Barn och trauma
- vad kan vi göra i skolan?

Karin Sehlin
230206

”Framtiden blir så bra som våra barn mår”

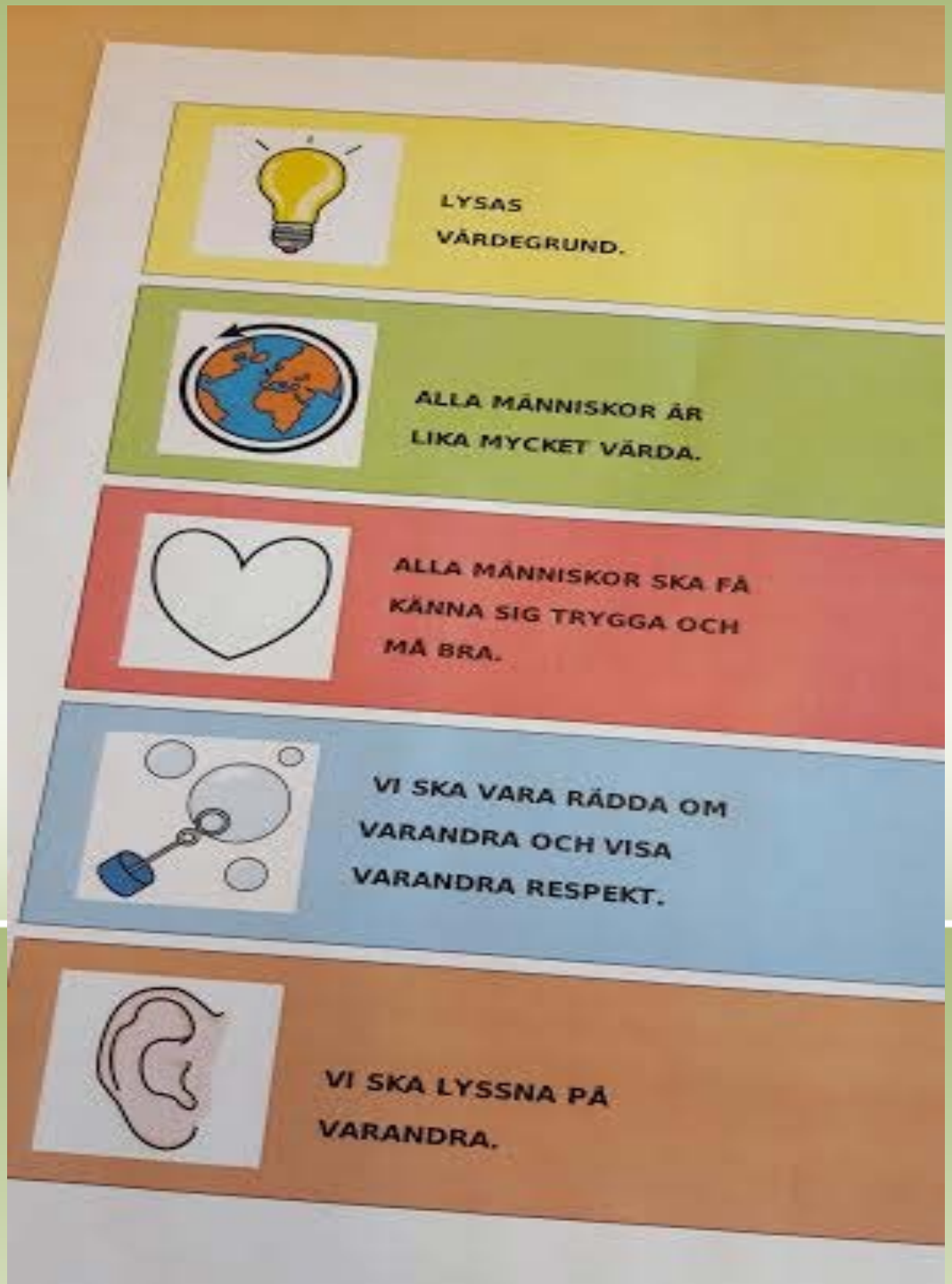
I skolan

- Elevhälsa med kurator, psykolog, rektor m.fl.
- Klasslärare/ämneslärare
- Mentorer
- Studiehandledare
- Modersmålslärare
- Övrig personal

Skolans värdegrundsuppdrag.

Skollagen och läroplaner.

Barnkonventionen.


LYSAS
VÄRDEGRUND.
ALLA MÄNNISKOR ÄR
LIKA MYCKET VÄRDA.
ALLA MÄNNISKOR SKA FÅ
KÄNNA SIG TRYGGA OCH
MÅ BRA.
VI SKA VARA RÅDDA OM
VARANDRA OCH VISA
VARANDRA RESPEKT.
VI SKA LYSSNA PÅ
VARANDRA.

Trauma

- Trauma = skada

- Psykiskt trauma

  Enstaka/upprepade chockartad(e) och smärtsam(ma) upplevelse(r)

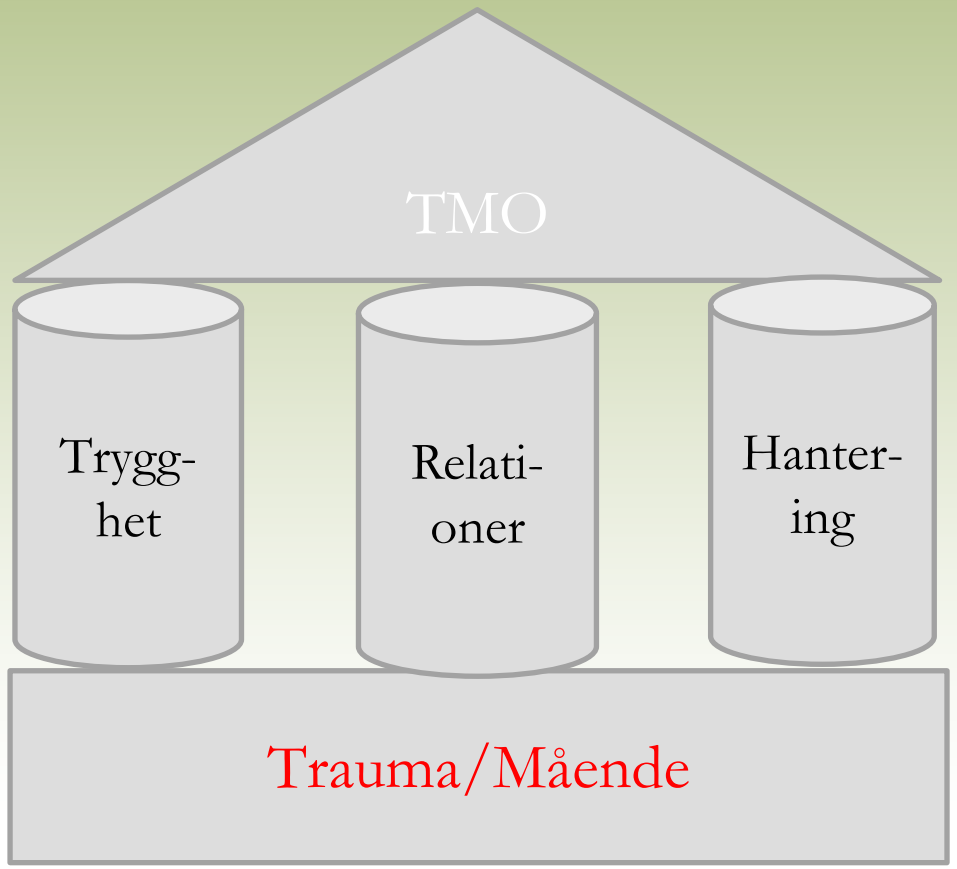
  →

  Massiv stress och överväldigande känslor

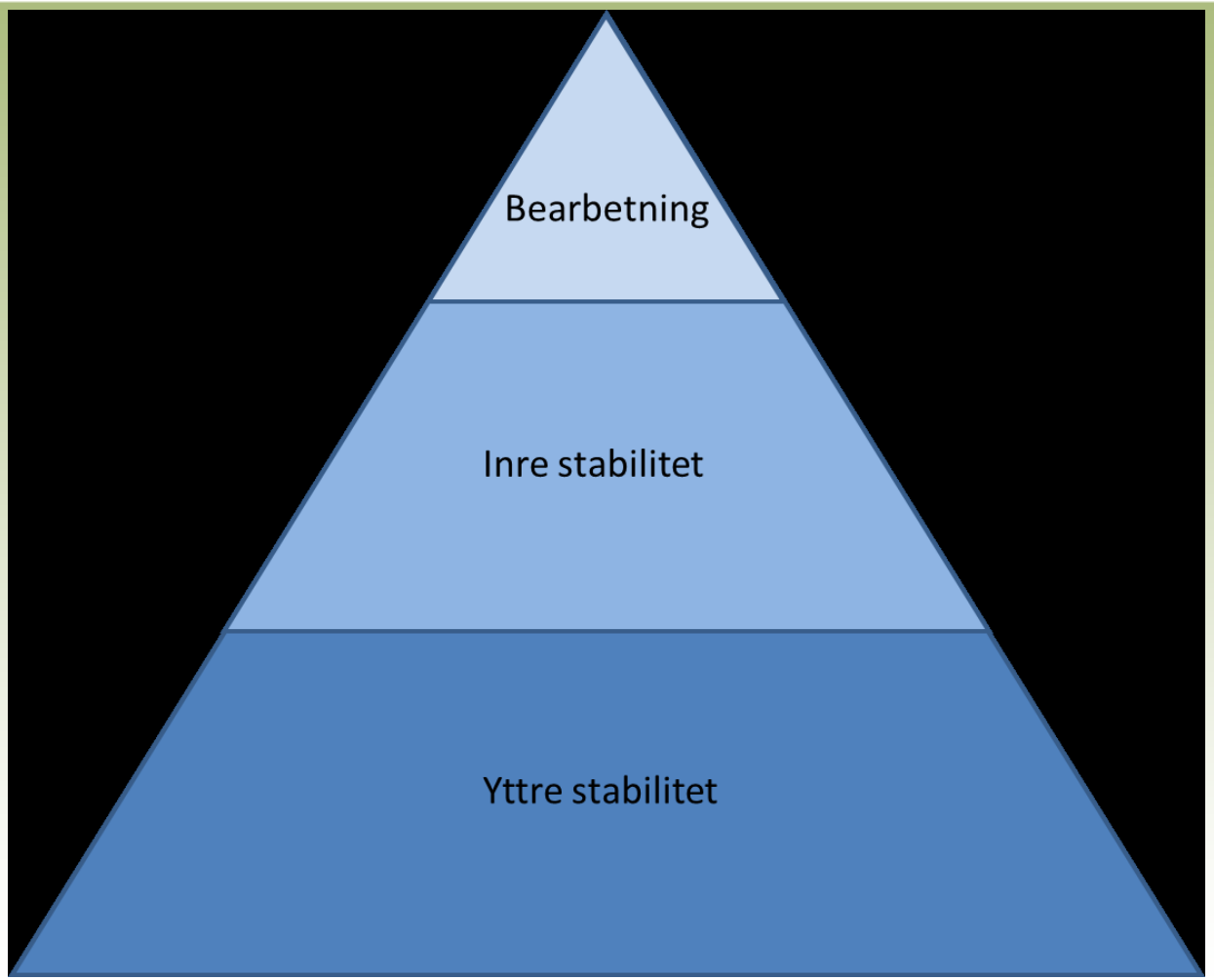
  →

  Svårigheter att hantera sina känslor och sin situation

Traumamedveten omsorg



Vid hantering av svåra upplevelser



Vanliga stödbehov

- Sömnsvårigheter
- Mardrömmar
- Saknad
- Oro
- Ensamhet
- Nedstämdhet
- Ilska
- Frustration
- Utagerande
- Trötthet

- Svårt koncentrera sig och lära i skolan.
- Svårt hantera känslor och reaktioner i relation till andra.

Viktiga åtgärder

- Se, lyssna, bekräfta.
- Bygga relationer och tillit.
- **Samverka med andra** (elevhälsa, socialtjänst).
- Stödja eleven i relation till dess nätverk.
- Ge extra stöd vid behov.

- Exempel på nätverk:
  - Kompisar
  - Lärare
  - Förälder/vårdnadshavare/god man
  - Socialsekreterare
  - Familjehem
  - Familjehemsföretags(konsult)
  - HVB-personal
  - Offentligt biträde
  - Migrationsverk
  - Fritidsledare

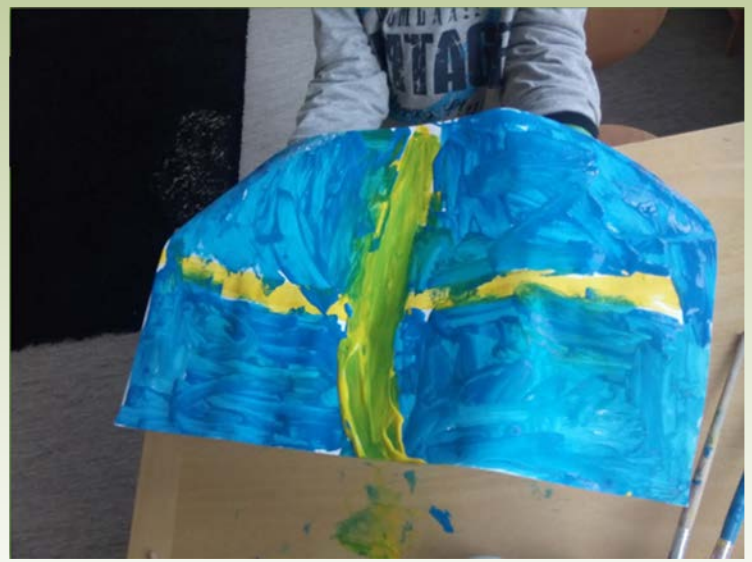
Stöd genom lek och skapande

Ge eleven möjlighet att:

- bli sedd, lyssnad på och bekräftad.
- få uttrycka sig på sätt som passar den enskilda individen.
- skapa mening och struktur i sina upplevelser.
- göra sin omvärld begriplig och hanterlig.
- få en större känsla av delaktighet och sammanhang.

→ få hjälp att HANTERA sitt mående.

Lek och skapande gör stor skillnad



Invänta, spegla och bekräfta signaler

Exponerande narrativ med trygg vuxen

Uttryckssätt som anpassats till barnet

Visa och bearbeta...
…tillsammans med en trygg vuxen

Drömma och uttrycka sina målbilder

STOP CHAOS

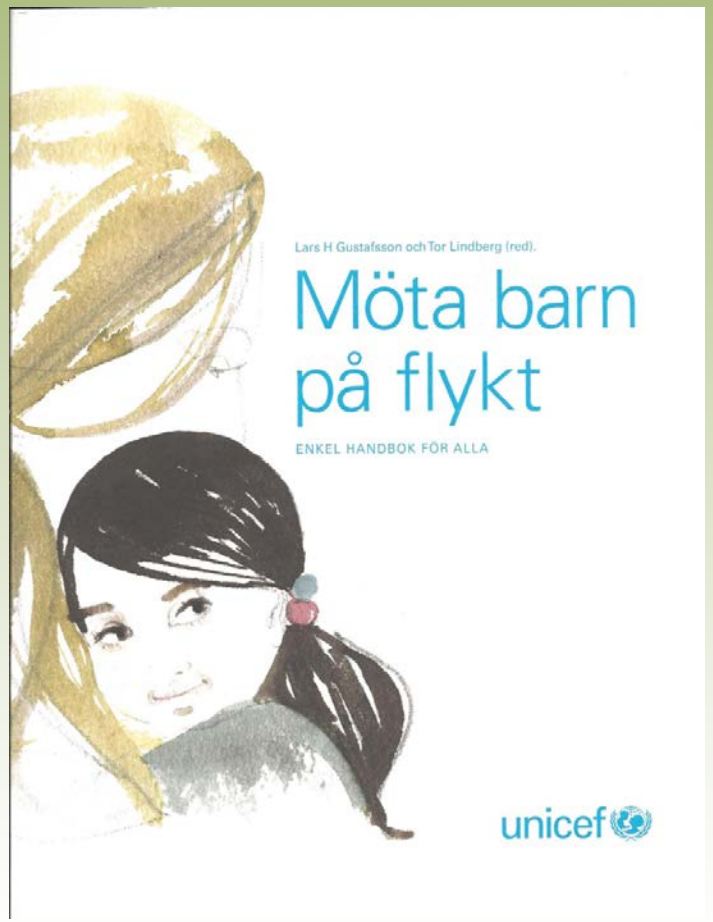
(Lars H Gustafsson)

S: Structure

T: Time to talk

O: Organized play

P: Parental support/
Positive feedback



Tack för att ni har lyssnat!

Recept:

Hälsofrämjande insatser

+

Exponerande narrativ

+

Psykologiska plåster

Kontakt:

karin.hallen.sehlin@gmail.com