

Trygghetssirkelen som verktøy for å finne barns behov og hva jeg kan bidra med

Tekst er hentet fra kurslederperm: HandleKraft i møte med traumatiserte barn, 2016.

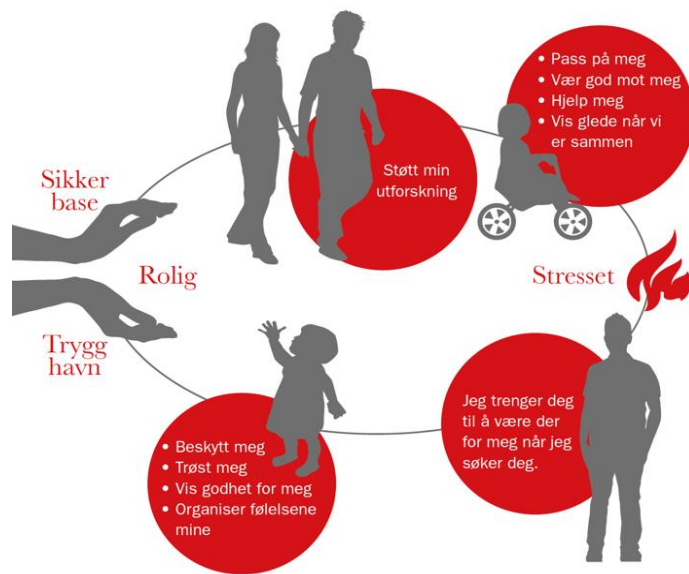
Barn og unge har ulike behov avhengig av situasjon og dagsform. I situasjoner der de håndterer følelsene sine godt, har de andre behov enn når de er oppløst av følelser og kaos. Når de føler seg trygge nok, beveger de seg "bort fra oss" for å gjøre erfaringer, opplevelser og søke ny kunnskap. Da trenger de motivering, oppmuntring, støtte, tilrettelegging, men også de voksnes interesse og aktive involvering. Når verden blir utrygg får de andre behov. Da søker de til oss for trøst, trygghet, forståelse, anerkjennelse og – ikke minst – hjelp til å finne roen og den følelsesmessige balansen igjen.

Barn og unge har med andre ord behov for støtte både for livsutfoldelse og beskyttelse. Trygghetssirkelen (*Brandtzæg, Smith & Thorsteinsen, 2011*) er et verktøy for å hjelpe deg som arbeider med barn og unge med å identifisere barnets/ungdommens behov, og hva du som voksen kan bidra med inn i samspillet. Barn og unge er alltid i bevegelse, og gode hjelpere forstår hvor de er, og klarer å følge dem rundt i sirkelen.

Når barnet eller den unge beveger seg i øvre kant av sirkelen, ut fra den «trygge basen» føler de seg trygge i relasjoner og i situasjonen. De har energi, motivasjon og behov for å utfolde seg og lære. God støtte vil være å oppmuntre, støtte utforskning, være entusiastisk, det vil si å være en "trygg base" for utfoldelse.

Når barnet eller den unge beveger seg i nedre kant av sirkelen, føler de seg usikre på relasjoner og situasjoner. De søker sikkerhet, beskyttelse og bekreftelse i en «trygg havn». Behovet for utfoldelse og kapasitet for læring synker. God støtte vil være å gi beskyttelse, trøst, hjelp til å sortere følelser og situasjon, det vil si å være en "havn" for trygghet.





Tilpasset etter Cooper, Hoffman, Marvin & Powell, 1999. Illustrasjon: RVTS Ser

Det er viktig og finne og erkjenne barnets eller ungdommens behov. Dette verktøyet kan hjelpe deg med å finne ut av hva barnet trenger av deg. Hvor befinner barnet eller ungdommen seg på sirkelen? Hva er barnets eller ungdommens primære behov på vei bort fra deg? Hva er barnets eller ungdommens primære behov på vei mot deg? Hvilke behov er lettest for deg som hjelper å dekke?

Referanse:

Brandtzæg, I, Smith, L., og Torsteinsen, S. (2011) Mikroseparasjoner – tilknytning og behandling, Fagbokforlaget, Oslo

