Kompetencetrappen: regulering af nervesystemet 😊

(Barnets vej) fra dårligt reguleret nervesystem (overstimulering/nedsmeltninger) til velreguleret nervesystem (trivsel)

- Varetager instinktivt reguleringen (veksler i godt flow mellem aktivitet og restitution = selvstændig regulering)
- Mærker behovet for regulering og kan med verbal/fysisk guidning regulere sig selv (begyndende selvstændig regulering)
- Mærker at der er brug for hjælp og evner at bede om/fysisk søge hjælpen og kan blive i co-reguleringen/reguleringen, til nervesystemet er ”tanket nok op”/beroliget
- Mærker at der er brug for hjælp og evner at bede om/fysisk søge den, men formår ikke at blive længe nok i co-reguleringen/reguleringen, til nervesystemet er ”tanket nok op”/beroliget
- Ved at der er brug for hjælp til regulering – kan ikke bede om/fysisk søge den, men kan godt acceptere hjælpen, når den tilbyde/gives
- Ved at der er brug for hjælp til regulering, men kan ikke bede om/fysisk søge den og ikke acceptere den, når den tilbydes
- Mærker ikke og ved ikke, at der er et problem, men kan godt acceptere hjælp (co-regulering = en anden hjælper en med at blive reguleret feks. komme på skødet/sidde tæt/blive sunget for/få en bjørnekrammer/blive båret-vugget/blive nusset-masseret etc.)
- Mærker ikke og ved ikke, at der er et problem og vægrer sig mod hjælp (overstimulere sig til fysisk/mental udmattelse eller nedsmeltninger eller til en voksen/forælder stopper en (hvilket ofte giver modstand/endnu større krise)

Copyright: Ulla Lebahn, Lebahn ApS