

Lek som helende aktivitet

- * <https://www.youtube.com/watch?v=-52PJKy3hV4>
- * Hva ser dere? Ferdigheter? Følelser?
- * Følelsmessig avstemming, samregulering, selvregulering, synkronisering, felles oppmerksomhet, delt glede, mestring i fellesskap

Lek utvikler ferdigheter

- * Sansemotorisk og motorisk kompetanse
 - * Kognitiv kompetanse
 - * Sosial kompetanse
 - * Emosjonell kompetanse
-
- * Forskjellen på stimulering av motorisk og kognitiv utvikling vs sosial og emosjonell utvikling, er at sistnevnte kun skjer i interaksjon med andre.

Lek som helende aktivitet

- * Forskning innen tilknytning og nyere utviklingspsykologi viser at barn som strever med selvregulering, tilknytningstematikk eller traumer har stor nytte av tiltak som etablerer og forsterker erfaring med godt voksenledet samspill. Lek er sentralt her!

Lek gir samspillserfaring

- * Gjennom lek gis barnet anledning til å utvikle viktige samspillsferdigheter.
- * Noen barn trenger å lære grunnleggende ferdigheter som tillitt til voksne, etablering av felles oppmerksomhet, turtaking og selvregulering mm.

Bekymring 1

- * Paradoks

- * Trygge, kompetente og velfungerende barn viser mest avansert og velutvikla leik, er fleksible, kan samarbeide –

➡ leiker mest, får mykje erfaring/læring

- * Barn med utrygg tilknytning eller særlege behov, har minst utvikla leik –

➡ får liten erfaring/ læring

- * **Dei som treng det mest, får det minst!**

Kva er leik? Kvifor leik?

Leik er ein tilstand

- * Når vi leiker, skurrer vi av den delen av hjernen som evaluerer oss sjølv og andre. Den delen av hjernen som seier: «*Så teit du er, ... at det går an!*» o.likn.
- * Tilstanden leik inneheld engasjement, konsentrasjon, «tilstedeværelse», positive opplevingar og lyst til å gjere uventa eller nye ting. **Dette er augneblink ein bør leite etter og styrke, dersom ein ønskjer å bidra til positiv endring for barn, unge og vaksne**

* Heine Steinkopf, RVTS Sør

Kva er leik?

Definisjon...?

- * Leik er lystbetont. Leik gir glede. Leik er engasjement
- * Leik er eigenmotivert. Leik er meistring
- * Leik er eit overskotsfenomen
- * Leik har ein eigenverdi. Leik for leiken si eigen skuld
- * Leik er å late som
- * Leik er å gjenfortelle, omfortelle og nyfortelle
- * Leik er å gløyme seg sjølv, stad, tid og rom
- * Leik er ein måte å uttrykkje seg på
- * Leik er viktig for bearbeiding av kjensler og opplevingar
- * Leik er helsebringande
- * Leik og læring – er to sider av same sak
- * Leik kjem ikkje av seg sjølv!
- * Ulike teoriar vektlegg ulike sider av leiken

Ulik type leik

- * Sanseleik /sansemotorisk leik
- * Kroppsleg leik / Fysisk leik /bevegelsesleik
- * Funksjonsleik
- * Late som leik / rolleleik
- * Konstruksjonsleik
- * Regelleik
- * Boltreleik/leikeslossing

Sosialt nivå i leik

- * Passiv
- * Tilskodarleik
- * Åleineleik
- * Parallelleik
- * Assosiert leik
- * Samhandlingsleik

Å være en «god leker» forutsetter evne til selvregulering.

Eigenleining



Eigenleing

- * Setje i gong
 - * Evne til å ta initiativ og å kome i gong
- * Vere fleksibel
 - * Evne til å skifte tenkemåte, perspektiv, merksemd
- * Regulering
 - * Evne til å regulere og kontrollere språk, tankar, kjensler.
Kunne hemme og stoppe impulsar
- * Sjølvmonitorering
 - * Følgje med på korleis egne handlingar og veremåte påverkar andre, samt korleis andre sin åtferd påverkar barnet sjølv

Eigenleiing forts.

- * Planlegging
 - * Setje seg mål, vite kor ein skal starte, halde fram.., kva treng eg. Ha oversikt
- * Organisering
 - * Skape orden og struktur (indre og ytre)
 - * Forstå, kategorisere og strukturere informasjon
- * Arbeidshukommelse
 - * Evne til å tenke og hugse samstundes

Selvregulering vs samregulering

- * Evne til selvregulering læres gjennom det tidlige samspillet, ved at omsorgspersonen samregulerer barnet.
- * Samregulering skjer når den voksne responderer på barnets signaler om fysisk og/eller emosjonell aktivering, og hjelper barnet å modulere følelsene sine til et nivå barnet håndterer.
- * Omsorgsperson samregulerer barnet inn i barnets toleransevindue.

Teoretisk bakteppe

- Samspelteoriar legg vekt på betydninga den vaksne har i leik
- * Den viktigaste «faktoren» for å påverke, hjelpe og støtte små barns utvikling og læring er DEN VAKSNE
- * Leik utviklar seg IKKJE av seg sjølv!

B. K. Olofsson seier at det er den vaksne sitt ansvar

- * **OM** barn leiker
KVA barn leiker
- * **KORLEIS** barn leiker

Prinsipp for god leikestøtte

- ❖ Barnets nærmaste utviklingssone
- ❖ Ta utg.punkt i det b. er opptatt av og interessert i
- ❖ Barns medverknad
- ❖ Følgje barnet når du kan. Ta tak når nødvendig (COS)
- ❖ Gi mykje kjenslemessig støtte
- ❖ Tilrettelegging i lita gruppe (skjerming)
- ❖ Kvalitetstid. Banking-time (til leik)
- ❖ Gjenta over tid

God leikestøtte

- ❖ Blikk. Smil, glede/fryd
- ❖ Sitje ned. Vere nær. Vere saman. Vere til stades. Merksam. Følgje med. Gode opplevingar.
- ❖ Skape ein leikande atmosfære. Finne på morosame ting. Vere litt sprø. Humor, latter. Skape magi. Leik som tryllestav. Befriande. Forløysande
- ❖ Gjere gjenstandar levande. Alt er mogleg i leik!

Theraplay

- * Om Theraplay:
- * <https://www.youtube.com/watch?v=t5loEDHY-Y4>
- * Strukturert voksenledet lek basert på 4 dimensjoner:
- * Engasjement. Utfordring. Struktur. Omsorg.
- * Tett på, samspill innen ta-på avstand. Berøring. Blikk.

Felles aktivitet

- * <https://www.youtube.com/watch?v=ntlXsOdYnR8>
- * <https://www.youtube.com/watch?v=Jr9JVhr4R5Q>
- * <https://www.youtube.com/watch?v=EXHabclt9vM>

Susan Hart

Inklusjon, lek og empati i barnegrupper

- * ..emosjonell kompetanse og selvregulering utvikles gjennom interaksjon med andre, ikke gjennom kognitiv læring. Mye av vår menneskelige læring starter gjennom rytme og sanse-motorisk trening (Trevvarthen, `93), lek er av overordna viktighet for utvikling av følelsesmessig, personlighetsmessig og sosial kompetanse, bl.a gjennom hvordan vi synkroniserer oss med hverandre. Det er denne kompetansen som utvikles videre til å inngå i avansert rollelek, og som til sist utvikler vår evne til å inngå i kreative og innovative arbeidsfellesskap.
- * Lek har betydning for alle pattedyr; dess mere velbegavet et pattedyr er, dess mer stiger lekeaktiviteten (Jaak Panksepp og Biven, `12)
- * Lek er viktig for utvikling av mentaliseringskompetanse (Fonagy m fl., `07)

Mer inspirasjon

- * Theraplay
- * Sunshine Circles (Theraplay i barnegrupper)
- * <https://www.youtube.com/watch?v=9PhuajDnWdc>

Viktigheten av berøring (07:30 min)

- * NUSSA (nevroaffektiv utviklingspsykologisk strukturert sosial aktivitet)

Evaluering

- * Tankar om dagen?
 - * Nytte?
 - * Innspel?
-
- * Stayin` Alive 😊
<https://www.youtube.com/watch?v=Dj1XSebK8To>