

Kompetencer som understøtter dannelse og livsduelighed

BEHOVSUDSÆTTELSE

Barnet skal mødes og have opfyldt grundlæggende behov som omsorg, mad, søvn, stimulering og kontakt. På den måde vil barnet langsomt kunne lære at udsætte sine behov. Dette er en forsat udvikling.

At kunne udsætte sine behov er en forudsætning for at kunne indgå i sociale relationer og læring

0-2 ÅR

FAGFOLK

Anerkende barnets behov, sikre, at du har forstået hvad det er barnet vil og sæt ord på dette – anvis handlemuligheder/alternativer. (Udviklingsstøttende kommunikation. Hjernes 3 deling)

Brug timetimer til at hjælpe barnet med hvor længe det skal vente (kort tid)

Lære at acceptere et nej fra ca. 1,5 års alderen

Aflæs barnet behov og gøre hvad du kan for at opfylde behovet – sætte ord på behov og lade børnene vente få sekunder og gradvis øge dette – træne det at vente

At børnene mødes i deres følelser

Turtagning fx når vi spiser, samling etc. - gradvist

FORÆLDRE:

Det spæde barns grundlæggende behov skal opfyldes umiddelbart og kontinuerligt. Det er vigtigt for barnets behov for kontakt, kærlig omsorg, mad, pleje og stimulation opfyldes, da det er forudsætningen for at det udvikler sig sundt og godt

Det er vigtigt at møde barnet i dets følelser så barnet føler sig mødt

Dit barn peger på døren og signalerer at det vil ud at lege. Du sætter ord på og siger ”du vil ud at lege”??

Barnet nikker. Du siger fx ”Vi skal ikke ud nu, nu skal vi spise, bagefter går vi ud” (opmuntrende og tydeligt)

Det er vigtigt at forældrene viser ro og tålmodighed og kan præge barnet og prøve ikke at blive stresset af barnet. Fx: At forældre er trygge i at aflevere deres barn i institutionen og signalerer det til barnet. Det er ok de reagerer mor /far har styr på det og du skal være i vuggestuen” Hvis forældre er utrygge kommer de til at bidrage til barnets oplevelse af, at det ikke er rart eller trygt at blive afleveret.

Genkendelige rutiner, gentagelser og forberedelse

3-5 ÅR

FAGFOLK:

At kunne sige nej og at det er ok at sige nej. For at det skal lykkes, har børnene brug for at reglerne overholdes kontinuerligt og at de voksne er vedholdende. På den måde kan børn lære at udsætte deres egne behov – at alting ikke kun drejer sig om dem, men at vi er et fællesskab, hvor vi tager hensyn til hinanden og venter på hinanden.

Timetimer

Gøre hverdagen overskuelige og forudsigelig for børn med struktur

FORÆLDRE:

Brug fx æggeur til at signalere hvor længe der går inden barnet kan få et ønske/behov opfyldt

Vente på tur

Fx lave taleliste når i spiser så barnet lærer ikke at afbryde

Overholde aftaler. Fx: Først tager vi tøj af, så kan du spise.

Turde at stå fast på egne værdier – og vedholdende bede barnet øve sig i at overholde / regler og acceptere et nej.

ROBUSTHED

Robusthed drejer sig om at tåle udfordringer på forskellige niveauer. At man tåler egne og andres følelser.

Robusthed hos det spæde og lille barn opstår, når det bliver mødt af rolige robuste voksne, som kan håndtere barnets følelser, trøster og guide så barnet lærer, at verden er et trygt sted, og at der er hjælp at hente, når noget er svært.

Et barn der er i psykisk og fysisk harmoni vil være robust til at navigere i en omverden der kan være meget omskiftelig. Dette forudsættes af, at barnet grundlæggende behov opfyldes som fx at barnet er veludhvilet og har få næringsrig og regelmæssig kost. Det er væsentligt at dets omgivelser skelner mellem behov og ønsker.

Tænke i barnets nærmeste udviklingszone og begreber som gå bagved, ved siden af og foran.

0-2 ÅR

FAGFOLK:

At barnet lærer at takle kravs situationer stille og roligt.

At vi bruger henimod handlinger og tale

At sikre barnet passende udfordringer og opmuntre barnet til fx at prøve nyt på legepladsen

Øve og hjælpe barnet til teknikker som gør at det bliver i stand til selv at tage fx støvler af

Hjælpe barnet og arbejde med sociale spilleregler, vente på tur osv. – hjælpe barnet med at rumme, når noget ikke kan lade sig gøre: Fx jeg kan godt se at du vil lege med bilen, men du må låne den lidt senere og så (fx sætte timetimer eller fortæl at barnet må lege med noget andet i ventetiden.

FORÆLDRE:

Som forældre er det vigtigt allerede fra barnet er spædt, at i fortæller barnet hvad du gør. Fx skifte ble, putter barnet, giver det tøj på. Brug sproget også fordi barnet gennem sproget kan høre at mor og far er trygge i situationen.

At barnet er veludhvilet og har få næringsrig og regelmæssig kost

Adskille egne følelser og barnets følelser fx hvis man er ked af at aflevere barnet i vg/bh

At barnet lære at klare små og passende ændringer i hverdagen som fx ny kost, at få børstet tænder, få små opgaver, tåle et nej, møde og være sammen med andre mennesker.

Fx: Barnet vil gerne lege – ”Okay vi sætter uret på 5 minutter (æggeur) og når det ringer børster vi tænder.

Lad være med at gøre tingene for børnene men inddrag dem idet så meget som de magter, og støt dem så de lærer at udholde frustrationer – opmuntre dem undervejs.

Lade barnet få ro og lov til at fordybe sig –

Minimer særregler og lær barnet at regler også gælde dem.

Pause ved kommunikation – fx (tælle til 20) når barnet skal svare, så det får tid til at finde svaret.

Lade barnet gå ind i institutionen (ikke bære det når det selv kan gå)

Sæt ord på det der sker også følelser

Være i børnehøjde – prøv at forstå hvad barnets intentioner er og hjælp barnet til en acceptabel adfærd

At forælderen er bevidst om at deres egen uro og nervøsitet smitter af hvis barnet fx vil prøve nogle udfordringer – klatre etc. Sæt ord på egne følelser. Jeg er lidt nervøs men jeg er der til at hjælpe hvis du har brug for det.

3-5 ÅR

FAGFOLK:

Støtte og vejlede i kravs situationen, men turde at stå fast

Brug af mobbefri kuffert – sætte ord på egne følelser/ andres følelser

At børn lærer at det er ok at tabe, fx i et spil

Skabe legemiljøer hvor børn oplever succes. Det handler om indretning, muligheden for at føle sig som en ligeværdig del af et fællesskab samt den relation den voksne har til barnet og som den voksne praktiserer.

Sæt ord på så der sker en selvregistrering og anvis handlemuligheder der er acceptabel

Introducer til gældende normer og regler. Sådan gør vi når vi spiser, når vi skal i garderoben etc.

FORÆLDRE:

At hjælpe dit barn i konfliktsituationer, være der og udhold, at være i følelsen af at være vred hvis barnet ikke kan få opfyldt et ønske.

Skelne mellem behov og ønsker

Støtte barnet i nye udfordringer – lade barnet afprøve nye ting – på legepladsen _her handler det meget om at skabe god stemning og opmuntre til nye ting.

VEDHOLDENHED OVERVINDE FORHINDRINGER OG AUTOMATISERING

For at være vedholdende må barnet/den unge kunne tåle modgang og frustrationer.

For at kunne klare nye svære situationer skal barnet støttes i og opmuntres til at overkomme når noget bliver svært.

Evnerne til at blive ved, er afgørende for, at barnet bliver en livsduelig voksne som ikke mister tro på sig selv og giver op.

Der er en fin balance i, at sikre at barnet får lært noget så godt - vi kalder det automatisering – først da er der overskud og plads til ny læring.

0-2 ÅR

FAGFOLK

Automatisering kommer via stimulation – motivation og øvelse

Gentagelser fx ved toiletbesøg at opmuntre barnet til at sidde på potte/toilet i længere tid

Børnene vasker hænder inden spisning

Børnene skiftes - får tøj af/på, sele på tager selv sut og sovedyr i kassen

Børnene går selv ud til krybben og kravler selv op af stigen

Faste rutiner under spisning - når de skal sove og i faste aktiviteter – med plads til små ændringer gradvis

Børnene skal opmuntres

Gentagelse og masser af mulighed for at øve sig igen og igen.

Klare små puslespil og lignende selv om det er lidt svært

FORÆLDRE:

At det lille barn mestrer en færdighed uden det kræver ret meget energi fx at gå ind i vuggestuen selv -Automatisering kommer via stimulation/motivation og øvelse

Sidde, krybe, kravle, holde balance, gå, løbe og hoppe

Håndtere små ting som fx: at lære at spise selv

Tale - lærer det kun ved at blive talt meget med

Bygge med klodser. Forældre sidder på gulvet med barnet og hjælper det gennem processen når det er svært - gentagende gange. Det er vigtigt at barnet er i en tryk atmosfære i en ny situation eller når der motiveres /stilles små krav.

Fx øve at gå med gåvogn og barnet ikke kan komme længere så opmuntre og hjælpe barnet til at forstå at det godt kan komme videre og ud af sin frustration. Sig fx jeg kan se det er svært men vi kan gøre sådan eller du klarer det. På den måde kan frustration blive til succes.

3-5 år

FAGFOLK

Følg barnets spor – så barnet lærer i de miljøer hvor det har størst chance for succes

Give barnet/børnene opgaver(sammen) som de opmuntres til at klare og som gøres kontinuerligt

Arbejde med at automatisering altid tager udgangspunkt i det enkelte barns NUZO.

Børn lærer meget af at være sammen med andre og vi kan opmuntre dem til at få øje på hinanden og bruge hinanden som rollemodel – fx lade de store vise hvad de kan så de yngre kan se det

Selv sætte ting på plads

Kunne sidde stille i samling

Kunne modtage beskeder og efterkomme dem

Lytte til andre

Rydde op efter sig

Kunne huske hvor de har lagt deres ting

FORÆLDRE

Stil krav til dit barn og lad det udføre små opgaver. Inddrag det i de praktiske gøremål for de opleves som læring for børnene.

Bruge symboler/navn på barnets ting så de nemt finder dem

Læse bøger om bogstaver, rim og remser – gerne flere gange – spille spil med barnet der handler om tal og bogstaver

Som forældre er det vigtigt at have tid og ro til at lade barnet udføre opgaver selv – vær bevidst over at man ikke tager over eller gør ting for børnene.

Godt for læring når det sker i en rar og tryk atmosfære.

Barnets måde at gøre ting på kan også være ok eller en mulighed. (Appellerer til, at barnet tør tænke nye tanker)

GODE OMGANGSFORMER –SOCIALE KOMPETENCER –AT KUNNE AFLÆSE

Gode omgangsformer og fornuftig og ordentlig kommunikation er grundlaget for alle fællesskaber og læring situationer. Det handler om respekt for hinanden

Fx på sigt - at kunne blive gode venner igen efter en uenighed

At kunne sige fra og til og vide når ens grænser overskrides

0-2 ÅR

FAGFOLK

At barnet evner øjenkontakt, smiler, lærer at være i kontakt, sige goddag, tak og farvel

Gode rollemodeller er væsentlige for at kunne udvikle denne evne

Sætte ord på handlinger, følelser og andres reaktioner og hensigter

De voksne skal være gode rollemodeller - og sikre den gode stemning

FORÆLDRE

At barnet evner øjenkontakt, smiler, lærer at være i kontakt, sige goddag, tak og farvel Gode rollemodeller er væsentlige for at kunne udvikle denne evne

Det er vigtigt at atmosfæren i hjemmet er god fx at mor og far kommunikerer respektfuldt. Barnet kopierer og afkoder sine forældre.

Tal roligt og "pænt" det hjælper barnet til at blive et socialt væsen som er rar at omgås.

Lær barnet at sige goddag og farvel og andre høflige kommunikationsformer.

Sidde sammen og spise og lære spisekultur

3-5 ÅR

FAGFOLK

Klare regler og forventninger i situationer som samling, spisning,

Den voksne skal gøre det tydeligt for børn hvad der forventes lige nu. Fx at lige nu taler vi med små stemmer.

Snakke om normer og praktisere dem. Fx Tak for hjælpen, sige undskyld, hente en voksne når noget går galt, forstå og acceptere et nej

Lave regler sammen / lege regler /slås regler

Hente en voksen hvis noget går galt

Inddrage børnenes perspektiv

Kunne deltage i fællesskaber

FORÆLDRE

Opdragerrollen

Tydighed i forhold til egen værdier og gældende normer

At forældrene taler respektfuldt om andre børn, voksne og familier så barnet lærer at kunne rumme andre og forstå andre.

Små opgaver og pligter i hverdagen, der inviterer barnet ind som en del af fællesskabet fx hjælpe med at rydde op på værelset, selv hænge tøj på plads, dække bord mv.

Lære at følge spillereglerne i forskellige kontekster (f.eks. svømmehallen, legepladsen) eller i forskellige lege eller aktiviteter (f.eks. sanglege, spil mv.)

Lære barnet at være opmærksomme på og hjælpe hinanden f.eks. hvis et barn falder og slår sig, hvis en bliver ked af det, hvis en ikke kan løse en opgave

Hjælpe barnet med ikke, at sige grimme ting til andre

Lære barnet almindelig god høflighed, samt en forståelse for, hvorfor det er meningsfuldt fx at sige: "Tak for mad" "Tak for i dag" etc.

LYST TIL LÆRING/NYSGERRIGHED

En forudsætning for at lære er at barnet bliver udfordret, opmuntret og har adgang til mange læringsmiljøer. Dette stiller store krav til at de voksne er nærværende og giver situationen opmærksomhed. Hvis noget skal læres kræver det mange gentagelser – det barnet skal lære skal være aldersvarende.

Når noget er lært vil det give plads til ny læring

Et barn der ikke får lov til at øve sig bliver snydt for læring

0-2 ÅR

FAGFOLK

Introduceres til legetøj og forskellige materialer.

Selv kravler op med støtte på trappe stol

Spise selv med fingre/ske etc.

Lære af succes

FORÆLDRE

Lade dit barn deltage i hverdagens gøremål: selv lægge tøj i vaskekurv.

Tage strømper af

Med hjælp hælde op i kop

Ørene lytter, øjnene studerer og søger kontakt og samspil. Hænder og munden undersøger og danner indtryk.

Det sunde naturlige barn vil undersøge alt hvad det møder og skal vedvarende stimuleres inden for nærmeste udviklingszone. f.eks. via kontakt, dialog, rim, remser, sang, studere små bøger, naturen m.v.

Børnene lærer af deres succes og får dermed mod på ny læring

3-5 ÅR

FAGFOLK

Inddrage børnenes perspektiv fx spørge børnene om hvad de synes om en aktivitet – tænke børns perspektiv ind når der evalueres.

Følge barnets spor, hvad er de optagede af.

FORÆLDRE

Nysgerrig på sociale kompetencer – forældre skal hjælpe barnet med at forstå hvor lillebror fx gør sådan etc.

Læse for barnet

Lege med barnet – sætte nye ting i gang opmuntre og vise barnet

Nysgerrighed på de sociale relationer, hvor det er vigtigt som forældre, at gå, støtte og udvide disse kompetencer hos sit barn. Forklare den yngste hvorfor den store reagerer som han/hun gør når den yngste gør sådan og sådan. Og være med til at udvikle forholdene.

Leg med sprog – lave røverhistorier

Lave føle leg

Læse for barnet og lave sjove rim og remser

EMPATI/ SELVREGULERING/DICIPLIN

Når barnet mødes med anerkendelse i et trygt miljø, vil det opleve sig hørt og set. Dette er en forudsætning for at opleve selvværd og få forståelse for sine omgivelser og på sigt kunne indgå i forskellige relationer og sammenhænge på en måde der er afstemt i forhold til forventet adfærd. Når børn og unge bliver fastholdt i at holde sig inden for nogle givne rammer og regler – daginstitutionens, skolen og hjemmets – vil de henad vejen forstå, at det hjælper dem i enhver læringsituation at blive inden for disse.

Det er at kunne forstå og regulere egne følelser. Selvregulering er behovsoplevelse og behovsudsættelse.

0-2 ÅR

Fra fødslen er barnet udstyret med meget begrænset evne til selvregulering. Evnen udvikles gennem nære relationer som barnet indgår i. Trygge rammer og opdragelse.

De første leveår er betydningsfulde i forhold til udvikling af selvregulering. Her grundlægges "arkitekturen/skelettet" for den fremtidige udvikling.

FAGFOLK

At øve sig i at vente på tur i forskellige situationer. Fx ved frokostmåltid, hvor maden sendes rundt, i garderoben når flere børn skal have hjælp til tøj, ved hjælp til toiletbesøg.

At børnene lærer at vise empati for andre. Fx hjælpe hinanden i garderoben, at give sin ven omsorg og trøst.

At barnet lærer at tolerere, at får et afslag/nej i forskellige situationer de møder i dagligdagen. Fx. Når vi skal til at spise, skal barnet ikke tage legetøj frem.

At lære at dele legetøj og andet med andre.

At øve sig i at blive siddende ved bordet, selv om at man er færdig med spise.

At barnet lærer at regulere egne behov, fx at spise brødet, når pålægget er spist.

At barnet lærer at udsætte egne behov i mødet med andre børn og kunne hjælpe sin ven.

At barnet øver sig i at kontrollere sine følelser i pressede situationer. Fx at barnet ikke slår og bider, hvis barnet bliver sur.

At barnet får en fornemmelse af hvordan man agerer i en give situation. Fx at barnet går på række og holder hinanden i hånden, når vi går på tur.

FORÆLDRE

At være i tæt kropskontakt med forældre.

Ved at opleve trygge og kendte rammer som signalerer hvad der skal ske. Fx når barnet skal sove. Ritualer som at synge for barnet, sætte afslappende musik på eller læse bog. Barnet kan også finde ro og tryghed i at en sut, krammedyr eller en sutteklud.

Hjælpe barnet med en døgnrytme, så der er forskel på dag og nat. Fx ved dæmpet belysning om aftenen, natten – ingen underholdning/leg – bleskift kun ved behov (vand dog muligt)

At forældrene er nærværende sammen med deres barn og kan glæde sig, trøste og beskytte barnet for at hjælpe det til at få styr på sine følelser.

Vis dit <barn, at du tror det kan klare små frustrationer. Fx når det øver sig på at ligge på maven, kravle etc. og at det ikke altid er den samme der putter barnet. At forskellige kan aflevere/ hente og passe barnet. (i mindre omfang)

0-5 ÅR

FORÆLDRE

At kunne tåle krav uden at bryde sammen

At kunne sidde og spise med de andre i børnehaven og i familien

At kunne vente til det bliver ens tur

At tåle et nej

At kunne klare at dele med andre uden at bryde sammen.

At kunne falde i søvn selv om aftenen.

At øve sit barn i regler for samspil med andre mennesker. Fx at vente på tur ved rutchebanen

At barnet oplever at der er tydelige og kærlige rammer omkring det og at det gradvist får mere plads til at udfolde sig inden for disse rammer.

At barnet bliver styret men også gradvist lærer at styre sig selv i visse sammenhænge.

At barnet bliver mødt med positive forventninger til det det kan/skal

At barnet får mulighed for leg med andre børn i trygge kendte rammer i mindre enheder.

At være en del af familiens fælles måltid

At barnet oplever at være en del af et familiefællesskab, hvor alle deltager.

At barnet øver sig i at være sammen med voksne, som barnet føler sig tryk hos.

At lade barnet opleve, at dets oplevelser og følelser bliver hørt, og at de voksne omkring støtter barnet i hvordan det kan komme videre.

FAGFOLK

Tydelige genkendelige rammer, så barnet kender forventningerne øger muligheden for at styrke selvdisciplinen

Faste spisepladser, bruge visuelle medier til tidtagning af hvor længe vi sidder ved bordet, giver barnet overblik over hvor meget det skal justere deres spisehastighed for at blive færdige.

Mobbefri kuffert.

Små lege fællesskaber hvor legen guides.

Bekræfte barnet, registrering, sætte ord på det der sker og andres intentioner.