



Hvad gør vi, når barnet slår, sparker og skriger?

KRISE. Når barnets autonome nervesystem konstant er i alarmberedskab.

AF METTE DEGN LARSEN
Djurs Fysioterapi

KLUMME: Det er ikke let at være forældre til et barn, der slår, sparker og skriger, hvis noget går det imod. Skammen over, hvad andre mon tænker; sammen med sin egen sorg og afmægtighed kan være overvældende.

Disse børn har ofte svært ved at rette sig efter regler i en leg. Ofte har barnet lange indviklede indvendinger og vil konstant ændre på reglerne. Og hvis tingene går barnet imod »tænder det af«, - det kan ikke regulere sig selv, men reagerer i stedet voldsomt.

Ofte har barnet også vanskeligt ved at indordne sig i skolen med lærere og pædagoger. Det kommer ofte på kant med tingene og løber ind i skæld ud og irrettesættelse.

Forstå, hvad der er på spil

For at vi, som forældre og professionelle, kan hjælpe disse

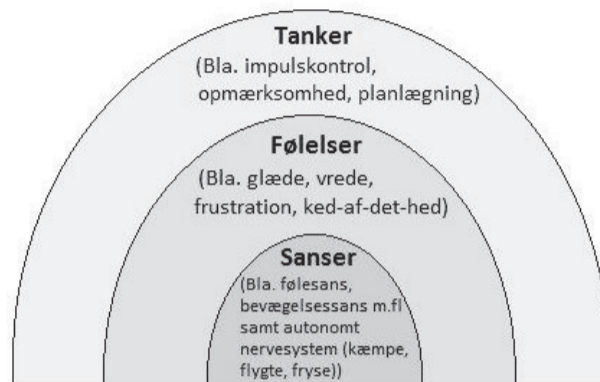
børn, er det vigtigt at forstå, hvad der kan være på spil for barnet.

Ifølge psykolog Susan Hart er vores hjerne opdelt i tre områder, der alle er vigtige for at vi kan indgå i samspil med andre.

Nederst er »den sansende hjerne« - herfra styres bl.a. vort åndedræt, hjerteslag, fordøjelse og vore sanser. Her afkoder hjernen lynhurtigt, om der er fare på færde og reagerer automatisk med at angribe, flygte eller fryse. F.eks. afkoder om man skal råbe op og slå fra sig eller løbe væk. Midterst er »den følede hjerne«, her registreres vore følelser; vrede, ked-af-det-hed, frustration, glæde mv. Øverst er »den tænkende hjerne« og herfra styres bl.a. impuls kontrol, opmærksomhed og evne til planlægning og organisering.

Alvorlig stress

Hjerneforskningen viser, at hvis hjernen - og især den fø-



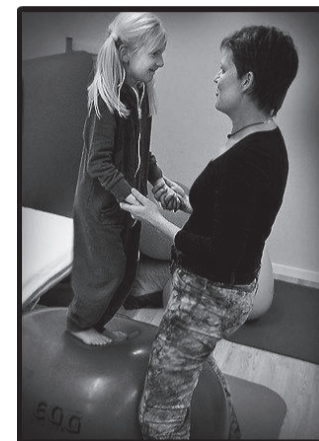
Den tredelte hjerne.

lelsesmæssige del - udsættes for alvorlig stress og svære belastninger tidligt i livet, ned sættes vor evne til at håndtere stress og belastninger. Det betyder i praksis, at når et barn udsættes for stress, som f.eks. indlæggelse, skilsmisse, tab eller trussel om tab af nærtstående, mange skift i de tidlige år mv., så kan det medføre at barnets autonome nervesystem konstant er i alarmbered-

skab, hvilket sker i den nederste del af hjernen.

Konstant på vagt

Barnet er konstant på vagt overfor mulige farer; og overreager kraftigt på selv meget små ting, der i andres øjne ikke nødvendigvis ses som trusler. Barnet styres altså af den nederste og mest primitive del af hjernen og samtidig er den øverste tænkende del af hjernen sat ud af spillet, der hvor overblikket og impulsstyringen ligger. Det betyder risiko for at barnet slår, sparker



I praksis handler det om at gå på opdagelse sammen med sit barn, finde ud af, hvordan sanserne kan påvirkes på en rar måde.

og skriger uden at vi kan se meningen i det.

For at hjælpe de børn, skal vi søge at »ramme« barnet på alle tre niveauer i hjernen.

Oftentimes henvender vi os kun til »den tænkende hjerne« gennem sproget, og glemmer den følede og sansende del.

Og her skal netop den sansende og følede del af hjernen

påvirkes for at få den tænkende del til at fungere.

I praksis handler det om at gå på opdagelse sammen med sit barn, finde ud af, hvordan sanserne kan påvirkes på en rar måde. Måske er det dybe tryk på kroppen, måske skal barnet for en tid sove hos os om natten, måske skal vi sidde tæt i sofaen, mens vi får lidt godt at drikke og spise. Måske handler det om at bevæge sig på en dejlig måde; hoppe, snurre, gyngte, danse.

At udforske sanser

Vær sammen detektiver på, hvordan bevægelses-sansen, berørings-sansen, lugte-sansen m.fl. kan påvirkes på en dejlig og sjov måde for barnet.

»Spejl« barnet på dets følelser - hvis det ser ud som om det er rart, så sig: »det ser ud som om de er rart for dig?« - ser barnet usikker ud, så sig det.

»Lån« barnet dine ord - sæt dig i barnets sted og fortæl det, hvordan du tror det opleves.

Derved beroliger vi barnets nervesystem - via alle tre områder i hjernen - samt hjælper hjernen til at modnes.

Inspiration til Europaparlamentsvalget

Torsdag 8. maj 2014 kl. 19.00

på Ørsted Kro, Rougsøvej 118, Ørsted

Historiker

LARS HOVBAKKE SØRENSEN

ekstern lektor, ph.d. ved Københavns Universitet

Med udgangspunkt i sin bog "En europæisk Danmarkshistorie" giver Lars Hovbakke Sørensen et udførligt indblik i Danmarks rolle i Europa gennem århundreder og et oplæg til debat om den fremtidige rolle.

EU-kandidat for Kronjylland Aleksander Aagaard

fortæller om sine visioner.

Folketingsmedlem Anne-Mette Winther Christiansen

er ordstyrer.

Der vil være fri debat og spørgsmål fra deltagerne i mødet. Erhvervsfolk med erfaring i EU-forhold er inviteret til at deltage i mødet.

ALLE ER VELKOMNE

Debat

Arrangører:

EUROPA
nævnet

VENSTRE
Norddjurs Vest

LOF
Djursland



HJÆLPTILSTRESS.dk
Samtaleterapi - stressrådgivning - afspænding

HJÆLPTILAFSPÆNDING.dk
Velværemassage - afspænding - fysiurgisk behandling

Ndr. Strandvej 26 - 8400 Ebeltoft
Tel. 6142 6020 - hannelange@live.dk



Annemette
Thrane Poulsen
Advokat

GRATIS RETSHJÆLP

på vores kontorer
i Ebeltoft og Grenaa

HVER TIRSDAG
KL. 16.00-17.00

ZACHER ADVOKATER

Storegade 9 . 8500 Grenaa . Tlf. 86 32 12 77
Jernbanegade 22A, 1. tv. . 8400 Ebeltoft . Tlf. 86 34 38 22

Sulten
efter
meget
mere for
pengene?

Sweetdeal
Del det bedste i livet

Bestil på sweetdeal.dk

Posten
Djursland

DjurslandsPosten . Østerbrogade 45 . 8500 Grenaa . TLF. 87 58 55 00 . Fax 87 58 55 16

ANNONCEMAIL: annonce@djurslandsposten.dk
REDAKTIONEN MAIL:
redaktion@djurslandsposten.dk
DEADLINE: Tekstannoncer torsdag kl. 12.00
Navneannoncer fredag kl. 9.00

KONTORTID: Mandag-fredag kl. 8-15.30
OPLAG: 40.915 eksp. ifølge Dansk
Oplagskontrol.
DISTRIBUTION: FK
UDGIVER: Berlingske af 2007 A/S

CHEFREDAKTION: Dorthe Carlsen (ansvarshavende) og Axel Præstmark
DIREKTION: Gorm Wesing Flyvholm og Dorthe Carlsen

MEDIECENTRET: Folkebladet Djursland, DjurslandsPosten og GrenaaBladet
SATS: Berlingske Prepress
TRYK: Berlingske Avstryk A/S.

Har de ikke modtaget avisen kontakt venligst FK på tlf. 70 10 40 00 eller pr. mail kvalitetvest@fk.dk Erhvervs mæssig affotografering af DjurslandsPostens ideer og tegninger er ikke tilladt. DjurslandsPosten påtager sig intet erstatningsansvar som følge af evt. tryk-fejl i annoncer og tekst.

Redaktionen



Søren Andersen
Redaktionsleder
soan@stiften.dk



Henrik Ask
Journalist
heas@stiften.dk



Flemming Bülow Poulsen
Journalist

Annancer



Dorthe Olesen
Grafisk chef/
sweetdeal
dool@stiften.dk



Torben Duus
Salgsleder
todu@stiften.dk



Henrik Sørensen
Storkundecheff
heso@stiften.dk



Thomas Pedersen
Produktchef GB
thpe@stiften.dk



Allan Aabenhuis
Kundekonsulent
alaa@stiften.dk



Jesper Rasmussen
Kundekonsulent
jesr@stiften.dk



Karin Johanson
Kundeassistent
kajo@stiften.dk

