

## Barndommen varer livet ut



*Det er ikke aha-opplevelser  
som former barnehjernen.  
Først og fremst formes den av  
gjentatte mønstre av samspillserfaringer,  
enten de er gode eller vonde.*

*La oss se til at de blir gode*

(Dag Ø Nordanger RVTS.)



Et nyfødt barn har en iboende evne til å inngå i sosiale samspill med sine omgivelser. Babyer er helt avhengig av andres omsorg for overlevelse og utvikling. Som foreldre trenger dere tid og rom for å bli kjent med babyen.

Det å være oppmerksomt tilstede for å se hvilke signaler babyen gir i form av blikk, bevegelser, lyder og ulike typer gråt er viktig. Prat med babyen, lokk frem smil, hjelp barnet å ro seg ned og falle i søvn, byss og bær når barnet har vondt i magen. Dette vil gjøre at den lille føler seg forstått, anerkjent og trygg. Det er viktig at babyen får riktig respons på behovene hun/han har. På den måten blir babyen trygg og den tåler bedre belastninger livet evt. vil gi.



Noen babyer har veldig tydelige signaler og er lette å forstå og roe ned, andre er mer sensitive og oppleves som mer utfordrende å være foreldre til. Det er ikke uvanlig at babyer gråter mye de første ukene/månedene. Det er krevende for foreldrene når man føler at det ikke hjelper uansett hva man gjør. Søk råd hos helsestasjonen eller andre.



Små barn er prisgitt sine omsorgspersoner og er sensitive for stemningen i heimen. Er det belastninger som kan spille inn og påvirke din tilstedeværelse og omsorg for barnet? De erfaringene barnet får de første leveårene vil prege hans/hennes fungering livet ut - på godt og vondt.

Hjernen er i en rivende utvikling de første leveårene. Opplever barnet mange situasjoner som gjør det redd, vil angstbanene i hjernen bli overutviklet og barnet vil bruke energi på å være i beredskap i stedet for å utforske og lære.



Små barn som blir utsatt for vold som slag, risting og hard behandling kan få fysiske skader, skader i hjernen, psykiske traumer eller det kan i verste fall medføre død. Å være vitne til vold mellom foreldre, mot foreldre, søsken eller andre gir like store psykiske traumer og negativ påvirkning som selv å bli utsatt for vold.

Mangel på trygge forhold i oppveksten gir dårlig immunforsvar, hemmer læring og øker risikoen for fysiske og psykiske vansker.





Selbu  
kommune *Selbu Helsestasjon*

Barn er prisgitt at voksne tar ansvar når barnet lever under forhold som kan skade deres utvikling og fungering. Søk hjelp om du har utfordringer i eget liv eller rundt deg som er ugunstige for din foreldrerolle og barnets utvikling.

**Du kan ta kontakt med:**

- Helsestasjonen
- Fastlegen
- Psykisk helsetjeneste i kommunen

