

An illustration featuring a dark blue mountain peak on the right side. At the top of the peak, there are silhouettes of a family: a man, a woman, and a child. The background is a warm orange color with several yellow stars of varying sizes. A white, wavy horizontal band runs across the middle of the image, partially obscuring the mountain. The overall style is minimalist and artistic.

VOLDSBEVISST OMSORG

Mellom dom og diagnose

PLAN FOR DAGEN

- Kort om Stine Sofie Senteret
- Den tredelte hjernen
- Voldsbevisst omsorg med fokus på barnesyn og lek



A photograph of children playing in a water feature at Stine Sofie Senteret. In the foreground, a boy in a green shirt and dark shorts is running barefoot on a wooden platform, splashing water. A girl in a dark dress is running towards him. In the background, another child is visible near a rectangular water structure. The setting is an outdoor area with modern buildings and greenery under a clear blue sky.

STINE SOFIE
SENTERET



KORT OM OSS

- Et kurs og mestringscenter
- Et opphold varer fra mandag- lørdag
- (Godkjent som gyldig fravær fra skolen)
- Kostnadsfritt for kursdeltakerne
- Vi bestiller og betaler reisen
- Senteret er døgnbemannet
- Volds- og overgrep utsatte barn fra 0-18 år
- Opphold sammen med trygge omsorgspersoner og søsken

MÅLSETTINGEN MED OPPHOLDET



Å styrke de volds- og overgrep utsatte barnas motstandskraft



VÅRE
VEIVISERE

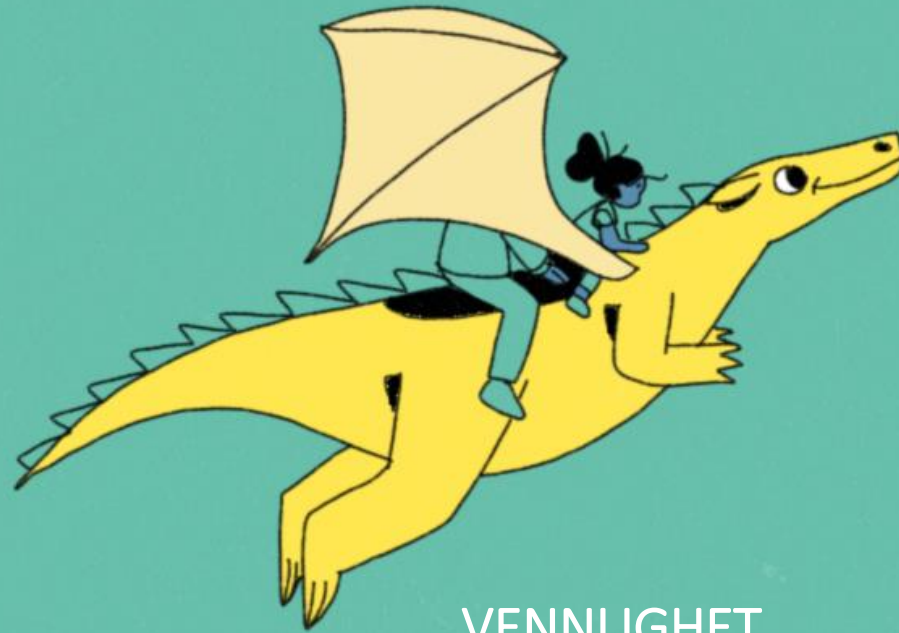
SE KURSDELTAKERNE I LYS AV HVA
DE HAR OPPLEVD

SKAPE NYE FORTELLINGER

LEKENS BETYDNING

OPPLEVELSER, TRYGGHET
OG MESTRING

STYRKEN I FELLESSKAPET



VERDIER

VENNLIGHET

- for å trygge og bygge relasjoner og fellesskap

LEKENHET

- for samspill og fellesskap

RESPEKT

- i møte med menneskers fortellinger

**FOREKOMST
AV VOLD
OG OVERGREP**



FYSISK VOLD

1 av 5

Mindre alvorlig vold fra foreldrene

1 av 20

Alvorlig vold fra foreldrene



PSYKISK VOLD

1 av 5

Psykisk vold fra foreldrene

Markant økning i 8/9 klasse



VITNE TIL VOLD

17 % har opplevd at **mor** har vært utsatt for minst en form for **fysisk eller psykisk vold**, mens **13%** har opplevd at **far har vært utsatt** for dette.



SEKSUELLE OVERGREP

6% har opplevd seksuelle overgrep

4% har opplevd gjentatte seksuelle overgrep



Nesten dobbelt så mange jenter som gutter har vært utsatt

**BYGGE
HJERNE**



HJERNENS TRE DELER

TENKEHJERNEN

Gjør at vi kan tenke **fornuftig**,
snakke og planlegge

Styrer **de andre delene** av
hjernen



FØLEHJERNEN

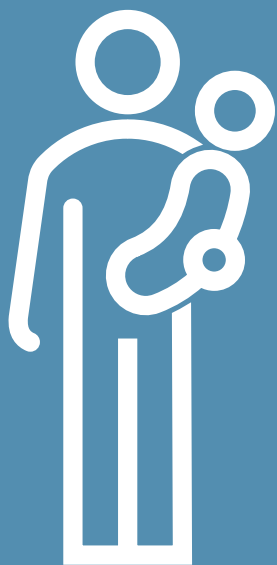
Hjernens **alarmsystem** som
hjelper oss å **huske** hva som
er **farlig** og **ikke farlig**

LEVEHJERNEN

Hjelper oss å **overleve**
og komme unna **farer**

- TEMPERATUR
- BLODTRYKK
- PUST
- SØVN
- APETITT
- STRESSAKTIVERING

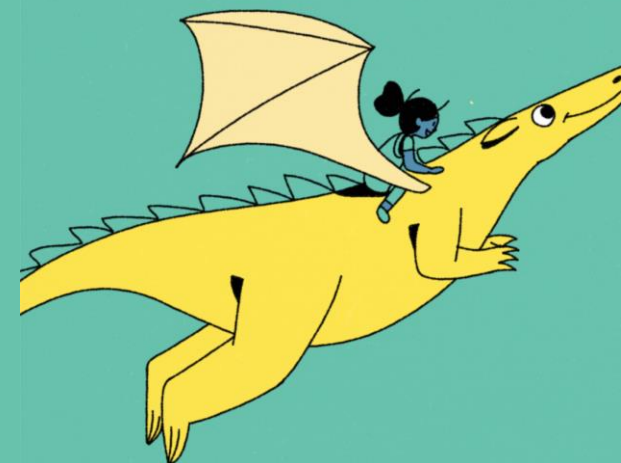
REGULERINGSSTØTTE



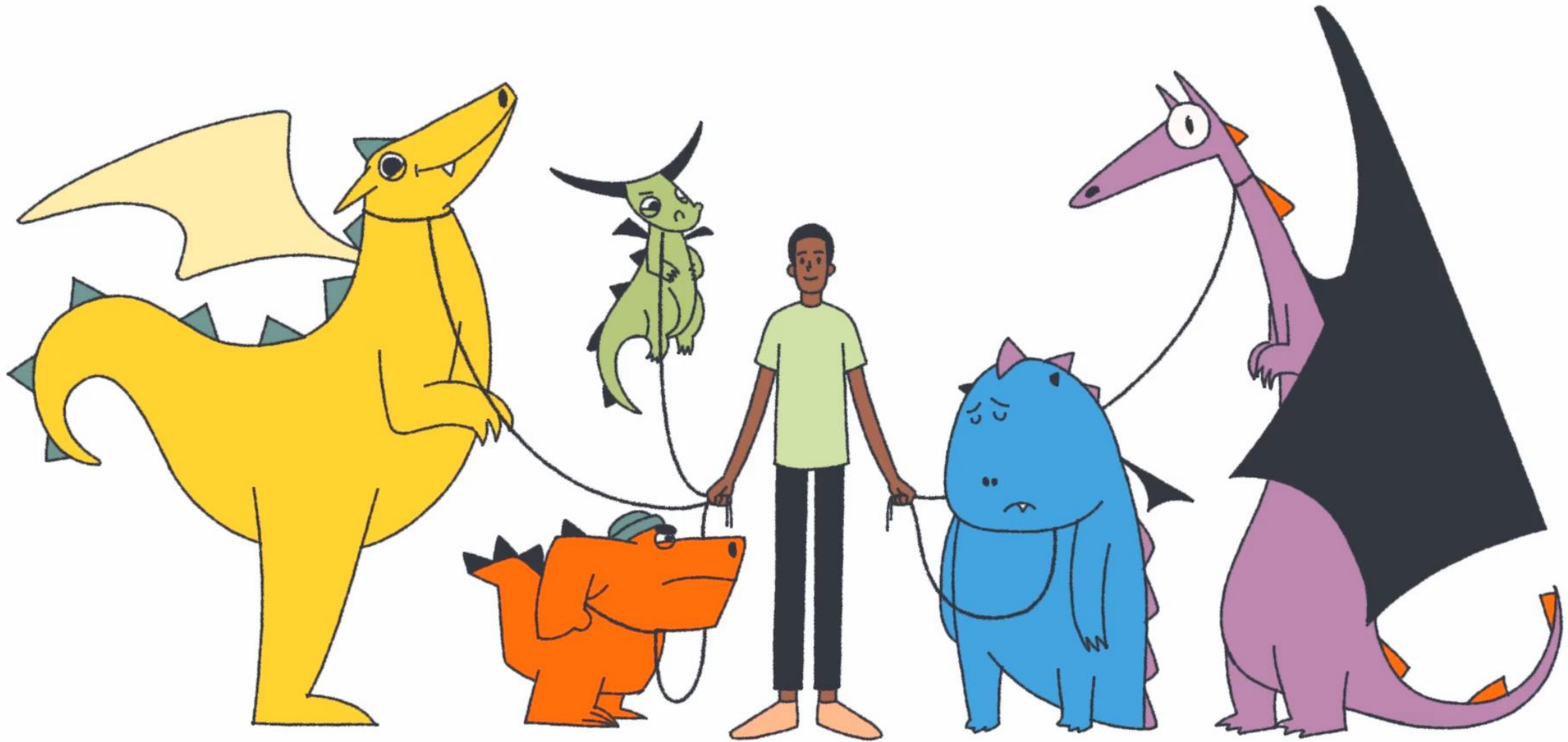
TRYGGHET OG OMSORG

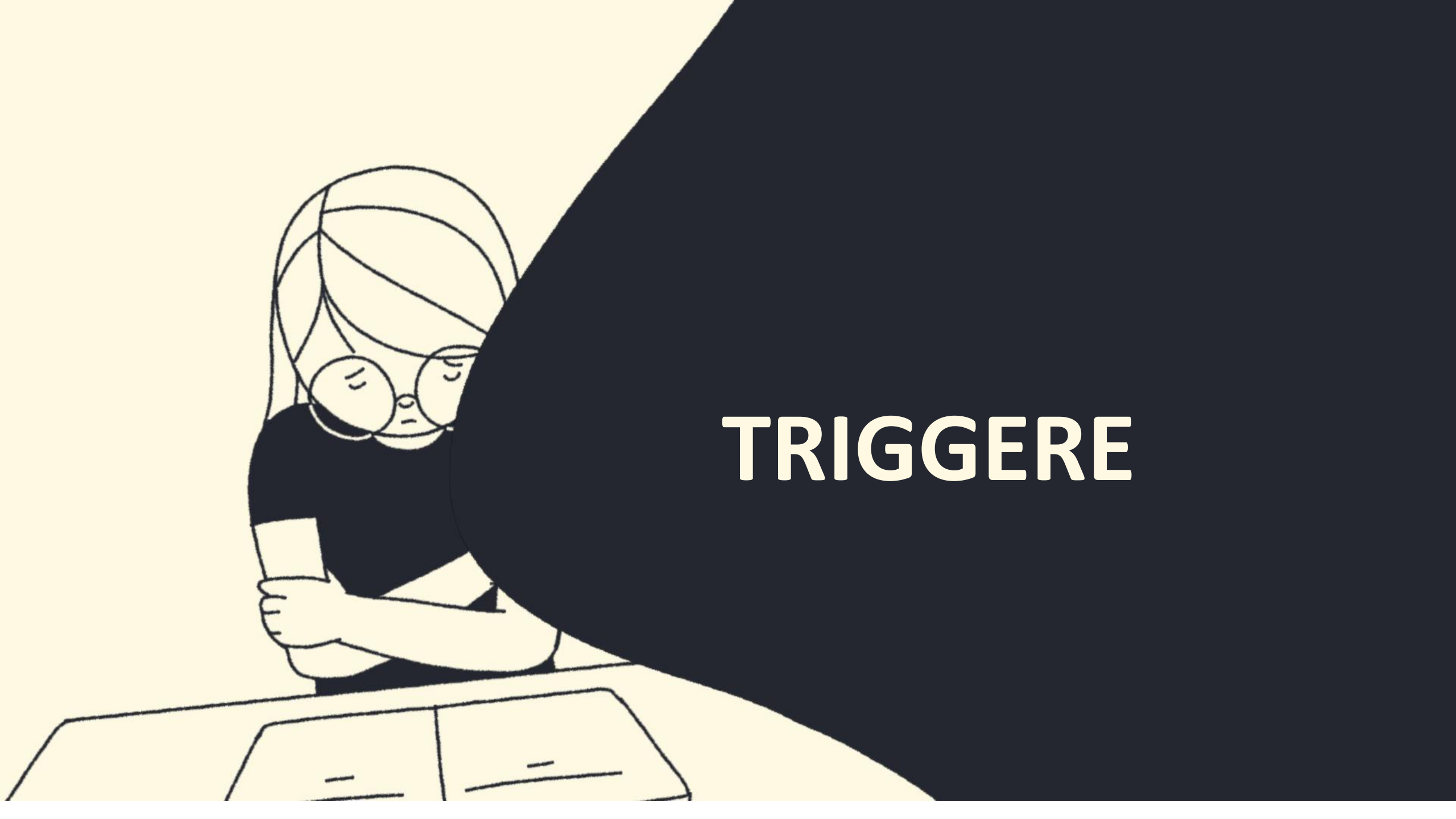


SELVREGULERING



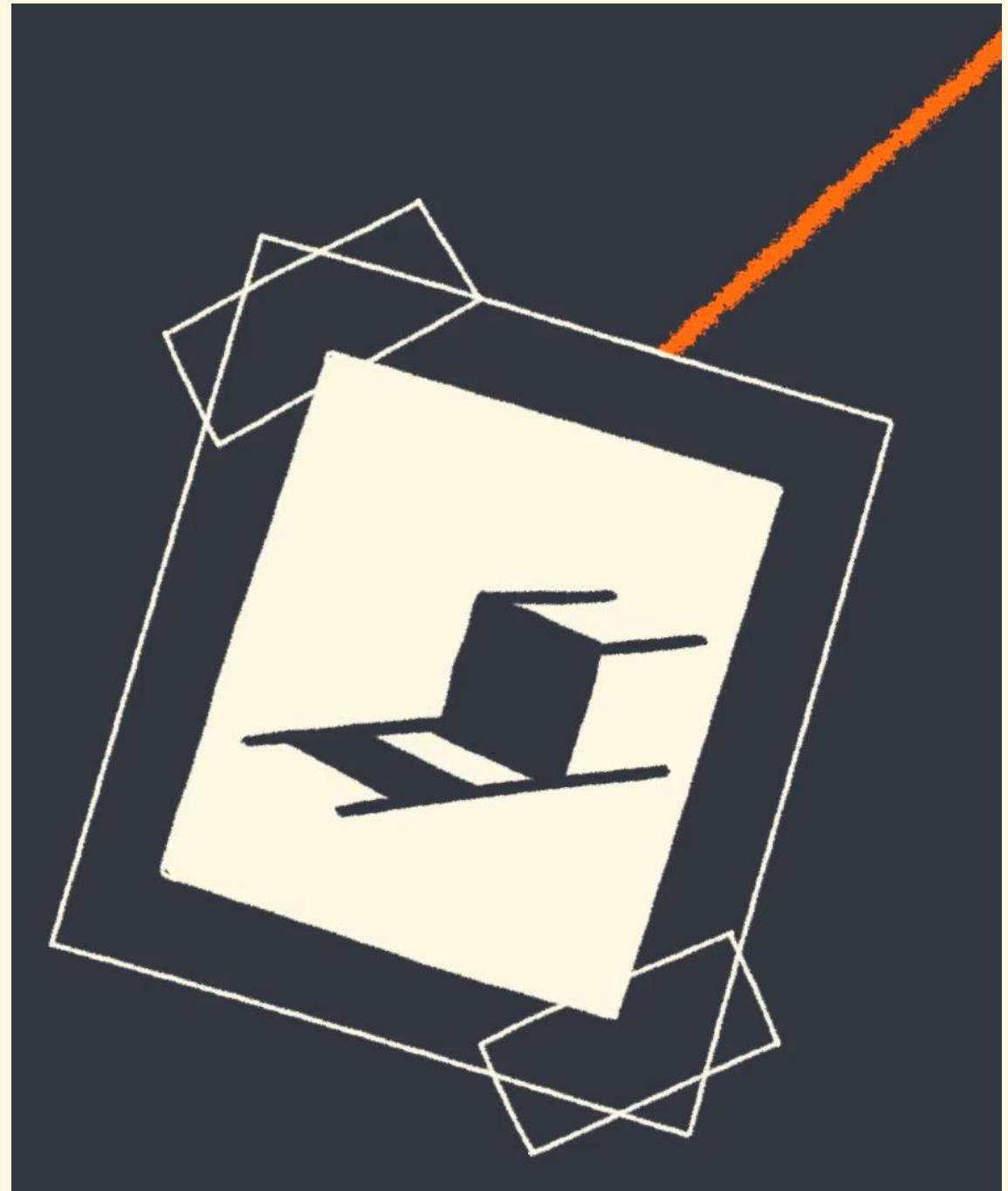
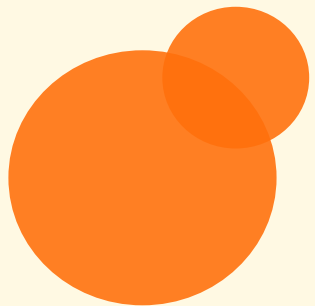
HVORDAN BLIR VI DRAGETEMMERE?





TRIGGERE

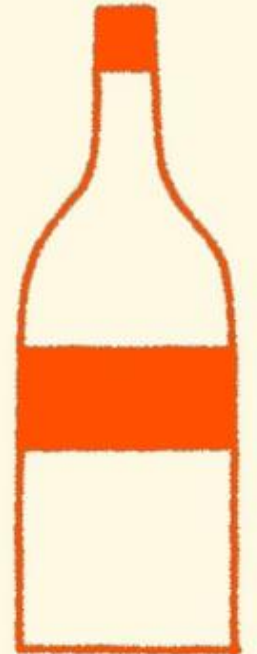
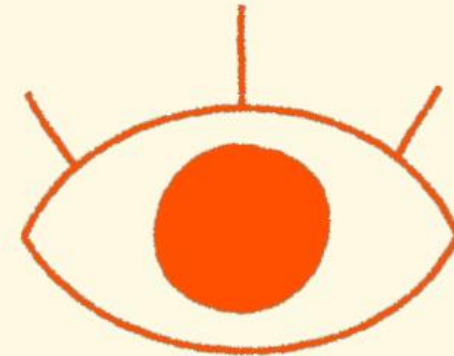
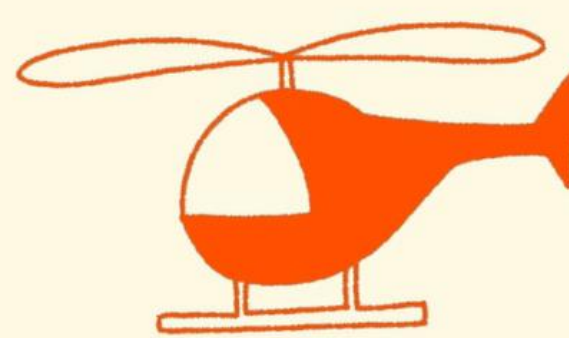
HVA ER TRIGGERE?



HVA TRIGGER OSS?

HVA ER DINE TRIGGERE?
HVA ER DITT BARNES TRIGGERE?

Gå sammen to og to og diskuter spørsmålene. Felles drøfting i plenum etterpå.



NÅR ER DU I TÅLERAMMA?

OVER

TÅLERAMMA

INNI

TÅLERAMMA

UNDER

TÅLERAMMA



KLOKKEN

06 07 08 09 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 00 01 02



**TA LEK
PÅ ALVOR**



LEK ER LOVFESTET GJENNOM
BARNEKONVENSJONEN

LEK ER EN TILSTAND

- Lek er livsnødvendig for barns hjerneutvikling
- De positive følelsene som skapes under lek bidrar til denne utviklingen
- Lek fører til bedre sosial tilpasning
- Lek fører til bedre regulering av følelser
- Lek reduserer nivået av stresshormoner i kroppen
- Lek fører til at barnet utvikler flere mestringsstrategier
- Lek skaper produksjon av hormoner som gir en følelse av velvære
- Lek er veien til endring – også for voksne



**VOLDSBEVISST
OMSORG**





VOLDSBEVISST
OMSORG

TRAUMEBEVISST
OMSORG

**HVORDAN
KOMMER VOLD
OG OVERGREP TIL
SYNE?**



STYRKEN I
FELLESSKAPET

ET BEVISST
BARNESYN

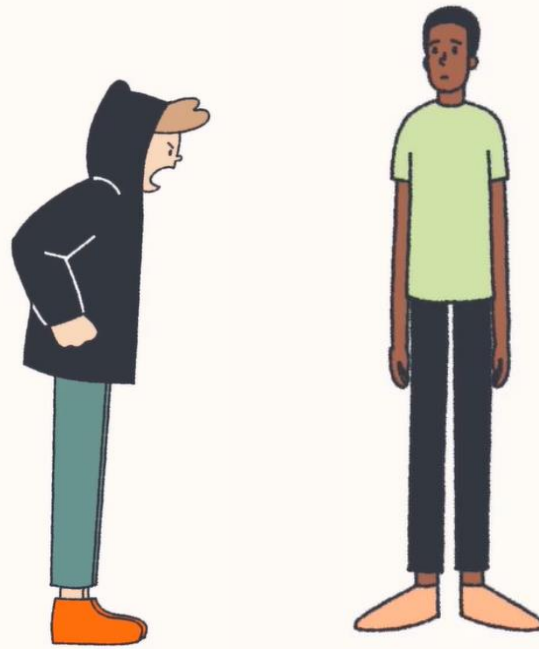
MER
NORMALITET

HENDELSES-
UTLØST
OPPFØLGING

INGEN
PASIENTER
INGEN
PÅRØRENDE

LIVSLØPS-
PERSPEKTIV

BETYNING
EN AV EN
GOD PLAN



ET BEVISST
BARNESYN





HVA ER DITT BARNESYN?

MÅTEN DU SER BARNET, PÅVIRKER HVORDAN DU MØTER DET



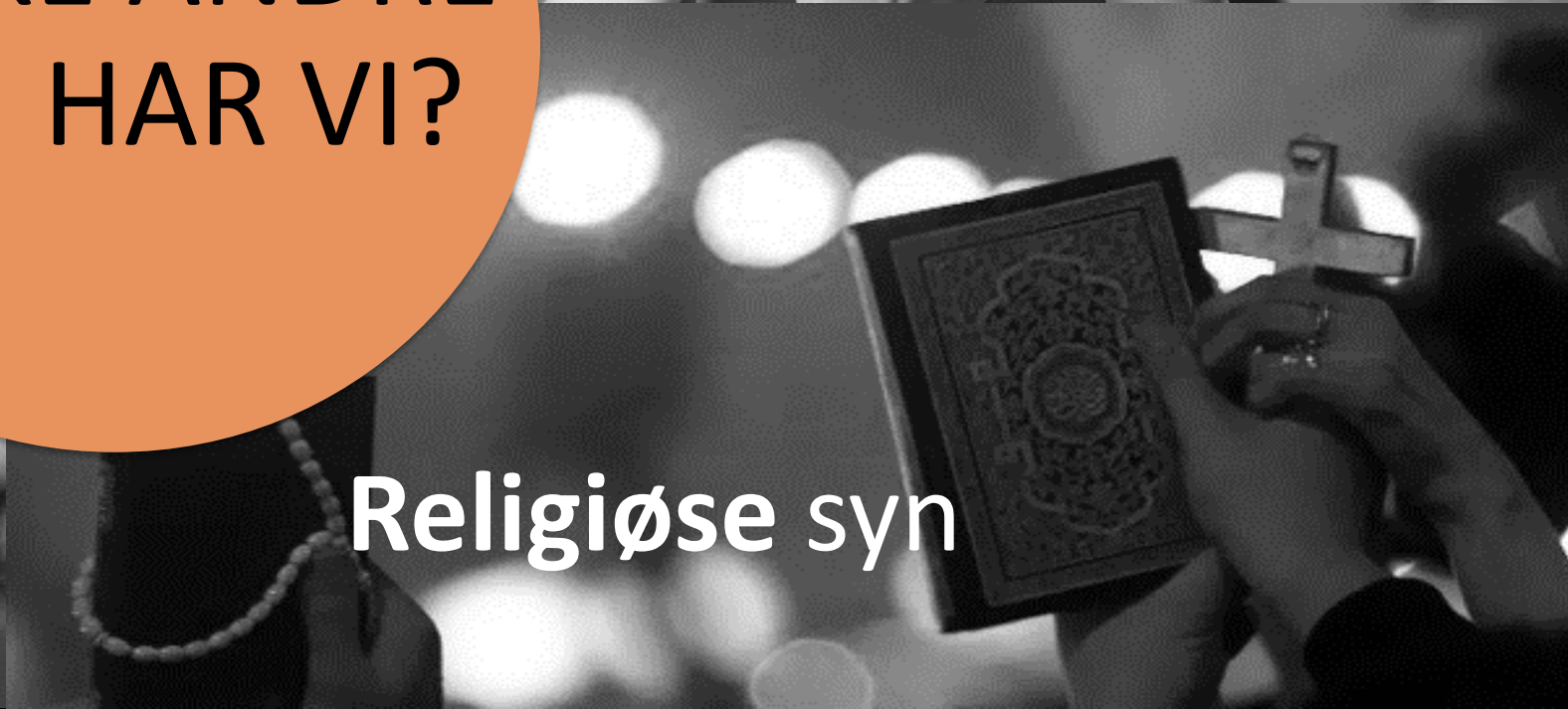
Menneskesyn



HVILKE ANDRE
SYN HAR VI?

Politiske syn

Religiøse syn



BARNET HAR FOR
MYE

Kontroll
Innflytelse
Oppmerksomhet
Sinne
Atferd



BARNET HAR FOR
LITE

Kontroll
Innflytelse
Oppmerksomhet
Støtte

BARNET HAR FOR
MYE

BARNET HAR FOR
LITE

Oppmerksomhet

Trass

Negativ påvirkning

Følelser

Vilje

Kontroll

Forståelse

Trygghet

Oppmerksomhet

Støtte

Ferdigheter





Barn gjør så godt de kan

Det handler om
ferdigheter
ikke om vilje



RAMPESTREKER



- Bare kom ned når du er klar, du, så spiser vi sammen.

3 MÅTER Å SAMHANDLE MED BARN PÅ

- Plan A, B og C
- Ulike situasjoner krever ulike strategier
- Barnesynet gjør at vi tenker ulikt om relativt like situasjoner



P
L
A
N
B

EN MODELL FOR
SAMARBEIDENDE
PROBLEMLØSNING

PLAN
B

Hva er barnets **tanker om situasjonen?**

Hva er den voksnes **bekymring?**

Hvordan kan man **sammen finne løsninger?**

REFLEKSSJONSOPPGAVE

PLAN B

Tenk over en gang du brukte enten plan A eller C, hvor du egentlig kunne brukt plan B.

Hva var grunnen til at du ikke brukte plan B, og hvordan kan du få til dette neste gang en tilsvarende situasjon oppstår.