

## NUSSA

### Om forløbet

NUSSA står for Neuroaffektiv Udviklingspsykologisk Struktureret Aktivitet. Programmet baserer sig på neuroaffektiv udviklingspsykologi og henvender sig til lærere, pædagoger, PPR-psykologer eller andre, der på anden vis har erfaring med at arbejde med børn. NUSSA er udviklet til fagpersoner, der har mod på at prøve et nyt program, og som har daglig kontakt med børn, der har brug for ekstra støtte og omsorg. Man behøver således ikke at have en terapeutisk baggrund.

Børnegruppeprogrammet handler om at opbygge og styrke børns følelses-, personlighedsmæssige og sociale ressourcer gennem glædesfyldt, engageret og struktureret leg, hvor børnene forbedrer deres relationelle ressourcer og selvindsigt, hvormed børnene bliver mere robuste overfor psykiske stressfaktorer.

NUSSA-programmet er organiseret i samme rækkefølge som børns naturlige kompetenceudvikling. NUSSA-programmet er udviklingsbaseret til forskel fra manualbaseret, idet vi ikke mener, at børns udvikling følger en manual. I forløbet tages der således hensyn til den samlede børnegruppens emotionelle og sociale udviklingsniveau. Derfor kan man i programmet gennemføre udvalgte trin flere gange, hvis ikke den samlede gruppe er parat til næste udviklingsniveau. Programmet er inddelt, så det kan anvendes særskilt i forhold til børnegrupper på henholdsvis 3-6 år, 6-9 år og 9-12 år.

HUSK at bestille kassen med de materialer, som du skal bruge som NUSSA træner. Materialekassen er ikke en del af kurset og skal bestilles samtidig med, at du bestiller din plads på kurset.

### NUSSA-gruppen

NUSSA-gruppen består af ca. 6-10 børn i aldersgruppen 3-6, 6-9 og 9-12 år. Børnegruppen skal helst sammensættes, så der opnås en vis homogenitet omkring børnenes følelsesmæssige udviklingsniveau. Derfor anbefaler vi, at der foretages et struktureret interview, af voksne i barnets netværk. Dette interview er en del af NUSSA-programmet.

### Indhold i NUSSA-programmet

NUSSA-programmet består af en indledning, 4 niveauer og en afslutning. Hver af de fire niveauer består af ca. 4 trin, som kan gentages hvis det er nødvendigt, for at få hele børnegruppen med. Programmet er struktureret således, at niveauerne bygger oven på hinanden. Selvom programmet indeholder 18 trin, er det således individuelt for hver gruppe, hvor lang tid der skal til for at gennemføre hele programmet.

**Indledning:** Det første trin handler om at opbygge en tryk relation i gruppen, ikke blot imellem NUSSA-trænerne og børnene, men også børnene imellem.

#### **Niveau 1:** Rytme, synkronisering og ramasjang (trin 2-5):

Dette niveau handler om, hvordan man gennem rytme og leg etablerer et tillidsfyldt forhold til hinanden, hvor man føler, at man er sammen – og både kan udfordres, glædes og samarbejde med hinanden.

**Niveau 2:** Mine, dine og vores følelser (trin 6-9):

Dette niveau handler at hjælpe barnet med at kunne mærke positive følelser som glæde, mildhed, men også mærke negative følelser som fx vrede, sorg, og angsten for at miste. På dette niveau drejer det sig også om at mærke disse følelser og turde at vise dem til såvel NUSSA-trænerne og de andre børn.

**Niveau 3:** Stoppe op, mærke efter, føle og tænke (trin 10-13):

Dette niveau handler om at hjælpe barnet med at stoppe op og styre sine egne impulser. Børnene skal på dette niveau lære at kunne indgå i sociale samspil, hvor der er fælles regler, som skal følges.

**Niveau 4:** Tænke og føle klart over sig selv og andre (trin 14-17):

Dette niveau handler om at hjælpe barnet til at mentalisere over sig selv og sine relationer med andre, både indenfor og udenfor NUSSA-gruppen. På dette niveau drejer det sig om, at støtte barnets mentaliseringsevne på et højere niveau.

**Afslutning (trin 18):** Handler om, hvad børnene synes, de har lært, hvad de er tilfredse med, utilfredse med, og hvilke ønsker de har for fremtiden.

**Hvilke børn kan deltage i NUSSA?**

Børn som skal gøres skoleparate og har behov for at øge deres følelsesmæssige og sociale kompetencer. Børn med følelsesmæssige, personligheds-mæssige og/eller sociale udfordringer.

Børn som står i en livssituation, der er særligt udfordrende.

Børn af forældre, der af en eller anden årsag ikke har de ressourcer, der skal til for at indgå i samspil med deres børn. Fx på grund af depression, PTSD, akut opstået traume som skilsmisse, svær sygdom, dødsfald eller andre lidelser.

**Oplæringsforløbet til at blive NUSSA-træner**

Oplæringsforløbet giver deltagerne en grundig indføring i børnegruppeprogrammet og i brugen af den tilhørende NUSSA-manual. Oplæringsforløbet omfatter teori, gennemgang af lege og aktiviteter samt personlig afprøvning af programmets aktiviteter og lege.

Der er max 36 deltagere på et hold.

Oplæringsforløbet består af syv dages undervisning i kortere moduler fordelt over et halvt år.

Oplæringsforløbet består af tre moduler, hvoraf de første to er af 3 dages varighed. Ved første modul gennemgås bl.a. halvdelen af børnegruppeprogrammet. Efter første modul påregnes det, at deltageren opstarter en børnegruppe på sin arbejdsplads, så erfaringerne herfra kan tages med ved andet modul. I andet modul drøftes erfaringerne og anden halvdel af børnegruppeprogrammet gennemgås. Den sidste dag er en supervisionsdag, som ligger ca. 6 måneder senere, hvor det forventes, at deltagerne har været hele programmet igennem på deres arbejdsplads.

**Undervisningsform**

Undervisningen veksler mellem teoretiske oplæg, videoklip, aktiviteter med fokus på kontakt og samspil i grupper, fælles refleksion og diskussion. Deltagelse på dette kursus forudsætter en villighed til og en åbenhed overfor at reflektere over egen praksis. Det er endvidere påkrævet, at du som deltager tør og vil kaste dig ud i lege og aktiviteter med fokus på kontakt og samspil i grupper.