

Legen er vejen

På Skovgården hænger leg og hjerneforskning tæt sammen i arbejdet med børn med tilknytningsforstyrrelser

INDHOLD



FOTO: RICKY JOHN MOLLIDY

04 THERAPLAY

Sværd, fjer, sæbebobler og balloner. På skole- og behandlingshjemmet Skovgården er der tæt sammenhæng mellem leg og den nyeste hjerneforskning. Psykolog Gitte Jørgensen (billedet) og hendes psykolog-kollega strukturerer den terapeutiske leg Theraplay, så socialpædagerne kan give sig hen til legen og opbygge relationen til barnet.

04 Leg for alvor**08 Vi er blevet bedre pædagoger****12 AFSPECIALISERING**

Midt i november stillede alle Folketingets partier sig bag en aftale, der skal dæmme op for afspecialiseringen på det specialiserede socialområde. Mens den får bred anerkendelse for sine gode intentioner, er forskere og Danske Handicaporganisationer (DH) mere usikre på den konkrete effekt. Det er stadig op til kommunernes gode vilje, om borgeren får det rigtige specialiserede tilbud, mener således DH-formand Stig Langvad

12 Skepsis over for ny aftale**15 ARBEJDSMILJØ**

Har 800 millioner kroner hjulpet?



FOTO: JUAN ESTELIANO

16 GLOBALE STEMME

Det er hårdt at være barn i den bolivianske storby El Alto, og mange børn mangler den mest basale omsorg i hverdagen. Det prøver Inti Phajsi-huset at rette op på. Projektet, der er støttet af International Børnesolidaritet, tilbyder både lektiehjælp, leg og aktiviteter – og masser af hjerterum

16 Omsorg og legende læring i El Alto**20 SOCIALPOLITIK**

Lav en firepartsaftale om 2020-mål

21 2020-MÅL

Socialpolitisk topmøde i Aarhus

**22 GENERALFORSAMLING
LILLEBÆLT**

Vi skal have fat i B-medlemmerne

23 DELTIDSANSATTE

Kombijob frem for flere deltidsjob

24 PRISVINDER

Skansebakken og Vejle vandt

25 KOMMUNALVALG

Lidt flere socialpædagoger i byrådene

25 NYUDDANNEDE

Høj ledighed blandt dimittender

26 SYNSPUNKT

Bedre arbejdsmiljø gennem mindfulness?

28 LÆSERBREV

THERAPLAY

Leg for alvor

Sværdkampe og sæbeboble-klask bliver på skole- og behandlingshjemmet Skovgården brugt til at sætte gang i udviklingen hos børn med tilknytningsforstyrrelser. Teorier om hjernens udvikling spiller en vigtig rolle i det pædagogiske arbejde

Af Maria Rørbæk, mrk@sl.dk
Foto: Ricky John Molloy

Klask. Socialpædagog Lars Nielsen og hans primærbarn slår hænderne sammen. Mellem deres håndflader brister den sidste sæbeboble. Så blæser psykolog Gitte Jørgensen nye bobler ud.

Hvor mange kan makkerparret mon klare nu? Sådan kan et øjebliksbillede se ud fra en session med Theraplay på skole- og behandlingshjemmet Skovgården i Fuglebjerg på Sjælland. Andre aktiviteter kan være kamp med sværd, indsmørring af hænder, fregner, der skal tælles, eller vatkugler, der pustes af sted.

Det ligner leg og sjov, og det er det også – samtidig med, at der ligger stor alvor bag. På Skovgården bruges Theraplay, der kommer af de engelske ord for terapi og leg, nemlig som et redskab til at sætte gang i udviklingen af det neurale netværk i hjernen hos børn med tilknytningsforstyrrelser.

For at forstå, hvad der foregår i Theraplay, er der behov for viden om hjernens udvikling. Den viden formidler Skovgårdens to psykologer Gitte Jørgensen og Charlotte Hagemund-Hansen i deres nye bog, 'Børn i gode hænder. Neuroaffektiv udviklingspsykologi i praksis'.

I bogen beskriver de to psykologer, hvordan Skovgården bruger neuroaffektiv udviklingspsy-

kologi til at hjælpe traumatiserede eller omsorgssvigtede børn. I tråd med psykologen Susan Hart tager de udgangspunkt i teorien om den 'treenige' hjerne. De forklarer, hvordan de i hverdagsprog beskriver hjernens lag som sansehjernen, føle-hjernen og mentaliseringshjernen og giver eksempler på børn, der er understimuleret i forskellige dele af hjernen.

Livshistorie

De to psykologer fortæller bl.a. om 8-årige Liv. Hun er ikke en virkelig person, men hendes historie er et sammenkog af mange af de tilknytnings- og relationsforstyrrede børn, Gitte Jørgensen og Charlotte Hagemund-Hansen har mødt på Skovgården.

Liv er understimuleret i sansehjernen, der ofte også kaldes krybdyrhjernen eller reptilhjernen, fordi den repræsenterer det mest primitive lag i hjernen. Det er fx sansehjernen, der gør det muligt at sanse kroppen og omgivelserne og at styre basale motoriske handlinger, som at gå eller svømme. Sansehjernen består bl.a. af det autonome nervesystem og tager sig populært sagt af, hvad der på engelsk benævnes de fire F'er – fighting, fleeing, feeding og fucking.

Sansehjernen har sin vækstspurt i perioden fra fostertilstanden og de to-tre første levemåneder, og allerede dengang var Livs liv mærket af forældrenes misbrug. Eksempelvis hæftede sundhedsplejersken sig ved, at hun ikke tog på som forventet, at den bagerste del af hovedet var påfaldende fladt som tegn på, at hun ikke var blevet vendt tilstrækkeligt ofte, samt at hun ikke reagerede alderssvarende på kontakt.

Svag fornemmelse af kroppens signaler

Da Liv som otteårig kom til Skovgården, kom den manglende stimulering af sansehjernen til udtryk på flere måder, idet hun endnu ikke var i stand til



STILLE NU Charlotte Hagemund-Hansen fortæller, at energiniveauet i Theraplay skifter mellem et højt og – som her – et lavt niveau. Det hjælper barnet til også selv at kunne skifte mellem energiniveauer

For år tilbage tænkte man, at hvis man var tilknytningsforstyrret, var det noget, man var resten af livet, men nu ved vi, at det kan ændres. Hjernen er plastisk, og hvis den bliver stimuleret, kan den udvikle sig – ligesom en muskel

Charlotte Hagmund-Hansen, psykolog

at mærke sig selv indefra og fornemme de sansmæssige signaler, som hendes krop sendte. Eksempelvis kunne hun falde og slå sig, så det blødte, hvorpå hun bare rejste sig op og løb videre uden at tage notits. Andre gange græd hun hjerteskræende og højt, fordi hun lige havde opdaget en rift, der var flere dage gammel.

Midt om vinteren kunne hun have arme, der var røde af kulde, mens næsen løb uden på nogen måde at se ud til at registrere ubehag.

Gitte Jørgensen og Charlotte Hagmund-Hansen fortæller, at Livs liv altså var præget af, at hun som spædbarn gik glip af vigtige stimuli i hjernen. Hjernen udvikler sig nemlig kun, når den stimuleres. Det gode budskab er til gengæld, at det aldrig er for sent at stimulere:

Charlotte Hagmund-Hansen siger:

– For år tilbage tænkte man, at hvis man var tilknytningsforstyrret, var det noget, man var resten af livet, men nu ved vi, at det kan ændres. Hjernen er plastisk, og hvis den bliver stimuleret, kan den udvikle sig – ligesom en muskel. Men jo ældre barnet bliver, jo sværere bliver det.

Gitte Jørgensen supplerer med sprog som eksempel:

– Grunden til at de færreste danskere taler russisk er, at vi ikke er blevet stimuleret, men det

betyder ikke, at vi ikke kan lære russisk. Det bliver bare sværere, når det sker senere i livet.

Hjælp til at blive født i psykisk forstand

På Skovgården skal behandlingen imødekomme de understimulerede områder i Livs hjerne eller som Gitte Jørgensen og Charlotte Hagmund-Hansen formulerer det i bogen:

– Vi skal ikke forsøge at føre hende tilbage til spædbarnsalderen, men skabe betingelser, der betyder, at en 8-årig kan få lov til at sanse og fornemme tilsvarende udviklingsområder på en alderstilpasset måde. Vi skal med andre ord hjælpe Liv til at blive 'født' i psykisk forstand.

En af Livs store udfordringer er, at hun på den ene side har et stort behov for omsorg og nærhed – og på den anden side instinktivt vægrer sig imod det. Liv er hele tiden på vagt, fordi hun har været vant til vold og omsorgssvigt. Et eksempel er en dag, da hun går på havestien med en voksen i hånden. Stemningen er god, og de snakker om alt og ingenting. Da den voksne bukker sig ned for at binde sit snørebånd, udbryster Liv:

– Hvis du gør vold på mig, skrider jeg.

I begyndelsen gør Liv modstand mod fysiske berøringer. Under normale omstændigheder skaber fysisk kontakt ellers et bånd mellem barn og forældre, fordi kroppens 'tilknytningshormon' oxytocin udløses, men Liv reagerer helt anderledes. Hos hende udløser berøring kamp- eller flugtreaktioner. Derfor er det nødvendigt at gå meget forsigtigt til værks og tilbyde berøringer i små, overskuelige situationer.

Theraplay

På Skovgården er hele miljøet tilrettelagt med henblik på at øge Livs og de andre børns muligheder for udvikling, men det sker mest intenst i et Theraplay-forløb.

Omdrejningspunktet i Theraplay er at skabe eller genskabe kontakten mellem det behandlingskrævende barn og de betydningsfulde voksne, der er i barnets liv. I Livs tilfælde er det primærpædagogen 'Lise', der indgår i forløbet, som sættes i gang hurtigt efter, at Liv er flyttet ind.

– Vi skal ikke vente på, at der skabes en særlig kontakt mellem Liv og Lise, for det vil sandsynligvis tage lang tid, og Liv kan ikke vente. Hendes udvikling skal i gang. Nu, fastslår psykologerne i bogen.

Livs Theraplay-forløb har fokus på at give hende noget af den basale omsorg, som hun ikke fik som

Neuroaffektiv udviklingspsykologi og Theraplay

I udgangspunktet hænger neuroaffektiv udviklingspsykologi og Theraplay ikke sammen. Neuroaffektiv udviklingspsykologi er en nyere teori, der er udviklet af den danske psykolog Susan Hart. Teorien er funderet på en sammentænkning af hjerneforskning og teorier om tilknytning og udviklingspsykologi. Om navnet neuroaffektiv udviklingspsykologi siger Susan Hart selv:

– Det tog mig omkring tre år at opfinde navnet, som jo på en måde er et lidt besværligt navn, men det skulle jo indeholde det, at det både er omkring hjernen, omkring følelser og omkring udviklingspsykologi.

Theraplay er en terapeutisk metode, der bygger på leg og allerede blev introduceret i USA i slutningen af 60'erne.

I 2008 blev Susan Hart tilfældigvis introduceret for Theraplay – og hun beskriver Theraplay som metoden, der matcher hendes teori. Hør Susan Hart fortælle om neuroaffektiv udviklingspsykologi på www.kortlink.dk/dabc



spædbarn, og det er meningen, at Lise skal overføre principperne fra Theraplay til hverdagen.

Planlagt berøring

Det er vigtigt, at det hele skal foregå i en legende og positiv atmosfære, og psykologen planlægger at den første leg allerede skal starte ved yderdøren, så Liv kommer godt ind i lokalet.

Psykologens mimik er bevidst overdreven, og hendes intonation er, som talte hun til et lille barn.

– Hvor har jeg glædet mig til, at du skulle komme, Liv, siger hun.

Liv skal nu stå på Lises fødder, og med langsomme skridt bæres ind i lokalet, mens Lise holder hende. Psykologen holder hele tiden øje med, hvordan Liv ser ud, og hvis hun fx ser forskrækket ud, beder hun Lise gå langsommere.

Bagefter skal Lise smøre Livs hænder ind i creme. Den første gang, kan Liv kun klare et par sekunders berøring, men langsomt vænner hun sig til det, og kan kapere mere og mere. Psykologen tilrettelægger legene, så den fysiske kontakt intensiveres og kan trækkes længere og længere ud – men det er i høj grad de samme lege, der leges igen og igen. Det kan fx være pizza-leg, hvor Lise laver en pizza og symbolsk putter ingredienserne på med faste, forudsigelige tryk på Livs ryg, arme og ben – ingen kilden eller pludselige forandringer.

Øjenkontakt

En dag får Liv den 'magiske tæppetur.'

Først pakker Lise nænsomt Liv ind i et tæppe, som hun og psykologen holder imellem sig. Så får

Liv en svingetur i et stille og rytmisk tempo. Liv ligger, så hun kan kigge direkte op på Lise, der tager imod ethvert tilløb til kontakt med et åbent ansigt.

Psykologen sørger for, at Liv og Lise får øjenkontakt på en nænsom og ufarlig måde. Liv styrer svingeturen med øjnene. Når hun åbner øjnene bliver hun svinget. Når hun lukker dem, holder Lise og psykologen tæppet stille.

Liv holder øjnene åbne i længere og længere tid, og begynder at sende forsigtige smil ud i verden.

Så sender hun smilene direkte op til Lise.

Charlotte Hagemund-Hansen siger:

– Det fantastiske ved Theraplay er, at vi kan få lov til at være i kontakt med børn, der ellers undgår enhver form for kontakt. Jeg kan blive enormt bevæget, når jeg siger farvel og barnet og den voksne går herfra hånd i hånd, og barnet fx hinker sammen med den voksne. Man kan se, at det bliver skabt noget, som er unikt mellem den voksne og det barn.

Gitte Jørgensen supplerer:

– Det er meget spændende, for hvis vi scannede børnenes hjerner før og efter behandlingen ville vi nok også kunne se, at der er sket ændringer i deres hjerner. Udviklingen tager stormskridt nu, både teknologisk og forskningsmæssigt, og det kan være, at vi om 30 år bruger hjernescanninger som led i udredninger og evaluering – men det er vi lige nu meget langt fra. Både fordi, det er rigtig dyrt, og fordi det kan virke uetisk. Ville børnene så tænke: Hvorfor skal jeg scannes? Er der noget galt med mig? For os er det meget vigtigt, at barnet oplever at have en barndom og ikke en 'behandlingsdom', mens det er på Skovgården. ■

PLOP Sæbeboblerne brister, når socialpædagog Lars Nielsen klasker hænder med primærbarnet, der derved træner sig selv i at afstemme sig efter en anden – samtidig med, at der er øjenkontakt



Vi er blevet bedre pædagoger

Det gik op for mig, at han jo ikke var en stor dreng indeni. Indeni var han bare en lille dreng, der manglede en hel masse omsorg

Berit Bøgekær,
socialpædagog

Socialpædagogerne Berit Bøgekær og Lars Nielsen er glade og stolte over at arbejde med neuroaffektiv udviklingspsykologi og Theraplay. Aktiviteterne med børnene er ikke revolutionerende nye, men de har fået en større forståelse for, hvorfor de gør som de gør

Af Maria Rørbæk, mrk@sl.dk
Foto: Ricky John Molloy

Mærk mit hjerte! Du må gå i panik, hvis jeg går i panik. Er jeg i panik nu? Sådan spurgte socialpædagog Lars Nielsen for nogle år siden en dreng, der var helt oppe at køre inden sin konfirmation.

Samtidig holdt han drengens hånd oven på brystkassen, så han kunne mærke de rolige slag. Og så forplantede roen sig langsomt til drengen.

Lars Nielsen fortæller historien som et eksempel på, hvordan han tidligere intuitivt arbejdede ud fra de principper, som personalet på behandlingshjemmet Skovgården i dag er bevidste om.

Nemlig at menneskets hjerne i tråd med den danske psykolog Susan Harts teorier populært sagt består af tre lag, nemlig sansehjernen, følelhjernen og mentaliseringshjernen, der i daglig tale på Skovgården kaldes tænkehjernen. Og at man – i arbejdet med tilknytningsforstyrrede børn – ofte skal appellere til sansehjernen frem for tænkehjernen og fx kommunikere med berøring frem for ord. Og at man kan afstemme en andens urolige nervesystem ved berøring.

– Meget af det, vi gør i dag, gjorde vi også før, vi begyndte at tale om hjernen og neuropsykologi og Theraplay. Men nu er vi blevet mere bevidste om, hvad vi gør, siger Lars Nielsen.

Kollegaen, socialpædagog Berit Bøgekær, supplerer:

– Jeg er i hvert fald blevet mere bevidst om situationer, hvor barnet slet ikke kan forstå det, hvis vi appellere til tænkehjernen – og hvor vi i stedet skal appellere til sansehjernen. Du skal jo heller ikke sige til et lille spædbarn: Stop med at græde! Jeg kan ikke holde ud at høre på det mere. I stedet ville jeg tage barnet fysisk ind til mig for at trøste det.

Theraplay

Berit Bøgekær og Lars Nielsen er enige om, at tankegodset i neuroaffektiv udviklingspsykologi gennemsyrrer hele hverdagen på Skovgården, men allermest tydeligt er det i Theraplay-sessionerne, hvor en socialpædagog (eller anden voksen) går i enerum med et barn for at lege nøje udvalgte lege, der skal stimulere barnets hjerne og give det noget af den omsorg og kontakt, der glippede i de tidlige år.

Første gang Lars Nielsen hørte om terapiformen, tænkte han, at det slet ikke var noget for ham. Han så en videoptagelse, hvor den finske psykiater Jukka Mäkälä masserede et barns arm på en meget insisterende måde, som Lars Nielsen opfattede som grænseoverskridende.



Diskuter på facebook

Er det etisk korrekt at hjernescanne omsorgssvigtede børn?

Psykolog Gitte Jørgensen vurderer, at man om fx 30 år måske vil bruge hjernescanninger som led i udredninger og evalueringer af børn med tilknytningsforstyrrelser. Vil det være etisk korrekt? Hvorfor? Hvorfor ikke?

Deltag i debatten på facebook / se hvordan på www.sl.dk/facebook



I dag har han og kollegaen Berit Bøgekær rigtig gode erfaringer med terapiformen, der forener sæbebobler, sværdkamp og indsmøring af creme med den nyeste viden om hjernens udvikling og konsekvenserne af manglende stimulering (læs mere i artiklen Leg for alvor).

– Theraplay rykker så meget på relationen, siger Berit Bøgekær.

Enorm udvikling

Berit Bøgekær har været i Theraplay med flere forskellige børn, men den, der gjorde størst indtryk, var Nick. Inden de begyndte på Theraplay havde han så svært ved kropskontakt, at han vægrede sig, bare hun rørte ham på skulderen. Øjenkontakt kunne han heller ikke rumme.

– Men efter otte sessioner med Theraplay var vi på knus, når vi så hinanden, fortæller hun.

Kropskontakt er en vigtig del af Theraplay, der bl.a. handler om at efterligne nogle af de stimuli, der naturligt er mellem fx et spædbarn og forældrene – og om at gøre det på en måde, der ikke virker pattebarnsagtigt.

Inden første session vidste Berit Bøgekær, at den 13-årige dreng på et tidspunkt skulle sidde mellem hendes ben med ryggen op af hende, og det syntes hun, var en meget mærkelig tanke.

– Men det endte med ikke at være grænseoverskridende, for det gik op for mig, at han jo ikke var en stor dreng indeni. Indeni var han bare en lille dreng, der manglede en hel masse omsorg, siger hun.

Nick skulle mades

Berit Bøgekær havde det også lidt svært med tanken om afslutningen på en Theraplay-session, der altid indebærer, at den voksne mader barnet med fx nødder og juice.

– Jeg kunne sagtens forstå teorien bag det at made ham – at det svarer til det lille barn, der fx får sutteflaske samtidig med, at det får fornemmelsen af, at 'jeg tager mig af dig. Jeg er hos dig'. Men han var jo ikke noget lille barn, og derfor syntes jeg, det virkede kunstigt.

I begyndelsen brød Nick sig heller ikke om at blive madet, og han insisterede på at holde maden selv.

– Men så fandt jeg en måde at gøre det til en leg, så Nick sad med lukkede øjne, mens jeg fx puttede en nød ind i hans mund, og så skulle han smage, hvad det var.

De første gange var Nick helt stiv i kroppen, når han sad op ad Berit Bøgekær, men efter nogle gange begyndte han at slappe af.

ENERGI Theraplay skal være glædesfyldt og er med Berit Bøgekærs ord også 'herresjovt'





Hvis man har et brækket ben med gips på, så er der jo ikke nogen, der kommer over og siger: Hey, nu skal du altså gå! Men vores børn ser helt normale ud udenpå, og derfor kan det være godt at blive bevidst om, at der er noget i deres hjerner, der ikke er modnet endnu

Lars Nielsen, socialpædagog



REMEDIER Psykologerne gennemtænker nøje legene på forhånd. Sværdene kommer eksempelvis i brug, når et barn skal trænes i struktur – og i at overlade styringen til den voksne, der sætter kampen i gang og afblæser den igen

– Det var ligesom, når du bærer et spædbarn på skulderen. Du kan mærke forskel på, om det spænder i kroppen eller om det bare slapper af og læner sig ind til dig, fortæller hun.

En af de sidste gange skulle Nick knase en nød, imens Berit lyttede til den høje lyd – og Nick skulle lytte til Berits knasen.

– Og så lænede han sig helt ind mod mig. Kind mod kind. Det var et magisk øjeblik.

Optaget på video

Lars Nielsen har også haft mange gode oplevelser med Theraplay, og også han har fundet sin egen vej.

– Det betyder meget for mig, at det ikke bare er gøgl og gak, men at det er en del af noget større, siger han.

Theraplay-sessionerne optages altid på video. Både så der ikke bagefter kan opstå tvivl om intentionen med kropskontakten, og så psykolog og fx socialpædagog kan få supervision.

– For mig har det givet vildt meget at se videoen. Fx skulle jeg tage styringen, når vi klaskede hænderne sammen for at fange sæbebobler, men på videoen kunne jeg se, at det flere gange var barnet, der tog initiativet til at vælge den sæbeboble, vi skulle slå – og så fulgte jeg bare impulsivt efter. Det blev jeg bevidst om at lade være med, så han kunne vænne sig til at følge mig i stedet for omvendt.

Selve Theraplay-sessionerne varer kun cirka en halv time en gang om ugen, men Lars Nielsen og Berit Bøgekær bruger også legene uden for terapilokalet.

– Det kan fx være i puttesituationen, hvor jeg kan blæse sæbebobler ud på ryggen af et barn, der så skal mærke, hvor de lander, siger Berit Bøgekær.

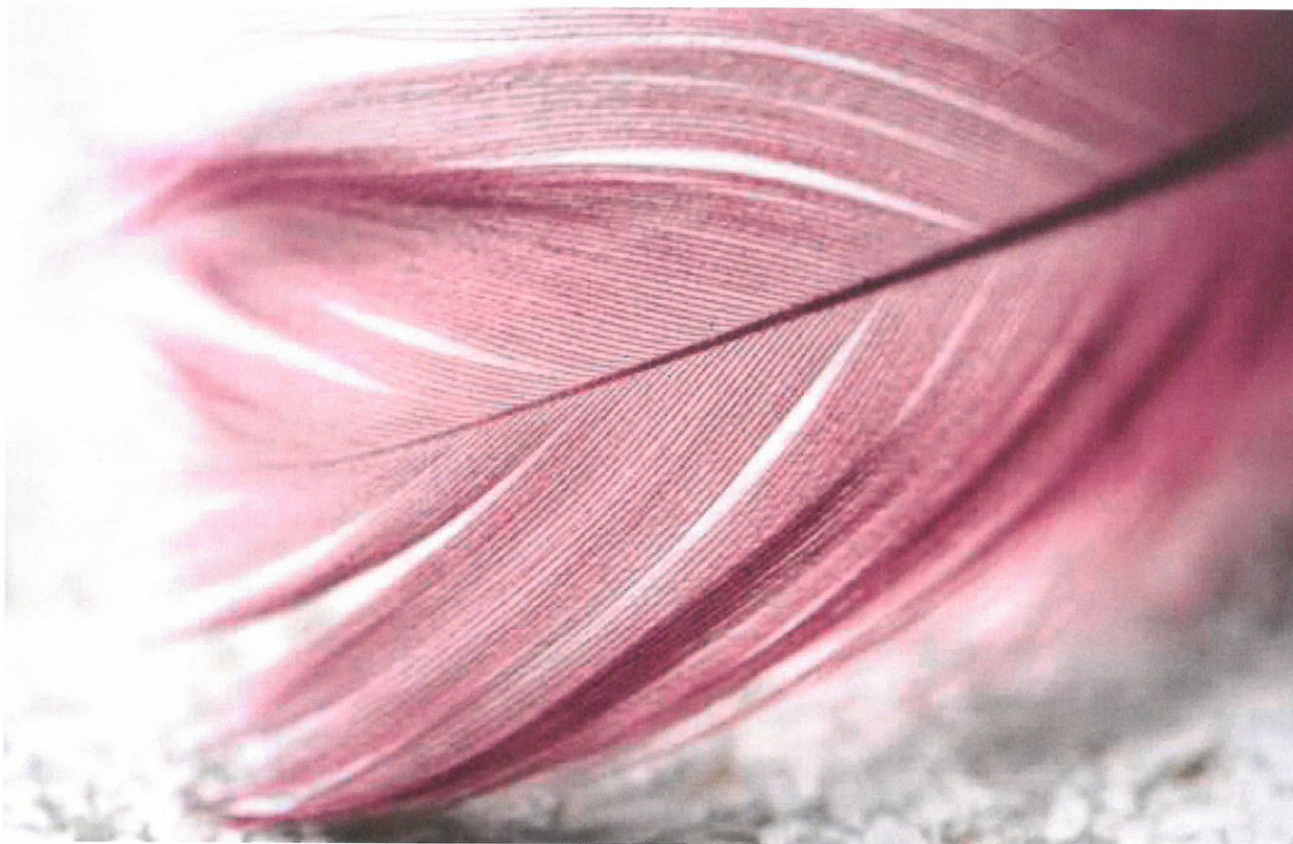
De to socialpædagoger er også enige om, at det betyder meget, at de nu er opmærksomme på, at børnene er understimuleret i hjernen.

– Hvis man har et brækket ben med gips på, så er der jo ikke nogen, der kommer over og siger: Hey, nu skal du altså gå! Men vores børn ser helt normale ud udenpå, og derfor kan det være godt at blive bevidst om, at der er noget i deres hjerner, der ikke er modnet endnu. Og at de derfor nogle gange ikke kan handle anderledes end de gør.

Berit Bøgekær og Lars Nielsen er enige om, at såvel teorier som Theraplay har gjort dem til bedre pædagoger. Berit Bøgekær siger:

– Vi er bedre rustet til at tale med hinanden om de enkelte børn og finde nye løsninger. Jeg er også blevet dygtigere på, hvad der sker i hjernen, og hvorfor børnene gør som de gør. ■

Oplysninger om 'Nick' er anonymiseret.



Eksempler på lege i Theraplay

Inden den første Theraplay-session laver terapeuten en såkaldt M.I.M-test, hvor barnet og omsorgspersonen (fx socialpædagogen) sammen skal løse forskellige opgaver. Samspillet optages på video og giver bl.a. et billede af relationen mellem de to.

På den baggrund udvælger psykologen bagefter lege inden for fire dimensioner:

Omsorg handler om at bygge barnets fornemmelse af selvværd op. Følelsen af at være værdifuld 'bare fordi'. Den voksne tilbyder omsorg, uden at barnet spørger efter det.

Det kan fx ske gennem følgende lege:

- Dekorere barnet med hårspænder og fjer.
- Fingerspidsmassage.
- Tjek barnets øjenfarve, længden på fingre, øre mv. Basalt set: Hvem er barnet?

Struktur handler om, at den voksne til hver en tid har ansvaret for barnets sikkerhed og velbefindende og fx regulerer og guider.

Det kan fx ske gennem følgende lege:

- Gå i takt.
- Sanglege, der er markeret med start, midte og slutning – og med rytme og imitation.
- Sværdkamp, hvor den voksne markerer kampens start og afslutning.

Engagement handler om, at kontakten mellem den voksne og barnet skal fyldes med leg og glædesfulde øjeblikke.

Det kan fx ske gennem følgende lege:

- Stanniolastryk: Terapeuten laver aftryk i stanniol på barnets hånd, fod, øre, arm eller andet, mens pædagogen er uden for døren. Hun skal nu gætte, hvor på barnets krop, det passer.
- Blæs omkuld: Barn og pædagog blæser mod terapeut, der sidder på hug, indtil hun falder omkuld.
- Boogie woogie (engagement forbundet med glæde og sjov).

Udfordring handler om at skabe små overskuelige og udviklingsmæssige rimelige udfordringer, der støtter barnet til at håndtere dets følelsesmæssige spændinger – og som er skabt til succes.

Det kan ske gennem følgende lege:

- Stable puder, som barnet balancerer på og senere springer ned fra.
- Tommelfingerkrig. Højre hånds fingre griber om hinanden, mens tommeltotten stikker op. Det går nu ud på at få lagt den andens tommelfinger ned med sin egen. De to tomler krydser over hinanden, mens der i takt siges: '1-2-10-så-er-der-tommelfingerkrig'.
- Konkurrence om først at kunne puste en vatkugle ned i den anden ende af rummet, mens man ligger på gulvet.

Kilde: 'Børn i gode hænder. Neuroaffektiv udviklingspsykologi i praksis'. Hans Reitzels forlag 2013.