

Draumen me ber på



Hjernevennlig
skole



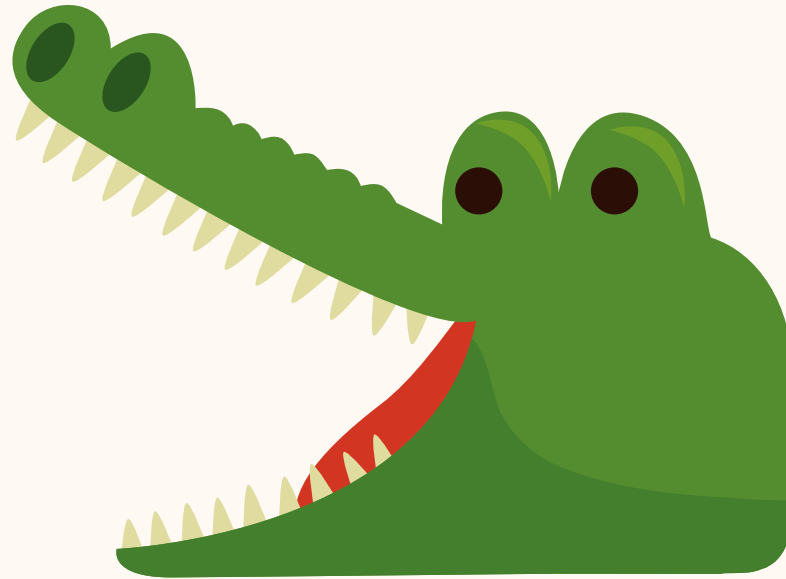
Kunnskap om hjernen





En hjernevennlig skolehverdag:

Store nok/hyppige nok
doser av
**sansomotorisk
stimulering** og **positive
relasjonelle
kontaktpunkt**

Krokodilleklapp



 **Personer:** 2 og 2 sammen

 **Varighet:** 3–5 minutter

 **Mål:** Konsentrasjon, samarbeid, rytme



Hjernevennlig skole

*med store nok og hyppige nok
doser av sansemotorisk
stimulering og positive
relasjonelle kontaktpunkt*

BARNESYN

Vi leser vansker som
manglende ferdigheter
og tilstandsavhengig
(ikke manglende vilje)



VOKSENHJERNEN

De voksne hjelper
hverandre med å passe på
sin egen tilstand og eget
kroppsspråk



STRUKTUR OG UNDERVISNING



Vi gir leken plass i hverdagen



Vi lærer barn mest gjennom
kropp, sanser og relasjon



Vi har rytme, rutine og
forutsigbarhet

REGULERING



Vi luker ut skjerm som
reguleringsverktøy



Vi luker ut kjeft og
straff



NÅR DET BRENNER

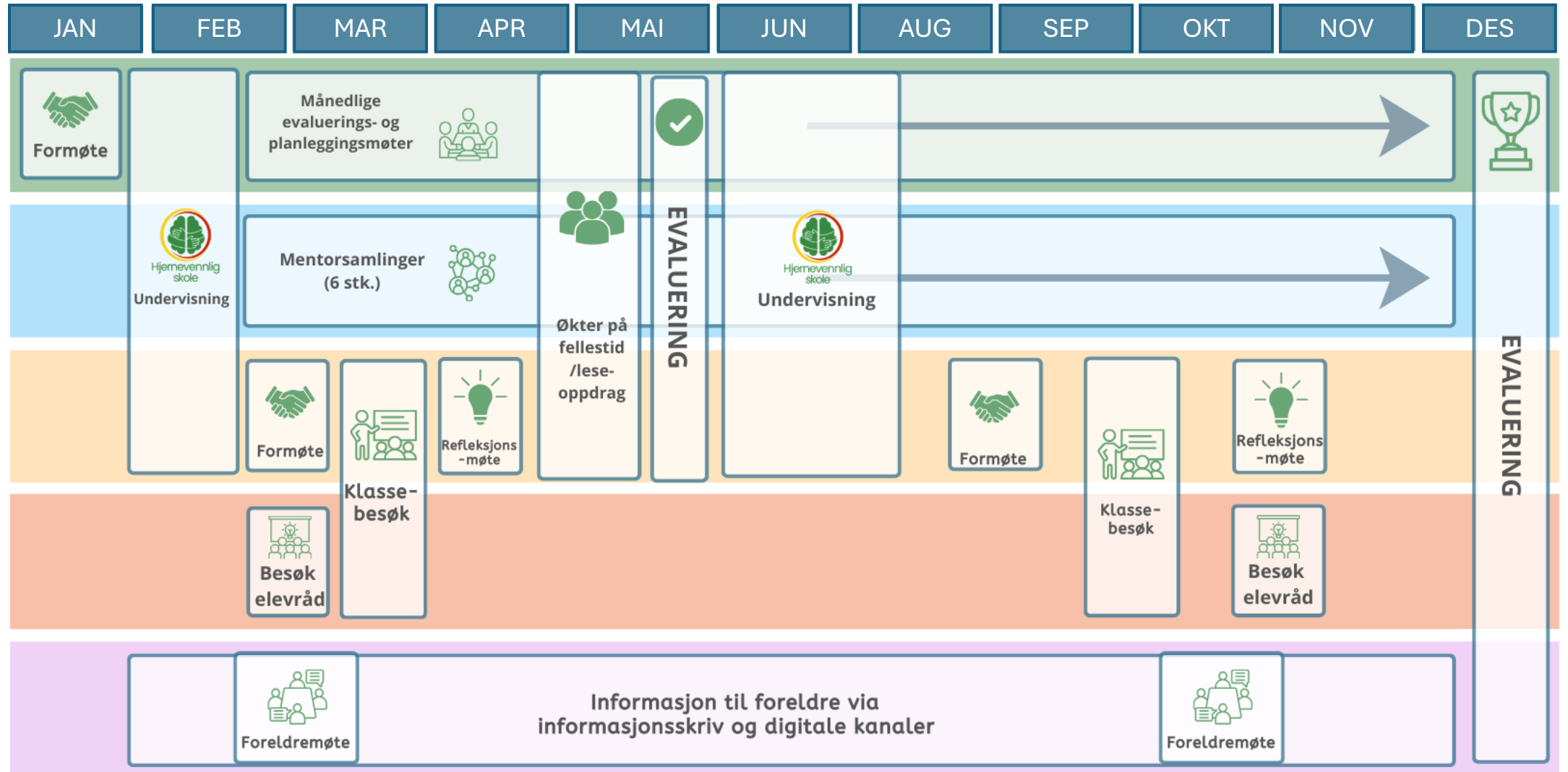


Vi slutter å dundre på
døra i stengte etasjer,
men går dit nøkkelen er



Hjernevennlig skole

HJERNEVENNLIG SKOLEHVERDAG: IMPLEMENTERINGSPROSESS





Undervisning for tilsette

- Grunnkunnskap om hjernen
- Ta vare på vaksnehjernen og handtere barnehjernen i alarmtilstand
- Hjernevennleg undervisningsplanlegging
- Belønning og konsekvensar (kjeft og straff) og reparasjon



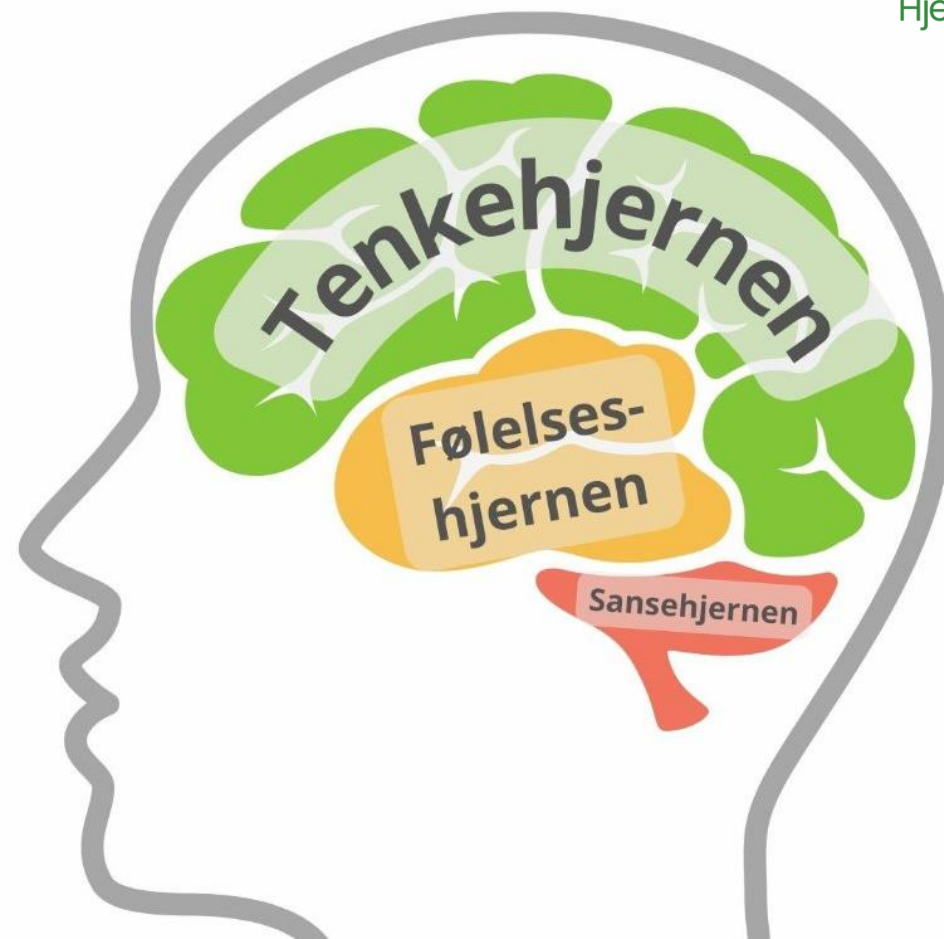
Undervisning for elever

DEL 1, VÅREN:

Undervisning om den tredelte hjernen og alarmsystemet

DEL 2, HØSTEN:

Klassebesøk med undervisning etter behov og ønsker, f.eks mer om hjernen, aktiviteter for å bygge klassemiljø...





Hjernevennlig skole





Hjernevennlig
skole



I hvilken tilstand er barnet tilgjengelig for læring av skolefag?

Indre tilstand	Regulerende hjernestruktur	Funksjonell IQ
Ro	Neocortex	110-100
Oppmerksomt tilstede	Subcortex	100-90
Alvor	Limbisk system	90-80
Frykt	Midthjerne/ diencephalon	80-70
Terror/intens redsel	Hjernestammen	70-60

All rights reserved Dr. Bruce Perry (2007-2017)

Oversatt til norsk ved Kaja Næss Johannessen (2020)



Tilstandsavhengig fungering

Indre tilstand	Ro	Oppmerksomt tilstede	Alarm	Frykt	Intens redsel
Hyperaktivering	Hvile	Årvåkenhet	Motstand	Trass/kraftig motstand	Aggresjon
Dissosiasjon	Hvile	Unngåelse	Medgjørighet	Dissosiasjon	Besvimelse

Gjentagende motstand hos barnet kan være tegn på at barnet er i tilstanden «alarm»

Barnet får ikke med seg hva du sier, men forsøker heller å forstå hva du vil, slik at hun kan svare rett.



Hjernevennlig
skole

Kilde: RVTS



Passe



Sakte



Raskt



FORELDREFOREDRAK



Hjernevennlig
skole

**«BARNDOMMEN:
HJERNEBYGGING
PÅGÅR»**

Våland skole, 22. og 28. april 2026





Hva trenger foreldre å vite om denne byggingen?

- Hvordan kan et barn bli bunnløst fortvilet over en bagatell?
 - Hvorfor hjelper det ikke å appellere til fornuft?
- Hva er grunnen til at man som forelder vet hva man burde ha gjort, men ikke har sjans når det gjelder?
 - Hva foregår når vi gir en beskjed 10 ganger, men ingen hører?
 - Hvordan lage hjernevennlige hverdagsrutiner?



Hjernevennlig
skole

Forskning





Hjernevennlig
skole

**Partnerskap
UiS – Stavanger
kommune**

**Forskarteam
Stip-stilling**



Hjernevennlig
skole

**HJARTELEG VELKOMMEN
OMBORD!**