



Å leve et meningsfylt barne- og familieliv

Fagdag 07.10.25

Spesialpedagog Monica Andresen
Psykologspesialist Torun Vatne

Hva er meningsfullt for deg?

Relasjoner og tilhørighet

- Familie
- Venner
- Kjærlighet
- Fellesskap
- Omsorg
- Nærhet

Personlig vekst og mestring

- Læring
- Utvikling
- Kreativitet
- Arbeid
- Mestring
- Bidra

Verdier og retning

- Frihet
- Trygghet
- Rettferdighet
- Håp
- Tro / spiritualitet
- Takknemlighet

Opplevelser og glede

- Natur
- Musikk
- Reise
- Glede
- Humor
- Gode minner



Symptomlindring



Det er vanskelig å lære, leke og være sammen med andre, og være fornøyd og trygg
hvis kroppen gjør vondt eller man har andre fysiske plager
som tar mye av tiden og energien.





Trygghet
&
stabilitet

A woman with blonde hair tied in a ponytail, wearing a black hoodie and a red lanyard with the text "EAT MOVE SLEEP" repeated, is leaning over and showing a small card to a young girl. The girl is wearing a blue baseball cap and a white knitted sweater. They are standing on a grassy area in front of a building with large windows. The text "Å forstå & å bli forstått" is overlaid on the right side of the image.

Å forstå
&
å bli forstått

Å uttrykke følelser



Barnehage og skole

- representerer trygghet, tilhørighet og normalitet i en vanskelig og uforutsigbar hverdag.
- Innebærer opprettholdelse av daglige rutiner og gir en pause fra sykdom og bekymringer

Foreldre trenger å oppleve at barna deltar i hverdagens aktiviteter og leker med venner





Lek og samspill

Lek og læring

- Fantasi og kreativitet
- Selvstendighet
- Språk og kommunikasjon
- Regler
- Empati
- Samarbeid
- Turtaking
- Vennskap
- Konsentrasjon
- Begrepsforståelse
- Glede og humor
- Konflikthåndtering
- mm.



Aktivitet og deltagelse



Handlingsformer som inngår som deltagelse i hverdagen

Knut Slåtta, Statped

Måter å være deltagende på

Viljestyrt handling

Forventningshandling

Observasjonshandling

Naturlig reaksjon



Foto: Leve NÅ

Handlingsformer som kan inngå som deltagelse i hverdagen

Knut Slåtta, Statped

Måter å være deltagende på

Viljestyrt handling

Forventningshandling

Observasjonshandling

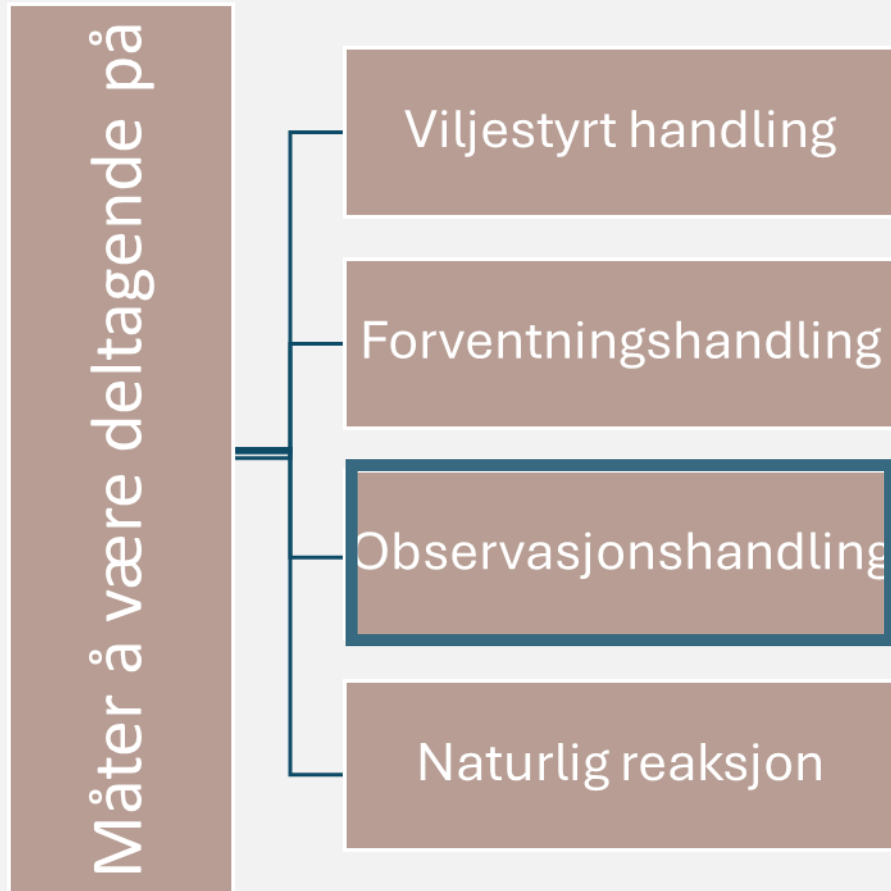
Naturlig reaksjon



Foto: Leve NÅ

Handlingsformer som kan inngå som deltagelse i hverdagen

Knut Slåtta, Statped



Handlingsformer som kan inngå som deltagelse i hverdagen

Knut Slåtta, Statped

Måter å være deltagende på

Viljestyrt handling

Forventningshandling

Observasjonshandling

Naturlig reaksjon



Foto: Leve NÅ



Voksen-barn = vertikal relasjon

- Den voksne har ansvar for barnet
- Karakteriseres av omsorg og bistand
- Legge til rette for muligheten til å utforske, leke og lære
- Bistå i samspill med andre
- Relasjon med ulik maktfordeling



Barn-barn = horisontal relasjon

- Kjenner hverandres verden
- Kjennetegnes både med spenning/risiko, og selvstendighet og likeverd
- Lek på egne premisser
- Relasjon preget av jevnbyrdighet

A photograph of four young children with light hair huddled together on a patterned rug. One child is wearing a white shirt, another a light green shirt, and a third a dark blue shirt with a colorful beaded necklace. They appear to be resting or sleeping together. The image is slightly faded to allow text to be overlaid.

Et meningsfylt søskenliv

Torun M. Vatne

Psykologspesialist Phd

Meningsfylt søskensamvær

Som begge deltar i

Som begge har glede av

Som endrer seg i takt med barna

Litt «alenetid»

«Jeg er der i fem minutter, og så går jeg. Jeg vet ikke hva jeg skal gjøre sammen med ham»



En gjensidighet og «likhet»

I kjærlighet og omsorg

I regler

I makt – hvem venter

«Jeg merker at hun lurar på hva som skjer med deg når du gråter»

«Det er ok når mamma sier 'nei du får ikke gjøre sånn mot søsteren din'»



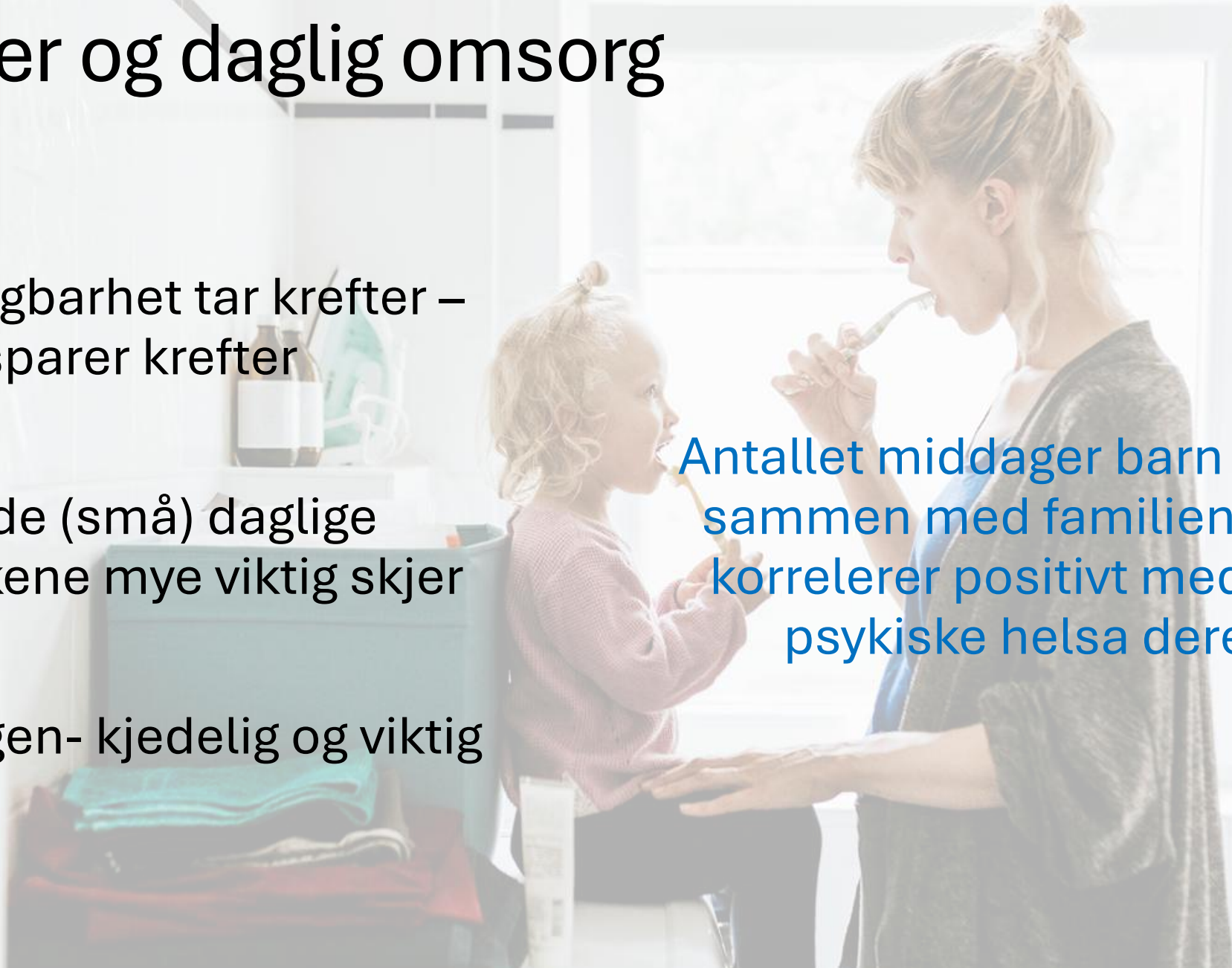
Rutiner og daglig omsorg

Uforutsigbarhet tar krefter –
rutiner sparer krefter

Det er i de (små) daglige
øyeblikkene mye viktig skjer

Hverdagen- kjedelig og viktig

Antallet middager barn spiser
sammen med familien i uka
korrelerer positivt med den
psykiske helsa deres



Mening og innsikt

Informasjon om det de lever med

En åpenhet og benevning i familien

Forberedelse til endringer

Omsorg når akutte ting skjer



Støttende omgivelser

Familiesentrerte tjenester

Familie og utvidet familie

Barnehage og skole

Forebyggende tiltak

www.sibs.no

A close-up photograph of a woman with long brown hair tied back, wearing a red jacket, kissing a young boy on the forehead. The boy has short dark hair and is wearing a tan jacket. He is looking down with a slight smile. The background is blurred, showing what appears to be a white structure and some greenery. The text "Et meningsfylt foreldreliv" is overlaid in the center in a bold, black, sans-serif font.

Et meningsfylt foreldreliv

En tro på at man har det som kreves

Historien kan prege dem

*«Hva slag far er jeg, her sitter jeg
og gråter og kan ikke knytte
skolissene hans en gang»*

Egne reaksjoner kan skremme

Helsekompetanse

*«Nå som de har forklart meg så
tror jeg jeg kan klare det»*



At barna har det bra

At de er sett og inkludert

At man er trygg på de som er
rundt dem

Hvordan barna sees og snakkes
om

*«Assistentene gjør alt, de ser
ingen grenser»*

*«Han er en bølge, og han liker
ikke at folk snakker til ham som
en baby»*

A young boy with short brown hair is smiling and looking down at a tabby cat he is holding in his arms. The cat is looking towards the camera. The background is a softly blurred indoor setting with a wooden table and a chair visible on the left, and a white cabinet or door on the right. The overall lighting is warm and natural.

Å få leve i nuet

Å få høre det positive

«Jeg vil ikke snakke om sykdommen, jeg vil snakke om ham»

Å få slippe å repetere det vanskelige

Å få slippe å tenke fremover

Å være mer enn mamma og pappa

Kjærester

Arbeidstakere

Fritid

Engasjement

«Jeg har jo ikke lyst til å være gnagsåret i vennegjengen»

www.lovemammaene.no