko af den følelse, du mærker, der er. Tilføj den ro.

3. Brug din tænkende hjerne. Sæt ord på det, du kan se og mærke, så du med dine ord også viser, at du forstår, hvad der foregår, fx "jeg kan se, at der her gør dig rigtig ked af det/bange".

HUSK, du kan ikke arbejde med den tænkende hjernes kompetencer før de følelsesmæssige, og ikke med de følelsesmæssige kompetencer før de autonome.

STØTTEHJUL TIL HJERNEN

Forudsætningen i al pædagogik er at give "Støttehjul til den andens hjerne", når der er brug for det. Men husk, det er ikke det i sig selv, der skaber udvikling.

Sørg for, at relationen og organisationen skaber tryghed ved:

- Struktur/rammer
- Rytme
- Forudsigelighed
- Forberedelse
- Markeret spejling

lene@eriknauer.dk - mobil: 24 23 83 97
lisbeth@bruus.dk - mobil: 20 41 87 60

VEJEN IND TIL NEUROAFFEKTIV PÆDAGOGIK



DET HANDLER OM
AT TALE DET
RIGTIGE "SPROG"

"Tak til Susan Hart og Marianne Bentzen"



BRUUS & ERIKNAUER

DEN 3-ENIGE HJERNE

DEN TÆNKENDE HJERNE

- Sansninger, følelser og tanker samles og målrettes
- Impulshæmning og viljeshandlinger
- Planlægning
- Skelnen mellem fortid, nutid og fremtid
- Strategier
- Fantasi og mentale billeder
- Målrettethed
- Oplevelse af skam, skyld, moral
- Refleksion over sig selv og andre

DEN FØLENDE HJERNE

- Følelsesmæssig udveksling
- Følelsesmæssig afstemning, fejlafstemning og genafstemning
- At kunne skiftes
- At kunne føle den anden og sig selv
- At kunne have medfølelse
- At kunne følge den andens initiativ
- At følge egne initiativer

DEN SANSENDE HJERNE

Den ældste del af hjernen, som regulerer de funktioner, der gør at vi kan overleve.

- Vejrtrækning og hjerterytmie
- Organernes stofskifte
- Produktion af neurokemiske stoffer
- Opmærksomhed – evne til at blive fastholdt
- Følelse af behag / ubehag
- Reflekser, urinstinkt, drifter
- Imitation
- Synkronisering

HUSK, altid at arbejde nedefra og op!

UDFORDRINGER

- Kan ikke forestille sig hvordan andre har det
- Kan kun se verden i eget perspektiv
- Har rigide forestillinger og kan ikke reflektere over dem
- Er optaget af hvad man skal og bør
- Kan ikke planlægge / lægge strategier
- Svært ved tid – forvirring i forhold til fortid, nutid, fremtid
- Kan ikke hæmme sine impulser
- Kan ikke selv komme i gang
- Pseudo mentalisering – refleksioner får ingen betydning
- Narrativet om en selv er løsrevet fra krop og følelser

DET PÆDAGOGISKE SVAR

- Sproglig udveksling
- Historiefortælling
- Rolleleg
- Kognitive forklaringer
- Symbol-leg
- Vis interesse for hvordan barnet beskriver sig selv og verden
- Leg der udvikler impulststyring
- Tegning

UDFORDRINGER

- Svært ved at være i følelsesmæssig kontakt
- Svært ved at slippe følelsesmæssig kontakt
- Egener ikke empati / fornemmer ikke hvad andre har brug for
- Er kun optaget af enten anden eller egne behov
- Fastlåst i dramatrekant – offer, hæuner, hjælperoller
- Misforstår sociale situationer
- Kan ikke indgå i følelsesmæssig afstemning med andre
- Kan ikke lege med mimik, krop og turtagning

DET PÆDAGOGISKE SVAR

- Lyttende indstilling
- Fælles fokus
- Affektiv afstemning
- Glædesfyldt samvær
- Sjove og livfulde lege
- Stille og rolige lege
- Leg med "lade-som-om" følelser
- Gentagelse mange gange så barnet får erfaring for at det mødes med rolig indlevelse

UDFORDRINGER

- Kommer nemt i stresstilstand ved forandringer
- Falder sammen, bliver mimikløs / kollaps ("uæk")
- Kan ikke rumme behagelige ting – kammer over
- Kan ikke rumme ubehag – bliver aggressiv eller flygter
- Kan ikke selv styre sønrytme
- Misbrug af mad, rusmidler, overdreven sex
- Kan ikke mærke sin krop – eller temperaturer
- Kan ikke synkronisere sig i samspil
- Kan ikke fastholde opmærksomhed
- Kan ikke falde til ro i samspil

DET PÆDAGOGISKE SVAR

- Gentagelse og gentagelse af synkroniseret spejling
- Indre ro og engagement
- Struktur, forudsigelighed – tryghed
- Rytme, massage, kontaktlege
- Rytmiske lyde og toner i kontaktfuld samspil
- Op- og nedregulering af arousal i samspil
- Udvide fleksibilitet i høj og lav arousal i synkroniseret spejling
- Udvide fleksibilitet i behag/ubehag i synkroniseret spejling

HUSK, altid at arbejde nedefra og op!

HUSK, altid at arbejde nedefra og op!