



SPØRGSMÅL TIL FAGLIG REFLEKSION

- OVER SOCIALPÆDAGOGERNES PODCAST 'KORT FORTALT: NÆRMESTE FØLELSMÆSSIGE UDVIKLINGSZONE'.

KOM GODT I GANG

- ➔ Start med at lytte til Socialpædagogernes podcast 'Kort fortalt: Nærmeste følelsesmæssige udviklingszone' fra d. 18. maj 2023.
- ➔ Find episoden dér, hvor du normalt lytter til podcasts, fx [Apple Podcasts](#), [Google Podcasts](#), [Podimo](#), [Spotify](#) eller en anden podcast app. Her søger du efter 'Socialpædagogerne' og vælger den rette episode. Du kan også finde episoden på Fagligt Fokus: www.sl.dk/podcast
- ➔ Hvis du har brug for det, så læs side 2 og 3, som giver et oprids af de vigtigste læringer.
- ➔ Svar på følgende spørgsmål enten alene eller i samarbejde med dine kolleger.

REFLEKSIONSØVELSE

- ➔ Skriv ned: Udvælg en person fra din arbejdsplads, som du mener mangler noget, når det kommer til følelsesmæssig udvikling.
 - ➔ Hvad er det for kompetencer, som du mener mangler? I hvilke situationer ses fraværet?
 - ➔ Hvilken følelsesmæssig udviklingszone mener du, vedkommende befinder sig i?
 - ➔ Hvordan kunne du støtte personen bedre til at udvikle disse kompetencer med blik for at sikre, at personen lærer i den nærmeste følelsesmæssige udviklingszone?
- ➔ Hvis I er flere: Vend hver jeres notater fra punkt 1 in plenum. Er der nogle fælles læringer?
- ➔ Diskutér: I arbejdet med borgeren, rammer du/I så typisk 'kan'- eller 'kan ikke'-zonen, hvis du/I skal være helt ærlige?
 - ➔ Hvis svaret er 'ja' - hvordan kan I i højere grad end nu arbejde med borgernes følelsesmæssige udviklingszoner?
 - ➔ Hvilken viden mangler I for at få et større blik for den følelsesmæssige udviklingszone?
 - ➔ Hvem har lyst til at sætte sig ind i den neuropædagogiske analyse og indsamle informationer om borgeren, så I har et større grundlag for at kende vedkommendes nærmeste følelsesmæssige udviklingszone?
- ➔ Hvilke 1-2 læringer fra podcasten tager du med dig direkte ud i praksis nu?





DET SKAL DU VIDE OM

NÆRMESTE FØLELSESMÆSSIGE UDVIKLINGSZONE

Følelsesmæssig udvikling er, når vi lærer at mærke, rumme og selvregulere vores følelser. Hvis man, fx pga omsorgssvigt, ikke har fulgt den naturlige følelsesmæssige udvikling, som finder sted i de første leveår, går det ud over vores evne til at føle empati, indgå i anerkendende samspil med andre, og på at skabe et positivt selvbillede. Ja, det påvirker faktisk dannelsen af personlighed.

Hvis man arbejder med **nærmeste følelsesmæssige udviklingszone (NFUZ)**, er det dog muligt at støtte personer til følelsesmæssig udvikling og trivsel.

NFUZ ligger mellem det vi kan, og det vi ikke kan (endnu). Formålet er at finde ind til det, der mangler hos personen, og derefter støtte der, hvor det hverken er for nemt eller for svært. Begrebet stammer fra neuroaffektiv udviklingspsykologi.



Hvis vi ikke arbejder med barnets nærmeste udviklingszone, så sker der det, at der ikke sker nogen udvikling og læring. Og det skaber rigtig meget frustration og afmagt hos fagpersoner, når man føler at man bliver ved med at gentage det samme, og ikke oplever, at borgeren udvikler sig.

Susan Hart, psykolog i Socialpædagogernes podcast 'Kort fortalt: Nærmeste følelsesmæssige udviklingszone'

SÅDAN ARBEJDER DU MED FØLELSESMÆSSIG UDVIKLING

Når man som socialpædagog har fundet ud af, hvor en person har brug for støtte, så kan der arbejdes specifikt med dette område ud fra vedkommendes kompetencer og udviklingstrin.

I neuroaffektiv udviklingspsykologi taler man om, at vores hjerne udvikler sig – hvis den ellers bliver støttet af nære relationer – i tre niveauer i takt med vores alder:

- ➔ Det **sansende** (det autonome nervesystem) udvikles normalt mens barnet er 0-3 mdr og handler om at kunne regulere arousal og mærke lyst og ulyst.
Sådan støttes udviklingen af det sansende niveau: kontakt og berøring, vise relevant kropssprog, skabe forudsigelighed.
- ➔ Det **følelende** (det limbiske system) udvikles normalt mens barnet er 3-12 mdr og her bliver barnet opmærksom på egne følelser, samt lever sig ind i andres følelser og behov.
Sådan støttes udviklingen af det følelende niveau: Skab følelsesmæssig afstemning, spejling, del øjeblikke sammen.
- ➔ Og det **tænkende** (det præfrontale cortex) udvikles normalt mens personen er 1-25 år og her udvikler vi evnen til at mentalisere – altså evnen til at agere socialt hensigtsmæssigt – samt evnen til at styre egne impulser.
Sådan støttes udviklingen af det tænkende niveau: Skelne mellem fantasi og virkelighed, støtte op om nye oplevelser, moderlig omsorg og trøst, når følelser melder sig.





DET SKAL DU VIDE OM

NÆRMESTE FØLELSMÆSSIGE UDVIKLINGSZONE

ANALYSEREDSKAB

- DEN NEUROAFFEKTIVE ANALYSE

- ➔ Den Neuroaffektive Analyse er et analyseredskab, som består af 15 udsagn, der danner grundlag for en vurdering af personens generelle følelsesmæssige funktionsniveau og nærmeste følelsesmæssige udviklingszone.
- ➔ Der gives desuden inspiration til specifikke interventioner på de tre mentale organiseringsniveauer: det sansende, det følende og det tænkende.
- ➔ Analyseredskabet er udviklet af Susan Hart. [Find mere information om analysen her.](#)

MERE VIDEN

OG INSPIRATION

- ➔ Artikel fra Fagligt Fokus: [Neuroaffektiv udviklingspsykologi: Den sansende, følende og tænkende hjerne](#)
- ➔ Podcast fra Socialpædagerne: [Metoder og tilgange: Neuroaffektiv udviklingspsykologi](#)
- ➔ Podcast fra Socialpædagerne om legens betydning for tilknytning: [Metoder og tilgange: Theraplay](#)
- ➔ Artikel fra Fagligt Fokus: [Neuroaffektiv tilgang: Sådan arbejder vi](#)
- ➔ Susan Harts bog: [De følsomme relationer](#)



NOTER