



Sosialt samspill og utenforskap



Av barne- og ungdomspsykolog Kirsten Holtmon Resaland





Hvordan skal vi voksne
forholde oss til det
sosiale samspillet
mellom barn? Når skal vi
gripe inn, når skal vi la
dem ordne selv? Og hva
kan vi gjøre hvis vi blir
bekymret?

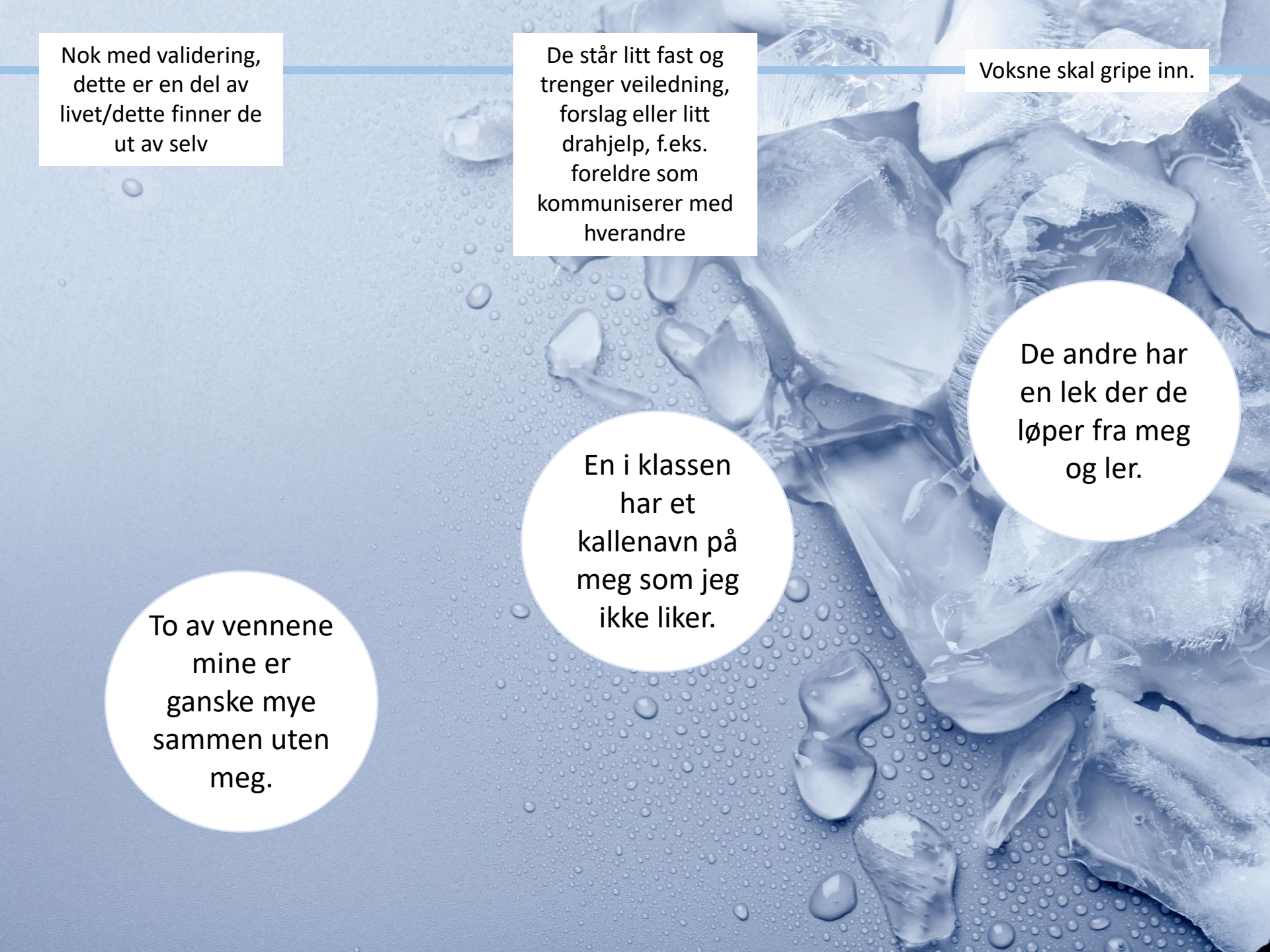




Mestre
og tåle

Hjelpes
og
beskyttes





Nok med validering,
dette er en del av
livet/dette finner de
ut av selv

De står litt fast og
trenger veiledning,
forslag eller litt
drahjelp, f.eks.
foreldre som
kommuniserer med
hverandre

Voksne skal gripe inn.


De andre har
en lek der de
løper fra meg
og ler.

En i klassen
har et
kallenavn på
meg som jeg
ikke liker.

To av vennene
mine er
ganske mye
sammen uten
meg.



Ingen barn har godt av å falle utenfor. Alle bør ha noen som blir glade for å se dem når de kommer på skolen. Alle bør ha noen som merker det når de er borte.



Hvordan kan
vi voksne
hjelpe barn
med det
sosiale?

Dilemmaer

og noen forslag til tiltak



D I L L E M M Å

I hvor stor grad kan vi påvirke hvilke barn som finner hverandre, og hvordan vennskapene utvikler seg?

Hva kan alle foreldre gjøre for å forebygge destruktiv dynamikk?

Være tydelige på verdier («Det høres ikke ut som det er greit for Casper? Vet dere at han synes dette er gøy?»)

Gjøre det trygt å innrømme feil («Så tøft av deg å fortelle meg dette, jeg skal hjelpe deg å formulere en fin tekstmelding som sier unnskyld»)

Gå gjennom klasselisten jevnlig («Hvem leker han med? Hm, det hørtes ensomt ut, da inviterer vi ham med hjem en dag neste uke.»)

Vise bekymring for barn som ikke er i ditt barns krets («Hva med Maya, hvordan går det med henne nå?»)

Være bevisst på hvordan du selv snakker om andre

Ta opp dilemmaer med barnet ditt («Da jeg var femten, var jeg i en skvis, jeg er spent på hva du ville gjort, nå skal du høre...»)

Invitere og arrangere ting som er for alle

Minne barnet på å inkludere, ikke bare vagt, men med navn

Sette ord på hvor stolt du er av barnet ditt, når det tar ansvar for verden rundt seg eller for egen atferd

Øve på perspektivtaking

Være obs hvis barnet ditt er stort nok til å skjønne at det hen gjør, plager andre, men gjør det likevel

Er det noe ved
kid som ville
vært en
sårbarhet
nesten uansett
hvor hen var?


Er det noe som
bør tas hensyn
til videre?

Hvordan finner
vi balansen
mellom at kid
tilpasser seg
verden, og at
verden
tilpasser seg
kid?





Elise, 10 år



Ingen liker meg. Ingen ser på meg som sin venn. De andre gjør narr av meg og har det morsomt uten at de voksne får det med seg.



Foreldre



Lærer



PPT, Bup,
lavterskeltilbud



Jeg føler at...

Pakk situasjonen forsiktig ut. Valider følelser, men ikke situasjonsfortolkning. Vær oppmerksom på at «jeg føler at» ikke er en følelse. Finn ut om dette er noe barnet kan løse selv med litt oppmuntring, eventuelt veiledning, eller om du bør gripe inn.



Skolen

Kan dette løses uten å nevne navn?

Pass på å unngå gaslighting

Hvordan kan hele miljøet få et løft?

**Hvis det trekker ut i tid – husk at det ikke gjør
det mindre alvorlig for barnet (tvert imot),
selv om det er menneskelig å bli sliten og lei
av noe som ikke går over**



Foreldrene prøver å
snakke med foreldrene
til de andre barna.

«Vi skjønner ikke hva hun snakker om.»



Foreldrene til de andre barna ser dem som sunne, blide, fine unger, de har venner og er sosiale, og miljøet i klassen virker fint.



«Two things can be true»



Foreldre som får beskjed om at barnet deres har gjort noe galt

- *Vær ærlig på hva du vet og har hørt.**
- *La dem snakke ut uten å avbryte.**
- *Ikke tillegg dem intensjoner du ikke vet om de har hatt.**
- *Øv dem opp i perspektivtaking.**
- *Normaliser det å la seg friste til å gjøre noe usympatisk – men vær samtidig tydelig på at det ikke er greit å gjøre det.**
- *Tenk høyt med barnet om hvordan situasjonen kan repareres framover.**





WISC
Aseba
Brief
Barkley
A-DOS
KIDDIE-sads

Utredning kan være
verdifullt, men er
nesten aldri nok til å
føre til endring i seg
selv.

**Hva kan
systemet gjøre
når et barn har
det vanskelig?**

Mange etterlyser
konkrete råd og
hverdagsnær
veiledning.



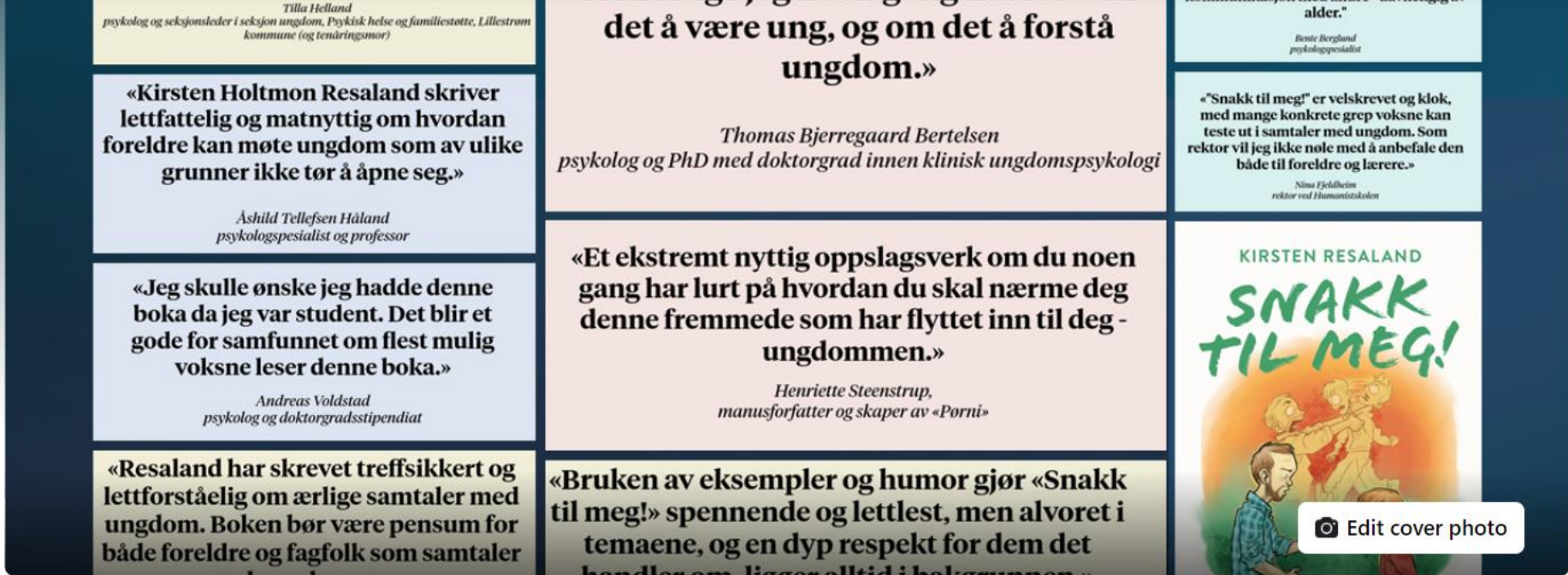
Mitt forslag er...
og når det
gjelder
friminuttene,
kan vi jo prøve
ut...

Pass på at symptomer på en vanskelig
hverdag ikke blir tolket som noe iboende ved
barnet.

Problemløsning – det må være lett å si fra hvis det ikke er en god plan.



Flott, da sier vi det
sånn – de har lovt å
slutte å blikke deg,
så ordner dette seg.
Problem solved!



Psykolog Kirsten Holtmon Resaland

557 followers • 0 following



Kirsten.resaland@gmail.com

følg

Edit

Instagram

Hjem

Søk

...



psykologkirstenresaland

civ

Annonseverktøy



7 innlegg 169 følgere Følger 182

Barne- og ungdomspsykolog Kirsten Resaland
Psykologspesialist, foredragsholder og forfatter. "Helt Ærlig" (2020) og "Snakk til meg!" (2024)