



OPETUSHALLITUS
UTBILDNINGSTYRELSEN

Centret för
livslångt
lärande



VID ÅBO AKADEMI OCH YRKESHÖGSKOLAN NOVIA

RESILIENSVERKSTADEN II

”med fokus på barnen”



Anna Toivonen, Legitimerad psykolog

Arbetsplatspsykolog och coach

Doktorand i psykiatri, Turun Yliopisto

Föreläsare på Åbo Akademi i psykologi, 2014-

Intressen inom psykologi: psykisk förstahjälp, neuropsykologiska
förändringar vid psykisk ohälsa, resiliens

Annars gillar jag att: skräna högt till ljudet av elgitarrer, rida, resa med
lonely planet som guide

<https://www.facebook.com/annatoivomielelle>

<https://www.instagram.com/annatoivomielelle/>



Resiliensverkstaden- en femstegsmodell

Mål: att stärka barns emotionella utveckling och känsloreglering för att skapa delaktighet



Hur mår finska barn?

- 4/5 barn bor i en familj med 2 föräldrar (Keski-Petäjä, Pietiläinen, 2020)
- 1/10 i nyfamilj
- Socioekonomisk status har följder för: hälsa, utanförskap, inlärning
- Problem i tidig växelverkan förutspå finska barns depression som barn (THL, 2021)
- Tiden före skolstarten har visat sig ha större inverkan på inlärning i jämförelse med skolåren
- Fattigdom har samband med sämre språklig utveckling, utansförskap och ensamhet, att avbrytande av grundskolan



Delaktighet betyder (THL ,2021)

1. Att vi stöder dem som socioekonomiskt är mest sårbara
2. Att alla har en möjlighet att vara delaktiga i samhället
3. Att stöda varje barns aktörskap

Resiliens i barndomen

- Kauai- studien på Hawaii (Verner m fl, 2003)

”Det är lika viktigt att uppmärksamma skyddsfaktorer i barnets utveckling som riskerna”

”Maskrosbarnen- barnen som blev bra trots allt..”

”Den avgörande faktorn var samspelet med andra”





Möten med maskrosbarnen

- Känner du igen fenomenet?
- Vad kommer du ihåg om situationen?
- Vad tror du att var avgörande?

Att stöda barns resiliens

Samhällelig nivå: tillgången till dagvård, jämlikhet

Institutionell nivå: läroplan

Enhetsnivå: vårt sätt att fostra

Gruppnivå: att utveckla delaktighet, kamratskap

Individnivå: barnets unika styrkor, familjens resurser





INLEDANDE ÖVNING

10 min

Vad gör vi redan för barnens resiliens?

-Visste du att du stärker barns resiliens varje dag på jobbet?

- Lyssnar till varje barns situation, närvaro är inte en självklarhet
- Ger verktyg för inläring,
- Hjälper med känsloreglering
- Skapar tillsammans regler för kamratskap
- Skapar trygghet genom rutiner och upprepning
- Fungerar som modeller för trygga vuxna



Resiliensverkstaden- en femstegsmodell

Verktygsbacken

1:metoder för att följa med dagsformen

Fokus individen:

Att identifiera, benämna
upplevelsen

Fokus gruppen:

Aktivt ta upp
motståndskänslor och
gruppfenomen
konstruktivt

Fokus samarbete med
familjen:

Hur ta till tals svåra
ämnen med föräldrarna

2. Att skapa en trygg gruppssamvaro

Hur skapas en trygg klass?

Hur stöder vi kamratskap?

Vilka vuxna jobbar i gruppen? Finns det vikarier?

Hurudan stämning finns arbetarna emellan?

Sociala trafikregler

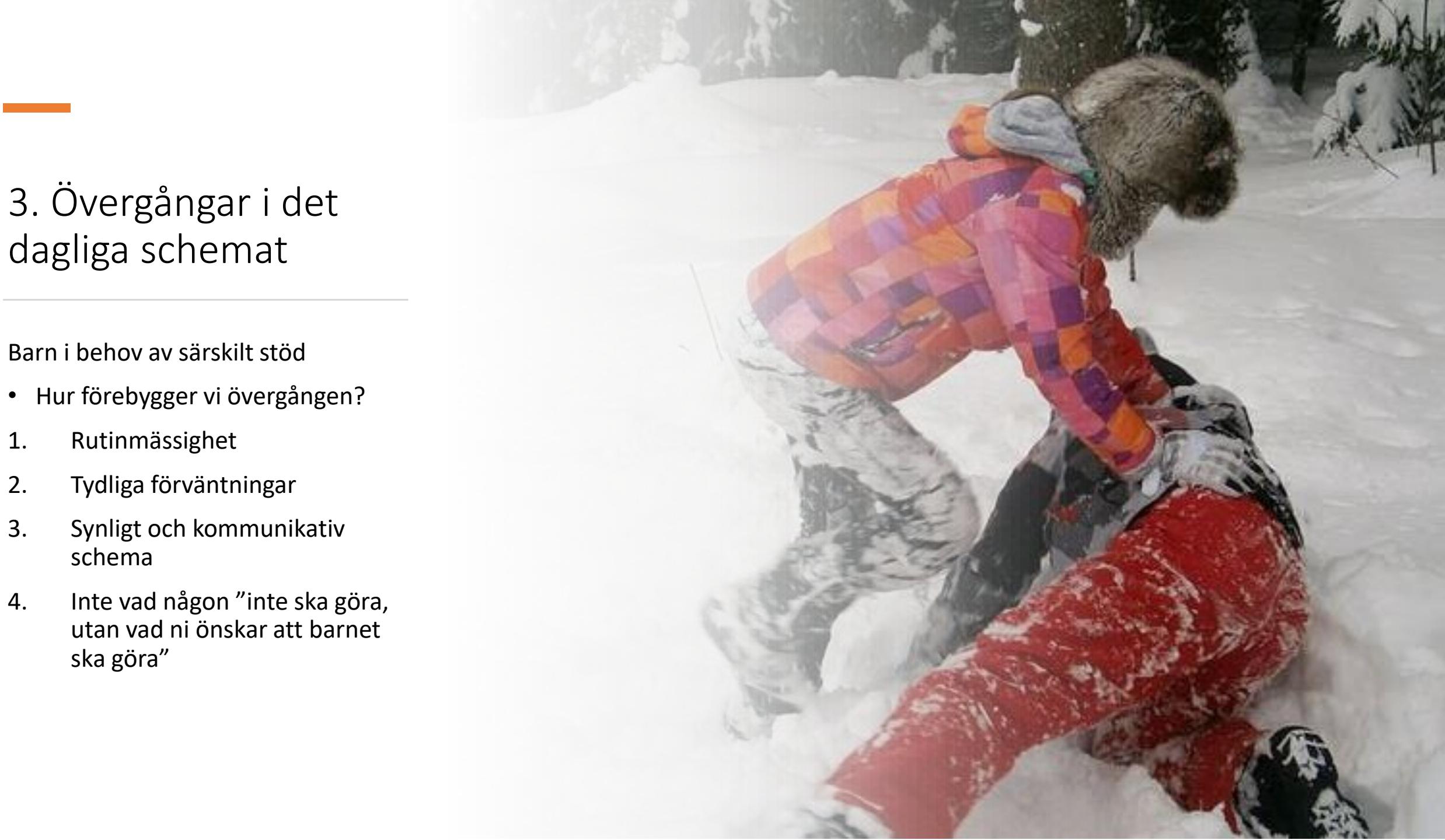
Specifika övningar för gruppssammansättning

Schemalagd verksamhet

3. Övergångar i det dagliga schemat

Barn i behov av särskilt stöd

- Hur förebygger vi övergången?
 1. Rutinmässighet
 2. Tydliga förväntningar
 3. Synligt och kommunikativ schema
 4. Inte vad någon "inte ska göra, utan vad ni önskar att barnet ska göra"



3. Verktyg för upplevelser som står till hinder för inlärnigen

- Känslolege mha bilder, känslokort innan uppgiften och efter uppgiften, vad hände diskussion?
- Vattenglasat som symbol för negativa känslor. Be barnet värdera.
- Mitt område: Ballongen som symbol för de yngre
- Perfektionistiska barn: tvärtom diktamen, tvärtom spegel på gymnastik/rasten
- Barn som har svårt att lita på sin förmåga/osäkerhet: misstagskulturen (hur reagerar vi på fel/misstag) hur använder vi rödpennan
- Batterimetaphoren: Hu mycket batteri har vi kvar?

3.Verkttygsbacken: att varva ner

- Rutinerna
- Hjälpa beskriva igenom känslokort
- (på väggen fysiskt)
- Möjlighet till mindre grupp/enrum
- "Andningen till stöd"
- "Styrkeord"
- Sensoriska & motoriska stimuli:
lurar, hjälpmedel för
textproduktion, ståbord, stationer





Resiliensverkstaden- en femstegsmodell

4. Reflektion kring verktyget

- Lika viktigt att avveckla uppgifterna efteråt som att göra dem
- Gemensam samling
- Särskilt viktigt att behandla ifall det uppkommit negativa känslor under uppgiften
- Använd känslomojies



5. Återfinn gnistan: utvärdering

”Att flexibelt ta in nytt, skrota det som inte fungerar och fokusera samt satsa på det vi är bra på”





TACK FÖR IDAG! HOPPAS VI SES SNART IGEN.

Du får tag på mig på anna.s.toivonen@icloud.com