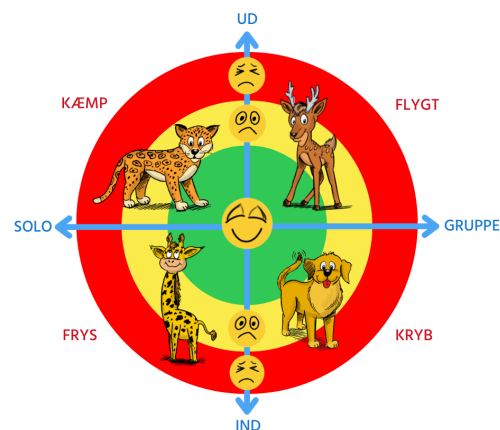


GLAD BARN KOMPASSET

En regulerings- og relationsbaseret forståelsesmodel for børn

Udviklet af Nynne Bojsen, www.gladebørnjatak.dk



1. Indledning

Glad Barn Kompasset er en praksisnær, reguleringsbaseret forståelsesmodel udviklet til brug i familier, daginstitutioner og skoler. Modellen tilbyder et fælles sprog for at forstå børns adfærd som udtryk for nervesystemets reguleringsstilstande og overlevelsesstrategier frem for som intentionel problemadfærd eller faste personlighedstræk.

Formålet med modellen er at:

- Styrke voksnes forståelse af børns reaktionsmønstre
- Understøtte differentieret pædagogisk respons
- Fremme et regulerings- og relationsbaseret børnesyn
- Bidrage til at flytte fokus fra "hvad er der galt med barnet?" til "hvad forsøger barnets nervesystem at håndtere?"

Modellen er udviklet på baggrund af mange års praksiserfaring med børn og familier og er inspireret af nyere viden inden for udviklingspsykologi, neuroaffektiv teori, traumeforståelse og tilknytningsteori.

2. Teoretisk fundament

Glad Barn Kompasset er inspireret af følgende teoretiske felter:

Neuroaffektiv udviklingspsykologi

Forståelsen af, at hjernen udvikles hierarkisk, og at regulering er en forudsætning for refleksion og læring.

Traumeteori

Særligt princippet om *regulate – relate – reason*, hvor regulering af nervesystemet er en forudsætning for relationel kontakt og kognitiv bearbejdning.

Polyvagal teori

Forståelsen af det autonome nervesystems aktiveringstilstande og overlevelsesstrategier (kamp, flugt, frys og social tilknytning/please).

Tilknytningsteori

Betoningen af voksnes rolle i co-regulering og betydningen af trygge relationer for barnets følelsesmæssige udvikling.

Udviklingspsykologi

Erkendelsen af, at frontallapperne og den kognitive selvregulering først er fuldt udviklet i tidlig voksenalder, og at børn derfor er afhængige af ekstern regulering.

Modellen er ikke en diagnostisk kategoriinddeling og erstatter ikke psykologisk udredning. Den fungerer som refleksions- og praksisredskab.

3. Modellens struktur

Glad Barn Kompasset består af to centrale elementer:

A. Tre reguleringszoner

Modellen opererer med tre overordnede tilstande:

Grøn zone

- Nervesystemet er reguleret
- Barnet har adgang til refleksion, sprog og samarbejde
- Læring og social deltagelse er mulig

Gul zone

- Let forhøjet aktivering
- Barnet er presset, men stadig tilgængeligt
- Øget behov for støtte og struktur

Rød zone

- Høj aktivering eller kollaps
- Overlevelsesstrategier dominerer
- Begrænset adgang til refleksion og sprog

Disse zoner repræsenterer reguleringstilstande, ikke moralske kategorier.

B. Fire reguleringsstrategier

Kompasset beskriver fire overordnede måder, nervesystemet kan reagere på belastning:

1. Kamp (Jaguar)

Udadvendt aktivering. Vrede, protest, kontrolbehov.
Reguleres ofte gennem fysisk afladning og autonomi.

2. Flugt (Hjort)

Bekymring, overansvar, uro.
Reguleres gennem struktur og tydelig voksenledelse.

3. Please/Krybe (Hund)

Relationsorienteret tilpasning, følelsesmæssig sensitivitet.
Reguleres gennem relationel kontakt og følelsesmæssig afstemning.

4. Frys/Tilbagetrækning (Giraf)

Indadvendt regulering, stilhed, tilbagetrækning.
Reguleres gennem ro, forudsigelighed og mulighed for at trække sig.

Strategierne forstås som dynamiske mønstre – ikke faste typer.

Alle børn kan bevæge sig mellem strategier afhængigt af kontekst og belastning.

4. Grundantagelser

Modellen bygger på følgende centrale antagelser:

1. Børns adfærd er meningsfuld set i relation til deres reguleringstilstand.
2. Børn gør det bedste, de kan, med det nervesystem, de har til rådighed.
3. Regulering går forud for læring og refleksion.
4. Voksne har ansvar for co-regulering.
5. Differentieret støtte skaber bedre udviklingsbetingelser end ensartet kravstilling.

5. Anvendelsesområde

Glad Barn Kompasset kan anvendes i:

- Daginstitutioner
- Skoler
- Familiearbejde
- Supervision af fagpersoner
- Forældresamarbejde

Modellen kan bidrage til:

- Fælles fagsprog
- Øget mentalisering
- Mindre individualisering af "problemer"
- Styrket relationskompetence
- Reduktion af eskalerende konflikter

6. Afgrænsning

Glad Barn Kompasset er:

- Ikke en personlighedstest
- Ikke en diagnosemodel
- Ikke en erstatning for specialiseret behandling
- Ikke en manualbaseret metode

Det er en refleksions- og forståelsesramme, der kan støtte professionelle i at analysere og handle mere regulerings sensitivt.

7. Perspektiv

Ved at introducere et reguleringsbaseret sprog kan modellen bidrage til et mere differentieret og nysgerrigt børnesyn, hvor fokus flyttes fra intention og skyld til forståelse og støtte.

I praksis kan dette medføre:

- Mindre skældud i røde tilstande
- Mere målrettet støtte
- Øget opmærksomhed på voksnes egen regulering
- Større bevidsthed om relationens betydning

Hvis du er interesseret i at høre mere og bruge Glad Barn Kompasset i din hverdag, så kontakt mig på

www.gladebørnjatak.dk / www.nynnebojsen.com

Tlf. +45 60 22 10 72