

# MILJØTERAPI

En af Munkegårdens 3 teoretiske grundsten

2025

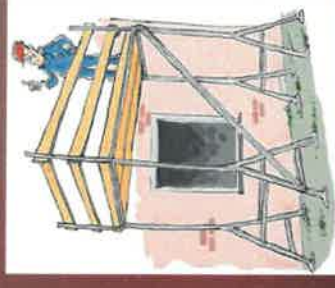
## OM BESKYTTELSE

- Ro-givende pædagogik
- Sikring af sund døgnrytme, basal hygiejne, sund kost
- Udviklende aktiviteter
- Generel sikring af velbefindende
- Ro og forudsigelighed
- Vi skærmer for for mange stimuli
- Hindrer udadrettet og destruktiv adfærd



## OM STØTTE

- Ydes for at skabe basis for udvikling
- Stillads som gør at barnet trives
- Støttende aktiviteter øger selvværd og selvtilid
- Det fælles tredje
- Støtten afhænger af dagsformen



## OM STRUKTUR

- Tillidsskabende
- Forudsigeligt miljø
- Rytmask
- Årshjul
- Faste spisetider
- Kontinuitet i vagtplanen
- Struktur frigiver ressourcer til udvikling og trivsel



## OM ENGAGEMENT

- ”...indrette omgivelserne på en måde, der kompenserer mest muligt for beboerens begrænsninger”
- Skabe **beskyttende** deltagerrammer
- Følge en fast **struktur**
- Fællesskab, fælles handlinger
- Styrke sociale kompetencer
- **Støtte** til planlagte fritidsaktiviteter
- Engagement forener mange elementer i miljøterapi



## OM ANERKENDELSE

- Anerkendelse af følelser (afvigelser, tab, ensomhedsfølelse)
- Afvisning af uønsket adfærd - anvisning af ønsket adfærd
- Anerkendelse starter i hjertet – ”jeg føler med dig – ikke som dig”



# FRILUFTSPÆDAGOGIK

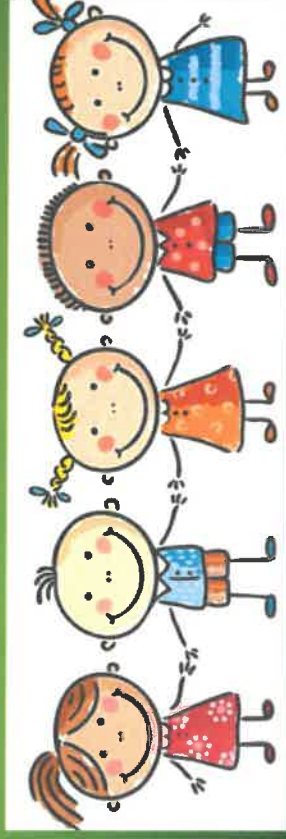
DEN ENNE AF MUNKEGÅRDENS 3 TEORETISK GRUNDSTEN



© Can Stock Photo

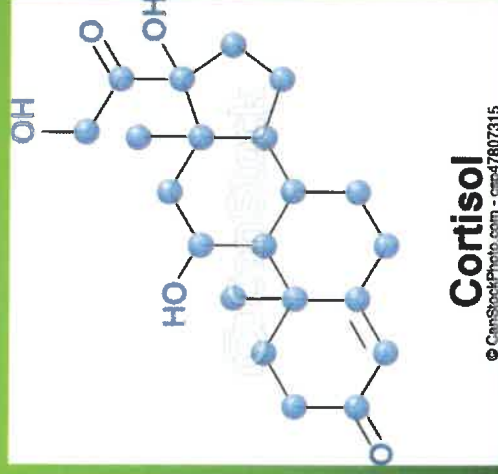
## OM RELATIONSDANNELSE

- Friluftsliv giver en unik mulighed for at være fælles om noget
- Relationer opstår/styrkes mellem barn/barn og barn/voksen
- Relationer opstår, når samarbejde er en nødvendighed for at opnå et mål
- Relationer styrkes, når ens handlinger vil være til glæde for andre end én selv



# OM NATUREN SOM STRESSREDUCERENDE

- Cortisol (stresshormon) falder ved ophold i naturen



## OM SELVTILLID

- Selvtillid handler om det man gør
- I naturen tilegner man sig kompetencer
- Man gør sig nye erfaringer
- Man oplever succes



# OM HANDLEKOMPETENCE

- Erfaring, indsigt og erkendelse sætter mennesket i stand til at handle
- Man **erfarer** med sin egen krop, når man kravler på store sten, klatrer op og ned af en skrænt eller gemmer sig i et krat
- Man opnår **indsigt** når man selv agerer i situationen
- Man **erkender** sine egne styrker og svagheder
- Man bliver mere **robust**



# OM ROBUSTHED

- Man oplever at kunne klare det
- Styrker vedholdenhed
- Robusthed er
  - Styrke til at holde opmærksomhed på en aktivitet
  - Evnen til at tilpasse indsatsen i forhold til muligheder
  - Denne styrke kan indleje sig i barnet, og blive en indre ansvarlighed og målrettethed



# Neuroaffektiv forståelse

En af Munkegårdens 3 teoretiske grundsten

En gennemgang af teorien neuroaffektiv forståelse samt de metoder, der knytter sig til

29. oktober 2025

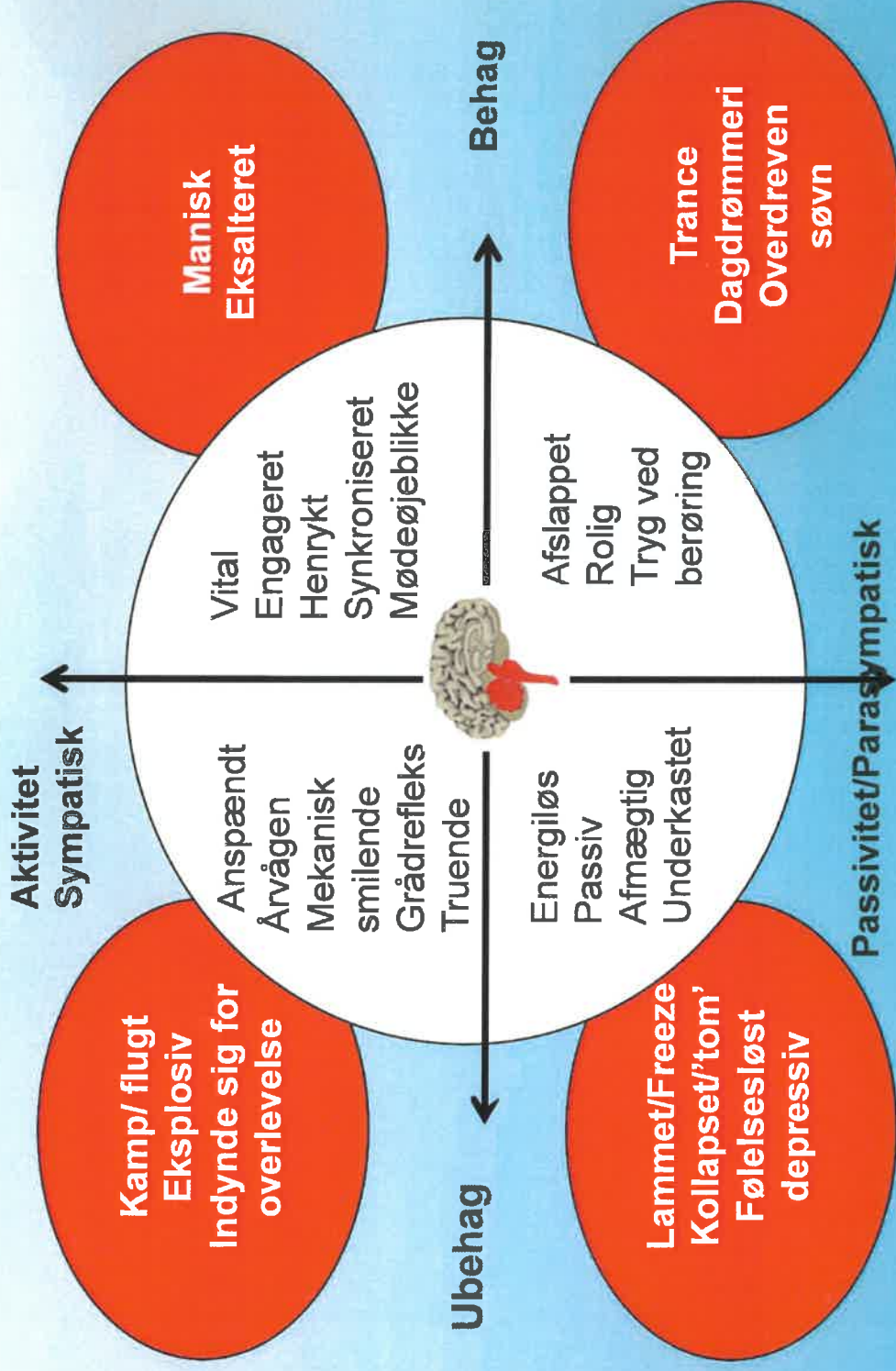
## Kort fortalt:

- Neuroaffektiv forståelse er en helhedsorienteret tilgang, der kombinerer hjerneforskning (neuro), følelser (affekt) og udviklingspsykologi for at forstå menneskets udvikling og adfærd. Den fokuserer på, at hjernens udvikling, specielt af følelser og socialitet, sker via samspil med andre, og at forståelse af de tre mentale organiseringsniveauer (det sansende, følende og tænkende) giver et "landkort" til at navigere i menneskers adfærd og behov.
- **Nøglelementer:**
- *Hjernens tre niveauer: Neuroaffektiv udviklingspsykologi opdeler hjernen i tre niveauer, der spiller sammen.*
- *Det autonome/sansende niveau:* Omfatter kroppens grundlæggende sanser og arousal (energiniveau).
- *Det limbiske/følende niveau:* Relaterer sig til følelser og affekt (sindsstemning, intensiv følelse).
- *Det præfrontale/tænkende niveau:* Dækker over kognition (sansning, opmærksomhed, indlæring, hukommelse og problemløsning), tænkning og evnen til mentalisering (se sig selv udefra, og forestille sig andre indefra).

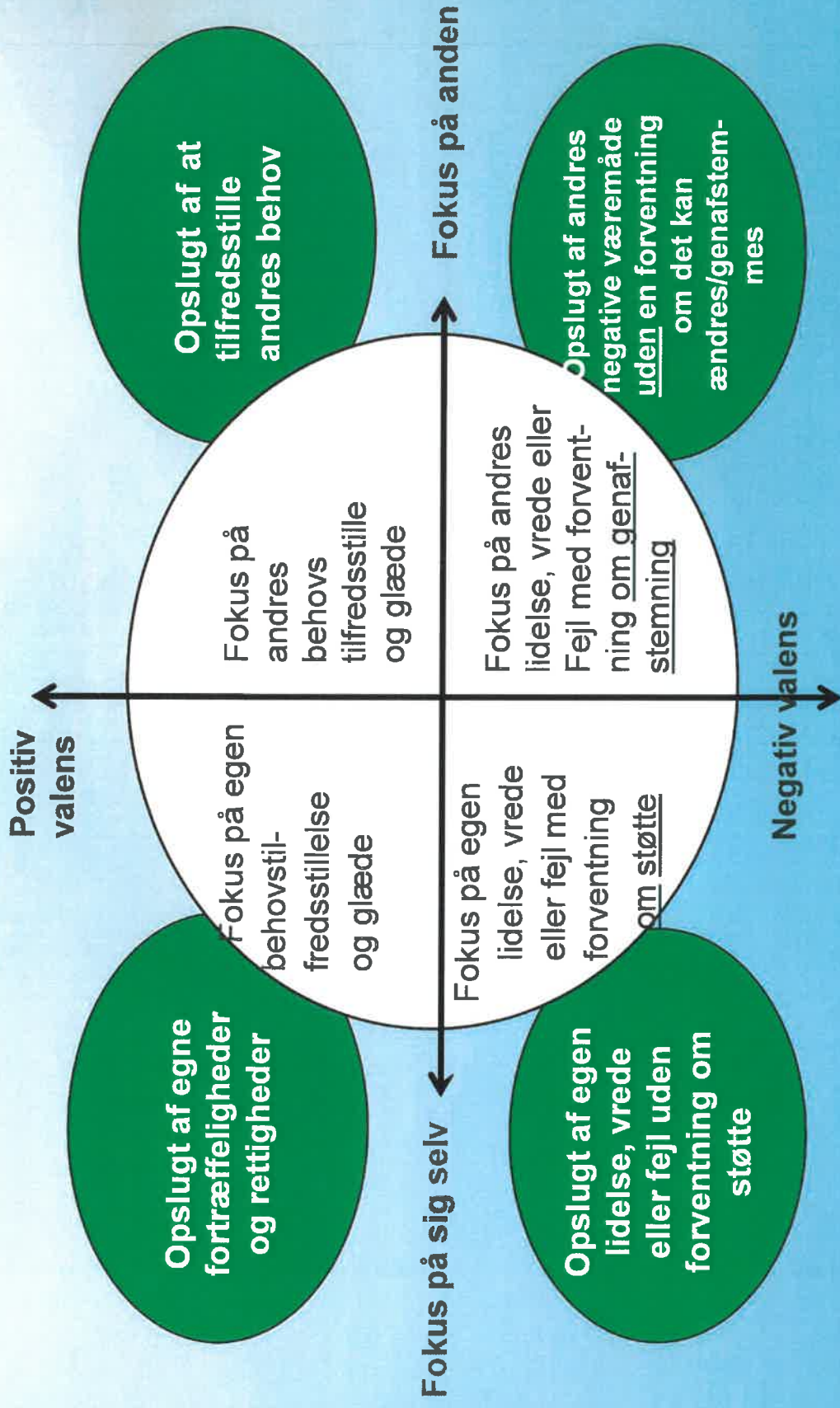
# Alt det, en robot ikke kan:

- Neuroaffektiv forståelse = det psykologiske miljø
- Vi kan ikke erstattes af robotter
- Energi, varme over for beboerne
- Engagement
- Validering
- Vores relation til beboerne
- Det er tonen, måden vi møder beboerne på, det er essensen i vores behandling
- Det er en kombination af viden, erfaring og intuition
- Vi arbejder intuitivt
- Fingerspitz-gefühl

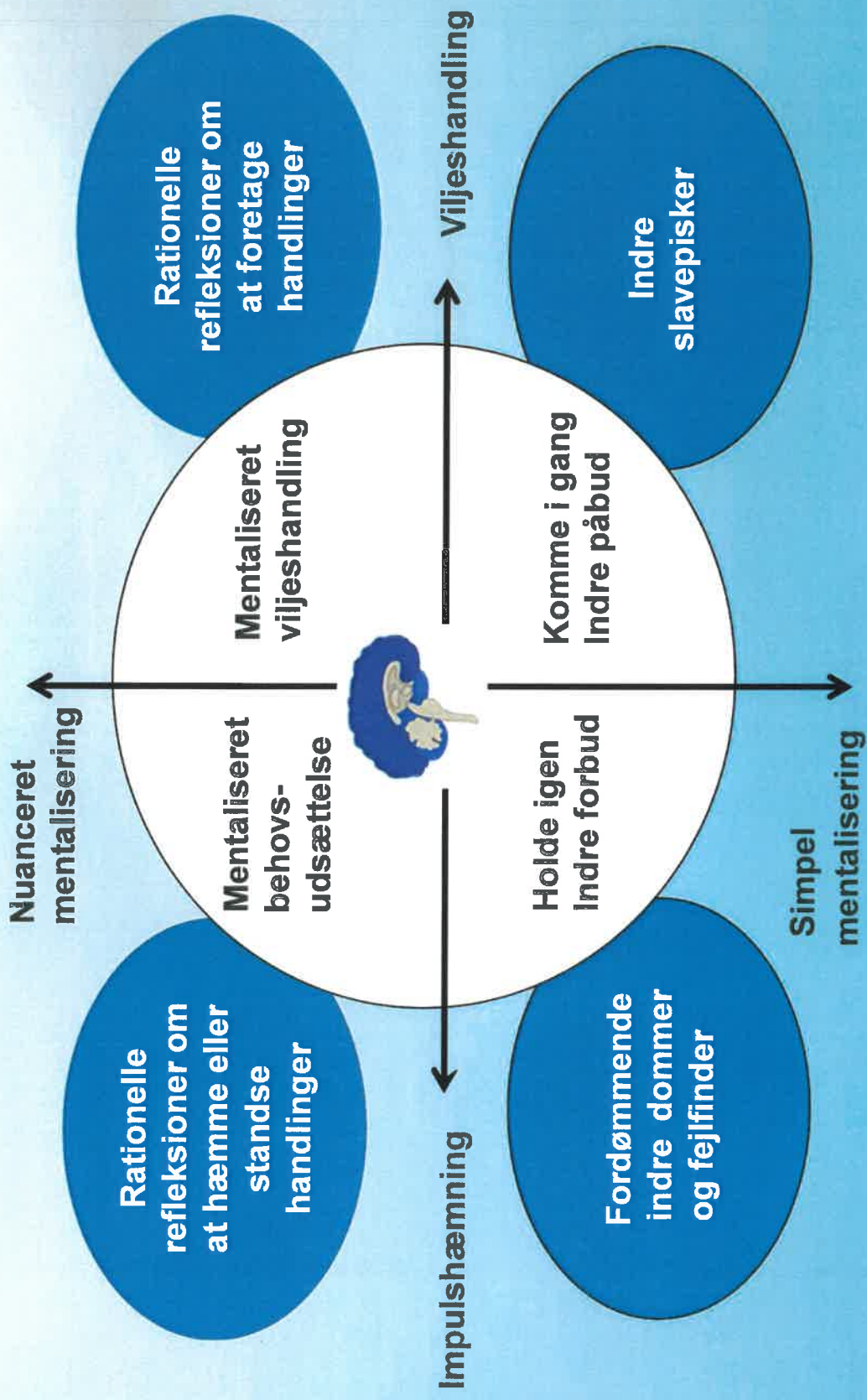
# DET AUTONOME KOMPAS



# DET LIMBISKE KOMPAS



# DET PRÆFRONTALE KOMPAS



# BRUG BÅDE Macro OG Micro regulering i relations arbejde

## Macro

- Den professionelle/voksne holder ansvaret for interaktionen - det asymmetriske ansvar
- Er optaget af at skabe udvikling og bevægelse
- Indstillingen er præget af tydelighed
- Sætter, når der er brug for det, rammen for, hvad samspillet skal handle om, tegner banen op. Skaber struktur som skaber tryghed.
- Har perspektivet og holder kursen
- Kan beskrive den ønskede adfærd og hjælper til med at korrigere den andens adfærd.
- Udfordrer den anden så der skabes læring indenfor barnet/den unge/den voksnes nærmeste udviklingszone.

## Micro

- Indstillingen er præget af nærvær, indlevelse og empati
- Skaber tillid og tryghed i relationen
- Den professionelle/den voksne har øje for løbende afstemning og genafstemmer ved fejlafstemning
- Skaber samregulering som skaber synkronisering og mødeøjeblikke.
- Spejler
- Skaber nærhed gennem omsorg uden at overskride intimitetsbarrieren
- Autentisk engagement som skaber glædesfyldt samvær - bruger og giver af sig selv, indenfor det der er hensigtsmæssig for barnet/ den unge/den voksne

