RBUP Regionsenter for barn og unges psykiske helse Øst og Sør

# NBO oppfriskning og fordypning

**NBO-trener/helsesykepleier/spesialrådgiver**

**Hege Pettersen Sandtrø**

RBUP

# Program for dagen

**09.00-09.30 Hvor er dere nå med tanke på NBO**

**09.30-09.45 Pause**

**09.45-10.30 Repetisjon av NBO-elementene**

**10.30-10.45 Pause**

**10.45-11.30 AMOR foreldre og NBO-veileder**

**11.30- 12.15 Lunsj**

**12.15-13.00 Film om Aisha med oppgaver**

**13.00-13-15 Pause**

**13.15- 14.00 Film og Jenny med oppgaver**

**14.00-14.45 Små barn og søvn**

**14.45- 15.00 Pause**

**15.00-15.30 Veien videre og evaluering**

RBUP





RBUP

# Dagnes mål

- Repetere og inspirere
  - Bli mer bevisst sin egen og foreldrenes rolle i NBOen
  - Gjøre et dypdykk i NBO ved å se filmer å løfte NBO som måte å jobbe på
  - Få mer kunnskap om små barn og søvn



RBUP

# Noen supre tall

- **94 %** av familiene har fått NBO

- 6 % er det ikke gjennomført NBO
- Årsaker til at det ikke er gjennomført NBO:
  - Familien får NBO annet sted
  - Ikke mulig å gjennomføre i praksis (feks at deltaker/barn er på sykehus/institusjon)
  - Annen årsak eks. pause i programmet, var bortreist i utlandet, vanskelig å få kontakt med familien og lignende
  - Av de som har gjennomført NBO, så har de i snitt gjennomført NBO på 4 hjemmebesøk. De har gjort det på mellom 1 og 9 hjemmebesøk.



Hvor er dere nå med tanke på NBO?

Hva er bra og hva er utfordrende?

RBUP



# Repetisjon av NBO elementene

RBUP

# NB!!! NBO er ikke

- En undersøkelse
- En test
- En vurdering
- NBO er en ressursorienter- og relasjonsbasert observasjonsmetode
- Vi vanner tilknytningssystemet
- Foreldrene er alltid i førersetet og spedbarnet i sentrum for observasjonen.



RBUP

# Ideal-babyen for en NBO-gjennomgang

- Mett og tilfreds
- Sover
- Tørr bleie
- Ikke nylig utsatt for noen smertefulle prosedyrer (eks. Vaksine, Føllings prøve)


Foto: Pixabay.com

RBUP

# Vær fleksibel – vis respekt for babyen

- Rekkefølgen av de 18 observasjonspunktene avhenger av babyens tilstand
- Hvilke observasjonsdeler som inngår i den enkelte NBOén avhenger av babyen og den kliniske situasjonen



Foto: Pixabay.com

# NBO-observasjonsskjema

RBUP Regionsenter for barn og unges psykiske helse – Øst og Sør

## Observasjon av det Nyfødte Barnet (NBO)

Observasjonsdato: ……

Barnets navn: …… Kjønn: …… Fødselsdato: ……

Sv. skapsuker v/fødsel:…… Fødselsvekt: …… Antall søsken:……..

Ernæringsmåte: …….. Hvem er til stede: ……

Observasjonssted: …… Observatør/veileder: ……

| ADFERDSKOMPONENT | VURDERING 3 | 2 | 1 | VEILEDNINGSASPEKTER |
|---|---|---|---|---|
| 1. Habituering til lys | Lett | Etter hvert | Vanskelig | ☐ Sovemønstre |
| 2. Habituering til lyd | Lett | Etter hvert | Vanskelig | ☐ Søvn beskyttelse |
| 3. Muskeltonus; legger og armer | God | Variabel | Svak/ svært sterk | ☐ Muskeltonus |
| 4. Søkerefleks | God | Variabel | Svak | ☐ Matnings spørsmål |
| 5. Sugerefleks | God | Variabel | Svak | |
| 6. Griperefleks | God | Variabel | Svak | ☐ Berøring og kontakt |
| 7. Skulder og nakketonus | God | Variabel | Svak | ☐ Tonus |
| 8. Krabberefleks | God | Variabel | Svak | ☐ Sovestilling og sikkerhet |
| 9. Respons på ansikt og stemme | Veldig responsiv | Litt responsiv | Ikke responsiv | ☐ Sosial kontakt |
| 10. Visuell respons (på ansikt) | Veldig responsiv | Litt responsiv | Ikke responsiv | ☐ Syn |
| 11. Orientering mot stemme | Veldig responsiv | Litt responsiv | Ikke responsiv | ☐ Hørsel |
| 12. Orientering mot lyd (rangle) | Veldig responsiv | Litt responsiv | Ikke responsiv | |
| 13. Visuell følge av objekt(ball) | Veldig responsiv | Litt responsiv | Ikke responsiv | ☐ Kommunikasjon og kontakt |
| 14. Gråt | Svært lite | Litt | Mye gråt | ☐ Gråt og trøstbarhet |
| 15. Trøstbarhet | Roes lett strev | Med litt å roe/trøste | Vanskelig | ☐ Selvtrøstende/roende adferd |
| 16. Adferdsregulering | Velorganisert | Variabel | Lite org | ☐ Adferdsregulering/ temperament |
| 17. Stress respons; hudfarge, skjelving og skvetting | Ikke stresset | Litt | Svært stresset | ☐ Terskel for stimulering/aktivitet |
| 18. Aktivitetsnivå | Optimal | Moderat Lavt nivå | Svært høyt/ | ☐ Behov for støtte |

RBUP Regionsenter for barn og unges psykiske helse – Øst og Sør

## Oppsummering av barnets profil og anbefalinger til foreldre

Hva ser vi av kompetanse/mestring hos barnet:

A _____

M _____

O _____

R _____

Andre ting: _____

_____

_____

Hvilke områder ser vi at barnet mister sin likevekt og trenger støtte og tilpasninger:

A _____

M _____

O _____

R _____

Andre ting: _____

_____

_____

Ytterlige kommentarer:

_____

_____

_____

Fullstendig Referanse: Understanding Newborn Behavior and Early Relationships: The Newborn Behavioral Observations (NBO). System handbook by Kevin Nugent, Constance H Kaefer, Susan Minear, Lise C. Johnson and Yvette Blanchard
Copyright ©2007 Children's Hospital Boston. All rights reserved. Norsk oversettelse: Inger Pauline Landsem, november 2009, revidert 2024

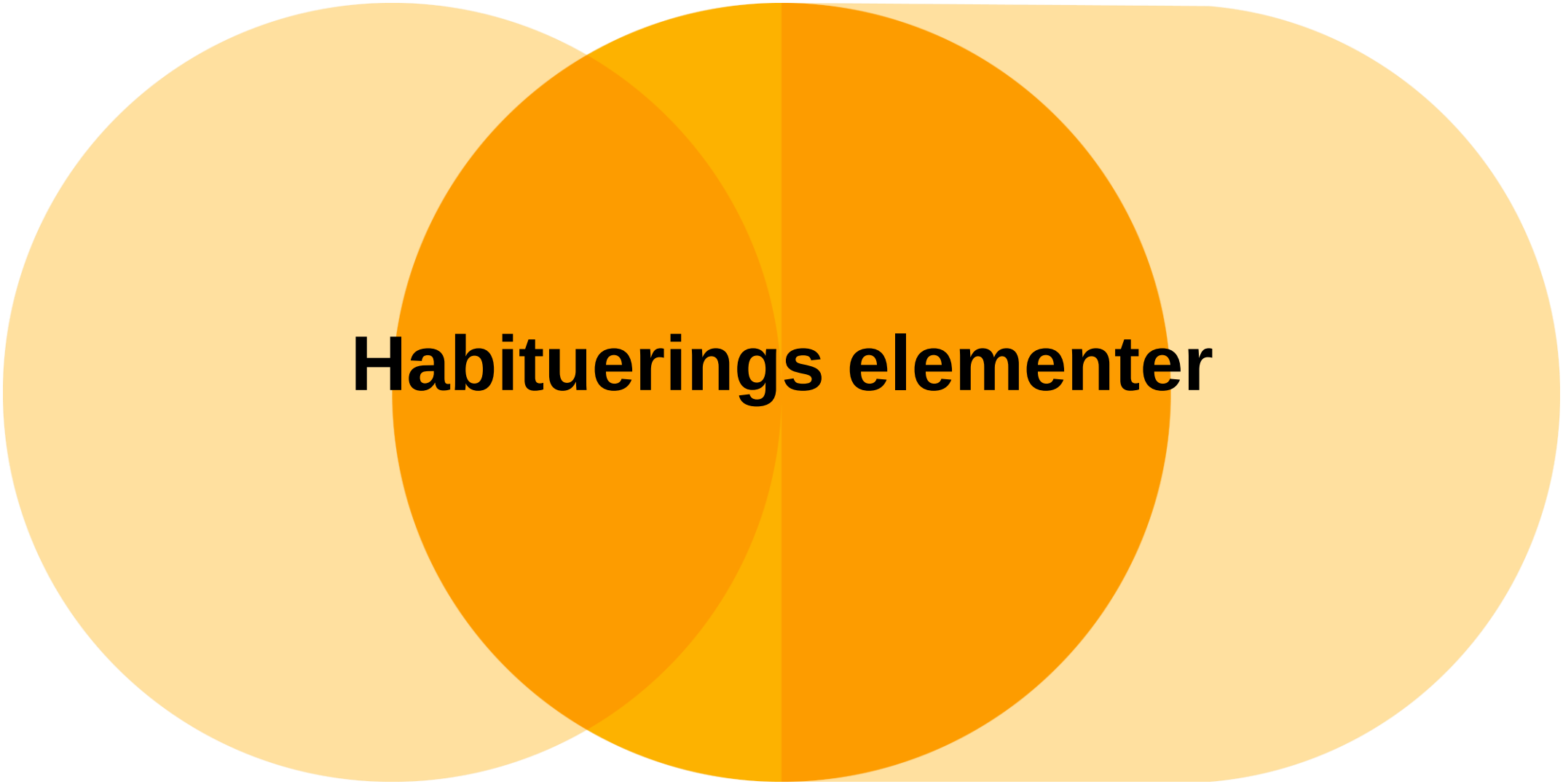
RBUP

# Innledende observasjonsperiode

Bruk ca. 30 sek. i begynnelsen av NBOén med stille observasjon av babyen sammen med foreldrene– observer babyens tilstand, farge, aktivitetsnivå, spontane rykninger, etc. (baseline AMOR).



RBUP



# Habituering til lys (lett søvntilstand)

- Lys kort over barnets lukkede øyne med ca. 5 sekunders intervaller
- Presenter lys-stimulus opp til 10 ganger, eller til barnet ikke lenger reagerer på lyset to påfølgende ganger



RBUP

# Habituering til lyd (lett søvntilstand)

- Rist kort og rytmisk (3 ristinger) med ranglen (dvs. den røde boksen med maiskorn) over barnets hode med ca. 30 cm. avstand fra barnets hode. ,- Gjenta risting med ca. 5 sekunders intervaller
- Presenter ranglelyden opp til 10 ganger, eller til barnet ikke lenger viser noen respons ved 2 påfølgende ganger
- Implikasjoner for søvn



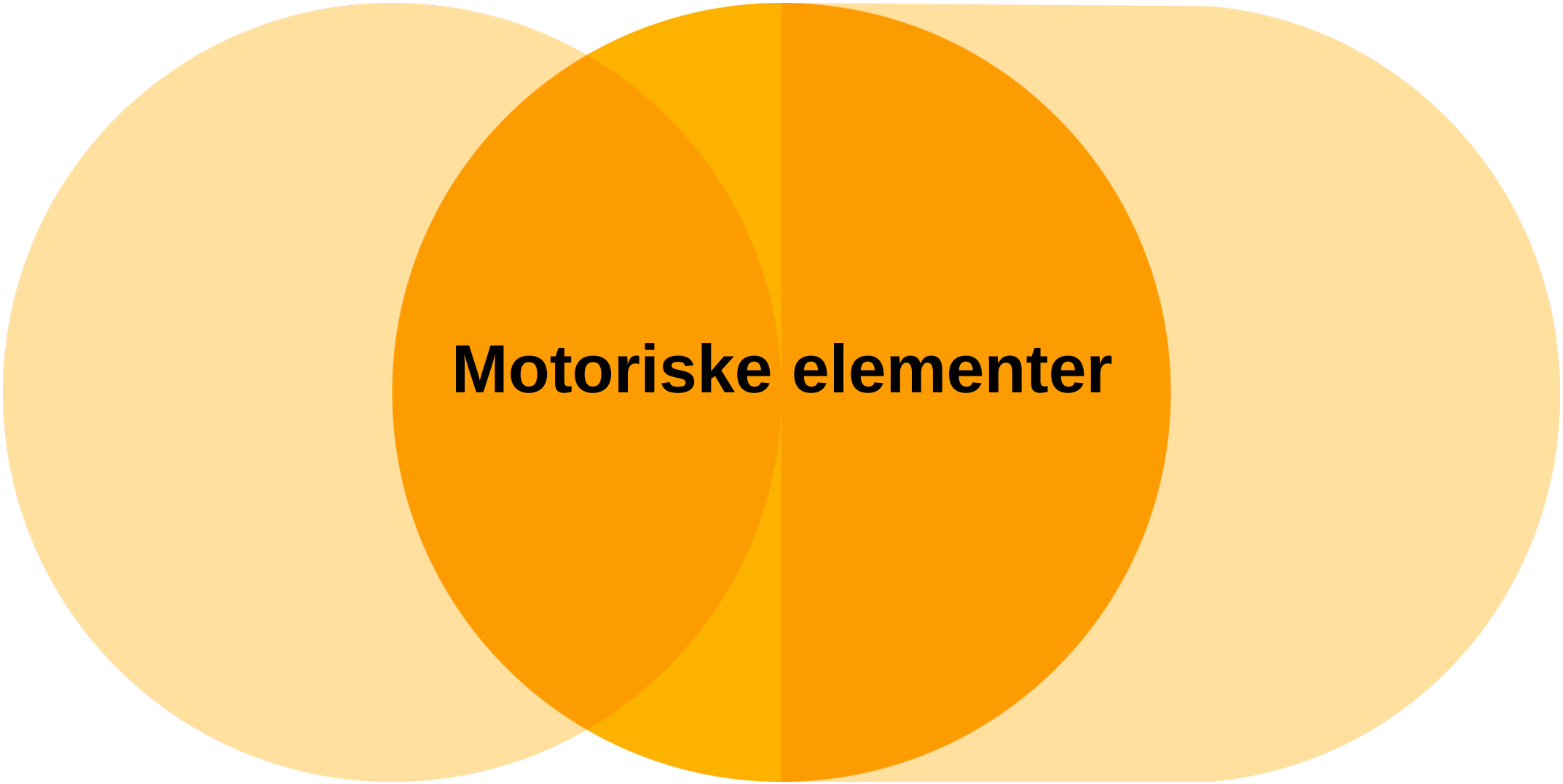
RBUP

# Ta av teppe og klær

- Tilpass babyens posisjon i ryggleie, ta av teppe og overdel
- Observer respons, bl.a.
  - Tilstandsskifte
  - autonome forandringer
  - aktivitet



RBUP



RBUP

# Tonus i armer og bein

- Bøy og strekk ut forsiktig barnets armer og bein.
- Observer kvaliteten på tonusen.
- Observer tilbaketrekkingen når du slipper opp.
- Implikasjoner for håndtering av barnet.

# Søkerefleks

- Posisjoner barnets hode i midtstilling.
- Stimuler hjørnet av munnen med fingeren.
- Observer  hodesnuing, utstrekking av tungen og åpning av munnen.


Foto: Pixabay.com

RBUP

# Sugerefleks

- Plasser finger (hånd-baken opp) i barnets munn.
- Observer styrke og rytmisitet på sugingen.
  - Begynner barnet å suge med et koordinert mønster?
- Implikasjoner for mating



RBUP

# Gripereflekser

- Plasser finger på barnets håndflate og observer gripereflekser.
- Unngå å berøre oversiden
- av hånden (dette hemmer refleksen).
- Noter styrke og kvalitet på grepet.
- Implikasjoner for berøring.



RBUP

# Skulder og nakketonus (trekk opp i sittende)

- Begynn mens banet ligger i ryggleie, grip rundt hendene og trekk opp i sittende stilling. Tilfør støtte for å stabilisere skuldre etter behov.
- Observer hvordan hodet følger med i manøveren og evne til å føre hodet opp i sittende og holde hodet i sittende posisjon noen sek.
- Implikasjoner for håndtering og holding.



RBUP

# Krabberefleks

- Plasser barnet i mageleie med armene på hver side av kroppen.
- Se etter krabbebevegelser både i armer og ben, i tillegg til evne til å løfte hodet og snu det til siden.
- Implikasjoner for trygg søvnpraksis og tidspunkt som egner seg for å ligge på magen.



Foto: Pixabay.com

RBUP

# Sosiale- og responsive elementer

RBUP

# Responsivitet til ansikt og stemme

- Begynn med ansikt alene, legg til stemme som stimulus nr.2
- Moduler stemmen din for å optimalisere babyens respons.
- Observer responsen. Ta pauser tilpasset barnets respons.



RBUP

# Visuell respons på ansikt

- Hold babyen foran deg i 60 graders vinkel i ryggleie.
- Forsøk å fange babyens oppmerksomhet i midtlinje ved å bruke kun ansiktsuttrykk.
- Ta pauser tilpasset babyens respons.
- Implikasjoner for å justere babyens stumulerings-terskel



RBUP

# Orientering mot stemme

- Hold babyen foran deg i 60 graders vinkel i ryggleie med hodet i midtlinje.
- Flytt seg selv ut fra barnet synsfelt.
- Be foreldrene snakke til barnet i en jevnt strøm i et lyst toneleie fra barnets side.
- Observer barnets respeons.
- Implikasjoner for hørsel og gjenkjenning og preferanse av foreldrenes stemmer



RBUP

# Orientering til lyd (rangle/rød boks)

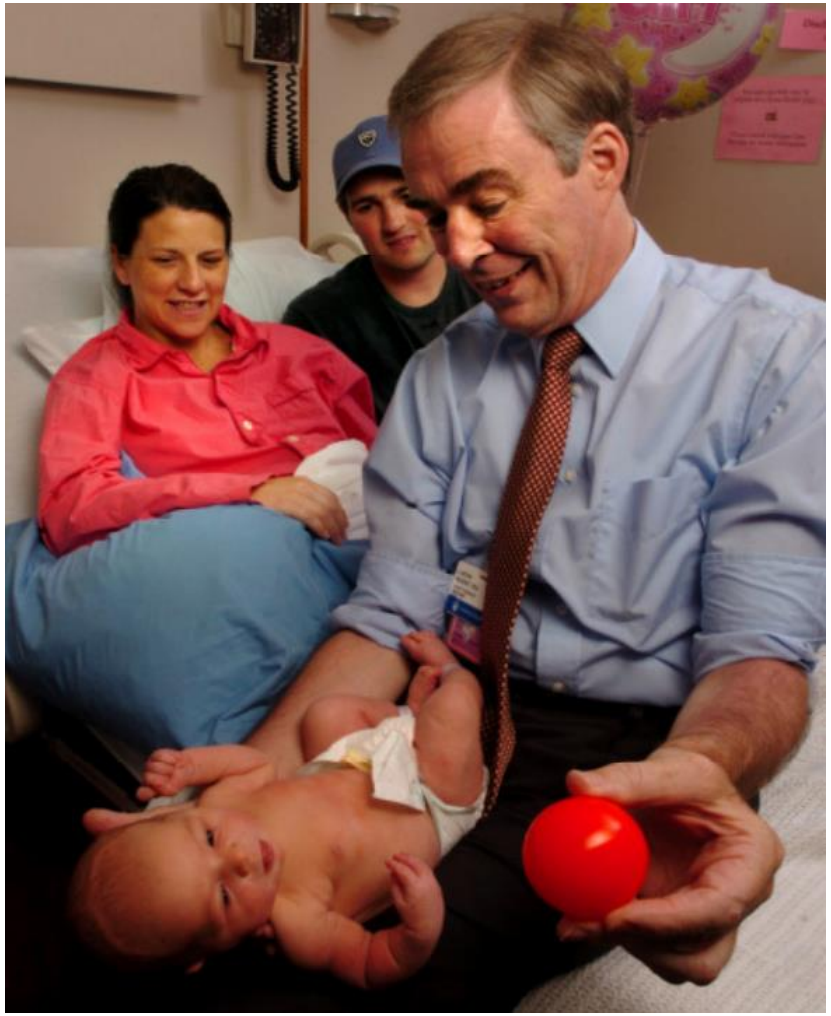
- Administrer på samme måte som ved orientering til stemme, bruk nå rangle istedet for stemme.
- Moduler og varier lyden på ranglen i en jevn lydstrøm for å optimalisere respons hos barnet.
- Hold ansiktet ditt (og foreldrenes ansikt) ut av barnets.
- Implikasjoner for å forstå barnets auditive preferanse.



RBUP

# Visuell følging(rød ball)

- Administrer som med respons til ansikt, bare erstatt med rød ball som stimulus.
- Hold ballen fremfor barnets øyne med ca 20-30 cm avstand for å optimaliser babyens respons
- Hold ditt eget ansikt og foreldrenes ute av barnets synsfelt.
- Implikasjoner for å forstå barnets visuelle preferanse.



RBUP

# Oppsummerende elementer

RBUP

# Gråt

- Observer omfang og intensitet i gråt gjennom hele observasjons-perioden.
- På hvilket stimuleringsnivå blir barnet overveldet?
- Hvilken manøver i NBO utløser gråt?
- Implikasjoner for omsorg



RBUP

# Trøstbarhet

Når barnet gråter, tilby trøst etter en trinnvis progresjon (trøstetrappen)

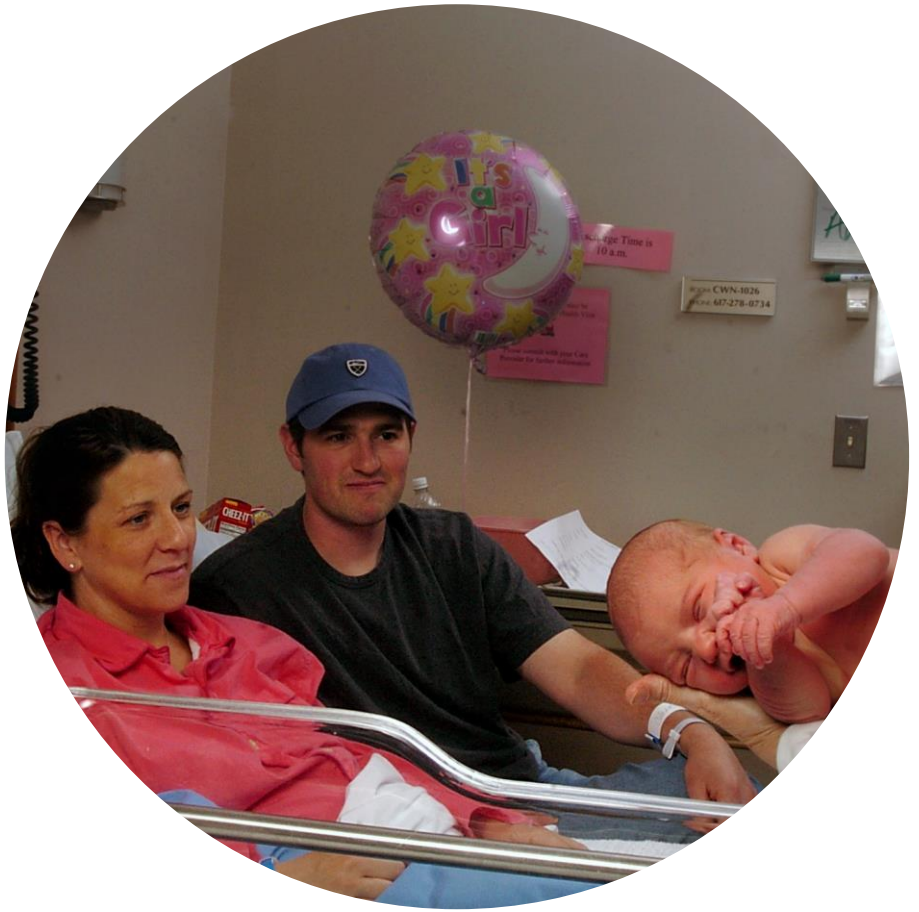
1. Observer om barnet kan roe seg selv.
2. Snakk rolig til barnet.
3. Plasser hånden på barnets mage.
4. Hold barnets hender i midtlinje.
5. Samle armer og ben for ekstra støtte.
6. La barnet få suge på hånden/fingeren sin.
7. Svøp barnet.
8. Ta barnet opp i armene og gyng opp og ned på en rythmisk mate.
9. Gi det noe å suge på som en smokk.



RBUP

# Adferdsregulering

- Noter variasjonen i tilstander og hvor brått eller mykt barnet beveger seg fra en tilstand til en annen.
- Har barnet noe kapasitet for selvregulering?
- Hvor “lesbar” er barnet?
- Implikasjoner for omsorg.



RBUP

# Stressresons - farge, skjelvinger, “startles”

- Farge forandringer (eks. marmorering, bleke områder)
- Hvor mange “startles” eller skjelvinger viser barnet i løpet av undersøkelsen?
- Implikasjoner – identifiser andre mer subtile tegn på stress



Foto: Pixabay.com

RBUP

# Aktivitetsnivå

- Observer nivået og kvaliteten på babyens aktivitet gjennom hele sesjonen
- Implikasjoner for hvordan man håndterer og holder barnet.


Foto: Pixabay.com

RBUP

# Oppummerende profil

Egne refleksjoner:

- Sterke sider
- Vansker/områder hvor barnet trenger støtte
- Anbefalinger til omsorgspersonen

I loggskriving:

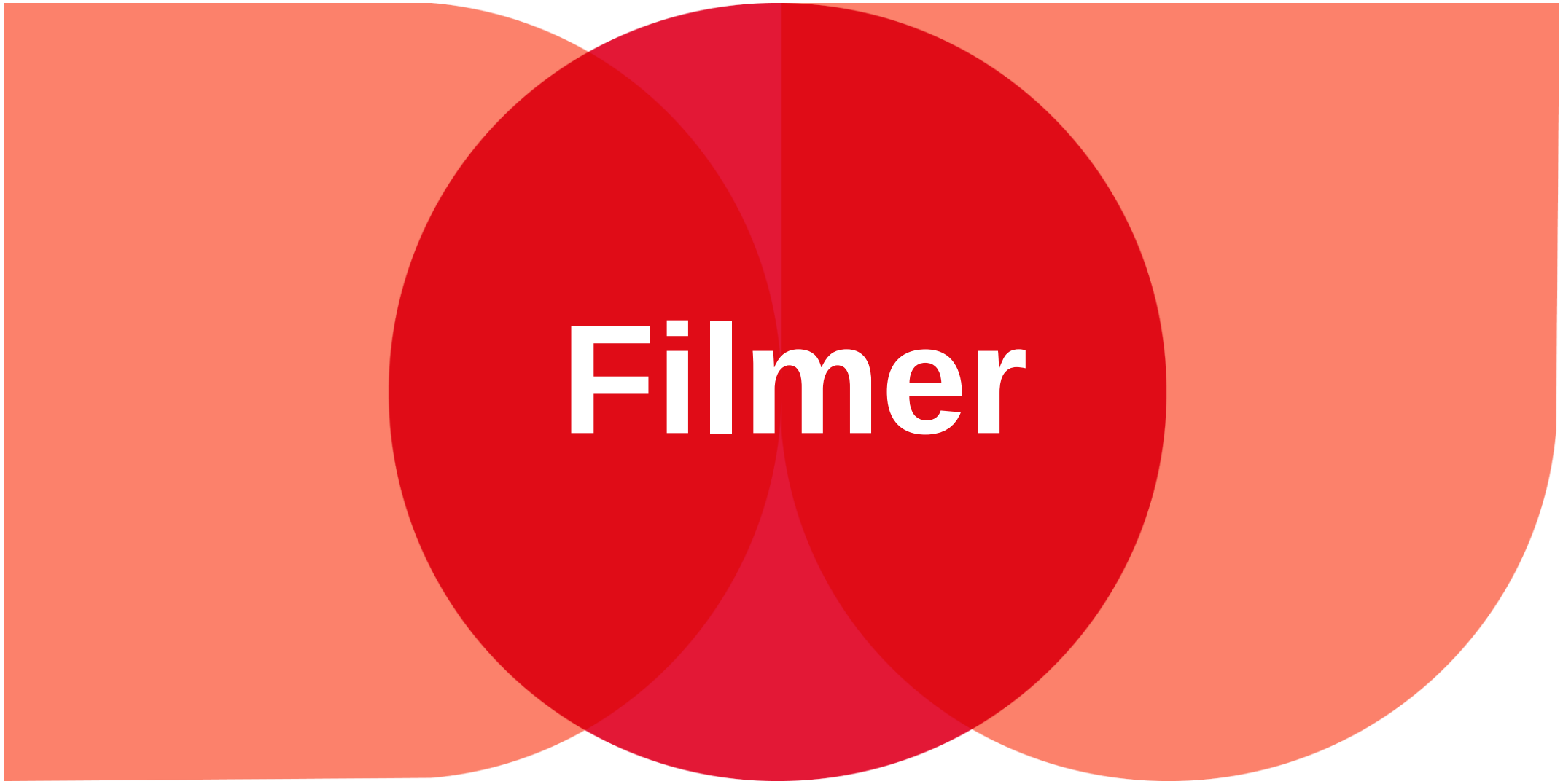
Hvordan opplevde du og foreldrene dette?



Foto:Pixabay.com

RBUP

# AMOR foreldre og NBO-veileder


Filmer

RBUP

# Oppgaver til filmene

Snakk sammen to og to i ca 15 minutter. Del det dere har sett i plenum etterpå.

- Hva er det du se som er alliansebyggende?
- Hva ser du av vanning av tilknytningssystemet?
- Når og hvordan ordsettes AMOR?
- Oppdaget du noen grep og formuleringer som du vil ta me ddeg videre i arbeidet ditt?
- Hva la du merke til av foreldrenes AMOR
- Hva la du merke til av veileders AMOR
- Lag en oppsummeringa til foreldrene med bruk av de nye foreldrearket med snakkebobler

RBUP

RBUP Regionsenter for barn og unges psykiske helse – Øst og Sør

## Oppsummering av barnets stemme

Hva liker jeg akkurat nå

Hvordan viste jeg hva jeg liker

Hva er krevende for meg akkurat nå

Hvordan viste jeg at dette er krevende for meg

Dette er måter du kan støtte meg på akkurat nå



© NBONBAS International



RBUP

# Hvordan introdusere NBO og de ulike tilstandene

RBUP

# Aisha 5 uker

RBUP

# Jenny 4 uker





RBUP

# Oppsummering av NBOen

RBUP

# Små barn og søvn

RBUP

# Veien videre og evaluering

RBUP

# Se, jeg snakker til deg gjennom kroppen min



## Grønt nivå

Kroppen min er rolig og avslappet. Jeg er våken og klar i blikket. Dette er mitt klarsignal for kontakt. Nå passer det godt med småprat og kos for jeg trenger å vite at jeg er viktig for deg, og at du liker å være med meg. Tegn på at jeg er på grønt er at bevegelsene mine er myke, jeg ligger ofte med armene samlet, hudfargen min er jevn og lett rosa, pusten min er regelmessig.



## Gult nivå

Jeg er i ferd med å komme ut av likevekt. Det kan være fordi jeg er trøtt, sulten, eller at det er for mye som skjer rundt meg, og jeg trenger en pause eller å senke tempoet. Men dette kan være vanskelig å få øye på, fordi jeg ikke gråter og signalene mine er ikke kjent for deg. Derfor skal du få en oversikt over hvilke signaler du kan se etter.



## Rødt nivå

Gråt er det store tegnet på at jeg er på rødt nivå. Dette er mitt signal på at jeg trenger din støtte for å finne tilbake til ro og likevekt. Etter hvert som vi blir kjent, vil det være mulig å høre på gråten min om jeg er sulten, trøtt, har vondt, har lyst på kontakt eller trenger en pause. Noen ganger trenger jeg at du tar meg opp med en gang, mens andre ganger kan det være nok med din gode, beroligende stemme og stødige hånd på brystet. Modellen Trøstetrappa kan være til hjelp for å gi akkurat passe nok støtte, særlig når det er tid for hvile og søvn.

Husk at jeg trenger litt tid for å kjenne etter om støtten du gir meg er til hjelp. Vent og se før du prøver noe nytt.

**Signaler på at jeg begynner å miste likevekten, 2 eller flere av disse betyr at jeg er på gult:**

- Gulping
- Hikking
- Gjesping
- Nyser flere ganger på rad uten å være forkjølet
- Rynke i pannen
- Hudforandringer som blek hud, rutete/ marmorert hud, rødlig hud
- Uregelmessig eller rask pust
- Blikk: unngår blikkontakt, slørete blikk, stirrete blikk
- Kavete og rykkete bevegelser i armer og/eller ben
- Anspent i kroppen

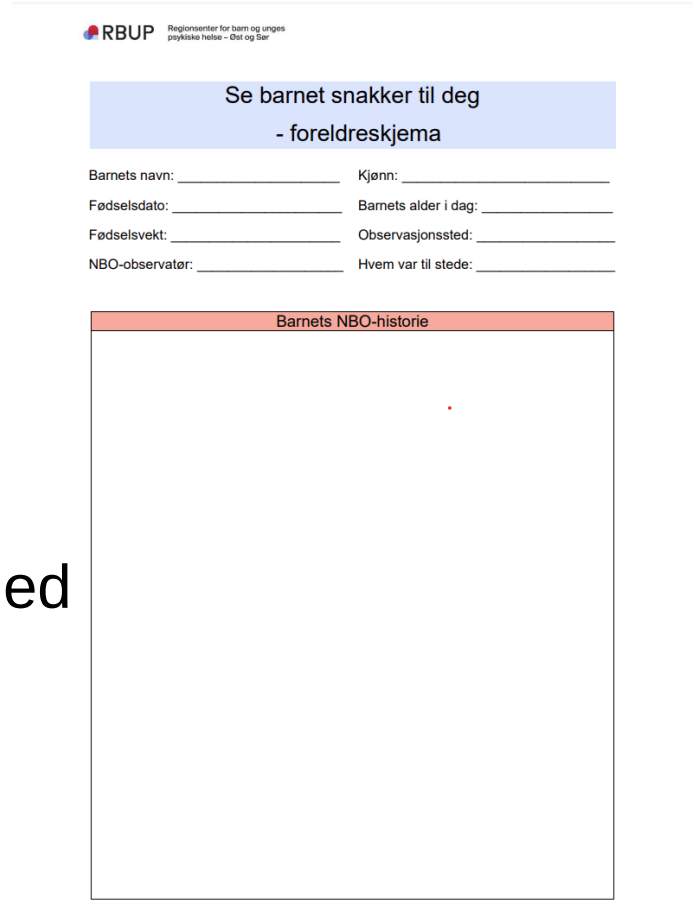
Disse signalene betyr ikke at du har gjort noe feil, det er bare at jeg er så ny i verden og det fort blir litt mye for meg. Jeg trenger at vi senker tempoet, eller at jeg får en liten pause.

En liten ting som kan være nyttig å vite er at babyer på 0-5 måneder trenger mange små lurer gjennom dagen. Jeg holder ofte bare en liten time før jeg trenger en lur.

**Kilde: AMOR-systemet**

# Hvordan skal opplæringen se ut fremover?

- Flere foroppgaver
- 3 logger
- En film
- Digitale veiledningsdager
- 5 sertifiseringsobservasj. med bruk av nytt foreldreskjema



RBUP Regionsenter for barn og unges psykiske helse – Øst og Sør

Se barnet snakker til deg
- foreldreskjema

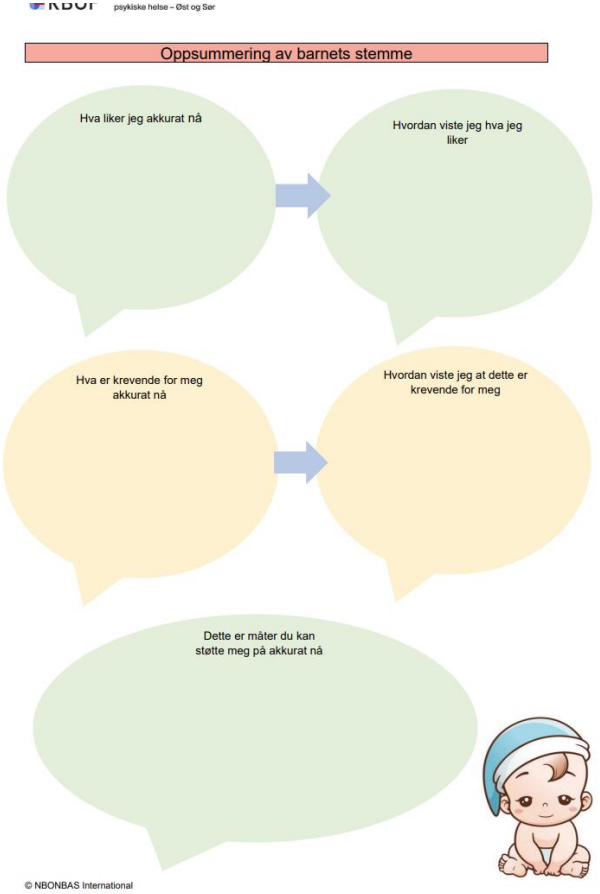
Barnets navn: _____ Kjønn: _____

Fødselsdato: _____ Barnets alder i dag: _____

Fødselsvekt: _____ Observasjonssted: _____

NBO-observatør: _____ Hvem var til stede: _____

Barnets NBO-historie



# Reflekter over

- Hva skal til videre for at du fortsetter å jobbe med NBO?
- Hva kan eventuelt hindre deg i å fortsette å jobbe på denne måten?

# Husk at NBO sine hovedmål er:

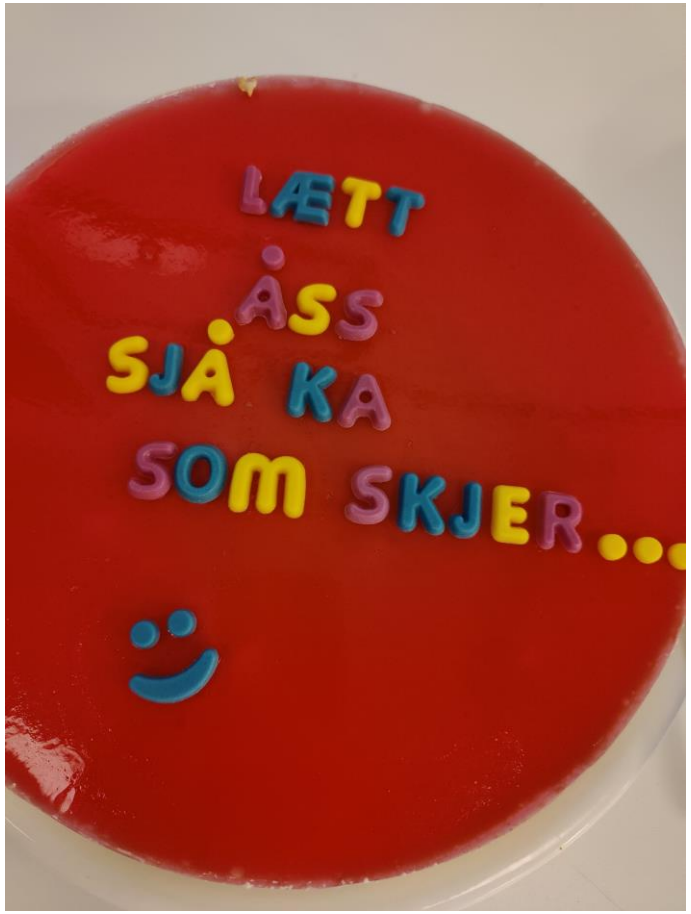
- Å skape en god allianse mellom deg og foreldrene
- Ordsette barnets adferd slik at foreldrene lærer å kjenne sitt barn
- Å vanne tilknyningssystemet som fremmer relasjonen mellom foreldre og barn.





RBUP

# Gratulerer som ferdig NBO-observatør!



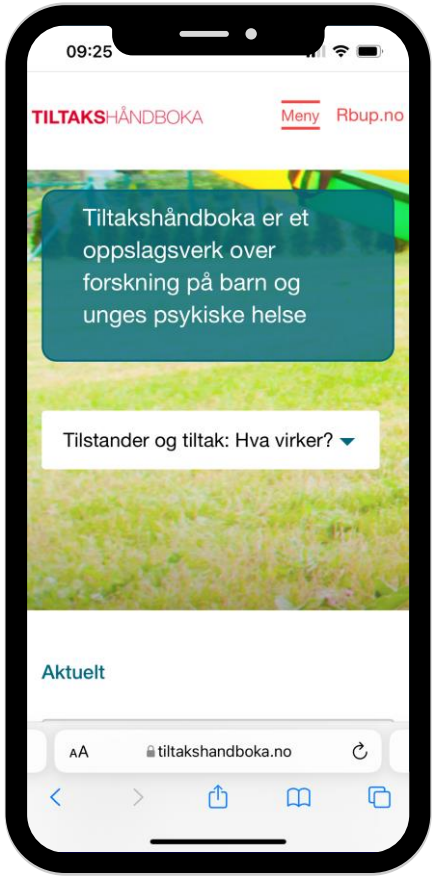



RBUP

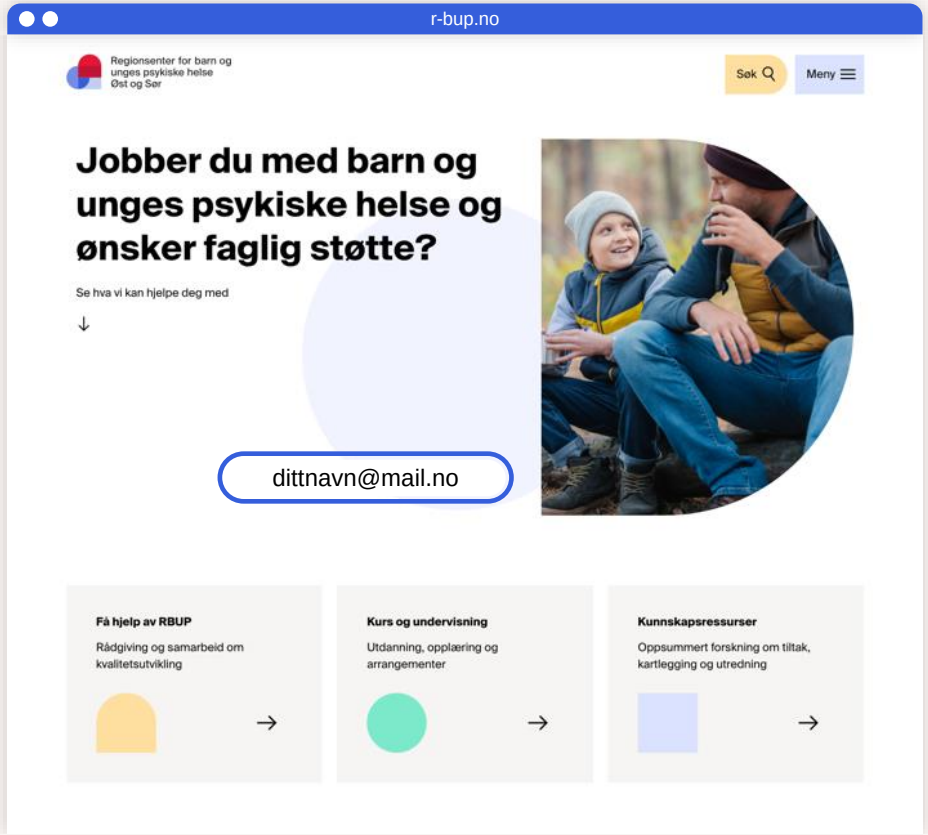
# Våre kunnskapsressurser

Vi har samlet og oppsummert forskning på nettsteder for deg som jobber med barn og unge.

- → tiltakshandboka.no
- → insum.no
- → psyktestbarn.no
- → implementere.no
- → kunnskapombarn.no



RBUP




Få nyheter og informasjon fra oss rett i din innboks!

Meld deg på vårt nyhetsbrev:

rbup.no

RBUP

# Kursevaluering RBUP Øst og Sør



https://nettskjema.no/a/446730

Skann QR-koden eller bruk nettadressen for å fylle ut evaluerings-skjemaet

Finn kurset du deltar på i nedtrekksmenyen i skjemaet

**Navn på kurs:**

**NBO opplæring – Sammen på vei 2024**

**Tusen takk for at du tar deg tid til å svare på noen spørsmål fra oss!**