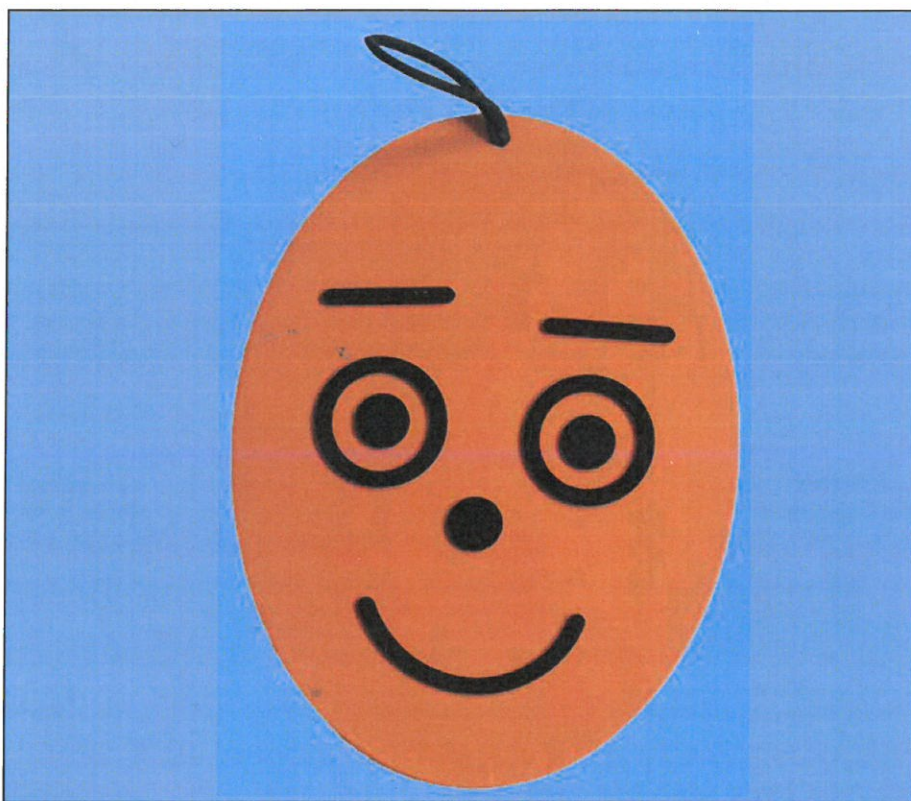


Robuste voksne skaber robuste børn på Malling Skole



Af Carsten Møller,
traumeterapeut, lærer og inklusions-
vejleder på Sødalskolen

"HVOR ER DU HENNE på en skala fra 0-10?" Jeg er på Mallings skoles lærerværelse, hvor jeg møder en gruppe lærere, som er meget åbne og interesserede i at høre og lære om robusthed, og hvordan de kan øge både deres egen og børnenes robusthed. En af metoderne er at bygge et sted, hvor de føler sig trygge. Det gør de med Legoklodser. Det giver gode snakke om, hvad der skal til at føle sig tryk. Det trygge sted kan bruges med børnene, når der er noget, de synes, er svært. Det trygge sted kan være med til at berolige barnet og til at fokusere på mere positive ting.

En anden måde at arbejde med følelser på er FACE:IT - et metalansigt med magneter. Magneterne kan flyttes rundt, så ansigtet udtrykker forskellige følelser. Det kan være meget hjælpsomt for børn at bruge ansigtet til at udtrykke de følelser, som nogle gange kan være svære at sætte ord på. Ligeledes kan det også bruges til at træne børn i at aflæse andres følelser, da ansigtets udtryk er meget tydeligt.

Men tilbage til skalaen fra 0-10. Skalaen er tredelt, hvor der mellem 0 og 4 er ro

i nervesystemet, mellem 5 og 7 er der spænding/uro. En spænding, som kan være enten positiv, som fx et barn har det juleaftensdag eller negativ, hvis fx man bekymrer sig om, hvordan man nu skal klare matematikprøven i den næste time. Når man kommer op mellem 8 og 10, er hjernen i alarm. Her tænker barnet slet ikke, men handler per instinkt. Dette kan komme til udtryk ved, at man kæmper eller flygter. I forhold til børn kan det komme til udtryk ved, at man kommer op og slås eller løber sin vej.

Skalaen giver en ny forståelse og et nyt sprog både for børn og voksne. Der er stor forskel på at beskrive et barn, der har været i konflikt som "sindssygt rasende" i forhold til at sige, at barnet er på 10 på skalaen. Når man bruger skalaen, bliver det lettere at forstå og tale om det, der er sket, både for den voksne og for de andre børn i klassen.

Skalaen fra 0-10 er i øvrigt ikke kun relevant for børn og voksne på Malling Skole - så hvor er du på skalaen fra 0-10? Tak for en dejlig dag på Malling Skoles lærerværelse med stort engagement. Jeg glæder mig til at komme igen og snakke om robusthed med personalet i SFO i efteråret.

Man kan læse mere om FACE:IT på www.facebook.com/faceitbo og om robusthed på www.robusthed.skoleblogs.dk

 MALLING TURISTBUSSE
Sofielystvej 15, 8340 Malling
Tlf.: 86 93 11 66 - Giro 3 29 91 04

ANNE OLSEN
Vognmand

III

 BEDER BYG
BEDER BYG

2175 8070

bederbyg@bederbyg.dk

Tømrer/Snedker
Murer rep.
Malerarbejde
EI/Data/Antenne
Div. arbejde

Byagervej 26A · 8330 Beder
www.bederbyg.dk

 TANDLÆGEHUSET
BEDER

Tandlæge Søren Calmar Aps
Kirkebakken 5A, 8330 Beder
Tlf. 86 93 63 66 Fax 86 96 64 54

Udlejning af SERVICE, fadølsanlæg

Levering af fustager

Toiletvogn m. 4 toiletter

Kontakt

Tue: 4068 1118 · Helle 2292 1787

Malling Private Dagpleje

Pasning i kærlige omgivelser med ro, til at gro..

Helle Gregersen
Lundshøjgårdsvej 7
4040 7144

www.MallingDagpleje.dk
2HelleGregersen@gmail.com



 TØMRERMESTER

GLAS · TØMRER
SNEDKER · INVENTAR
BUTIKSINDRETNING

Erik Sørensen

Sofienlystvej 11A, 8340 Malling
Tlf/fax: 86 93 30 41
Mobiltlf.: 20 15 13 61

