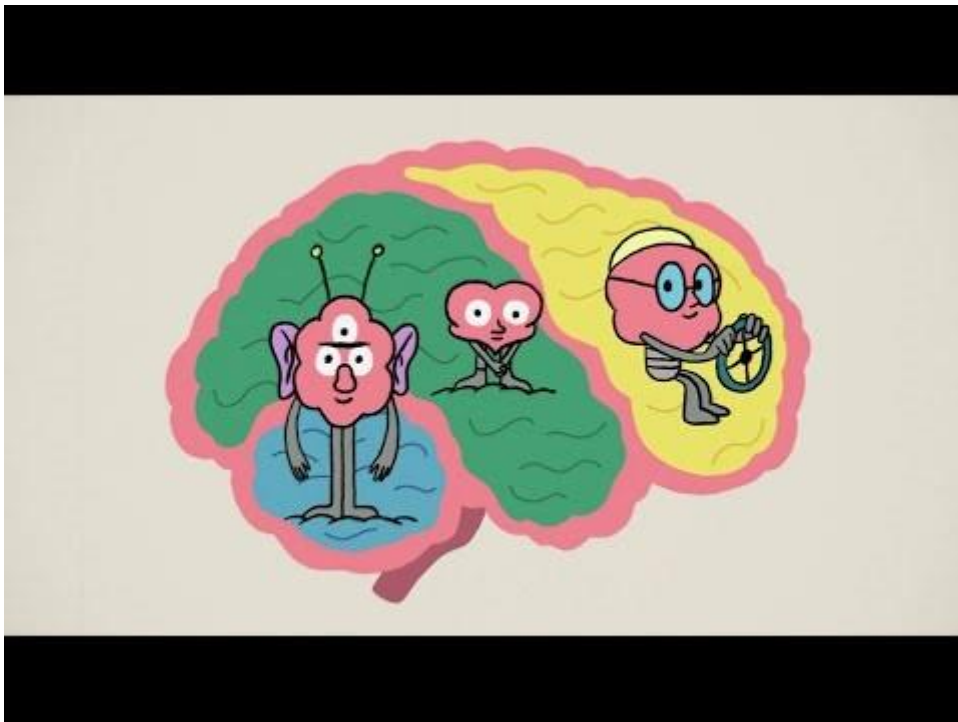


SHT 4: Om hjernen

Som mennesker er vi født med en rekke muligheter til å orientere oss og gi uttrykk for behov og ønsker, og vi har et individuelt temperament som gir egenart og personlighet. Vi er fra spedbarnsalder av, helt avhengig av omsorg, pleie og samspill med gode og trygge omsorgspersoner for å vokse og utvikle oss. Genene setter en ramme for utviklingen, mens det som skjer innenfor den rammen er ofte bestemt av påvirkninger utenfor oss selv. Det er for oss foreldre og voksne som jobber med barn viktig å kunne noe om hjernens utvikling og virke for å forstå mer om hvordan barn utvikler seg.

Den tredelte hjernen



Hjernen formes av hvordan man bruker den – altså at den endrer seg basert på den stimuleringen vi får og de erfaringene vi gjør oss. Og hjernen er plastisk – den har gjennom hele livet evnen til å endre seg, men denne evnen er aller sterkest i de første leveårene. Hjernen er delt i 3 deler; sansehjernen, følehjernen og tenkehjernen. Hjernen utvikles nedenfra og opp, og den siste delen av tenkehjernen – frontallappen - er ikke ferdig utviklet før ved 20-25 års alder. Barn gjør så godt de KAN ut i fra hva de har erfart og lært.

Barn trenger støtte til sin utvikling fra alle voksne rundt seg. De ulike delene av hjernen trenger ulik støtte. RVTS – Regionalt ressurscenter om vold, traumatisk stress og selvmordsforebygging - har laget flere filmsnutter og plakater som gir informasjon, tips og råd til hvordan man som voksen best mulig kan støtte barnets utvikling:

STØTTE TIL HJERNENS UTVIKLING

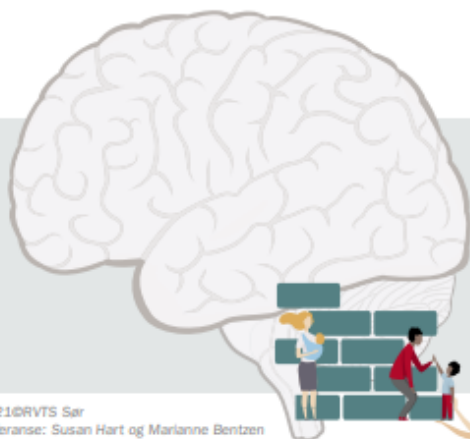


Tenkehjernen min trenger erfaringer med:

- Å se helhet, overblikk og sammenheng
- Å gjøre noe som er litt kjedelig, vente på tur og følge regler
- Å ta sjanser og gjøre noe som er litt vanskelig
- Å sette ord på følelser hos seg selv og andre
- Å sette seg inn i den andres situasjon
- Å se seg selv og det som skjer utenfra
- Fantasi, rollespill, symboler

Følelhjernen min trenger erfaringer med:

- Repetisjon og turtaking
- Glede og engasjement sammen med andre
- Stillhet og ro sammen med andre
- Å vise og å gjenkjenne følelser hos seg selv og andre
- Følelsesmessig inntoning med andre mennesker
- Kontakt med andre gjennom felles fokus
- Støtte, trøst og forståelse



Sansenhjernen min trenger erfaringer med:

- Trygghet, gjentakelser og rytme
- Forutsigbarhet gjennom rammer og struktur
- Ro og hygge
- Imitasjon og synkronisering i samspill med andre
- Sansesinntrykk som bidrar til fleksibilitet i behag/ubehag
- Opp- og nedregulering av energinivå gjennom bruk av sansene

2021©RVTS Ser
Referanse: Susan Hart og Marianne Bentzen

Kilder:

Bunkholdt, V. (2000). Utviklingspsykologi. Universitetsforlaget

Håkonsen, K.M. (2014). Psykologi og psykiske lidelser. Gyldendal Norsk Forlag AS

Markestad, T. (2009). Klinisk pediatri. 2.utg. Fagbokforlaget Vigmostad & Bjørke AS

Montgomery, H. (2019). Barneskoleårene. 6-13 år. Pilar forlag, Strawberry Publishing AS

Næss Johannessen, K. & Bakken, A-K. (2020). Fra uro til ro. Gyldendal Norsk Forlag AS

RVTS – Regionalt ressurscenter om vold, traumatisk stress og selvmordsforebygging

<https://rvtssor.no/aktuelt/33/hjerne-opplysning-for-barn/>

<https://rvtssor.no/aktuelt/333/hjerne-relasjon-og-utvikling/>