

Udleveringsmateriale

Etablering af positive relationer



BEMÆRK: Disse handouts må fotokopieres til brug i din Incredible Years® Lærer Workshops . De almisser er ophavsretligt beskyttet og kan ikke ændres eller redigeres på nogen måde (herunder oversættelser) uden tilladelse fra The Incredible Years® hovedkvarter i Seattle, WA . Kontakte incredibleyears@incredibleyears.com for mere information. Disse handouts er også tilgængelige på vores hjemmeside, www.incredibleyears.com (i Group Leader Ressourcer afsnit).

Etablering af positive relationer til børn

Foreslåede aktiviteter for måneden

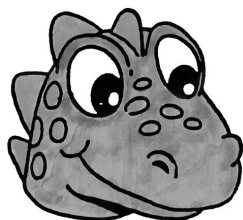
OPGAVER:

- Udarbejde en udviklingsplan for, hvordan du ændrer et barns negative omdømme i gruppen/klassen, og hvordan du styrker jeres relation.
- Vælge nogle strategier til fremme af positive relationer til børnene.
- Opstille nogle mål for opbygning af relationer til børnenes forældre i gruppen/klassen.
- Søge efter muligheder for at fremme børnenes ansvarsfølelse i gruppen/klassen.

Læse:



Kapitel 1, 2 og 4 i bogen Incredible Teachers.



Eksempel på forældrebreve med undersøgelse af børnenes interesser

Kære forældre,

Velkommen i 1. klasse. Jeg glæder mig meget til at hilse på jeres barn og det kommende års samarbejde omkring jeres barns skolegang. I kan hjælpe min relation til jeres barn godt på vej ved at udfylde følgende oplysninger og returnere dem til mig hurtigst muligt. Når jeg ved, hvilke aktiviteter og interesser jeres barn går op i, kan jeg bedre udarbejde en læseplan, der virker interessant og meningsfyldt for jeres barn. Hvis jeg på forhånd kender til områder, I mener er vanskelige for jeres barn, kan jeg bedre fange jeres barns interesse og opmuntre det til at lære nye ting, som barnet måske prøver at undgå. Tak for jeres støtte. Forældrene er det vigtigste i barnets liv, og vores samarbejde vil gavne barnet meget. Det er min erfaring, at når hjemmet og skolen arbejder sammen, får hvert enkelt barn det bedste ud af skoleåret.

Barnets navn:

Her ligger vores barns styrker: (fagligt eller socialt)

Her har vores barn det lidt sværere: (fagligt eller socialt)

Det håber vi, vores barn vil lære i år:

Vores barns interesser er: (herunder yndlingsblade, legetøj, aktiviteter, ture, skuespil, matematik, kunst, computerleg, sport osv.).

Ting, vores barn er ekstra glad for: (f.eks. særlige privilegier, ansvarsområder, særlig mad, klistermærker, fodboldkort, film osv.).

Særlige forhold: (herunder kæledyr, søskende, klubaktiviteter, bedsteforældre eller andre mennesker, der er tæt på dit barn)

Jeg glæder mig til et spændende år!

Tavlenoter
Vigtige punkter
Etablering af positive relationer til børn

Vise børnene, at du holder af dem:

- Hilse personligt på dem hver dag, når de ankommer
- Spørge ind til deres følelser, brug f.eks. samtalebog
- Spørge ind til deres liv uden for skolen, f.eks. "Lyttebamsen"
- Lytte til dem
- Spise sammen med børnene i kantinen engang imellem
- Huske deres fødselsdag
- Sende kort og positive beskeder med hjem f.eks. "glad-meldinger"
- Finde frem til deres hobbyer og særlige talenter, f.eks. interesseundersøgelser
- Komme på hjemmebesøg
- Dele noget personligt om dig selv
- Lege med dem – i frikvarteret eller på gruppen/i klassen
- Etablering af positive relationer til hvert barn, uanset faglige eller sociale færdigheder
- Lære deres forældre at kende gennem hjemmebesøg og møder i gruppen/klassen
- Ringe jævnligt til forældrene og fortælle om deres børns fremgang eller resultater

Vise børnene, at du tror på dem ved at:

- Identificere negativ selv-tale
- Fremme positiv selv-tale
- Fortælle, at du tror på dem
- Lave "Jeg kan godt"-æsker ud af tomme juicekartoner og putte papirstrimler derned, hvorpå børnene har skrevet de ting ned, de har lært, f.eks. matematikopgaver, staveøvelser, dele med andre, hjælpe. (Det er samtidig en god måde at vise børnenes fremgang til forældrene på).
- Ringe til børnene og fremhæve deres særlige indsats eller resultater
- Hjælpe hvert barn i gruppen/klassen med at sætte pris på andres særlige talenter og behov
- Lade dem gå foran, lytte omhyggeligt til deres idéer og ind imellem være "anerkendende publikum"

Vise børnene tillid ved at:

- Give børnene lov til at hjælpe med daglige opgaver og ansvarsområder i gruppen/klassen
- Give faglige valgmuligheder
- Opmuntre børnene til at arbejde sammen
- Opmuntre børnene til at hjælpe hinanden
- Dele dine tanker og følelser med dem

Hjælp din skole med at blive fri for mobning

Carolyn Webster-Stratton, ph.d.

Carl, 8 år, er hyperaktiv, impulsiv og uopmærksom. Han sidder hele tiden uroligt, vipper frem og tilbage på stolen, og hans hænder og fødder er i konstant bevægelse. Han mumler ofte for sig selv, når han prøver at fokusere på fagpersonens beskeder. Den voksne finder hans kropsbevægelser forstyrrende og kritiserer hans manglende evne til at følge instrukserne. Han bliver jævnligt drillet og hånet, fordi han opfører sig "mærkeligt". Der er ikke mange af hans jævnaldrende, der vil lege med ham. I frikvarteret går han alene rundt og er afskåret fra at deltage i gruppelege. En lille gruppe ældre drenge havde det engang sjovt med at plage ham og kalde ham øgenavne og skubbe ham rundt. En anden gang overfaldt de ham på vej hjem fra skole og bandt ham, mens de kaldte ham deres egen "abekat". Han er fornylig begyndt at råbe skældsord efter yngre børn i skolen.

Mary kommer ofte i skole og lugter af afføring. For i en alder af 7 laver hun stadig i bukserne. Hun skammer sig over det og går hele tiden rundt og er bange for, at det skal ske i skolen. I frikvarteret og frokostpausen gør andre børn nar ad hende. De kalder hende en "baby" og siger til hende, at hun er dum. Hun er aldrig blevet inviteret ind i en gruppeleg med de andre piger i gruppen/klassen, og hun har heller aldrig fået en fødselsdagsinvitation fra de andre i gruppen/klassen. Hun står ofte alene i et hjørne af legepladsen. Når der opstår en konflikt, begynder hun nemt at græde og trækker sig tilbage.

Robbie på 6 bliver sendt op til skolelederen næsten dagligt for at tale grimt og opføre sig uhensigtsmæssigt, hvilket forstyrrer arbejdet i gruppen/klassen. På legepladsen starter han ofte slåskampe med andre børn. Alligevel virker det, som om han har en lille skare af jævnaldrende, der følger ham, som er tiltrukket af hans selvtillid, og som godt kan lide hans grove fremfærd og frække sprogbrug. Robbie er blevet sendt hjem fra skole flere gange for aggressiv adfærd. Hver gang straffer faren ham fysisk for den uhensigtsmæssige adfærd. Robbies far er alkoholiker og har flere gange, når han har været fuld, overfaldet Robbies mor verbalt og fysisk. Robbie har været vidne til denne voldelige adfærd. Robbies mor er ofte deprimeret og tilbagetrukket. Resultatet er, at hun virker ikke til at engagere sig i Robbies skolearbejde og adfærd og taler sjældent med fagpersonen om ham. Fagpersonen er frustreret over Robbies adfærd og kritiserer hans forældres tilsyneladende manglende engagement.

Hvad er mobning, og hvorfor forekommer det?

En person bliver mobbet eller gjort til offer, når han eller hun bliver udsat for gentagne og længe-revarende negative handlinger fra en eller flere andre personer. (Olweus, 1993)

Mobning blandt børn er et af de skjulte områder af social interaktion, ligesom fysisk og seksuelt misbrug, der trives, fordi det holdes hemmeligt af de involverede og overses af fagpersonerne. De fleste tilfælde af mobning sker i skolen, og det meste af det holdes skjult for skolens medarbejdere. Kombinationen af skam og frygt for hævnaktion resulterer i, at ofrene sjældent fortæller om mobningen. Det kan også ske, at de ikke vil indrømme, at de har det svært i skolen af frygt for at bekymre forældrene, især i familier med stor stresspåvirkning, eller hvor man har haft en traumatisk oplevelse.

Mobning defineres som gentagne angreb – fysisk eller verbalt – på nogen, der er svagere, enten fysisk, aldersmæssigt, pga. social status, eller fordi de ganske enkelt er i mindretal. I denne definition skelnes der mellem mobberen og et barn, der engang imellem slår eller giver andre børn øgenavne, men som ikke gør det gentagne gange over for den samme person og over længere tid, og et barn, der overfuser et andet barn med nogenlunde samme fysiske og psykiske styrke. Mobning kan foregå åbent (direkte, synligt) eller skjult (indirekte, lukket). Skjult mobning inkluderer rygtespredning, social udstødelse og manipulation gennem venskaber. Det er et problem,

der kan forvolde længerevarende skade på både offer og mobber. I de tilfælde, der er beskrevet ovenfor, er børnene offer for mobning i skolen. Carl oplever åben mobning, og begge oplever åben, verbal mobning og samtidig lukkede former for mobning, herunder social afvisning. Begge typer mobning kan forvolde lige stor skade på børns trivsel, men på forskellig vis. Desuden hænger de sammen og optræder ofte sammen i de samme relationer.

Undersøgelser viser, at helt op til 15 % af skoleeleverne – 1 ud af 7 elever – ind imellem er involveret i mobning/offerberelatede problemer. 3 % af børnene fortæller, at de bliver mobbet én gang om ugen eller oftere (Olweus, 1993). Det forekommer oftere hos de mindre børn (børnehaven op til 5. klasse) end for børn i mellemtrinnet, især mht. fysisk mobning. Drengene oplever oftere åbne former for mobning og piger mere indirekte former for mobning. Erfaringen peger på, at drenge oftere ender som enten ofre eller mobbere end piger (Olweus, 1993). Den typiske situation er en gruppe på to eller tre børn, der gentagne gange generer det samme barn.

Nylig forskning (Boulton & Smith, under trykning; Farrington, under trykning; Olweus, 1978; Perry, Kusel, & Perry, 1988) peger på, at visse karaktertræk kan gøre nogle børn mere udsatte for mobning end andre. Et typisk offer er et barn, der er mere nervøst og usikkert end kammeraterne. De forekommer mere forsigtige, følsomme og stille. De har måske et lavt selvværd og et negativt syn på sig selv og deres situation. Når de bliver overfuset af andre børn, græder de ofte og trækker sig tilbage i stedet for at give igen. De kan opfatte sig selv om en fiasko, fordi de ikke er i stand til at håndtere deres problemer, de føler sig måske dumme og flove over det og kan endda komme til at føle, at de fortjener at blive mobbet. Ofrene oplever sommetider, når de fortæller om mobningen, at de voksne beder dem "lære at give igen", hvilket forstærker deres skyldfølelse og selvopfattelse som socialt inkompetente. Selvom de kan have en positiv indstilling til skolearbejdet, har de et negativt syn på egne evner til at danne venskaber. For dem er det normalt ikke at have en god ven i klassen. Træk, der går igen hos ofrene, er for drengene, at de er mindre end gennemsnittet, har mindre fysisk styrke, opfattes som fysisk utiltrækkende og besidder dårlige kommunikationsfærdigheder. Der findes en anden offerkategori, det såkaldt "provokerende" offer. Disse børn udviser både ængstelig og aggressiv adfærd og er sommetider hyperaktive og impulsive. Deres aggressive og forstyrrende adfærd "provokerer" andre børn til at mobbe dem. Det er dog vigtigt at huske på, at denne type offer ikke selv er skyld i mobningen og på ingen måde er ansvarlig for den, selvom barnet måske er bevidst om, at mobning kan være en mulig reaktion på dets aggression.

En typisk mobber har en stærk trang til at dominere andre og kontrollere socialt samvær (Olweus, 1978; Pulkkinen & Tremblay, 1992). De er ofte lige så aggressive over for voksne som over for kammeraterne. En mobber kan også være impulsiv. Fysisk styrke og en selvsikker fremtoning er relaterede træk sammen med en positiv selvopfattelse. De besidder ofte nogle veludviklede kommunikationsfærdigheder, så de kan tale sig ud af problemerne. Med deres ufølsomme væsen og manglende empati føler de måske endda, at deres ofre fortjener mobningen. Hvis de er vokset op i en hjemlig atmosfære, der primært er negativ, kan de udvikle en fjendtlig holdning til deres omgivelser, herunder skolen og autoriteter. Mobning er så bare én side af et generelt mønster af asocial adfærd. Desuden er mobning i løbet af de første skoleår en forløber for kriminalitet senere i ungdomsårene. Der findes en anden kategori af mobning, den mere passive mobber, medløber. Disse børn tager ikke selv initiativ til mobning, men deltager på sidelinjen. De støtter op om mobningen ved at håne eller grine ad offeret og opmuntre mobberen eller ved selv at bruge øgenavne og holde offeret udenfor, selvom de ville ønske, mobningen ikke fandt sted.

Forskning i mobning indikerer, at familiefaktorer har meget stor betydning for personlighedsudviklingen hos det barn, der mobber, og det barn, der er i fare for at blive mobbet (Loeber & Stouthamer-Loeber, 1986; Olweus, 1980). Offeret har ofte nogle trygge rammer derhjemme og tætte relationer til familien. Barnet er usikkert på, om det kan leve op til forældrenes forventninger. En mobber kommer derimod ofte fra et problemfyldt hjem, der er karakteriseret ved manglende

varme og en lav grad af kontrol fra familien og tilsyn. Undersøgelser har vist,

at forældre til mobbere ofte disciplinerer hårdt og anvender fysisk magt som disciplineringsmetode. Alkohol- og stofmisbrug optræder i højere grad i familien, og der er større risiko for, at sådanne børn har oplevet vold mellem forældrene. De kan have oplevet afvisning fra en afgørende voksen i deres liv. En anden ofte forekommende forældretype er forælderen, der tillader barnets adfærd, også den aggressive, og som ikke formår at sætte passende grænser eller håndhæve konsekvenser, når der forekommer aggressiv adfærd. For lidt engagement, for meget frihed og vold i hjemmet er i høj grad medvirkende til et lavt selvværd, manglende empati og en stigende aggression, der fostrer mobbere.

Det skal fremhæves, at familiefaktorer, selvom de er vigtige, ikke bærer skylden for alle tilfælde af mobning. Mobbere og ofre kommer ikke altid fra den type familier, der er beskrevet ovenfor. Barnets eget temperament spiller også ind i udviklingen af det, psykologer refererer til som "aggressivt reaktionsmønster" eller mobning (Olweus, 1980). Aggressive børn har vist sig ofte at være impulsive, hyperaktive, uopmærksomme, let afledelige eller irritable – karaktertræk, som gør det vanskeligere for dem at lære færdigheder i problemløsning og passende social adfærd. De anvender mobning, fordi de ikke besidder færdighederne til at vise passende adfærd i sociale sammenhænge.

Forholdene i skolen spiller også en rolle i mobningen – især i hvor høj grad, der forekommer kontrol i frikvartererne og andre pauser (Olweus, 1993). Forskningen har fundet en klar negativ sammenhæng imellem antallet af fagpersoner og forekomsten af mobning – dvs. at jo flere fagpersoner, der overvåger i frikvarteret eller i pauserne, jo lavere er forekomsten af mobning. Undersøgelser, hvor børn er blevet interviewet om fagpersoners reaktion på mobning, indikerer, at både mobber og offer føler, at fagpersonen ikke gjorde meget for at stoppe problemet. Denne opfattelse førte til den konklusion, at fagpersonerne ikke tog sig af det – at de fik lov at fortsætte adfærden.

Hvad gør man så?

Alle børn har ret til at have en skolegang fri for aggression og ydmygelse. Ingen børn skal være bange for at blive mobbet i skolen, og ingen forældre skal bekymre sig om, hvorvidt deres barn bliver mobbet. Det betyder, at intet barn får lov at mobbe et andet barn. Hvis et barn har en tendens til at mobbe, skal han eller hun modtage vejledning og restriktioner, der lærer barnet, hvordan man bliver et ansvarligt medlem af skolesamfundet, og barnet skal holdes ansvarligt for enhver form for mobning ved at blive stillet over for nogle konsekvenser. Hvilke skridt bør man tage for at sikre det?

1. Udarbejdelse af en skolepolitik og retningslinjer. En skolepolitik spiller en afgørende rolle, når man skal forhindre mobning og hjælpe børn, der bliver involveret i hændelser omkring mobning. Med en skolepolitik kommunikerer man et klart budskab ud til børn, forældre og fagpersoner om, at mobning ikke tolereres og håndteres med stor alvor. Politikken skal klart og tydeligt beskrive reglerne og oplyse, hvad præcis der skal ske, hvis reglerne brydes. Da ofrene ofte vil være bange for at fortælle om deres oplevelser med mobning af frygt for hævnaktion fra mobberen, bør skolen indføre en procedure, der gør det muligt for børnene at ringe til skolerådgiveren anonymt. Rådgiveren kan støtte det barn, der er offer, så det tør tale med fagpersonerne og forældrene omkring sig, så de relevante personer bliver involveret og kan hjælpe offeret.

Skolen spiller en vigtig rolle, når det gælder om at lære familierne om betydningen af mobning – både for mobberen og for offeret. Et sådant uddannelses tiltag kan eksempelvis foregå som særlige workshops og jævnlige møder mellem skolen og forældrene. Mobning har mange ansigter og udspringer af flere forskellige og relaterede faktorer, såsom barnets temperament, social adfærd, kommunikationsfærdigheder, niveauet af selvværd og selvtillid, for ikke at tale om indflydelse fra familien, skolen og samfundet. I stedet for at give én enkelt ting skylden, f.eks. samfundet, familien eller barnet, kan skolen være proaktiv og fokusere på at forhindre mobning, uanset de faktorer, der måtte have bidraget til problemet i første omgang.

Skolen bør arrangere et større uddannelsesforløb, der kan forhindre og samtidig behandle de socialiseringsvanskeligheder, der fører til mobning. Denne uddannelse skal bevæge sig ud over fagpersonernes individuelle indsats med enkeltstående elever. Den bør være en del af en indsats, der involverer hele skolen. Understøttende undervisning og træning i sociale færdigheder, problemløsning, træning i empati og opbygning af selvværd er rettet mod årsagerne til mobning og har en længerevarende effekt for skolen.

2. Uddannelse af fagpersoner og forældre i at opdage tidlige tegn på mobning. Det er vigtigt i indsatsen for at stoppe mobning, at den opdages tidligt i forløbet. Alle i skolesamfundet skal kunne læse indikatorerne for, at et barn er ved at falde i offerrollen eller er ved at udvikle sig til en, der mobber. Her er nogle af tegnene:

Barnet er ved at blive et offer

- Der kommer meldinger om hændelser om nedsættende kommentarer til et barn
- Gentagne oplevelser af at blive gjort til grin, nedgjort og forsmået
- Der tegner sig et mønster af, at barnet bliver domineret af andre
- Barnet bliver skubbet, puffet til, slået eller sparket og er ikke i stand til at forsvare sig selv tilstrækkeligt
- Andre tager/ødelægger eller spreder barnets bøger og/eller penge
- Barnet har blå mærker, rifter, ødelagt tøj uden nogen forklaring
- Barnet bliver holdt uden for gruppeaktiviteter i frikvartererne eller pauserne
- Barnet er den sidste, der bliver valgt ved fællesaktiviteter
- Barnet kredser om en voksen i frikvartererne eller pauserne
- Barnet har svært ved at sige sin mening i gruppen/klassen
- Barnet virker nervøst eller usikkert i skolen
- Barnet har ikke lyst til at komme i skole
- Barnet holder sig for sig selv og har ingen nære venner
- Barnet inviterer aldrig klassekammerater med hjem efter skole eller bliver aldrig inviteret hjem til andre eller til fester

Barnet er ved at udvikle sig til mobber

- En generelt negativ og modsættende holdning til skolens autoriteter og til forældrene
- En høj forekomst af asocial adfærd, såsom at lyve, stjæle, bande, slå
- Viser hård og grov opførsel
- Har en stærk trang til at dominere andre med trusler eller praleri om egne fysiske formåen
- Har svært ved at følge reglerne og tolerere forsinkelser eller afslag
- Håner, driller og giver andre øgenavne gentagne gange
- Viser lav empati for andre og nægter at tage ansvar for egne handlinger
- Omgås andre asociale kammerater

3. Skab forhold i frikvarterer og pauser, der ikke levner plads til mobning. Hovedparten af mobning i skolen finder sted i frikvarterne eller andre pauser. Skolen og fagpersonerne må sikre sig, at der er tilstrækkelig med tilsyn i frikvarterne og andre pauser (frokost, toiletpauser), så mobning ikke kan finde sted. Skoler med flere fagpersoner i frikvarteret oplever en lavere grad af mobber-/offerproblemer. Det løser dog ikke alle problemerne at øge antallet af tilstedeværende fagpersoner i de perioder. Fagpersonerne skal også vide, at de skal sætte ind tidligt, hurtigt og effektivt i situationer, hvor mobning forekommer, og skal være parate og villige til at gøre det. Fagpersoner og andet personale skal være opmærksomme på, hvornår der kan være tegn på mobning. Selv hvis der kun er mistanke om mobning, skal de reagere. I stedet for at tænke, at "de fjoller bare rundt", "det er bare for sjov", eller "han gør det ikke for at være ond", bør fagpersonens rettesnor være "hellere intervenere for hurtigt end for sent." En konsekvent reaktion fra fagpersoner og andre voksne på legepladsen sender et klart signal til børnene om, at mobning ikke tolereres, og at de ansvarlige altid tager offerets eller det potentielle offers parti. Potentielle mobbere skal vide, at der altid bliver sat ind over for mobberne (fra skolens, fagpersonernes, forældrenes side) for at beskytte et potentielt offer.

En fagperson, der observerer mobning, skal intervenere ved at:

- effektuere en konsekvens over for mobberen (skolepolitikken beskriver hvordan).
- tale på vegne af offeret og udvise assertiv handling.
- informere den fagperson, der er ansvarlig for gruppen/klassen, og forældrene til de involverede børn om hændelsen.

Skoleskemaet og skolens miljø kan organiseres på en måde, der gør det svært at mobbe. Da en stor del af mobningen består i, at større børn er aggressive mod yngre og mere sårbare børn, bør skolen forsøge at skemalægge frikvarterne på forskellige tidspunkter for ældre og yngre børn og for børn med særlige behov. Derudover bør disse områder overvåges ekstra grundigt, da mobning oftere forekommer på visse dele af legepladsen og på toiletterne. Et udeareal med gode og sjove legeaktiviteter kan være medvirkende til at nedsætte forekomsten af mobning, fordi stedet inviterer til positivt samvær.

4. Fagpersonerne bør opstille klare regler for mobning i gruppen/klassen og afholde gruppe-/klassemøder jævnligt om disse problemer. Sammen med en skolepolitik og retningslinjer for skolen kan gruppen/klassen blive et sted, hvor man uddanner børnene til et miljø uden mobning. Skolens regler om mobning skal forklares og hænges op, så de er synlige. Eksempelvis opstiller følgende tre regler en klar standard for åbne og skjulte typer af mobning:

1. Mobning af andre børn er ikke tilladt.
2. Børn hjælper andre børn, der bliver mobbet.
3. Børn inddrager de børn i legen, som bliver holdt udenfor.

Børnene skal roses for at følge reglerne. Især de børn, der nemt bliver påvirket af andre, bør roses, når de ikke reagerer aggressivt.

Det er vigtigt, at fagpersonerne jævnligt taler om mobning med børnene i gruppen/klassen. Sådanne samtaler bør afholdes jævnligt (f.eks. en gang om ugen), hvor børnene f.eks. sidder i en rundkreds på gulvet. På disse gruppe-/klassemøder kan den voksne så tydeliggøre og gentage konsekvenserne af regelbrud. De kan læse historier om mobning og dens ofre, hvor mobberen fremstilles som nervøs og usikker under den hårde overflade, og hvor børnene lærer at vise empati for offeret. Ud over historier kan rollespil også være en effektiv måde at få følelser og idéer frem i lyset. Der bør anvendes konkrete eksempler fra gruppen/klassen og fra legepladsen, så børnene selv kan forestille sig måder, de kan modvirke social isolation og stoppe mobning på. Det er vigtigt at diskutere verbal mobning og skjult mobning, så børnene indser, at selv passiv observation fra sidelinjen gør dem medvirkende til mobning. Børnene kan opmuntres til at diskutere, hvordan de kan hjælpe et barn, der bliver offer, i stedet for at se til fra sidelinjen.

Fordi børn føler, at hvis de fortæller en fagperson om mobning, så bliver de opfattet som sladrehanke, er det vigtigt, at fagpersonerne imødegår denne holdning ved at fortælle børnene, at de følger skolens regler, når de fortæller om mobning. Hvis man fortæller om mobning på vegne af et andet barn, kan det desuden opfattes som medfølelse og omsorgsfuldt over for det barn, der er svagere. Målet er at få nogle børn, der forstår, at både offer og mobber har brug for hjælp, og at det kun sker, hvis hændelserne bliver indrapporteret. Lad os f.eks. antage, at et barn ofte bliver holdt udenfor af de andre børn i frikvarteret. Fagpersonen kan anvende dukker til at vise situationen. En af dukkerne, Bert, siger hele tiden til den anden dukke, Ernie, at han ikke må være med til at lege. Sommetider kalder han endda Ernie for grimme ting. Fagpersonen siger til sine børn: "Hvad skal Ernie gøre, når Bert siger, at han skal gå og kalder ham for grimme ting?" Hun opmuntrer dem til at finde på mange forskellige løsningsmuligheder. Så spørger hun: "Hvad ville du gøre, hvis du så Bert bede Ernie gå sin vej og kalde ham for grimme ting?" De kommer frem til en liste med handlemuligheder, og fagpersonen hjælper dem med at gennemskue (som en gruppe), hvilke konsekvenser hver handling har. For også at håndtere emnet "sladrehank" medtager hun spørgsmålet: "Hvad ville der ske, hvis du fortalte en fagperson, at Bert mobber Ernie?" Når I har gennemgået alle de forslag, der kom ud af at fortælle om hændelsen, forsætter hun med at spørge: "Hvad kunne du ellers gøre ud over at fortælle det til fagpersonen?" På den måde giver fagpersonen børnene nogle handlemuligheder over for mobning, samtidig med at hun udvikler deres evner til problemløsning. Og ved at gennemgå emnet i gruppen af dramatiserer hun børnenes skræk for at blive opfattet som en sladrehank.

Anerkendende læringsaktiviteter i gruppen/klassen, hvor børnene arbejder i små grupper, er også med til at forhindre mobning. Det er vigtigt, at fagpersonen deler de mere aggressive børn ud i forskellige grupper sammen med assertive og socialt begavede børn (der ikke accepterer mobning), og ikke sammen med ofrene. Børn, som er isolerede, eller som synes at være ofre,

bør placeres sammen med positive og imødekommende børn. Nøje planlagte, anerkendende gruppeaktiviteter, hvor fokus ligger på hele gruppens præstationer, skaber en gensidig, positiv afhængighed mellem gruppens medlemmer og breder sig til en samhørighedsfølelse i hele gruppen/klassen.

Når hvert medlem i gruppen får ansvar for, at de andre medlemmer også lærer om emnet, begynder børnene at føle sig ansvarlige over for hinanden; en holdning, der går stik imod det, mobning eller passivitet står for.

5. Særlig intervention over for ofrene. Målene med intervention over for ofrene er at opbygge barnets selvtillid, at genopbygge deres tryghedsfølelse i skolen og at skabe følelsen af at blive accepteret – eller i bedste fald at være værdsat af mindst en eller to gruppe-/klassekammerater. Fagpersonerne kan sætte ofrene sammen med mere populære børn og skabe muligheder for venskaber der. De kan også give disse børn ekstra opmærksomhed.

Et andet aspekt af intervention over for ofrene er at lære dem, hvor vigtigt det er at fortælle deres fagperson eller forældre om mobningen. Der sker ofte det, at børn ikke ønsker at fortælle de voksne det af frygt for at bringe ballademageren i problemer med risiko for efterfølgende gengældelse. Det kan endda være, de overtaler forældrene til ikke at fortælle det til fagpersonen. De har brug for at få at vide, at deres hemmelighed vil gøre mere skade i det lange løb, fordi det giver mobberen lov til at fortsætte deres adfærd. Børn, der bliver ofre, har brug for at lære, at de skal fortælle om hændelserne. Hvad angår fagpersonerne og skolens øvrige voksne, er det vigtigt, at ofret får at vide, at det ikke er hans eller hendes skyld, at de bliver drillet. De skal forsikre børnene om, at de får den nødvendige beskyttelse mod gengældelse eller fortsat chikane fra mobberne.

Det er også vigtigt, at ofret lærer at undgå sin plageånd, når det er muligt, og lærer, hvordan man sætter sig op imod mobning på en assertiv og ikke-aggressiv måde. Forskningen viser også, at mobbere ikke fortsætter med at mobbe børn, der reagerer assertivt på deres forsøg på at kontrollere eller isolere dem. Fagpersonerne kan modellere assertiv adfærd over for barnet. Når en situation opstår på legepladsen for eksempel, kan fagpersonen sige til det barn, der blev mobbet: "Sig til Robbie, at du bliver bange, når han slår, at du ikke kan lide at blive slået, og at han ikke skal gøre det igen." I gruppen/klassen kan fagpersonen også præsentere børnene for nogle rollespilssituationer, hvor et barn mobber et andet barn, og hvor børnene kan øve sig på assertive reaktionsmønstre. Under sådanne rollespil kan man også opfordre børnene til at tale om ofrets følelser, når man bliver ydmyget, føler sig hjælpeløs og helt uden værdi.

6. Særlig intervention over for mobberne. Målet med intervention over for mobberne er at stoppe mobningen. Det indebærer indlæring af sociale færdigheder og lære at udtrykke følelser og løse konflikter uden brug af vold. Det indebærer også, at de får en større forståelse for empati for andre, og at de lærer at acceptere børn, der er anderledes.

Intervention starter ved at sætte tydelige grænser – med besked om, at mobning ikke tolereres. Hvis en fagperson har den mindste formodning om, at der er et problem, skal han/hun handle med det samme ved at tale med den formodede mobber og med ofret. Beskeden skal være klar og tydelig: "Vi accepterer ikke mobning i vores gruppe/klasse/skole/daginstitution, og det stopper nu." Fagpersonen skal indføre en negativ konsekvens for mobning. Når der forekommer mobning, skal mobberen sendes til timeout i fem minutter, og ofret er den, der skal have opmærksomheden (så mobberens adfærd ikke fejlagtigt bliver belønnet med fagpersonens opmærksomhed). Derefter skal der tales et alvorsord med ham alene væk fra resten af kammeraterne.

Det er sandsynligt, at mobberen vil underspille sin rolle i hændelsen og endda give ofret skylden ved at sige: "Han begyndte" eller "Det var hendes fejl!" Det er vigtigt, at fagpersonen

ikke indleder en diskussion om, hvem der startede mobningen. Mobbere er ofte ret gode til at tale sig ud af problemerne. Hvis de får lov at fortælle deres version af historien, kan det ende med, at de ydmyger ofret. Spild ikke tiden på at "nå til bunds i sagen" – det flytter fokus fra mobbeadfærden og over på omstændighederne. Hvis barnet er blevet identificeret som mobber, anbefales det at benytte sig af en politik, der siger, at han automatisk bliver holdt ansvarlig. Husk på, at budskabet handler om, at mobning ikke toleres under nogen omstændigheder. Hvis du er i tvivl om, hvem der stod bag mobningen (det sker sjældent), kan du sende begge børn til timeout med beskeden: "Det ser ud til, at I begge har mobbet. Så I har begge to brug for at køle ned og tænke over, hvad I kunne have gjort anderledes."

Tab af et privilegie kan også være en effektiv disciplineringsmetode over for mobning, et alternativ til timeout. Privilegiet kan være et frikvarter eller et særligt privilegie, som barnet sætter pris på, eksempelvis pc-tid. Fagpersonerne bør opstille et disciplineringshierarki for gruppen/klassen, der definerer konsekvenserne af mobning, hvor alvoren stiger med antallet af hændelser. Eksempelvis kan konsekvensen for det første mobbetilfælde være defineret som timeout, det andet som timeout og tab af frikvarter, det tredje som tab af et andet privilegie og et telefonopkald hjem til forældrene, det fjerde et møde mellem barnet, forældrene, fagpersonen og skolelederen.

Det er nemmere for en mobber at ændre adfærd, hvis han føler sig accepteret og vellidt. Fagpersonerne skal gøre noget ud af at rose og belønne disse børn, når de viser samarbejdsvilje med voksne og kammeraterne, når de er hensynfulde over for andres behov, når de tager ansvar for egen adfærd, og især når de reagerer uden aggression i en konfliktskabende situation. Børn, der mobber andre, er ikke nemme at skabe relationer til. Fagpersonerne skal gøre sig ekstra umage i den henseende. Det har været nævnt, at børn, der har mest brug for kærlighed, beder om den på de mest ukærlige måder. Det samme kan siges om de børn, der har mest brug for opmuntring, ros og positiv opmærksomhed.

Hvis det skal være muligt at imødegå mobning hurtigt med negative konsekvenser, skal fagpersonerne være til stede og følge adfærden på legepladsen tæt, især hos de børn, der tidligere reelt har eller mistænkes for at have mobbet. Det betyder, at gårdvagten i frokostpausen eller på legepladsen skal placere sig tæt på den mistænkte mobber og være synlig for alle. På den måde sikres ikke kun ofrene, men det vil også afholde andre fra at blive involveret, fordi de ikke ønsker at blive genstand for tilsvarende overvågning. Sommetider har fagpersonerne en negativ holdning til overvågning i frikvarteret, fordi de ikke vil opfattes som politi. Eller de bliver måske indenfor i pausen, fordi de har brug for en pause fra børnene. Selvom fagpersonerne har brug for en pause, er frikvarteret ikke det rette tidspunkt at holde sine pauser. Hvis børnene ikke overvåges tilstrækkeligt i frikvartererne, frokostpausen og ved busholdepladsen, betyder det, at de svage børn bliver overladt i mobbernes vold, uden tilstrækkelig overvågning, ingen intervention finder sted, og manglen på intervention sender et signal om, at man stiltiende accepterer mobningen. Opmærksom overvågning er ikke kun effektivt, fordi den viser mobberen, at hans adfærd er upassende. Den giver samtidig potentielle ofre en følelse af tryghed.

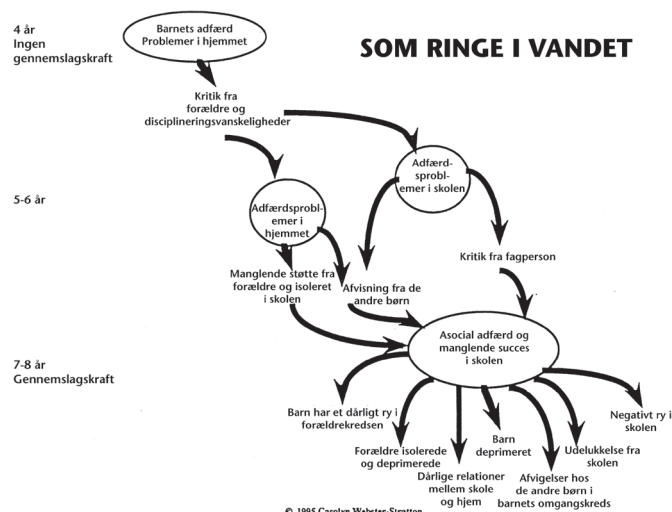
- 7. Tæt samarbejde mellem hjem og skole.** Som nævnt ovenfor har skoler et stort ansvar, når det handler om at informere familierne om omfanget af og årsagerne til problemet. Beskeden til familierne kan være, at fordi mobning kan have alvorlige konsekvenser, vil skolen fokusere på selv mindre tilfælde af mobning og social isolation. Desuden bør skolen gøre forældrene opmærksom på, at overvågning i første omgang kan resultere i øget kontakt fra administrationen eller fagpersonerne, indtil problemerne er blevet løst. Omvendt er der behov for, at skolen beder forældrene kommunikere åbent med dem, engagere sig og kontakte en fagperson, hvis de har mistanke om, at deres eget eller et andet barn bliver mobbet.

Skolen bør lade forældrene vide, at hvis det bliver opdaget, at børn mobber andre eller selv bliver mobbet, vil skolen kontakte de involverede forældre og opfordre til, at de samarbejder om at ændre på situationen. De bør mødes og snakke situationen igennem og sammen blive enige om en plan, der skal løse problemet. Forældre, der har mistanke om, at deres børn mobber, kan hjælpe ved at rose børnene, når de samarbejder, opstille et belønningssystem for god adfærd, anvende konsekvenser uden fysisk eller afstraffende karakter for uhensigtsmæssig adfærd (f.eks. tab af privilegier, timeout, arbejdsopgaver), og vise, at de ikke tolererer den adfærd. Hvis både skole og forældre indfører negative konsekvenser, er der mindre sandsynlighed for, at det sker igen. For familier, der har et kaotisk og uorganiseret liv, kan forældrene få hjælp hos fagpersonerne til at definere nogle få familieregler, som skrives ned og fremvises, og planlægge et sæt konsekvenser for brud på reglerne. De kan opmuntre forældrene til at rose deres barn, når han eller hun følger reglerne. Forældrene bør opmuntres til at tilbringe tid sammen med deres barn og lære barnets venner at kende.

Forældre, der har mistanke om, at deres barn bliver mobbet, bør give barnets fagperson besked hurtigst muligt. De kan også forsøge at øge selvtiltiden hos det berørte barn ved at hjælpe ham eller hende med at knytte nogle venskaber og forsvare sig selv på en assertiv måde. Selvom det er forståeligt, at forældre gerne vil beskytte et barn, der er blevet mobbet, bør forældrene undgå at overbeskytte barnet, da denne attitude hos forældrene kan øge barnets følelse af isolation fra kammeraterne og dermed forværre problemet.

- 8. Forældrene informerer deres børn om problemet.** Forældrene bør tydeliggøre over for børnene, at mobning ikke tolereres. De kan indlede snakken ved at tale med dem om problemet og spørge, om der er nogen i gruppen/klassen, der tit bliver drillet eller holdt udenfor. Forældrene bør give børnene en bedre forståelse af problemet ved at forklare begreberne passiv deltagelse i mobning og skjult mobning (hvor barnet ekskluderes). Forældrene vil måske forsøge at fastslå, om deres barn føler sympati for offeret, og om han/hun er villig til at gøre noget for at hjælpe barnet. De bør diskutere vigtigheden af at fortælle en fagperson om problemet og forklare, hvorfor det faktisk ikke er forkert at sladre, men at det hjælper mobberen (og potentielle ofre) på langt sigt. De kan sætte sig som mål at udvikle barnets empati for offeret og engagere deres eget barn i at stoppe offerrollen ved at invitere "ofret" med på tur eller med hjem efter skole. Alle de ovenfor nævnte strategier for fagpersoner, der kan anvendes i gruppen/klassen, kan også bruges af forældrene derhjemme.

Når både forældre og skole bryder tavsheden, deler information med hinanden og samarbejder om at finde løsninger uden at give hinanden skylden, kan de nå rigtig langt i arbejdet med at reducere problemet. (Olweus, 1993)



Litteraturliste (referencer)

- Besag, V. E. (1989). Bullies and victims in school. A guide to understanding and management. Philadelphia: Open University Press
- Boulton, M. J., & Smith, P. K. (in press). "Bully/victim problems among middle school children: Stability, self-perceived competence, and peer acceptance." *British Journal of Developmental Psychology*.
- Farrington, D. (in press). "Understanding and preventing bullying." In M. Tonry & N. Morris (Eds.), *Crime and Justice*, Vol. 17. Chicago: University of Chicago Press.
- Loeber, R., & Stouthamer-Loeber, M. (1986). "Family factors as correlates and predictors of conduct problems and juvenile delinquency." In M. Tonry & N. Morris (Eds.), *Crime and Justice*, Vol. 7. Chicago: University of Chicago Press.
- Olweus, D. (1978). Aggression in the schools. Bullies and whipping boys. Washington, DC: Hemisphere Press (Wiley).
- Olweus, D. (1980). "Familial and temperamental determinants of aggressive behavior in adolescent boys: A causal analysis." *Developmental Psychology*, 16, 644-660.
- Olweus, D. (1993). Bullying at school: What we know and what we can do. Oxford: Blackwell Press.
- Perry, D. G., Kusel, S. J., & Perry, L. C. (1988). "Victims of peer aggression." *Developmental Psychology*, 24, 807-814.
- Pulkkinen, L., & Tremblay, R. E. (1992). "Patterns of boys' social adjustment in two cultures and at different ages: A longitudinal perspective." *International Journal of Behavioral Development*, 15, 527-553.

Idéer til etablering af positive relationer til børn

Samtalebøger. Når børnene ankommer i gruppen/klassen om morgenen, bliver de bedt om at bruge 10 minutter på at skrive noget ned, de gerne vil have i deres "samtalebøger". Børnene opmuntres til at dele deres skrivelser med fagpersonen ved at lægge dagbøgerne i den voksnes "indbakke", når de er klar til, at fagpersonen må læse dem. Børnene får selv mulighed for at vælge, om de vil have, at fagpersonen læser deres notater eller ej. Disse dagbøger kaldes "samtalebøger", fordi børnene ofte stiller spørgsmål til fagpersonen, som han eller hun kan svare på med kommentarer, spørgsmål, klistermærker eller særlige notater til forældrene derhjemme. Tanken bag samtalebøgerne er, at fagpersonen kan føre en mere personlig samtale med hvert enkelt barn, samtidig med at samtalen holdes privat.



Da denne fremgangsmåde forudsætter, at børnene kan læse og skrive, kan formen tilpasses til yngre børn. Det kan gennemføres ved, at fagpersonen skriver om noget, der er sket i skolen i barnets bog, som forældrene så kan læse for barnet, når det bliver hentet efter skole. Det kan være, forældrene opfordres til at skrive et svar i dagbogen eller skrive et svar, som barnet siger. Denne tilgang giver en tæt kommunikation mellem forælder, fagperson og barn.

Lyttebamsen En anden sjov måde at lære børnene bedre at kende på er med "Lyttebamsen". Lyttebamsen (en tøjbamse) kommer hver dag med hjem til et barn, der har vist særlig gode lytteevner i gruppen/klassen den dag. Når Lyttebamsen er med et barn hjemme, lytter han, betragter og deltager i alt, hvad der foregår i familien (han går med på restaurant, til fodboldkamp osv.). Familiemedlemmer bliver bedt om at skrive om bamsens familiebesøg i dagbogen, dvs. hvad han oplevede og lavede, mens han var der. Hvis barnet ikke kan skrive, kan han eller hun sige til forældrene, hvad de skal skrive. Næste dag tager barnet Lyttebamsen med i skole sammen med sin dagbog, som barnet læser højt for klassen. Det er en meget effektiv måde at lære børnene og deres familier at kende på, og det tager noget af presset fra barnet, fordi historien fortælles fra Lyttebamsens perspektiv. Det giver også en fælles hjemmeoplevelse mellem forældrene og barnet, som kan deles i skolen. Det er sjovt, og det minder samtidig alle om, hvor vigtigt det er at lytte. (Fagpersonen skal sikre sig, at alle børnene på et tidspunkt får Lyttebamsen med hjem). Samme idé kan bruges til et genert barn, f.eks. med en "delebamse".



Spørgeskema til forældrene – vigtige oplysninger om barnet. Fagpersonen kan vælge at sende et spørgeskema med hjem i starten af året, hvor man spørger ind til nogle personlige oplysninger, f.eks. om de for nylig har oplevet en skilsmisse eller sygdom i familien, hvordan familien bor lige nu, hvilken form for disciplinering forældrene anvender, barnets temperament og særlige interesser, hvad der hjælper barnet med at falde til ro og eventuelle forhold, forældrene vil fortælle om barnet.

Hjemmebesøg. Hjemmebesøg i starten af året (endda før skolestart) er en effektiv måde at lære børnene og deres familie at kende på og indhente flere oplysninger om barnet og familien på kort tid. Det er nok ikke praktisk muligt at lave hjemmebesøg hos alle gruppens/klassens børn, men det kan være en uvurderlig hjælp for de børn, der har særlige sociale og/eller faglige udfordringer. Et hjemmebesøg kan beskrives forud for besøget med et brev til familien (evt. i løbet af sommeren), hvor man forklarer formålet med besøget og beder barnet være vært for besøget. Det er så barnets beslutning, hvad det vil dele med sin fagperson, når han eller hun kommer på besøg.



Særlige besøg med børnene. En anden måde, fagpersonen kan lære sine børn bedre at kende på uden for gruppen/klassen, er at tage med til en begivenhed, som barnet deltager i, f.eks. fodbold, dans eller musik. Når fagpersonen deltager frivilligt, oplever barnet, at han/hun kan lide barnet og engagerer sig i at udvikle en relation til barnet. Andre muligheder er at bruge noget alenetid sammen med barnet i frokostpausen eller være med til en aktivitet på legepladsen.



Lære forældrene at kende. En sikker vej til en tættere relation til barnet er at lære forældrene at kende. Fagpersonerne kan lære forældrene at kende gennem nogle af de metoder, vi har diskuteret ovenfor, såsom hjemmebesøg i starten af året og undersøgelser om familielivet. Gennem "samtalebøger" kan fagpersonerne udvikle en tæt relation til forældrene. Andre strategier, der udvikler en understøttende og samarbejdende relation til forældrene, kan være telefonopkald, beskeder med hjem om børnenes præstationer, at invitere forældrene til uformelle frokostmøder med fagpersonerne, at invitere forældrene til at deltage i gruppen/klassen med noget særligt (f.eks. fortælle om en rejse eller særlige egenskaber) eller at læse for børnene i gruppen/klassen eller at hjælpe til med en aktivitet osv.



Tale med hjertet. Fagpersonen placerer et stort, rødt hjerte på tavlen og forklarer, at hans hjerte har følelser. Fagpersonen forklarer, at når nogen skubber til én, tager en blyant fra én eller siger noget grimt, så bliver hjertet mindre og lukker af. Så spørger fagpersonen: "Hvordan kan vi få hjertet til at åbne sig igen", og børnene taler om, hvordan man siger undskyld, deler og hjælper hinanden. Når fagpersonen oplever disse ting i gruppen/klassen, kan hun skrive det på hjertet og vise, at det vokser.

Legekasse. En idé til fremme af leg kan være, at fagpersonen har en særlig legekasse tæt på katederet, hvor han/hun opbevarer nogle ting, f.eks. en paryk, briller med øjne på stilke, en mikrofon, en sjov T-shirt osv. Fagpersonen kan overraske børnene, når de ankommer, ved at tage noget fra kassen på og kan bruge det som opmærksomhedsskaber, når børnene er urolige. Eksempelvis kan fagpersonen tage parykken på og trække mikrofonen frem for at give en speciel instruks eller ved overgangen til en ny aktivitet. Denne form for leg skal fastholde børnenes fokus, så de kan lære noget.

Når fagpersonen følger børnene, viser han/hun respekt for deres idéer og viser samarbejdsvilje over for det, de beder om. Når man spiller rollen som samarbejdsvillig over for det, børnene beder om, viser man samtidig børnene, hvordan de skal følge fagpersonens instrukser i andre situationer. Desuden medvirker det til gensidighed i relationen – en form for magtbalance. En sådan gensidighed fører til tættere og mere betydningsfulde relationer.

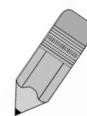
Rollespil mellem fagpersoner og børn er også vigtige, fordi rollespil opmuntrer børnene til at se tingene fra andres synspunkt. Det er vigtigt for udviklingen af empati, at børnene lærer at se tingene fra andres synspunkt. Rollespil er også med til at opbygge kreativitet hos børn.



Gladmeldinger. En anden strategi for etablering af positive relationer til børn er "gladmeldinger". En gladmelding er en kort, skriftlig besked, som barnet modtager, der fortæller om dets succes eller præstationer eller beskriver noget, vi har været særlig glade for omkring barnets deltagelse i gruppen/klassen. Børnene kan få en æske på bordet til at have deres gladmeldinger i, og hver dag læser fagpersonen dem sammen med børnene og sender dem med hjem til forældrene. På de gladmeldinger kan der f.eks. stå: "I dag havde jeg fornøjelsen af at høre Anna fortælle om sine kaniner derhjemme. Hun er god til at dele med de andre i gruppen/klassen." Eller "Patrick var meget imødekommende i dag. Det lagde jeg mærke til, fordi han hjalp Robbie, da han faldt på fortovet." Eller "Gregory kunne kontrollere sin vrede og kunne tale som sine følelser – han er ved at opbygge nogle gode færdigheder i selvkontrol."

Brainstorm/summeøvelse - styrkelse af ansvarfølelse

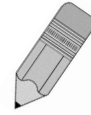
Del deltagerne op i mindre grupper eller parvis, og tal om, hvordan fagpersoner kan fremme ansvarfølelse hos deres børn.



Mål:



Brainstorm/summeøvelse - ændring af børns negative omdømme



Del deltagerne op i mindre grupper eller parvis, og tal om, hvordan I som fagpersoner kan ændre et barns negative omdømme til et mere positivt omdømme.

Mål:

Brainstorm/summeøvelse - etablering af relationer til børn

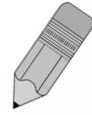
Snak sammen i gruppen om, hvordan I fremmer positive relationer til jeres børn.



Mål:



Brainstorm/summeøvelse - etablering af relationer til forældre



Snak med jeres makker eller gruppe om de strategier, I bruger til at etablere positive relationer til jeres børns forældre.

Mål:

Brainstorm/summeøvelse - om at sætte sig nogle mål



Tænk over mulige barrierer ved etablering af positive relationer til et barn med en udfordrende adfærd, og hvordan I vil overvinde disse barrierer. Sæt mål for dig selv.



Barrierer ved etablering af positive relationer	Metoder til at overvinde disse
Mål:	



The Incredible Years®
Tjekliste til selvrefleksion vedrørende gruppeledelse
Etablering af positive relationer til børn

Dato: _____ **Fagpersonens navn:** _____

Fagpersoner lærer meget af selvrefleksion vedrørende deres gruppe-/klasseledelse og de strategier, de anvender, som virker eller ikke virker. På baggrund af disse refleksioner kan fagpersoner opstille personlige mål for ændringer i deres metoder, så de kan skabe et så positivt læringsmiljø som muligt. Brug denne tjekliste til at tænke over dine styrker og begrænsninger og opstille nogle mål.

1 – Aldrig 3 – Nogle gange 5 - Altid

Etablering af positive relationer til børn	
1. Jeg hilser personligt på børnene, når de ankommer (f.eks. med barnets navn).	1 2 3 4 5
2. Jeg viser børnene varme, kærlighed og respekt, når vi er sammen.	1 2 3 4 5
3. Jeg taler roligt og tålmodigt til børnene.	1 2 3 4 5
4. Jeg lytter til børnene og undgår at dømme eller svare dem kritisk.	1 2 3 4 5
5. Jeg giver børnene ærlig, entusiastisk og positive tilbagemeldinger på deres idéer.	1 2 3 4 5
6. Jeg kommunikerer individuelt med børnene (spørger f.eks. om, hvordan det går uden for skolen, om deres særlige interesser, hobbyer eller yndlingsbøger, jeg deler noget personligt om mig selv med børnene, husker deres fødselsdage).	1 2 3 4 5
7. Jeg tilbringer alenetid sammen med alle børnene (f.eks. på legepladsen, under et måltid, fri leg).	1 2 3 4 5
8. Jeg sender kort med positive beskeder med hjem til forældrene, der fortæller om børnenes gode resultater eller præstationer (f.eks. gladmeldinger).	1 2 3 4 5
9. Jeg foretager positive telefonopkald til forældrene, hvor jeg fortæller om deres børns gode resultater eller positive adfærd.	1 2 3 4 5



10. Jeg fortæller børnene, at jeg tror på, de kan klare det, og understøtter deres positive selv-tale.	1 2 3 4 5
11. Jeg forstår hver enkelt elevs behov, interesser og evner (f.eks. planlægger jeg aktiviteter eller historier, der baserer sig på børnenes særlige interesser)	1 2 3 4 5
12. Jeg hjælper børnene i gruppen/klassen med at sætte pris på hinandens særlige talenter og behov.	1 2 3 4 5
13. Min tilgang til børnene er børnestyret, og jeg agerer "den anerkendende tilhører" under deres leg.	1 2 3 4 5
14. Jeg undgår udspørgen, anvisninger og rettelser, når det er muligt.	1 2 3 4 5
15. Jeg deler mine positive følelser, når jeg er sammen med børnene.	1 2 3 4 5
16. Jeg inviterer børnene til at hjælpe mig med arbejde og ansvar i gruppen/klassen.	1 2 3 4 5
17. Jeg tilpasser aktiviteterne, så de passer til hvert barns udviklingstrin.	1 2 3 4 5
18. Jeg leger med børnene som fagperson på en måde, der viser dem en rollemodel, hjælper dem på vej og øver under vejledning.	1 2 3 4 5
19. Jeg arbejder på at lære børnene at acceptere hinandens forskelle (kultur, køn, følelsesmæssige behov) gennem differentieret planlægning, materiale og bogvalg samt	1 2 3 4 5
20. Jeg deltager i lege som om-lege og fantasilege med børnene.	1 2 3 4 5
Fremtidige mål for metoder i arbejdet med at etablere relationer til bestemte børn:	



Etablering af positive relationer til forældre	
1. Jeg giver forældrene mulighed for at deltage eller observere i gruppen/klassen.	1 2 3 4 5
2. Jeg sender jævnligt informationsbreve hjem til forældrene og positive beskeder om deres børn.	1 2 3 4 5
3. Jeg har opstillet et skema for regelmæssige telefonopkald til forældre, hvor jeg giver dem positive beskeder om deres børn.	1 2 3 4 5
4. Jeg har en fast telefontid eller tidspunkter, hvor forældrene kan få fat i mig.	1 2 3 4 5
5. Jeg arrangerer forældreaftener/-møder, hvor jeg fortæller forældrene om gruppens/klassens aktiviteter, og hvor jeg præsenterer nye idéer til, hvordan aktiviteterne kan overføres til hjemmet.	1 2 3 4 5
6. Jeg spørger forældrene om deres idéer til materialer og anden form for støtte til gruppens/klassens aktiviteter.	1 2 3 4 5
7. Jeg er bevidst om, hvor vigtigt det er at køre parløb med forældrene og samarbejde, når jeg skal udvikle en tæt kontakt til børnene.	1 2 3 4 5
Fremtidige mål for forældreinvolvering:	

***Udleveringsmateriale
Forebyggelse af adfærdsproblemer
den proaktive fagperson***



BEMÆRK: Disse handouts må fotokopieres til brug i din Incredible Years® Lærer Workshops . De almisser er ophavsretligt beskyttet og kan ikke ændres eller redigeres på nogen måde (herunder oversættelser) uden tilladelse fra The Incredible Years® hovedkvarter i Seattle, WA . Kontakte incredibleyears@incredibleyears.com for mere information. Disse handouts er også tilgængelige på vores hjemmeside, www.incredibleyears.com (i Group Leader Ressourcer afsnit).

Forslåede aktiviteter for måneden

OPGAVER:

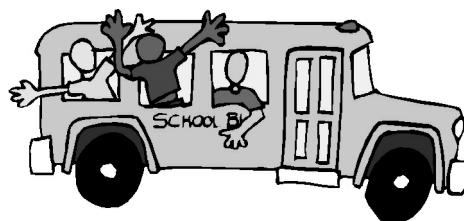
- Prøv at bruge forskellige nonverbale signaler.
- Vælg et barn med særlige udfordringer fra gruppen/klassen, som du udarbejder en udviklingsplan for vha. proaktive strategier.

Skriv dine strategier ned i udviklingsplanen, og afprøv dem. Fortæl om din succes på næste workshop.

- Øv dig i at anvende proaktive strategier (f.eks. når/så-beskeder, overgangsstrategier, nonverbale signaler).
- Skriv tre måder ned, der gav dig en særlig relation til et "usynligt" barn og et barn med særlige udfordringer. Skriv dem ned på arbejds papiret for en særlig relation.
- Ring til din makker, og fortæl om en proaktiv strategi, der virker for dig.



Kapitel 3 i bogen Incredible Teachers.



Tavlenoter

Sådan forbygger du udfordrende adfærd

- Udarbejd nogle tydelige regler for gruppen/klassen, og diskuter dem med børnene i forvejen.
- Hav forudsigelige skemaer og rutiner klar til håndtering af overgange.
- Sørg for, du har børnenes opmærksomhed, før du giver dem beskeder.
- Placér uopmærksomme eller let afledelige børn tæt på fagpersonen eller tæt på fagpersonens bord.
- Sørg for, at dine beskeder er tydelige og specifikke, og at du udtrykker dig i positive vendinger.
- Uengagerede børn omdirigeres ved at sige deres navn sammen med et spørgsmål, stå ved siden af dem, finde på spændende lege og nonverbale signaler.
- Brug positive forvarsler om den adfærd, du forventer, i stedet for at bruge negative udsagn, når børnene er gået over grænsen.
- Giv de børn, der er engagerede, og som følger instrukserne, hyppig opmærksomhed, ros og opmuntring.
- Vær kreativ i brugen af omdirigeringsstrategier – undgå gentagne beskeder. Brug i stedet nonverbale tegn og inddragende aktiviteter.

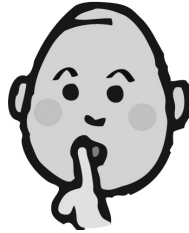
Eksempler på nonverbale signaler



Gå



Lyttende ører



Indre stemme

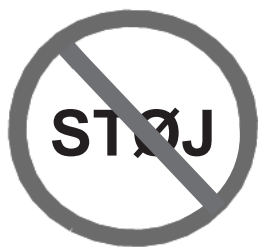


Kigge på
fagpersonen



Holde hænderne
for sig selv

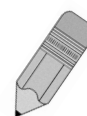
- Knyt hånden om en fantasibold (tag dig sammen)
- Løft hånden med to fingre adskilt (fald til ro)
- Mørkt lokale (tænde og slukke lyset)
- Tommelfinger i vejret (godt arbejde)
- Blink med øjet (arbejder hårdt)
- Musik ved overgang
- Billedkort, f.eks. rødt lys for absolut ro, gult signal for stille snak under arbejdet, grønt lys for fri leg eller billede af en stille hånd i vejret (arbejder hårdt)
- "Frys – giv mig fem" (ørerne ud, øjnene på mig, fødderne i gulvet, holde hænderne for sig selv, munden lukket)



En stille hånd
i vejret

Brainstorm - omskrivning af beskeder

Omskriv følgende ineffektive beskeder til positive, tydelige, respektfulde beskeder.



Ineffektive beskeder	Omskrivning
<ul style="list-style-type: none">• Hold mund• Hold op med at råbe• Lad være med at løbe• Pas på• Jeg synes, du skal lægge det væk.• Lad os rydde klodserne op.• Stop det der• Hvad laver din jakke her?• Hvorfor ligger din rygsæk der?• Skub ikke rundt med ham som en okse?• Hvorfor ligger bogen stadig på dit bord?• Hvordan er det, du ser ud• Hold op med at drille din kammerat• Du er aldrig klar.• Hold så op med at røre ved hende under rundkreds• Dit skrivebord er ét stort rod• Hold op med det klynkeri!• Du er umulig• Hold op med at gå der og drive den af!• Skynd dig!• Vær stille!• Hvorfor sidder du ikke ned, når du er blevet bedt om det?• Er du dum?	



Brainstorm/summeøvelse - skema for gruppen/klassen



Skriv skemaet for din gruppe/klasse her.

Mål:

Brainstorm/summeøvelse - regler for gruppen/klassen



Skriv reglerne for din gruppe/klasse her.



Mål:



Brainstorm/summeøvelse - nonverbale tegn

Fortæl din makker eller gruppe om de nonverbale tegn, du bruger over for børnene.



Mål:

Brainstorm/summeøvelse - de fysiske rammer

Skriv ned, hvordan du har indrettet lokalet, så børnene får det bedste læringsmiljø.



Mål:



Gå og ikke løbe



hænderne for sig selv



Kigge på fagpers



Indre stemme



Lyttende ører

Regler for Dino-skolen "Giv mig fem"



Arbejde hårdt



En stille hånd i vejret

The Incredible Years

© The Incredible Years 2009



Sådan undgår man problemer - workshop 1 Udviklingsplan for den proaktive fagperson

Eksempel på udviklingsplan: Jenny, 1. klasse

Trin 1	Trin 2	Trin 3	Trin 4
Negativ adfærd i gruppen/klassen	Hvor og hvorfor (funktionel vurdering)	Positive modstykker	Valg af proaktive og relationsskabende strategier
Stikke, røre	Barnet impulsivt og uopmærksomt (under rundkreds)	Holde hænderne for sig selv	Bruge stikordskort til at minde børnene om at lytte og række hånden op og "giv mig fem"-signalet
Taler uden at række hånden op	Uhensigtsmæssig adfærd giver opmærksomhed fra fagperson og kammerater (legeplads og frikvarter)	Række en stille hånd i vejret	Plads tæt på fagpersonen under rundkreds
Snakker, mens der gives besked		Lytte stille, når der gives besked-	Give mulighed for at bevæge sig ved at hjælpe fagpersonen
Laver ikke opgaven, dagdrømmer		Høre efter og koncentrere sig	Få øjenkontakt, før der gives besked. Bruge positive omdirigeringer.
			Ignorere, at barnet råber svaret og sidder uroligt.

Udviklingsplan for: _____

Trin 1	Trin 2	Trin 3	Trin 4
Negativ adfærd i gruppen/klassen	Hvor og hvorfor?	Positive modstykker	Valg af proaktive og relationsskabende strategier
1.			
2.			



Workshop 1 Udviklingsplan for: _____

Trin 1 Identificeret negativ adfærd	Trin 2 Hvornår og hvorfor? (funktionel vurdering)	Trin 3 Positive modstykker	Trin 4 Proaktiv og relationer Etablering af strategier
1.			
2.			

Tjekliste for individuel funktionel evaluering af udviklingsplan

Trin 1: Identificere negativ adfærd i gruppen/klassen (vælg 1 eller 2 for at starte)

Trin 2: Spørg, hvor den uhensigtsmæssige adfærd kommer fra? (Funktionel evaluering):

Formuler en hypotese om, hvorfor barnet opfører sig uhensigtsmæssigt. Følgende tjekliste kan hjælpe dig til at forstå barnet ved at tænke over, hvorfor barnet opfører sig på en bestemt måde:

Forstår den uhensigtsmæssige opførsel	Ja	Nej
<ul style="list-style-type: none">• Barnet bruger den uhensigtsmæssige adfærd til at få opmærksomhed.• Barnet bruger den uhensigtsmæssige adfærd til at få luft for sin frustration.• Barnet er ikke et sted i sin udvikling, hvor det kan opføre sig anderledes.• Barnet bruger den uhensigtsmæssige adfærd til at undgå stress eller en ubehagelig opgave.• Barnet synes, det er sjovt at opføre sig uhensigtsmæssigt.• Barnet er ikke klar over, at det opfører sig uhensigtsmæssigt.• Barnet bruger den uhensigtsmæssige adfærd til at få magt over andre.• Barnet bruger den uhensigtsmæssige opførsel til at få hævn.• Barnet har ikke lært anden og mere social adfærd.• Barnets hjem eller fortid gør, at barnet ikke har lært forudsigelighed eller tillid til voksne.• Barnets omgivelser accepterer den uhensigtsmæssige opførsel.• Barnets adfærd skyldes, at barnet føler sig utilstrækkeligt.		

Trin 3: Fokuser på den ønskede adfærd

Trin 4: Vælg proaktive strategier – registrer dine fremskridt



Fagpersoner, der tænker som forskere



Barnets udfordringer

Barnets stærke sider

Målsætning

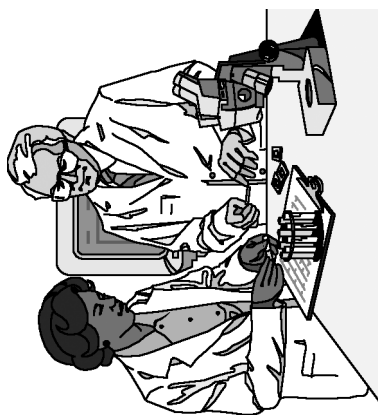
Strategier

Fordele

Hindringer
[tanker, følelser, egen og andres adfærd]

[tanker, følelser, egen og andres adfærd]

Fagpersoner, der tænker som forskere



Barnets
udfordringer



Målsætning

Barnets stærke
sider





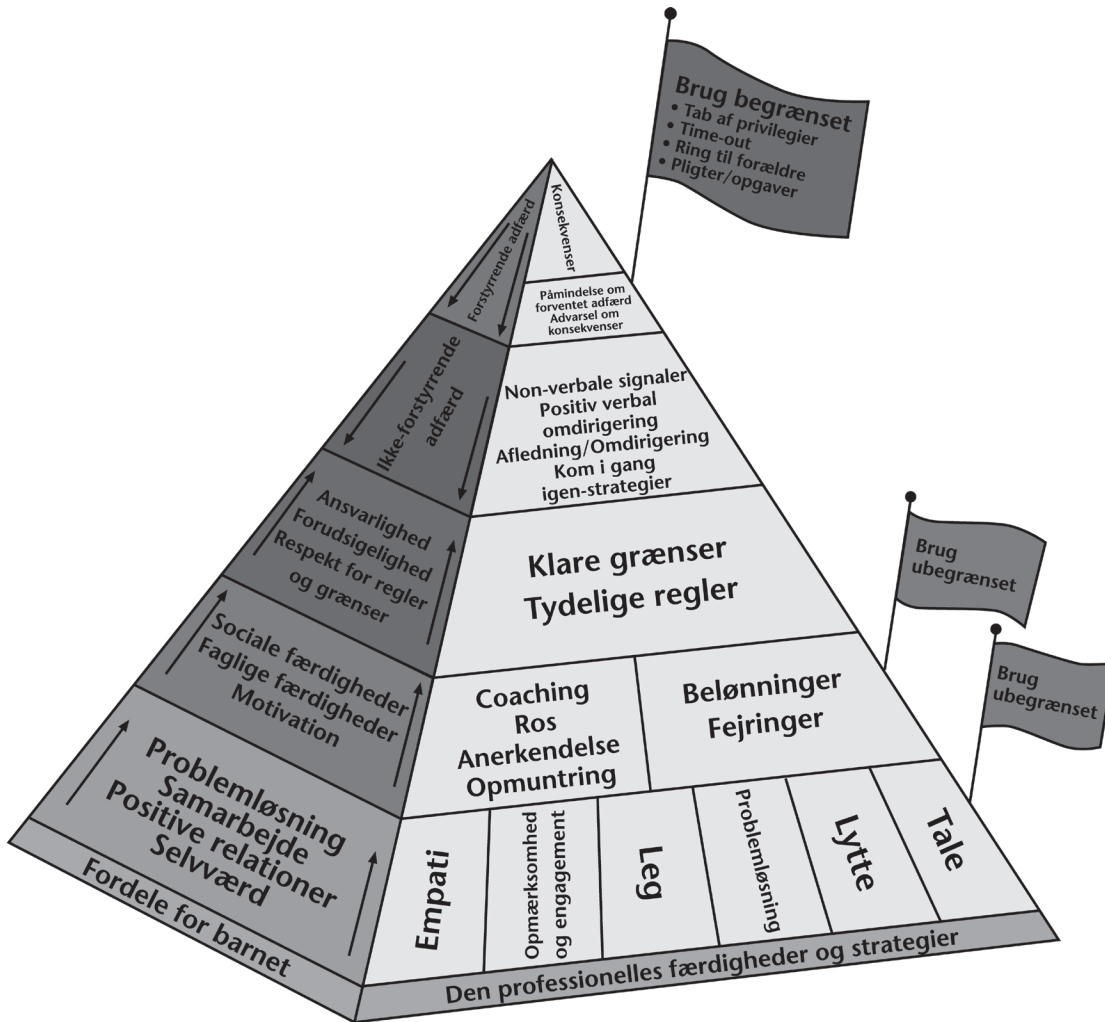
SKEMA FOR SÆRLIGE RELATIONER

Vælg et barn, der er lidt af en udfordring (dvs. aggressiv, modsat) eller "usynlig", og skriv tre måder ned, der gav dig en særlig relation til barnet.

1.

2.

3.



LÆRINGSPIRAMIDEN™

©The Incredible Years®

©The
**Incredible
Years®**

Skema til kommunikation mellem fagperson og forældre

Regler for gruppen/klassen og familien

I institutionen/skolen lærer børnene, hvordan de klarer sig godt i gruppen/klassen og over sig i 5 regler for gruppen/klassen. Du kan støtte dit barns læring ved at kommentere og rose dem, når du ser dem følge reglerne derhjemme.

Sig til dit barn: "Giv mig fem" (hold hånden oppe). Prøv at se, hvor mange regler de kan huske! Bed dem vise dig, hvordan de kan følge reglerne, én ad gangen.



"Giv mig fem"-reglerne er:



Lytt med ørerne: (Minder børnene om, at de skal tie stille og lytte efter, når andre taler). Rose dem derhjemme, når de lytter med ørerne, når andre taler.



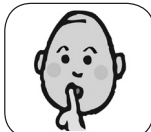
Kigge på fagpersonen: (Minder børnene om, at de skal kigge på fagpersonen og være opmærksomme). Ros børnene derhjemme, når de kigger på dig og lytter med ørerne.



Holde hænderne for sig selv: (Minder børnene om, at de skal holde hænderne for sig selv). Ros dit barn, når han/hun holder hænderne for sig selv.



Gåfødder: (Minder børnene om at gå langsomt – og gemme løbefødderne til udendørsbrug)! Ros børnene, når de går på fødderne indendørs.



Brug af indre stemme: (Minder børnene om, at de skal lære at tale stille og ikke forstyrre de andre). Ros børnene, når de bruger deres høflige og stille indre stemme.

Skriv dine erfaringer med at tale med dit barn om familiens regler ned på skemaet til kommunikation mellem fagperson og forældre, og send skemaet med dit barn tilbage til skolen.

Utrolige børn!

**The
Incredible
Years**



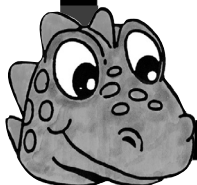
Skema til kommunikation mellem fagperson og forældre

Regler for gruppen/klassen og familien

Barnets navn: _____

I dette skema skal du registrere dine erfaringer med at tale med dit barn om familiens regler og give barnet det udfyldte skema med tilbage til skolen

Barnet kan også tegne et billede af reglerne i hjemmet på skemaet.



Utrolige børn!

**The
Incredible
Years**



The Incredible Years®

Tjekliste til selvrefleksion vedrørende gruppe-/klasseledelse for den proaktive fagperson

Dato: _____ Fagpersonens navn: _____

Fagpersoner lærer meget af selvrefleksion vedrørende deres gruppe-/klasseledelse og de strategier, de anvender, som virker eller ikke virker. På baggrund af disse refleksioner kan fagpersoner opstille personlige mål for ændringer i deres metoder, så de kan skabe et så positivt læringsmiljø som muligt. Brug denne tjekliste til at overveje dine styrker og svagheder og sætte dig nogle mål.

1 – Aldrig 3 – Nogle gange 5 - Altid

Den proaktive fagperson – regler	
1. Jeg formulerer mine regler positivt og tydeligt, og de bliver hængt op på væggen. Vi gennemgår dem og øver os efter behov.	1 2 3 4 5
2. Jeg bruger nonverbale tegn og signaler til at fortælle om reglerne med andet end ord (f.eks. billeder af regler som at række hånden op, tale stille, fødderne i gulvet, åbne ørerne)	1 2 3 4 5
3. Jeg har lært børnene "giv mig fem"-signalet og bruger det.	1 2 3 4 5
4. Jeg giver beskeder på en respektfuld måde med korte beskrivelser af den ønskede positive adfærd (f.eks. "vær sød at holde hænderne for dig selv").	1 2 3 4 5
5. Jeg anvender når/så-beskeder.	1 2 3 4 5
6. Jeg giver børnene valgmuligheder og omdirigering, hvor det er muligt.	1 2 3 4 5
7. Jeg undgår negative beskeder, irettesættelser, krav og at råbe af børnene.	1 2 3 4 5
8. Jeg sørger for at have børnenes opmærksomhed, før jeg giver dem beskeder.	1 2 3 4 5
9. Jeg omdirigerer uengagerede børn ved at sige deres navn sammen med et spørgsmål, stå ved siden af dem, finde på spændende lege og nonverbale tegn.	1 2 3 4 5
10. Jeg giver de børn, der er engagerede, og som følger instrukserne, hyppig opmærksomhed, ros og opmuntring.	1 2 3 4 5



11. Jeg orienterer forældrene om gruppens/klassens regler og skemaer og sender breve til kommunikation mellem fagperson og forældre til hjemmet.	1	2	3	4	5
Fremtidige mål omkring regler:					
Den proaktive fagperson – skemaer					
1. Rutiner og skemaer i min gruppe/klasse er konsekvente, forudsigelige og fleksible.	1	2	3	4	5
2. Jeg hænger gruppens/klassens skemaer op på væggen, så børn, forældre og besøgende kan se dem.	1	2	3	4	5
3. Jeg bruger visuelle billeder/kort til at vise forskellige aktiviteter på skemaet (f.eks. arbejde i små grupper, fri leg, eller vaske hænder, udendørsleg, frokost).	1	2	3	4	5
4. Skemaet for min gruppe/klasse veksler mellem aktive og energikrævende aktiviteter (udendørsaktiviteter eller fri leg) og mindre aktive aktiviteter (historiefortælling).	1	2	3	4	5
5. Jeg sørger for, at der er balance mellem voksenstyrede og børnestyrede aktiviteter.	1	2	3	4	5
6. Jeg benytter et system, hvor børnene kan vælge mellem legeområder under fri leg (forskellige aktivitetsområder til f.eks. klodser, udklædning og madlavningsleg, læseområde med bøger).	1	2	3	4	5



7. Rundkreds i plenum varer ikke mere end 20 minutter.	1 2 3 4 5
8. Rundkreds i plenum indeholder mange former for aktivt samvær med børnene (f.eks. sang og bevægelse, udstrækning, holde stikordskort frem, rollespil, svare verbalt som en gruppe, dukkespil) for at holde børnene engagerede.	1 2 3 4 5
9. Fri leg eller leg i aktivitetsområder er vores længste legeaktivitet, hvor børnene har tid til at vælge ting, lege og rydde op.	1 2 3 4 5
Fremtidige mål omkring skemaer:	



Den proaktive fagperson – overgange	
1. Jeg undgår unødvendige skift og minimerer ventetiden.	1 2 3 4 5
2. Jeg lærer systematisk børnene, hvad jeg forventer af dem ved overgange.	1 2 3 4 5
3. Jeg giver børnene et varsel, før jeg starter en overgang, og jeg skynder ikke på dem.	1 2 3 4 5
4. Jeg bruger de samme tegn til at signalere en overgang (f.eks. en klokke, sang, klap, tænde og slukke lyset).	1 2 3 4 5
5. Jeg bruger visuelle billeder/kort og lyde til at gøre opmærksom på ting i skemaet/dagsplanen, kort ved overgange, tape på gulvet til markering af rækker, stilleområde, billeder til daglige opgaver).	1 2 3 4 5
6. Jeg indleder rundkreds, når nogle af børnene er klar og venter ikke på, at alle bliver klar.	1 2 3 4 5
Fremtidige mål omkring overgange:	
Den proaktive fagperson – gruppens/klassens fysiske rammer og organisering	
1. Mit lokale er veludstyret med forskelligt legetøj og materialer, så børn på alle færdighedstrin har noget at lege med.	1 2 3 4 5
2. Mit lokale er opdelt i læringsområder, og antallet af børn, der må være i hvert område ad gangen, er tydeligt markeret med visuelle påmindelser om, hvor mange børn der må være (f.eks. kroge med navne, tøjklammer osv.).	1 2 3 4 5
3. Jeg har sat klistermærker med billeder på de lave hylder, så børnene selv kan finde og sætte tingene på plads.	1 2 3 4 5



4. Jeg har sørget for legetøj, der fremmer socialt samvær i alle læringsområderne (f.eks. dukker, vogne, store gulvpuslespil, \ spil, hvor man skiftes osv.)	1 2 3 4 5
5. Jeg har iværksat et system for rotation, så børnenes udforskertrang og nysgerrighed stimuleres (f.eks. borde med sand eller sæbebobler er tilgængelige på visse tidspunkter).	1 2 3 4 5
6. I mit lokale findes der visuelle tegn, der signalerer til børnene, om et område eller en aktivitet er åben eller lukket (f.eks. stopsignal, klæde over bordet med sand eller computeren).	1 2 3 4 5
7. Materialerne er i større format i mit lokale af hensyn til børn med synlige bevægelseshandicap (f.eks. større farveblyanter, papir osv.) og stabiliseret for nemmere manøvrering (klistret fast på bordet, velcrotavle, bakker).	1 2 3 4 5
8. Jeg sørger for visuelle kort i lokalet, der minder børnene om de færdigheder, de skal lære (f.eks. at deles, hjælpe hinanden, samarbejde).	1 2 3 4 5
9. Der er afsat et større område i gruppe-/klasselokalet til rundkreds, hvor børnene sidder på små firkantede tæpper eller måtter.	1 2 3 4 5
10. Jeg forbereder ting til aktiviteter i små grupper, så de er klar, inden børnene ankommer om morgenen.	1 2 3 4 5
11. Jeg planlægger fællesaktiviteter dagligt (f.eks. stor kollage, bøger, madlavning osv.).	1 2 3 4 5
12. Jeg kan hele tiden holde øje med børnene. Hylderne er ikke højere end 1,20 cm.	1 2 3 4 5
13. Jeg placerer uopmærksomme eller let afledelige børn tæt på mig.	1 2 3 4 5
Fremtidige mål for de fysiske rammer og planlægning:	

Navn på coach: _____

Udleveringsmateriale

Vigtigheden af voksenopmærksomhed, coaching og ros



BEMÆRK: Disse handouts må fotokopieres til brug i din Incredible Years® Lærer Workshops . De almisser er ophavsretligt beskyttet og kan ikke ændres eller redigeres på nogen måde (herunder oversættelser) uden tilladelse fra The Incredible Years® hovedkvarter i Seattle, WA . Kontakte incredibleyears@incredibleyears.com for mere information. Disse handouts er også tilgængelige på vores hjemmeside, www.incredibleyears.com (i Group Leader Ressourcer afsnit).

Workshop nr. 2 for fagpersoner

Foreslåede aktiviteter for måneden

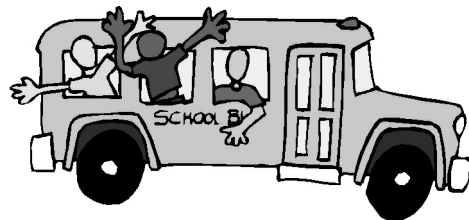
OPGAVER:

- Øv coaching af børnene og at være et "anerkendende publikum". Brug "børnestyrede lege" og beskrivende kommentarer om samspillet mellem børnene, bl.a.: faglige kompetencer (f.eks. at tænke meget over tingene, at planlægge godt, tal, former osv.), venskabsfærdigheder (f.eks. at hjælpe, vente, dele, skiftes, være venlig, bede om hjælp) og følelser (f.eks. at se rolig ud, være tålmodighed, at se glad eller stolt ud, at nyde en andens selskab).
- Vælg ét eller to af børnene med mere udfordrende adfærd, og øv dig i at rose mere for positiv social adfærd, du har identificeret i forvejen (f.eks. at dele, bruge ord, hjælpe). Skriv fem måder, du bruger ro og opmuntring på, på det udleverede materiale om ros." Tag det med til den næste workshop.
- Vælg et udfordrende barn i din klasse og udarbejd en udviklingsplan, hvor du coacher og roser barnet mere for positiv social adfærd, som du har identificeret. Skriv dine strategier ned på arbejds papiret for udviklingsplanen, og afprøv dem. Start en selvopmuntringsboble for flere børn, som gør en stor indsats for at ændre deres samspil med kammeraterne. Tag et eksempel med til næste workshop.
- Ring til din makker og fortæl om noget, der har virket?

LÆS:

Kapitel 4 og 5 i *Incredible Teachers*.

Husk i rundkredsen at rose dem, der sidder stille, og ikke sige noget til dem, som endnu ikke har sat sig ned. Brug naboros ofte, så uopmærksomme børn igen fokuserer på opgaven.



Tavlenoter

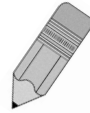
Opmærksomhed, coaching og ros

- Få øjenkontakt, gå tæt på, og smil til barnet.
- Sig, hvad du kan lide ved adfærden, og vær specifik i din coaching og ros.
- Vær oprigtig og entusiastisk i din coaching og ros, og varier den. Gør et stort nummer ud af det.
- Ros med det samme, når barnet udviser den ønskede adfærd.
- Kombiner verbal ros med kropskontakt.
- Adfærden skal ikke være perfekt, før du roser den.
- Ros både enkelte børn og hele gruppen/klassen eller små grupper.
- Brug coaching konsekvent og ofte, især når et barn skal lære en ny adfærd. Husk, at det er den mest effektive form for positiv anerkendelse, du kan give et barn.
- Børn, som er uopmærksomme, lette at distrahere og oppositionelle, har brug for megen opmærksomhed, coaching og ros, når de opfører sig korrekt.
- Ros og coach børnene i overensstemmelse med dine individuelle mål for dem – både faglig og social adfærd.
- Bliv ikke siddende bag dit bord, mens børnene arbejder selv. Gå rundt i rummet, og understøt positiv adfærd.
- Når du arbejder med en lille gruppe børn eller ét barn, skal du kigge op hvert tredje eller fjerde minut for at holde øje med børnene, mens de arbejder. Brug et øjeblik på at kommentere deres positive adfærd.
- Når du giver en besked, skal du finde mindst to børn, som følger din besked – sig deres navn og gentag beskeden, mens du anerkender, at de følger den.
- Udarbejd en konkret plan for, hvordan du skal huske at give konsekvent ros, f.eks. et klistermærke på uret eller dit armbåndsur, mønter i lommen, minutur osv.
- Fokuser på børnenes indsats og læring og ikke bare på slutresultatet.
- Fokuser på børnenes styrker og de områder, der skal forbedres.
- Vis, at du tror på deres evner.
- Sig, hvordan du har det med deres adfærd og den positive effekt.
- Sammenlign ikke børn (eller søskende) med hinanden.
- Giv børnene skriftlige beskeder, f.eks. små sedler, hvor du roser barnet.



Brainstorm/summeøvelse - fagpersoners selvros

Brainstorm om mulig selvros, som du kan bruge til at opmuntre dig selv som fagperson. Skriv dem ned på din notesblok.



Positiv selvros

Jeg er blevet god til at forholde mig i ro og vise respekt...

Det er lykkedes mig at give børnene mere ros.

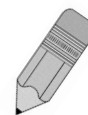


Mål:

Jeg beslutter at holde op med at kritisere mig selv og vil i stedet hver dag se på noget, jeg har klaret godt som fagperson.

Brainstorm/summeøvelse - positive forventninger

Brainstorm med din makker om udsagn om positive forventninger.
Husk at give ros for vedholdenhed og tålmodighed i læringsprocessen.



Udsagn om positive forventninger

Eksempel:

“Hvis du bliver ved at med øve dig i at læse sammen med mig, er jeg sikker på, at du snart kan læse en side helt alene.”

Mål:

Jeg vil forpligte mig til at udtrykke positive forventninger ___ gange i denne uge til følgende elever:”



Brainstorm/summeøvelse - specifik ros

Brainstorm på ord, du bruger til at rose børnene for at skabe den adfærd, du gerne vil se mere af. Skriv dem herunder.



Adfærd, jeg gerne vil se mere af

Eksempler på specifik ros

Jeg bliver glad, når du...

Det var godt for dig, at du...

Wow! "Du var sørme god til at læse den side!"



Husk at fylde på din konto

Mål:

Jeg beslutter at øge antallet af gange, jeg roser børnene, til _____
i timen. Adfærd, jeg vil rose, omfatter: (f.eks. at deles) _____

Brainstorm/summeøvelse - fagpersoners ros til forældre

Tænk over, hvordan du kan rose forældre for deres børns gode resultater i skolen. Skriv din plan ned.



Mål:

Jeg vil beslutte mig for at rose forældre _____ gange i denne uge i _____ minutter for følgende børns forældre:



Brainstorm/summeøvelse - flere opmuntrende ord

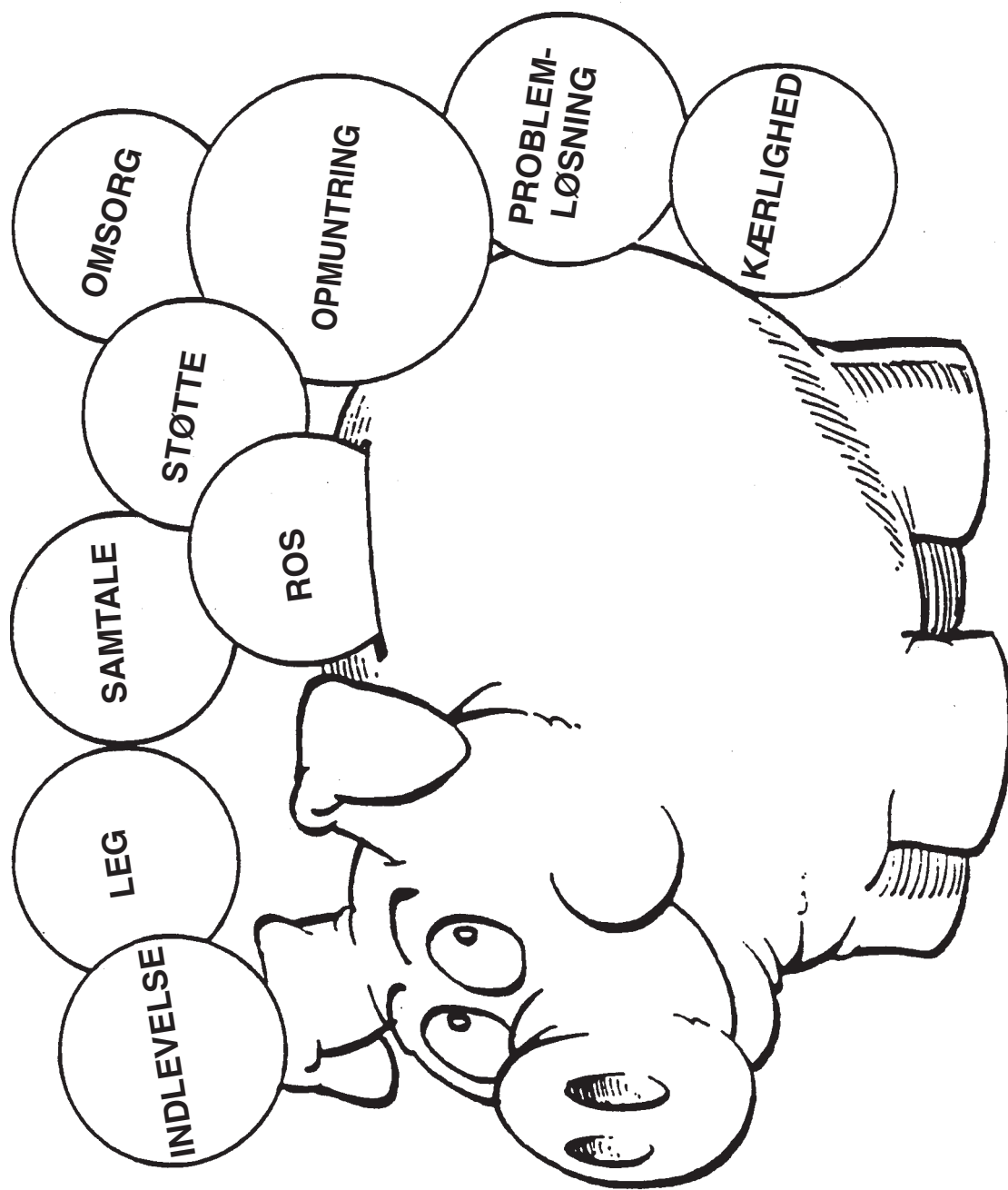


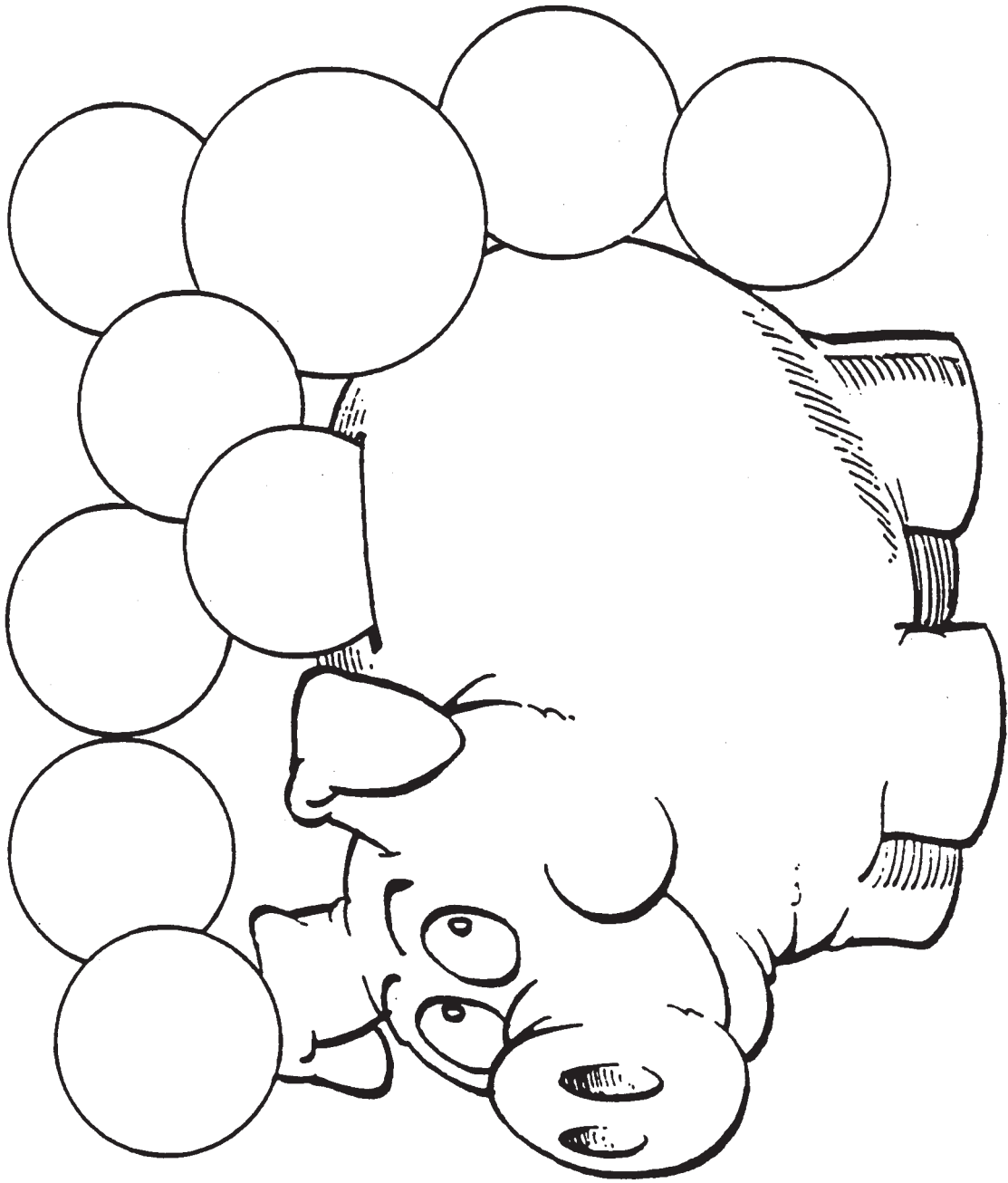
Skriv nogle opmuntrende ord, du kan bruge til børnene, så de bliver ved med at prøve, selv om det er en svær opgave.



Mål:

Jeg vil beslutte mig for at bruge flere opmuntrende ord _____ gange i denne uge for følgende børn:

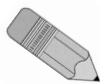






Husk at tyjde på din konto

Fagpersoners forslag til aktiviteter i gruppen/klassen



UDFYLDNINGSSKEMA: ROS OG OPMUNTRING:

Dato	Tidspunkt	Antal gange og eksempler på ros	Eksempler på adfærd, der er Barnets reaktion blevet rost

EKSEMPLER PÅ ADFÆRD, DER FORTJENER ROS OG OPMUNTRING

- Dele
- Tale høfligt
- Følge fagpersonens beskeder
- Samarbejde på legepladsen
- Høre efter og lytte til fagpersonen
- Række hånden i vejret for at svare eller stille et spørgsmål
- Løse et vanskeligt problem
- Lytte til et andet barn
- Være vedholdende med en svær faglig opgave (arbejde hårdt)
- Tænke sig godt om, før der svares
- Lægge mærke til noget positivt hos et andet barn (give et kompliment)
- Holde hænderne for sig selv
- Samarbejde med andre i en gruppeaktivitet
- Lægge materialer væk
- Gå langsomt på gangene
- Lave hjemmeopgaver til tiden
- Lade en anden komme først
- Være hensynsfuld
- Være tålmodig
- Hjælpe et andet barn
- Bevare roen og kontrollen i en konfliktsituation



EKSEMPLER PÅ, HVORDAN MAN KAN ROSE OG OPMUNTRE

- "Du er virkelig god til at ..."
- "Du har lært, hvordan man..."
- "Jeg bliver glad, når du..."
- "Du kan være stolt af dig selv for at..."
- "God idé at..."
- "Du har været rigtig god til at..."
- "Se hvor god er blevet til at..."
- "Du har arbejdet så hårdt..."
- "Se, hvor godt han/hun har..."
- "Det er en kreativ måde at..."
- "Wow, hvor har du bare været god til at..."
- "Det er rigtigt, det er en god måde at..."
- "Jeg er så glad for, at du..."
- "Jeg bliver så glad, når du..."
- "Du er blevet større, fordi du..."
- "Du er god til at løse problemer med..."
- "Det er godt tænkt..."
- "Tak for..."
- "Hvor har du været god til at..."
- "Hey, det tænker du virkelig over. Du..."
- "Flot, det ligner virkelig..."
- "Du gjorde nøjagtig, som du blev bedt om."
- "Wow! Det... var godt samarbejde."
- "Det var rigtig godt for..."
- "Klap sig selv på skulderen for..."
- "Smukt! Super! Flot! Fantastisk! Utroligt! Cool! Fedt!"
- "Giv mig fem for..."

Tjekliste for udarbejdelse af udviklingsplan

Trin 1: Identificere negativ adfærd i gruppen/klassen (vælg 1 eller 2 for at starte)

Trin 2: Spørg, hvor den uhensigtsmæssige adfærd kommer fra? (Funktional evaluering):

Formuler en hypotese om, hvorfor barnet opfører sig uhensigtsmæssigt. Følgende tjekliste kan hjælpe dig til at forstå barnet ved at tænke over, hvorfor barnet opfører sig på en bestemt måde:

Forstår den uhensigtsmæssige opførsel	Ja	Nej
<ul style="list-style-type: none">• Barnet bruger den uhensigtsmæssige adfærd til at få opmærksomhed.• Barnet bruger den uhensigtsmæssige adfærd til at få luft for sin frustration.• Barnet er ikke et sted i sin udvikling, hvor det kan opføre sig anderledes.• Barnet bruger den uhensigtsmæssige adfærd til at undgå stress eller en ubehagelig opgave.• Barnet synes, adfærden er sjov• Barnet er ikke klar over, at det opfører sig uhensigtsmæssigt.• Barnet bruger den uhensigtsmæssige adfærd til at få magt over andre.• Barnet bruger den uhensigtsmæssige opførsel til at få hævn.• Barnet har ikke lært anden og mere social adfærd.• Barnets hjem eller fortid gør, at barnet ikke har lært forudsigelighed eller tillid til voksne.• Barnets omgivelser accepterer den uhensigtsmæssige opførsel.• Barnets adfærd skyldes, at barnet føler sig utilstrækkeligt.		

Trin 3: Fokuser på den ønskede adfærd

Trin 4: Vælg proaktive strategier – registrer dine fremskridt!



Styrkelse af positive sociale færdigheder - Workshop nr. 2 om opmærksomhed, coaching og ros

Udviklingsplan



Eksempel på udviklingsplan: Jenny, 1. klasse

Trin 1	Trin 3	Trin 4	Trin 5
Negativ adfærd i gruppen/klassen	Positivt modstykke – ønsket adfærd	Vælg proaktive strategier	Coaching og ros
Stikke, røre	Holde hænderne for sig selv	Placer tæt på fagpersonen	Vælg barnet og ros det
Taler uden at række hånden op	Række en stille hånd i vejret	Give mulighed for at bevæge sig ved at hjælpe fagpersonen	når hånden er rakt op
Taler uden at række hånden op	Lytte stille, når der gives beskeder	Få øjenkontakt, før der gives beskeder.	Coach og ros barnet for at fokusere på opgaven og at lytte
Snakker, mens der gives beskeder	Høre efter og koncentrere sig	Brug positiv omdirigering, når barnet er distraheret	Ring og fortæl forældrene om positiv adfærd
Laver ikke opgaven, dagdrømmer		Brug kort til at minde børnene om at lytte og række hånden op og "giv mig fem"-signalet	Brug træning i vedholdenhed for mindre grupper

Udviklingsplan for: _____

Trin 1	Trin 3	Trin 4	Trin 5
Negativ adfærd i gruppen/klassen	Positivt modstykke – ønsket adfærd	Vælg proaktive strategier	Coaching og ros
1.			
2.			

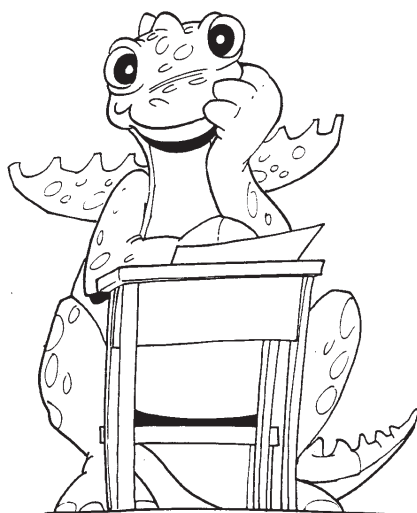
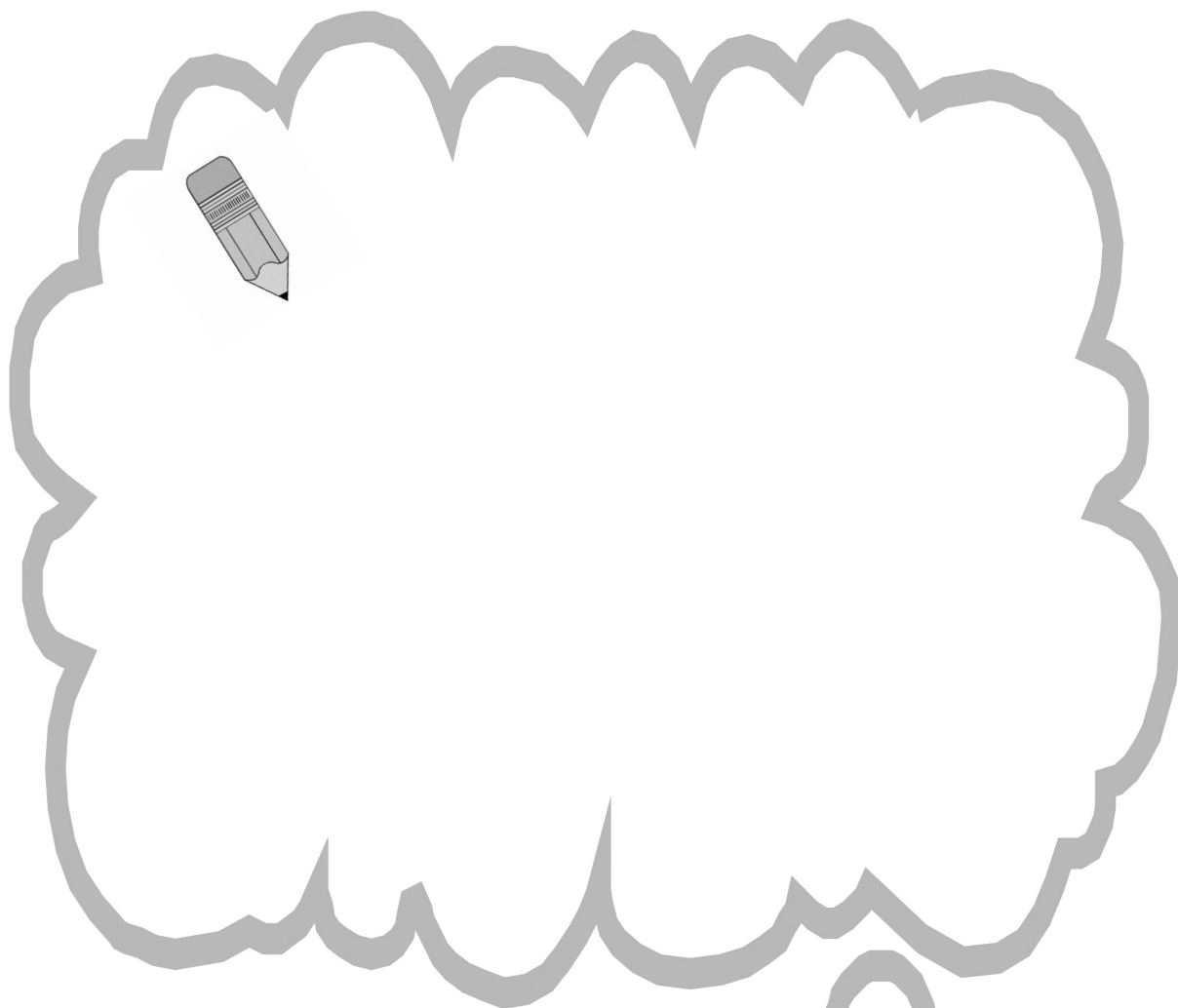
Se trin 2 i workshop nr. 1 om udviklingsplan (Program 3)



Workshop nr. 2 Udviklingsplan for: _____

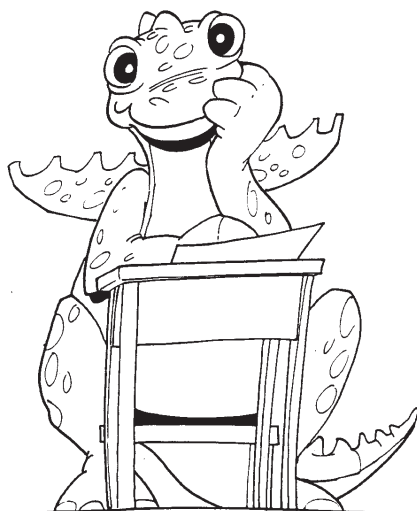
	Trin 1 Identificeret negativ adfærd	Trin 3 Ønsket adfærd (Positivt modstykke)	Trin 4 Vælg proaktiv strategi og relationsstrategi	Trin 5 Coaching og ros
1.				
2.				
3.				

Min boble, hvor jeg opmuntrer mig selv



Min boble, hvor jeg opmuntrer mig selv

Jeg er god til at løse problemer.
Jeg er god til matematik.
Jeg vedkender mig problemet og løser det.
Jeg giver ikke op.
Jeg kan klare det her.
Jeg kan få ro på min krop.
Jeg er god til at dele.
Jeg kan vente.
Jeg er meget hjælpsom.
Jeg er venlig.
Jeg er god til ord.
Jeg ignorerer lyde omkring mig.
Jeg kan sætte mig på min plads uden at blive bedt om det.
Jeg gør det, der er bedst for mig selv.
Jeg er meget modig.
Jeg kan gode lide at dele mine ting.
Jeg er en god leder.



Coache børn til at samarbejde, mens de leger

Deltag i børnene og deres venners leg, og "træn" deres evne til at lege ved at observere og kommentere deres samarbejde. For eksempel:

Stille forslag: "Det var sørme et godt forslag, du gav din ven."

Udtrykke positive følelser: "Det er en venlig måde at vise, hvad du føler."

Vente: "Super! Du ventede, til det blev din tur, og lod ham komme til først, selvom du gerne selv ville gøre det først."

Bede om lov: "Det er meget høfligt at spørge ham, om han vil gøre det først."

Give komplimenter: "Sikke et fint kompliment. Jeg kan se, at hun blev glad for det."

Skiftes: "Du lod hende komme til – det var meget sødt af dig."

Deles: "I gør det sammen. Jeg kan godt se, at I er rigtig gode holdspillere."

Accept: "Du accepterede hendes forslag – det var sørme venligt."

Bruge let berøring: "Du rører lige så forsigtigt ved ham. Det er venligt."

Bede om hjælp: "Wow! Du bad ham om at hjælpe dig – det er sådan noget, gode venner gør."

Vise interesse: "Jeg kan se, at du virkelig forholder dig til hendes ideer og holdning. Du er meget betænksom."

Problemløsning: "I samarbejdede stille og roligt om at løse det problem. Det ser ud til, at I begge har det godt med det."

Være høflig: "Det var en meget høflig måde at bede hende om at vente – det var meget venligt."

Gøre det lettere for barnet at opnå faglige kompetencer: Fagpersonen som "faglig coach"



"Beskrivende kommentarer" er en effektiv måde at styrke børnenes sociale færdigheder, evne til at sætte ord på følelser og faglige kompetencer på. Nedenfor findes en liste over faglige begreber og adfærdsformer, du kan kommentere, når du leger med et barn. Brug denne tjekliste til at øve dig i at beskrive faglige begreber.

Faglige kompetencer	Eksempler
_____ farver	"Du har den røde bil og den gule lastbil."
_____ tælle	
_____ former	"Der er en, to, tre dinosaurer i en række."
_____ størrelser (lang, kort, høj, mindre end, større end osv.)	"Nu er den firkantede Lego-klods sat fast på den runde Lego-klods."
_____ placering (oppe, nede, ved siden af, oven på, bag ved osv.)	"Det tog er længere end sporet."
_____ arbejde hårdt	"Du sætter den lille bolt i det rigtige hul."
_____ koncentrere sig, fokusere	"Den blå kasse er ved siden af den gule firkant, og den lille trekant er oven på det lange røde rektangel."
_____ vedholdenhed, tålmodighed	"Du arbejder virkelig godt med det puslespil og tænker over, hvor brikken skal ligge."
_____ følge anvisninger	"Du er så tålmodig og giver ikke op, men bliver ved med at forsøge at få den til at passe sammen."
_____ problemløsning	"Du gjorde nøjagtig, som jeg sagde. Du hørte virkelig godt efter."
_____ prøve igen	
_____ læse	
_____ tænke	"Du tænker koncentreret over, hvordan du kan løse problemet og finde en god løsning til at lave et skib."
_____ lytte	
_____ arbejde hårdt/bedste arbejde	
_____ selvstændighed	"Det har du fundet ud af helt selv."

Gøre det lettere for barnet at sætte ord på sine følelser: Fagpersonen som "følelser-coach"



At beskrive børns følelser er en effektiv måde at lære dem at sætte ord på deres følelser på. Når børn har et sprog til at udtrykke følelser, kan de bedre styre deres egne følelser, fordi de kan sige, hvad de føler. Nedenfor findes en liste over følelser, du kan kommentere, når du leger med et barn. Brug denne tjekliste til at øve dig i at beskrive barnets følelser.

Følelser/evne til at aflæse	Eksempler
_____ glad	
_____ frustreret	
_____ rolig	"Det er frustrerende, men du er stadig rolig og bliver ved med at forsøge at finde ud af det."
_____ stolt	
_____ begejstret	"Du ser ud til at være stolt over den tegning."
_____ tilfreds	"Du virker sikker, når du læser historien."
_____ ked af det	
_____ hjælpsom	
_____ bekymret	"Du er bare så tålmodig. Selv om det væltede to gange, bliver du ved med at se, om du kan gøre det højere. Du må sandelig være tilfreds med dig selv over, at du kan være så tålmodig."
_____ sikker	
_____ tålmodig	
_____ har det sjovt	
_____ jaloux	"Du ser ud til at være glad for at lege med din ven, og han ser også ud til at nyde at være sammen med dig."
_____ tilgivende	
_____ omsorgsfuld	
_____ nysgerrig	"Du er så nysgerrig. Du forsøger på alle de måder, du tror passer."
_____ vred	
_____ sur	
_____ interesseret	"Du tilgiver din ven, fordi du ved, at det var en fejl."
_____ flov	

Rollemodel for at tale om og dele følelser

"Jeg er stolt af, at du har løst det problem."

"Jeg synes, at det er rigtig sjovt at lege med dig."

"Jeg var bange for, at det ville vælte, men du var forsigtig og tålmodig, og din plan virkede."

Gøre det lettere for barnet at lære sociale færdigheder: Fagpersoner som "coach i sociale færdigheder"



At beskrive og opmuntre børns venlige adfærd er en effektiv måde at styrke deres sociale færdigheder på. Sociale færdigheder er første skridt på vejen til at skabe varige venskaber. Nedenfor følger en liste over sociale færdigheder, som du kan kommentere, når du leger med et barn, eller når et barn leger med en ven. Brug denne tjekliste til at øve dig i at coache om sociale færdigheder.

Sociale færdigheder/ venskabsfærdigheder	Eksempler
<input type="checkbox"/> hjælpe <input type="checkbox"/> deles <input type="checkbox"/> samarbejde <input type="checkbox"/> bruge en venlig tone (stille, høflig)	"Det er så venligt. Du deler dine klodser med din ven og venter på, at det bliver din tur." "I arbejder fint sammen og hjælper hinanden som et hold."
<input type="checkbox"/> lytte til, hvad en ven siger <input type="checkbox"/> skiftes <input type="checkbox"/> spørge <input type="checkbox"/> bytte <input type="checkbox"/> vente	"Du lyttede til din vens forslag og fulgte det. Det var meget venligt." "Du ventede og spurgte først, om du måtte bruge den. Din ven lyttede til dig og deltes med dig." "I skiftes. Det er lige præcis sådan, gode venner gør."
<input type="checkbox"/> tilslutte sig en vens forslag <input type="checkbox"/> stille et forslag rose hinanden røre blidt og roligt bede om lov til at bruge noget, en ven har <input type="checkbox"/> problemløsning <input type="checkbox"/> samarbejde <input type="checkbox"/> være gavmild <input type="checkbox"/> inddrage andre <input type="checkbox"/> undskylde	"Du kom med et venligt forslag, og din ven gør det, du forslag. Det er så venligt." "Du hjælper din ven med at bygge hans model." "Du er meget samarbejdsvillig, du både deles." "I løste begge problemet med, hvordan klodserne skal sættes sammen. Det var en fin løsning."

Hjælpe på vej

- "Se, hvad din kammerat har lavet. Tror du, at du kan give ham et kompliment?" (ros barnet, hvis det forsøger at give et kompliment)
- "Det var et uheld. Tror du, at du kan sige undskyld til din kammerat?"

Rollemodel for venlig opførsel

- Fagpersonerne kan optræde som rollemodeller ved at vente, skiftes, hjælpe og rose, hvilket vil lære børnene om disse sociale færdigheder.

Skema til kommunikation mellem fagperson og forældre

Opmuntre barnet til vedholdenhed og tålmodighed

Alle små børn har svært ved at fastholde opmærksomheden og er lette at distrahere. Når de først kommer i skole, stilles der større krav til, at de kan lytte, være fokuseret og arbejde i længere tid på skoleopgaver. Du kan hjælpe og støtte dit barns nærvær og vedholdenhed med en svær opgave ved at kommentere, beskrive og coache barnet, når du opdager en af følgende typer adfærd:

Koncentrere sig: Beskriv og ros dit barns adfærd, når du ser, at barnet koncentrerer sig, hører efter eller er fokuseret, når det forsøger at løse et problem (f.eks. et svært puslespil, at skrive eller læse eller at lære noget nyt). F.eks. "Du kigger virkelig på alle bogstaverne og er fokuseret." Eller "Du bliver ved med at finde forskellige måder at løse det problem på. Du arbejder rigtigt hårdt."

Være tålmodig: Udtryk dit barns følelser, når du ser, at han eller hun bevarer roen eller er tålmodig. "Det er rigtigt frustrerende at gøre det, og du bliver ved med at prøve. Du er rigtig tålmodig og bevarer roen. Jeg tror godt, at du kan løse det."

Skriv dine erfaringer med at coache dit barn, mens han eller hun bliver ved *med at prøve at løse en svær opgave og bevare roen ned på* skemaet til kommunikation mellem fagperson og forældre, og send skemaet med dit barn tilbage til institutionen/skolen.



Utrolige børn!

The
**Incredible
Years**



The Incredible Years®

Tjekliste til selvrefleksion vedrørende gruppe-/klasseledelse Opmærksomhed, coaching og ros

Dato: _____ Fagpersonens navn: _____

Fagpersoner lærer meget af selvrefleksion vedrørende deres gruppe-/klasseledelse og de undervisningsstrategier, de anvender, som virker eller ikke virker. På baggrund af disse refleksioner kan fagpersoner opstille personlige mål for ændringer i deres metoder, så de kan skabe et så positivt læringsmiljø som muligt. Brug denne tjekliste til at tænke over dine styrker og begrænsninger og opstille nogle mål.

1 – Aldrig 3 – Nogle gange 5 - Altid

Opmærksomhed, ros og opmuntring					
1. Jeg bruger specifik ros med positive følelser – jeg går tæt på barnet, smiler og får øjenkontakt. Jeg roser med det samme, når jeg ser adfærden.	1	2	3	4	5
2. Jeg giver mere opmærksomhed til positiv social adfærd end til uhensigtsmæssig adfærd. (5:1)	1	2	3	4	5
3. Min ros er oprigtig og entusiastisk over for børn med en mere udfordrende adfærd, når de opfører sig pænt.	1	2	3	4	5
4. Jeg har identificeret positiv adfærd, som jeg gerne vil rose med det samme og give opmærksomhed over for alle børn.	1	2	3	4	5
5. Jeg har identificeret "positive modstykker", som jeg gerne vil rose over for bestemte børn med adfærdsrelaterede problemer.	1	2	3	4	5
6. Jeg bruger nabo-ros på en strategisk måde (f.eks. at rose et barn for adfærd, som jeg gerne vil se fra et andet barn i nærheden).	1	2	3	4	5
7. Jeg arbejder hårdt for at skabe særlige stunder for børn, som er tilbageholdende eller alene, for at skabe et positivt samspil mellem børnene.	1	2	3	4	5
8. Jeg er rollemodel for positiv selv-tale og ros til andre fagpersoner eller voksne i gruppen/klassen.	1	2	3	4	5
9. Jeg foretager positive telefonopkald til forældre for at rose dem for deres børns gode resultater eller positive adfærd.	1	2	3	4	5



10. Jeg fortæller børnene, at jeg tror på, at de kan klare den, og understøtter deres positive selv-tale.	1 2 3 4 5
11. Jeg hjælper børn med at lære, hvordan man roser hinanden og har roserundkreds.	1 2 3 4 5
12. Jeg beder børnene i gruppen/klassen om at lægge mærke til et andet barns særlige evner eller gode resultater.	1 2 3 4 5
13. Jeg bruger udsagn om "positive forventninger" til at forudsige et barns succes, når han eller hun er frustreret over en opgave.	1 2 3 4 5
14. Jeg deler mine positive følelser (stolthed, glæde, mod), når jeg taler med børnene.	1 2 3 4 5
15. Jeg bruger beskrivende og faglige kommentarer under leg med børnene (f.eks. ved at beskrive ting, placeringer, farver). Jeg fokuserer her på børn med forsinket sprogudvikling.	1 2 3 4 5
16. Jeg bruger træning i vedholdenhed til alle børnene – og jeg fokuserer her især på børn med opmærksomhedsproblemer.	1 2 3 4 5
17. Jeg bruger træning i sociale færdigheder til alle børnene, når de leger med deres kammerater, og jeg fokuserer her især på børn, der har vanskeligt ved at begå sig socialt.	1 2 3 4 5
18. Jeg bruger træning i håndtering af følelser til alle børnene – og jeg taler mere om positive følelser end om negative. Jeg fokuserer på træning i håndtering af positive følelser i forhold til aggressive børn.	1 2 3 4 5
19. Når jeg bruger træning i håndtering af negative følelser, opvejer jeg den negative følelse med anerkendelse af, at barnet bruger positive metoder til at håndtere følelserne eller falde til ro for at kunne fortsætte med opgaven.	1 2 3 4 5
20. Jeg undgår at spørge, rette, kritisere eller kræve, når jeg coacher børn.	1 2 3 4 5
21. Jeg bruger selvopmuntringsbobler sammen med børnene, så de lærer at rose sig selv.	1 2 3 4 5



22. Jeg bruger kropskontakt og udtrykker positive følelser og ros over for børnene.	1 2 3 4 5
23. Jeg roser både enkelte børn og hele gruppen/klassen eller små grupper.	1 2 3 4 5
24. Jeg fokuserer på børnenes arbejde og læring – ikke bare på slutresultatet.	1 2 3 4 5

Mål for fremtiden vedrørende strategier for opmærksomhed, ros og coaching

Udleveringsmateriale

Motivering af børn ved hjælp af belønninger



BEMÆRK: Disse handouts må fotokopieres til brug i din Incredible Years® Lærer Workshops . De almisser er ophavsretligt beskyttet og kan ikke ændres eller redigeres på nogen måde (herunder oversættelser) uden tilladelse fra The Incredible Years® hovedkvarter i Seattle, WA . Kontakte incredibleyears@incredibleyears.com for mere information. Disse handouts er også tilgængelige på vores hjemmeside, www.incredibleyears.com (i Group Leader Ressorcer afsnit).

Workshop 3 for fagpersoner

Foreslåede aktiviteter for måneden

OPGAVER:

- Vælg tre måder at bruge små privilegier eller belønninger på for at motivere et barn til at lære en særligt vanskelig ny adfærd. Lav et belønningsplan for dette
- Fortæl barnets forældre, hvad du laver, og foreslå, hvordan de kan bidrage ved at rose deres barns resultater derhjemme. Tag din plan med til den næste workshop.
- Find et barn med en udfordrende adfærd, og fortsæt udviklingsplanen med proaktive strategier, ros og belønninger.
Lav en udviklingsplan, og beskriv, hvordan den virkede. Tag planen med til den næste session.
- Øv dig i at bruge "dialogisk læsning".
- Ring til din makker, og fortæl om en succes.



Kapitel 6 i *Incredible Teachers*.

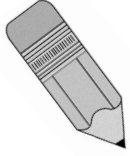


At bruge belønninger til at motivere børn workshop 3 Udviklingsplan



Udviklingsplan for: _____

Trin 1 og 3:	Trin 4	Trin 5:	Trin 6:
Adfærd i gruppen/klassen	Proaktive strategier og relationsstrategier	Coaching og ros	Særlige belønninger
1. Negativ			
2. Ønsket adfærd og sted/situation			
1. Negativ			
2. Ønsket adfærd og sted/situation			



At bruge belønninger til at motivere børn workshop 3 Udviklingsplan

Eksempel på udviklingsplan: Jenny, 1. klasse

Trin 1 og 3:	Trin 4	Trin 5:	Trin 6:
Negativ adfærd i gruppen/ klassen Ønsket adfærd	Proaktive strategier og relationsstrategier	Coaching og ros	
1. Stikke, røre Taler uden at række hånden op Snakker, mens der gives beskeder, Laver ikke opgaven, dagdrømmer 2. 2.Holde hænderne for sig selv Ræk stille hånden i vejret (rundkreds) Lytte stille, når der gives beskeder (stort lokale) Høre efter og koncentrere sig (selvstændig arbejdstid)	Placer tæt på fagpersonen Give mulighed for at bevæge sig ved at hjælpe fagpersonen Få øjenkontakt, før der gives beskeder Brug positiv omdirigering, når barnet er distraheret Brug kort til at minde om at lytte og række hånden op for at sig- nalere adfærden	Ros for at holde hænderne for sig selv og række hånden op og høre efter i rundkredsen Fortsæt træning i vedholdenhed i rundkredsen Tilskynd barnet til at bede om lov til at give et knus Vælg barnet, når det rækker hånden op	Reagerer godt på ros Stempler på hånden for at række hånden op. 6 stempler = vælge bog til højt læsning Hjælpe med at uddele materiale Brug "Jeg kan lytte"-klistermærke

Udviklingsplan for: _____

Trin 1 og 3	Trin 4	Trin 5
Negativ adfærd i gruppen/klassen Ønsket adfærd	Ros og opmuntring	Særlige belønninger

Tavlenoter

Om at motivere børn

- Find en eller to typer positiv adfærd, du vil fokusere på først. De kan aftales med hele gruppen/klassen eller være individuelle mål afhængigt af børnenes behov.
- Forklar gruppen/klassen eller det enkelte barn, hvilken adfærd der udløser en belønning.
- Vælg belønningerne. Stjerner og klistermærker kan være gode til at motivere børnehavebørn. Skolebørn kan godt lide at tjene point, mærker eller bønner og bytte dem til noget, som de har valgt på en belønningsmenu.
- Belønningsmenuen bør planlægges på forhånd med børnene – og den må ikke være for vag.
- Lad små børn få belønninger hver dag. Ældre skolebørn bør få belønninger hver anden eller tredje dag.
- Beløn ikke "lige ved og næsten".
- Sørg for at opfylde din del af aftalerne.
- Kombiner altid håndgribelige belønninger med sociale belønninger som f.eks. specifik ros og opmuntring.
- Husk, at det, der er virker for ét barn, måske ikke virker for et andet. Tilpas så vidt muligt belønningerne til det enkelte barn.
- Hvis du bruger skemaer til at vise børnenes fremskridt, bør du gennemgå dem med børnene hver dag.
- Sæt et mål om at øge antallet af positive beskeder og telefonopkald til forældrene og børnene hver uge.
- Skriv navnene på de børn, som har opnået et særligt resultat – enten fagligt eller socialt – på tavlen. Dette understøtter børnenes adfærd og minder hele gruppen/klassen om, hvilken adfærd du forventer.



Til udlevering

At gøre læring håndgribelig

Læring er et begreb som børn har svært ved at se eller forstå. Mange børn, og især dem med indlæringsvanskeligheder eller adfærdsproblemer, har brug for præcise tilbagemeldinger for at opdage, at de har lært noget. Du kan gøre læring håndgribelig ved at:

- Lægge "Jeg kan"-sedler i en kasse
- Få børnene til at lave resultatmapper
- Bruge tjeklister over de ting, de har lært (f.eks. problemer, de har løst, bøger, de har læst, færdigheder, de har vist)
- Lære børnene at anerkende hinandens resultater
- Bruge klistermærker, stjerner, bønner, snacks eller tusser for bestemte typer adfærd
- Holde præmieoverrækkelser
- Bruge positiv timeout
- Lære børnene at anerkende sig selv

Dette bør du gøre- og dette bør du ikke gøre:

Gøre:

1. Definere den ønskede faglige og sociale adfærd.
2. Opdele målene i små skridt.
3. Gradvist hæve kriterierne for belønningen (gør det udfordrende).
4. Starte med kun at vælge en eller to typer adfærd, børnene skal arbejde på.
5. Fokuser på positiv adfærd.
6. Vælge billige belønninger.
7. Give belønninger, børnene kan få dagligt.
8. Lade børnene være med til at bestemme, hvad belønningerne skal være.
9. Give belønningen efter adfærden (først/så).
10. Belønne hverdagens små bedrifter og succeser.

Ikke gøre:

1. Være upræcis omkring den ønskede adfærd.
2. Gøre skridtene for store for barnet.
3. Gøre skridtene for nemme for barnet.
4. Lave komplekse programmer med for mange typer adfærd.
5. Fokuser på negativ adfærd.
6. Give dyre belønninger eller belønninger, som ikke kan gives straks.
7. Bruge belønninger, der tager for lang tid at tjene.
8. Vælge belønninger, som ikke er motiverende for barnet.
9. Give belønninger som bestikkelse.
10. Være nærig med sociale belønninger.

Eksempler på belønninger i gruppen/klassen

- En bestemt film
- Ekstra fri legetid i gruppen/klassen
- Fest med popcorn eller is
- Tur
- Ekstra tid til idræt
- En særlig gæst
- Oplæg om et særligt talent eller en særlig hobby i gruppen/klassen (f.eks. tryllesnummer, kæledyr)
- Tavle med positiv adfærd
- Resultattavle for samarbejde



Præmier, som børnene eftertræfter (omkring 5 kr.)

- Blyanter, viskelæder, tusser, saks
- Små blokke
- Flotte klistermærker
- Samlerkort
- Sæbebobler
- Badges
- Små biler og dyr
- Saltstænger, kiks, sukkerfrit tyggegummi
- Overraskelser (f.eks. frokost med fagpersonen, ret til at vælge bog til gruppen/klassen, teamleder)
- Skumbad, olie, lille stykke sæbe
- Krea-ting – specielt papir, pailletter, limstift
- Postkort, sjove blokke
- Puslespil, labyrinter, hjernespil
- Stempelblok, stempel
- Glaskugler
- Selvlysende klistermærker
- Modellervoks
- Perler (til at lave smykker)
- Mønter



Eksempler på individuel positiv anerkendelse

- Ros, opmærksomhed, fysisk berøring
- Beskeder hjem til barnet
- Beskeder til forældrene om barnets positive resultater
- Telefonopkald til forældrene og/eller barnet
- Særlige privilegier som f.eks. frokost med fagpersonen, læse yndlingsbogen, arbejde på yndlingsaktiviteten
- Særlig anerkendelse
- Håndgribelig belønning – point, klistermærker, bønner, snacks

Eksempel
Månedens barn

Kære (forældre)

Vi på (skolens/institutionens navn) er meget stolte af alle børn, som prøver at gøre deres bedste hver dag. Disse børn arbejder hårdt fagligt, udviser positiv adfærd og hjælper andre børn og/eller de voksne.

I år vil lærerne anerkende børnenes indsats hver måned. Børnene kan nomineres til "Månedens barn" gennem hele skoleåret. Der kan nomineres flere end ét barn fra hver klasse. Formålet er at anerkende så mange børn som muligt for det positive bidrag, de gør her på (skolens/institutionens navn). Børnene vil modtage et bevis fra skoleinspektøren/lederen.

Vi er glade for at sige, at dit barn, (barnets navn), er nomineret til Månedens barn i (måned). Børnene kan blive nomineret til Månedens barn for en eller flere af følgende:

1. Arbejde hårdt for at skabe faglige resultater.
2. Støtte andre børn på forskellige måder.
3. Udføre en opgave for personalet eller institutionen/skolen.
4. Træffe gode beslutninger omkring sin adfærd.
5. Arbejde frivilligt i eller uden for institutionen/skolen.

(Barnets navn) er blevet nomineret, fordi (hun/han) er sød og venlig ved andre.

Det er dejligt at se børn modnes og klare sig godt, både fagligt og socialt. (Barnets navn)s handlinger viser, at (hendes/hans) forældre har været konsekvente og omsorgsfulde. Vi håber, at I vil være med til at anerkende (barnets navn) sammen med os.

Venlig hilsen

(Skoleinspektørens/lederens navn)

Forældre og fagpersoner som partnere Sådan virker dagsskemaer

Dagsskemaer, som er aftaler mellem hjemmet og institutionen/skolen, er ofte meget effektive til at styrke børns sociale og faglige adfærd. De behøver ikke at være komplicerede! Det skema, som fagpersonen bruger, skal være så simpelt som muligt.

1. Aftal de nærmere detaljer i forvejen med forældrene.
2. Alles roller og ansvar skal præciseres nøje. Det er f.eks. fagpersonens ansvar at huske at udfylde skemaet hver dag. Barnet har ansvar for at huske at tage det med hjem. Beslut, hvad der skal ske, hvis barnet ikke gør det.
3. Lav en liste over, hvad fagpersonen vil gøre – f.eks. ros, point, beskeder hjem, sunde snacks, veksle point til ekstra tid på computeren osv. Start med daglige belønninger, som så kan udvikle sig til belønninger, der optjenes over flere dage.
4. Sørg for at angive, hvornår aftalen gælder i løbet af dagen, så hvis barnet ikke gør sig fortjent til belønningen først på dagen, har han eller hun en chance for at gøre det senere.
5. Lav en liste over, hvad forældrene vil gøre – f.eks. ros, ét point for hver god dag og 10 point for en særlig aktivitet (f.eks. en ekstra 1/2 times fjernsyn, 15 minutters aktivitet med forælder, præmie). Vælg mere end én belønning, før aftalen træder i kraft!
6. Angiv konsekvenserne for at bryde reglerne i institutionen/skolen (f.eks. ingen fjernsyn, telefon eller cykling den aften osv.).
7. Tilpas kriterierne, hvis det er nødvendigt. Husk: Fleksibilitet er nøglen til succes. Opbyg forventningerne gradvist.

Eksempel på dagsskema (barnets navn)

	Kl. 9-10	Komme ind fra Frikvarter	Kl. 14-15
Lavede sit arbejde	_____	_____	_____
Holdt hænderne for sig selv	_____	_____	_____
Arbejdede stille og roligt	_____	_____	_____

Bonus for:

* Selvstændig arbejdstid

Dato:

Underskrift:



Hvordan klarede jeg det?

Navn _____ Dato: _____

Dinas daglige adfærdsskema

Grøn = Fremragende for _____

Blå = Godt for _____

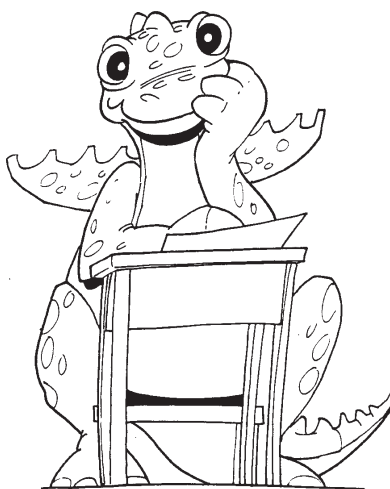
Eftermiddag

Bonus For:

Frokost

Formiddag

Frikvarter

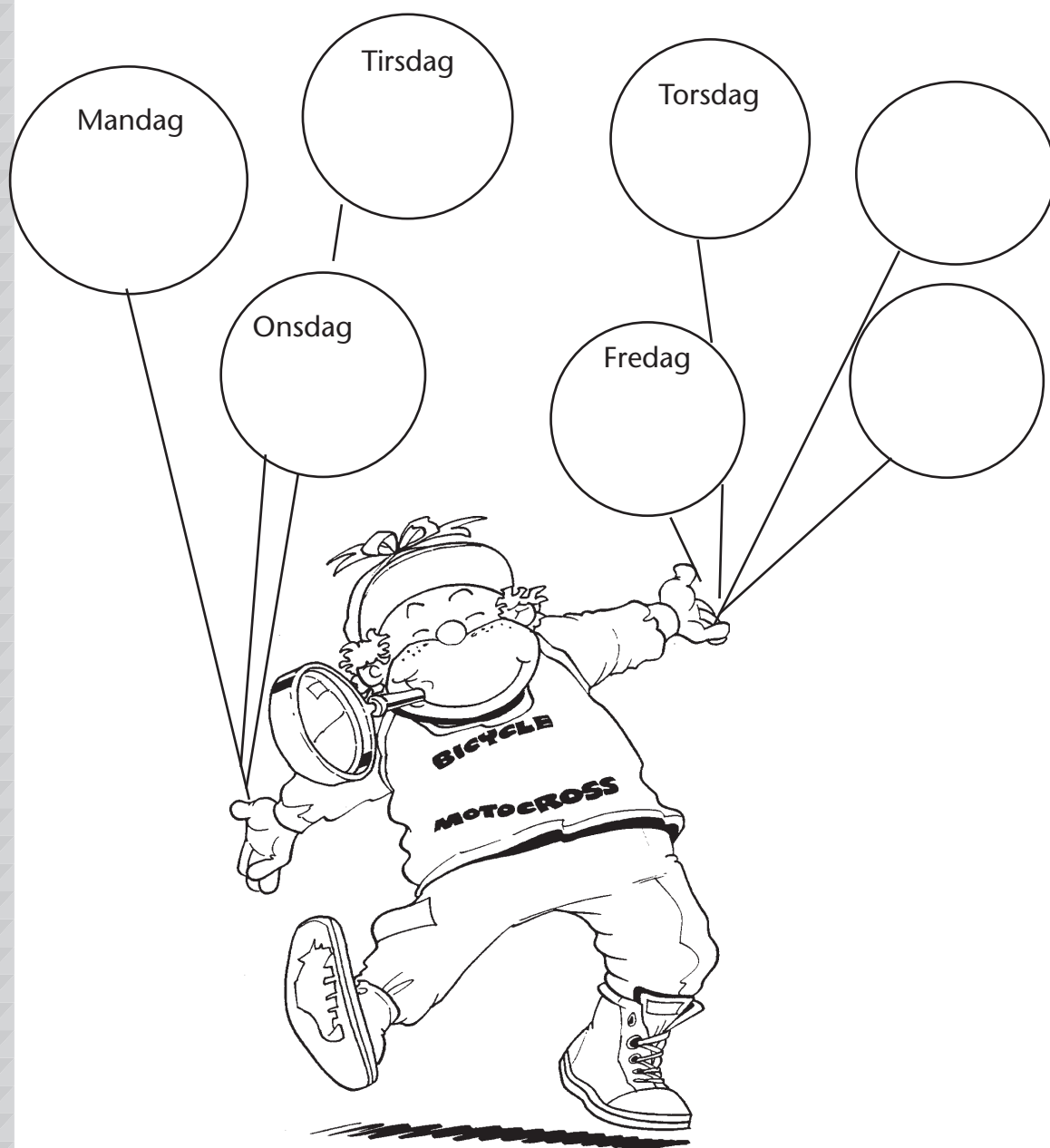


Navn _____ Dato: _____

Antons ugentlige adfærdsskema

Grøn = Fremragende for _____

Blå = Godt for _____



Super Star-prisen

gives til

fordi

Underskrevet

Dato



© Incredible Years®

Super Star-prisen

gives til

fordi

Underskrevet

Dato



© Incredible Years®

Til:

_____ Forældres navn

Jeg er stolt over at meddele, at

_____ Barnets navn

har taget et KÆMPE SKRIDT hos os, fordi



Underskrevet

Dato

© Incredible Years®

Til:

_____ Forældres navn

Jeg er stolt over at meddele, at

_____ Barnets navn

har taget et KÆMPE SKRIDT hos os, fordi



Underskrevet

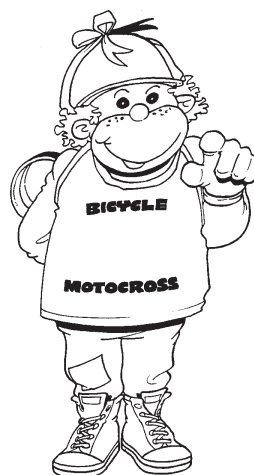
Dato

© Incredible Years®

Skema til kommunikation mellem fagperson og forældre

Til:

Kommentar:



Fra:

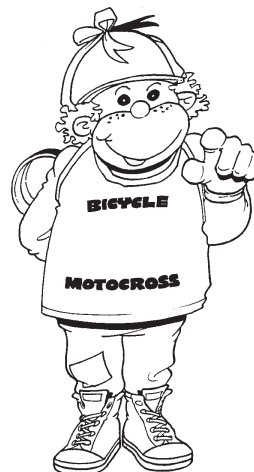
Dato:

© Incredible Years®

Skema til kommunikation mellem fagperson og forældre

Til:

Kommentar:



Fra:

Dato:

© Incredible Years®

KLASSENS SEJESTE BARN-PRISEN

Gives til

for



- _____ at være stærk nok til at styre sin vrede
- _____ at blive ved med at være rolig og finde løsninger på et problem
- _____ at hjælpe og støtte et andet barn
- _____ at arbejde i grupper i klasseværelset

Underskrevet

Dato

© Incredible Years®

KLASSENS SEJESTE BARN-PRISEN

Gives til

for



- _____ at være stærk nok til at styre sin vrede
- _____ at blive ved med at være rolig og finde løsninger på et problem
- _____ at hjælpe og støtte et andet barn
- _____ at arbejde i grupper i klasseværelset

Underskrevet

Dato

© Incredible Years®

Glad besked!

Det glæder mig meget at meddele,
at _____

Har

Barnets navn



Tak for jeres støtte!

Fagpersons navn

Dato

© Incredible Years®

Glad besked!

Det glæder mig meget at meddele,
at _____

Har

Barnets navn



Tak for jeres støtte!

Fagpersons navn

Dato

© Incredible Years®

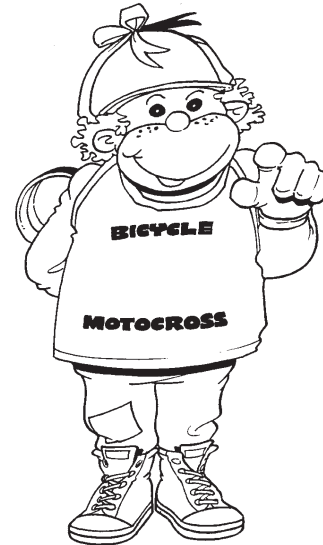
En besked fra Anton

Til:

Kommentar:

Fra:

Dat:



© Incredible Years®

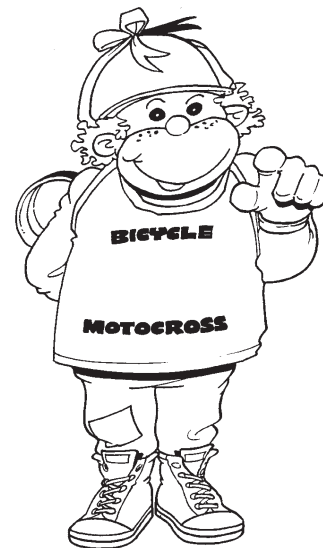
En besked fra Anton

Til:

Kommentar:

Fra:

Dato:



© Incredible Years®

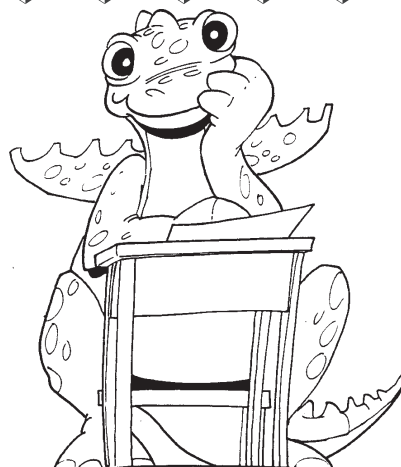
En besked fra Dina

Til:

Kommentar:

Fra:

Dato:



© Incredible Years®

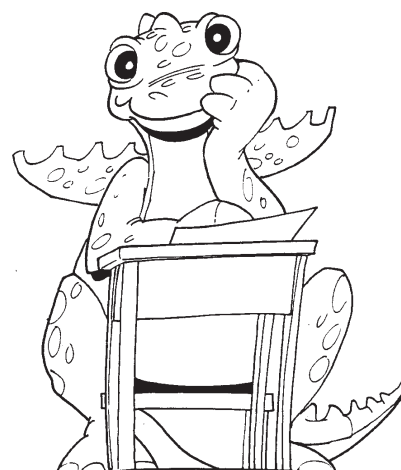
En besked fra Dina

Til:

Kommentar:

Fra:

Dato:



© Incredible Years®

Venskabsprisen
til



For at

Underskrift

Dato

© Incredible Years®

Venskabsprisen
til



For at

Underskrift

Dato

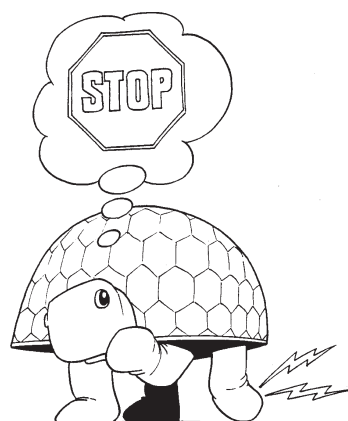
© Incredible Years®

Selvkontrol-prisen
til

For at

Underskrift

Dato



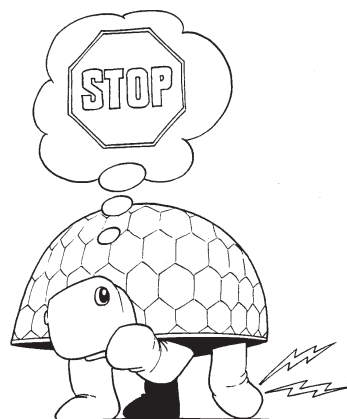
© Incredible Years®

Selvkontrol-prisen
til

For at

Underskrift

Dato



© Incredible Years®

Styr på følelserne-prisen til



For at

Underskrift

Dato

© Incredible Years®

Styr på følelserne-prisen til



For at

Underskrift

Dato

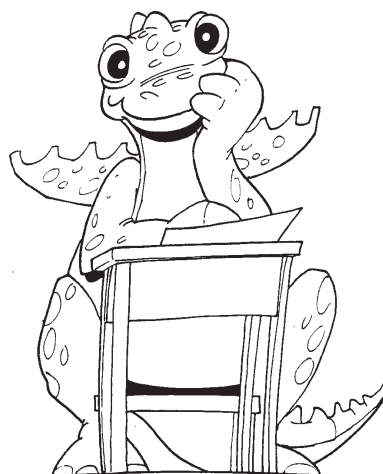
© Incredible Years®

Kær _____,

Jeres barn, _____,

har været RIGTIG
god hos mig i dag.

Jeg er så glad, fordi



Underskrift

Dato

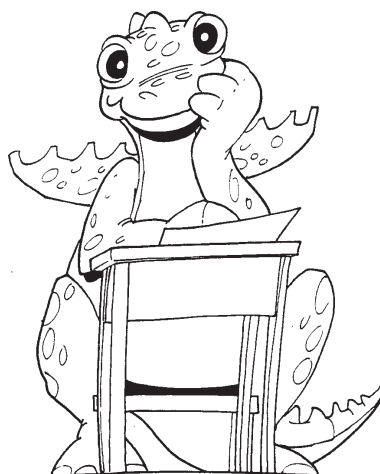
© Incredible Years®

Kær _____,

Jeres barn, _____,

har været RIGTIG
god hos mig i dag.

Jeg er så glad, fordi



Underskrift

Dato

© Incredible Years®

Til: _____

Forældres navn

TILLYKKE!

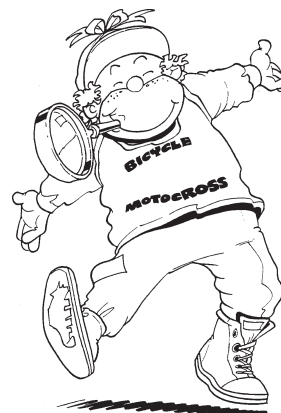
Jeg er så glad for at kunne meddele, at

Barnets navn

har haft en FANTASTISK

Underskrift

Dato



© Incredible Years®

Til: _____

Forældres navn

TILLYKKE!

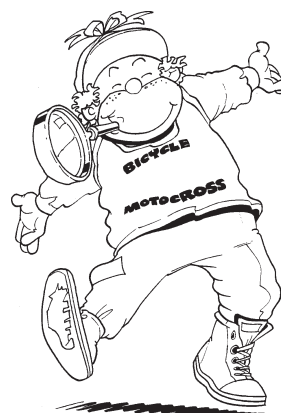
Jeg er så glad for at kunne meddele, at

Barnets navn

har haft en FANTASTISK

Underskrift

Dato



© Incredible Years®

Svar fra fagperson til forældre

Til: _____

Kommentar:



Fra: _____ Dato: _____

© Incredible Years®

Svar fra fagperson til forældre

Til: _____

Kommentar:



Fra: _____ Dato: _____

© Incredible Years®

DEN SEJESTE PÅ LEGEPLADSEN-PRISEN

Gives til

_____ for at

- _____deles
- _____skiftes
- _____hjælpe en ven
- _____vente, til det blev din tur
- _____få en, der var udenfor, med ind i legen



Underskrift

Dato

© Incredible Years®

DEN SEJESTE PÅ LEGEPLADSEN-PRISEN

Gives til

_____ for at

- _____deles
- _____skiftes
- _____hjælpe en ven
- _____vente, til det blev din tur
- _____få en, der var udenfor, med ind i legen



Underskrift

Dato

© Incredible Years®

Glad besked!

Kære _____,
Forældres navn

Jeg vil lige fortælle jer, at _____
Barnets navn

har været **SUPERDYGTIG** til sit hjemmearbejde, fordi

Tak for jeres støtte!

Fagpersons navn Dato

© Incredible Years®

Glad besked!

Kære _____,
Forældres navn

Jeg vil lige fortælle jer, at _____
Barnets navn

har været **SUPERDYGTIG** til sit hjemmearbejde, fordi

Tak for jeres støtte!

Fagpersons navn Dato

© Incredible Years®

TAVLENOTER

Forberede barnet til at læse "så det klodser"



Kommenter og beskriv billeder.

Skift roller, så det er dit barn, der fortæller historien, og tilskynd hende/ham til fortælle om billederne.

Stil åbne spørgsmål.

- "Hvad kan du se på denne side?" (observere og fortælle)
- "Hvad sker der her?" (fortælle)
- "Hvad er det et billede af?" (fremme faglige kompetencer)
- "Hvad føler hun her?" (undersøge følelser)
- "Hvad skal der ske nu?" (fremsyn)

Reager med at opmuntre barnet og rose dets tænkning og svar.

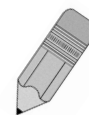
- "Det er rigtigt!"
- "Det tænker du virkelig over."
- "Det ved du sørme meget om."

Uddyb det, barnet siger.

- "Ja, jeg tror også, at han er spændt, og han er måske også lidt bange."
- "Ja, det er en hest. Det hedder også en hoppe."
- "Ja, drengen skal hen i parken. Kan du huske, da vi var i parken?"

Brainstorm/summeøvelse - beløn dig selv!

Overvej at give dig selv belønninger. Har du nogen sinde brugt et belønningssystem til at belønne dig selv, fordi du har gennemført en svær opgave eller nået et mål, såsom at færdiggøre undervisningsplaner eller arbejde hårdt som fagperson? Tænk over, hvordan du kunne belønne dig selv for dit store arbejde som fagperson.



Gode belønninger for mig

En gåtur i parken

Te/kaffe med en kollega

Købe en god bog til mig selv

Mål:

Jeg forpligter mig til at gøre noget godt for mig selv i denne uge. Jeg vil blandt andet:



Brainstorm/summeøvelse - belønninger i gruppen/klassen



Lav en liste over forslag til individuelle belønninger eller gruppebelønninger, som du kan bruge til børnene for at opmuntre dem til den ønskede adfærd.



Belønninger i gruppen/klassen

Frokost med fagpersonen

Håndstempler

Klistermærker

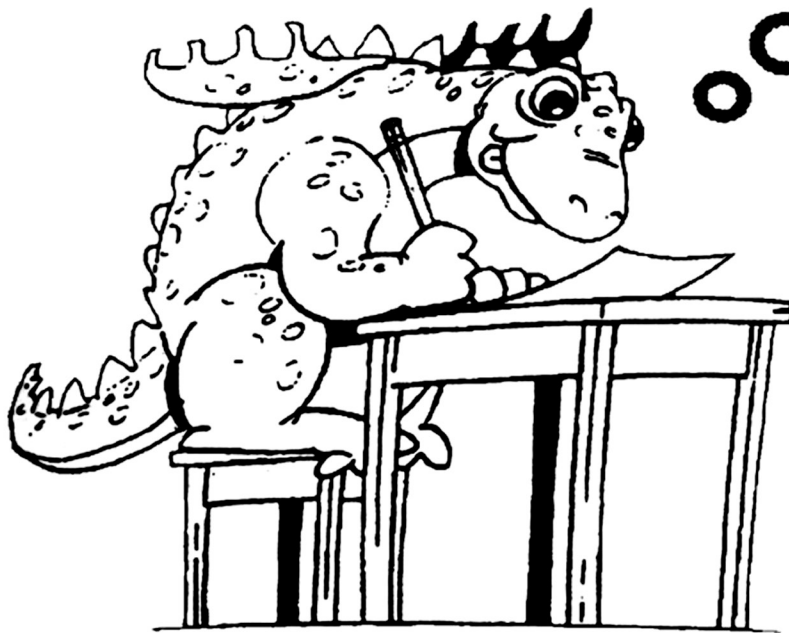
Mål:

Jeg vil oprette en belønningsplan for _____.

Belønningerne vil være _____ for

_____ adfærd.

Jeg kan arbejde
stille på min plads
og blive der.



Barnets Navn				
mandag	tirsdag	onsdag	torsdag	fredag

Jeg kan lytte, når andre taler. Jeg kan koncentrere mig om min lærer.



Barnets Navn				
mandag	tirsdag	onsdag	torsdag	fredag

Jeg kan række en stille
hånd op uden at råbe.



Barnets Navn

mandag	tirsdag	onsdag	torsdag	fredag

Skema til kommunikation mellem fagperson og forældre

At støtte dit barns læring

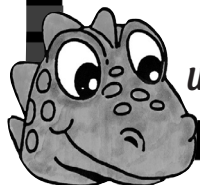
I institutionen/skolen lærer børn, hvordan man får gode venner. Du kan støtte dit barns læring ved at kommentere og rose, når du ser, at han eller hun gør følgende:

Deles: Ros dit barn, når du ser, at han eller hun deler sit legetøj med et andet barn eller med dig. “Tak for at du deler dit legetøj med mig, og for at jeg må lege med dig.”

Hjælpe: Ros dit barn, når du ser, at han eller hun hjælper en anden. “Du hjælper din søster med at samle hendes ting op. Det er meget hjælpsomt, og din søster ser ud til, at hun er glad for din hjælp.”

Skiftes: Ros dit barn, når du ser, at han eller hun venter på tur og er tålmodig. “Du er så god til at vente på, at det bliver din tur. Du har fundet på noget andet at lave, indtil din ven blev færdig ved computeren.”

Udfyld skemaet til kommunikation mellem fagperson og forældre, når du ser, at dit barn gøre en af de tre ting, og send det tilbage til institutionen/skolen med dit barn.



Utrolige børn!

The
**Incredible
Years**

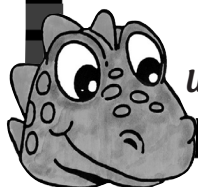
Skema til kommunikation mellem fagperson og forældre

At støtte dit barns læring

Barnets Navn: _____

Udfyld dette skema, når du ser, at dit barn gøre en af de tre ting, og send det tilbage til institutionen/skolen med dit barn

Eksempel: Susie delte med sin søster og ventede på sin tur.



Utrolige børn!

The
Incredible
Years



The Incredible Years®

Tjekliste til selvrefleksion vedrørende gruppe-/klasseledelse Fagpersoners motivering af børn ved hjælp af belønninger

Dato: _____ Fagpersonens Navn: _____

Fagpersoner lærer meget af selvrefleksion vedrørende deres gruppe-/klasseledelse og de strategier, de bruger, som virker eller ikke virker. På baggrund af disse refleksioner kan fagpersoner opstille personlige mål for ændringer i deres metoder, så de kan skabe et så positivt læringsmiljø som muligt. Brug denne tjekliste til at tænke over dine styrker og begrænsninger og opstil dine mål.

1 – Aldrig 3 – Nogle gange 5 - Altid

Opmærksomhed, coaching, ros og belønninger	
1. Jeg bruger specifik ros med positive følelser – jeg går tæt på barnet, smiler og får øjenkontakt. Jeg roser med det samme, når jeg ser god social adfærd.	1 2 3 4 5
2. Jeg giver mere opmærksomhed til positiv social adfærd end til uhensigtsmæssig adfærd. (5:1)	1 2 3 4 5
3. Min coaching og ros er oprigtig og entusiastisk over for børn med en mere udfordrende adfærd, når de opfører sig pænt.	1 2 3 4 5
4. Jeg har identificeret positiv faglig og social adfærd, som jeg gerne vil coache og rose med det samme og give opmærksomhed over for alle børn.	1 2 3 4 5
5. Jeg har identificeret "positiv adfærd", som jeg gerne vil belønne med klistermærker eller håndstempler over for bestemte børn med adfærdsrelaterede problemer. Dette indgår i mine udviklingsplaner.	1 2 3 4 5
6. Jeg bruger nabo-ros på en strategisk måde (f.eks. at rose et barn for adfærd, som jeg gerne vil se fra et andet barn i nærheden).	1 2 3 4 5
7. Jeg bruger gruppebelønninger til at fremme samarbejde (f.eks. når krukken er fuld af jetoner, får hele gruppen/klassen en pizzaaften).	1 2 3 4 5
8. Jeg har talt med forældrene om forslag til belønninger, de kan bruge derhjemme til at understøtte de mål, der er fastsat i børnenes udviklingsplaner, eller støtte deres læring i gruppen/klassen.	1 2 3 4 5
9. Jeg foretager positive telefonopkald til forældre for at rose dem for deres børns gode resultater og positive adfærd.	1 2 3 4 5



10. Jeg fortæller børnene, at jeg tror på, at de kan klare det, og fremmer deres positive selv-tale.	1 2 3 4 5
11. Jeg fortsætter med at lære børnene, hvordan de skal give hinanden ros, og har roserundkreds.	1 2 3 4 5
12. Jeg opfordrer andre børn i gruppen/klassen til at belønne et andet barns særlige resultater (f.eks. får lov at uddele venskabskappen eller -bjørnen).	1 2 3 4 5
13. Jeg bruger udsagn om “positive forventninger” til at forudsige, at det vil lykkes et barn at vinde en præmie.	1 2 3 4 5
14. Jeg bruger belønningsprogrammer til individuelle børn og til hele gruppen/klassen.	1 2 3 4 5
15. Jeg kombinerer entusiastisk og specifik ros med belønninger til børnene for den ønskede adfærd.	1 2 3 4 5
16. De udviklingsplaner, jeg har udviklet som led i belønningsplaner, er tilpasset børnenes udvikling og det enkelte barn.	1 2 3 4 5
17. Jeg sender positive beskeder, gladmeldinger og særlige priser hjem med børnene (superstar-prisen, kæmpe skridt, selvkontrol-prisen, styr på følelserne-prisen, hjælpe-prisen osv.)	1 2 3 4 5
18. Jeg bruger særlige privilegier, som børnene kan arbejde for at tjene.	1 2 3 4 5
19. Jeg opfordrer børnene til at klappe og belønne hinandens resultater.	1 2 3 4 5
20. Jeg kombinerer træning i vedholdenhed og håndtering af følelser og sociale færdigheder med brug af ros og belønninger.	1 2 3 4 5
21. Jeg bruger breve til kommunikation mellem fagperson og forældre og opfordrer forældrene til at rose og/eller bruge belønninger for positiv social adfærd.	1 2 3 4 5



Fremtidige mål for belønningsstrategier

Udleveringsmateriale

Reduktion af uhensigtsmæssig adfærd



BEMÆRK: Disse handouts må fotokopieres til brug i din Incredible Years® Lærer Workshops . De almisser er ophavsretligt beskyttet og kan ikke ændres eller redigeres på nogen måde (herunder oversættelser) uden tilladelse fra The Incredible Years® hovedkvarter i Seattle, WA . Kontakte incredibleyears@incredibleyears.com for mere information. Disse handouts er også tilgængelige på vores hjemmeside, www.incredibleyears.com (i Group Leader Ressorcer afsnit).

Workshop nr. 4 for fagpersoner

Foreslåede aktiviteter for måneden

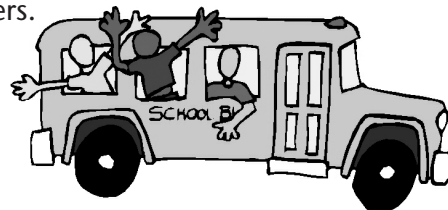
OPGAVER:

- Identificer et barn med adfærdsvanskeligheder, og lav en udviklingsplan for vedkommende ved hjælp af proaktive og positive strategier og brug af konsekvenser som omdirigering og ignorering. Skriv planen på arbejds papiret til udviklingsplanen, og evaluer, hvordan den virkede. Notér og overvåg brugen af ignorering, hvad de skete, og hvordan barnet reagerede. Øv dig i at omdirigere børnene, efter at barnet er faldet til ro. Brug notatarket som hedder "ignorering og ros", fordi det er vigtigt hele tiden at være bevidst på balancen mellem brugen af disse strategier. Husk formelen 5:1, dvs. at du bør bruge positive strategier mindst 5 gange så ofte som negative. Tag planen med til den næste session.
- Lav et rollespil, hvor du lader en hånddukke opføre sig lidt irriterende. Vis børnene, hvordan de ignorerer denne form for adfærd. Snak med børnene om, hvad det betyder at ignorere og bed håndduken spørge barnet, om de stadig kan lide ham, selvom de ignorerede ham.
- Notér og overvåg brugen af ignorering, hvad de skete, og hvordan barnet reagerede.
- Øv dig i at omdirigere børnene, efter at barnet er faldet til ro.
- Ring til din makker, og fortæl om din succes med din disciplineringsstrategi.

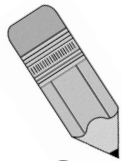
LÆS



Kapitel 7 og 15 i bogen Incredible Teachers.



Reduktion af uhensigtsmæssig adfærd Workshop nr. 4 Udviklingsplan A (de mindste børn)



Eksempel på udviklingsplan: Jenny, 1. klasse

Negativ adfærd i gruppen/klassen	Situation/sted	Positivt disciplinierarki
Stikke, røre Taler uden at række hånden op Snakker, mens der gives beskeder Laver ikke opgaven, dagdrømmer	I køen og på legepladsen Diskussioner i små grupper Stort lokale Selvstændig arbejdstid	Positiv omdirigering for ikke at lave opgaven Ignorere, at barnet råber svaret Nonverbalt tegn/advarsel for upassende berøring Gentag positiv besked og ros samarbejdsvilje

Udviklingsplan for: _____

Negativ adfærd i gruppen/klassen	Situation/sted	Positivt disciplinierarki

Disciplinierarki for: _____ (angiv den uhensigtsmæssige adfærd, f.eks. følger ikke besked)

Første gang:

Anden gang:

Tredje gang:

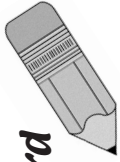
Fjerde gang:

Femte gang:

Se trin 2 i workshop nr. 1 om udviklingsplan (Program 3)

Styrkelse af prosociale færdigheder og reduktion af uhensigtsmæssig adfærd

Workshop nr. 5, udviklingsplan B (førskole, børnehave)



Eksempel på udviklingsplan: Jenny, 1. klasse

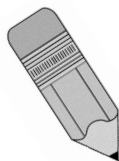
Trin 1:	Trin 3:	Trin 4, 5, & 6:	Positivt disciplinierarki
<p>Negativ adfærd i gruppen/klassen</p> <p>Stikke, røre</p> <p>Taler uden at række hånden op</p> <p>Snakker, mens der gives beskeder</p> <p>Laver ikke opgaven, dagdrømmer</p>	<p>Ønsket adfærd</p> <p>Holde hænderne for sig selv (i køen)</p> <p>Ræk stille hånden i vejret (rundkreds)</p> <p>Lytte stille, når der gives beskeder (stort lokale)</p> <p>Høre efter og koncentrere sig</p>	<p>Proaktive strategier, ros og belønninger</p> <p>Reagerer godt på ros – kan ikke lide at få knus</p> <p>Stempel på hånden for at række hånden op</p> <p>20 stempler = vælge bog til højtlesning</p> <p>Hjælpe med at uddele materiale</p> <p>Brug stikordskort med visuelle tegn (indre stemme)</p>	<p>Positiv omdirigering, når barnet er distraheret og ikke arbejder på opgaven</p> <p>Ignorere, at barnet råber svaret</p> <p>Nonverbale tegn for at berøre andre med "hænderne for dig selv"-tegnet</p> <p>Få øjenkontakt og gentag positiv omdirigering</p>

Behavior Plan For: _____

Trin 1:	Trin 3:	Trin 4, 5, & 6:	Positivt disciplinierarki
<p>Negativ adfærd i gruppen/klassen</p> <p>1.</p>	<p>Ønsket adfærd</p>	<p>Proaktive strategier, ros og belønninger</p>	
<p>2.</p>			

Styrkelse af pro sociale færdigheder og reduktion af uhensigtsmæssig adfærd

Workshop nr. 5, udviklingsplan B (førskole, børnehave)



Eksempel på udviklingsplan: Jenny, 1. klasse

Trin 1: Negativ adfærd i gruppen/klassen	Trin 3: Ønsket adfærd	Trin 4, 5, & 6: Proaktive strategier, ros og belønninger	Positivt disciplinierarki

Individuel udviklingsplan

Den første opgave, når man skal reducere uhensigtsmæssig adfærd, er at udpege og beskrive den uønskede adfærd så specifikt som muligt. Vælg derefter to eller tre af de mest problematiske adfærdstyper og angiv, hvor tit de forekommer, og hvornår på dagen. Det kan være nyttigt at holde øje med det over flere dage for at få et præcist billede. Beskriv derefter, hvilken adfærd der skal erstatte den uhensigtsmæssige adfærd, find belønninger, som sandsynligvis vil motivere netop det barn, samt konsekvenser for den uhensigtsmæssige adfærd.

Barnets navn: _____ Dato: _____

Adfærdsproblem(er) – vær specifik

Ønsket adfærd – beskriv den forventede adfærd

Effektive motivationsfaktorer – beskriv

Disciplinhierarki – trin

Bad om input og udveksle idéer med forælder:

Dato for ny vurdering: _____

Tavlenoter

Om reduktion af børns uhensigtsmæssige adfærd

- Det vigtigste er forberedelse – lav et disciplinhierarki over reaktioner på uhensigtsmæssig adfærd.
- Konsekvenser behøver ikke at være strenge for at være effektive
- Følg "loven om brug af den mindst forstyrrende indgriben først" – brug trin 1-4: ignorering, omdirigering og advarsler eller påmindelser før mere indgribende konsekvenser.
- Ideelt set bør konsekvenser (trin 5) tilpasses situationen – noget, der vil være effektivt for netop det barn, fordi det frarøver barnet noget, som det er glad for (inddragelse af privilegium), eller noget, som er tæt forbundet med adfærden (logiske eller naturlige konsekvenser).
- Konsekvenser bør aldrig være fysisk eller psykisk skadelige for barnet, ligesom de aldrig bør ydmyge barnet eller sætte det i forlegenhed.
- Hvor det er muligt, bør de fremlægges som et valg, barnet har truffet.
- Vær venlig, men fast – hold dine negative følelser under kontrol.





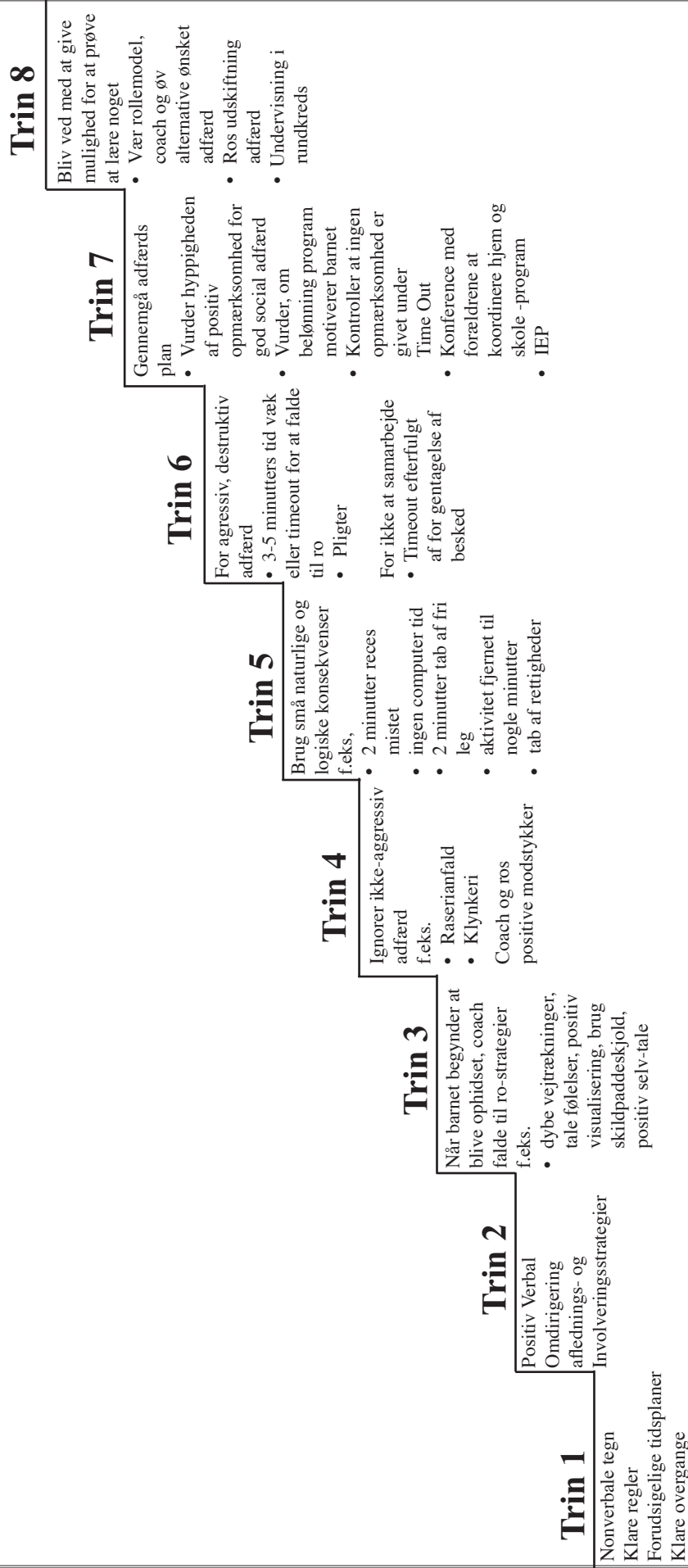
Eksempler på konsekvenser

- blive efter skole eller komme tidligt (det kan være et problem, hvis barnet skal nå en bus)
- må kun være i et bestemt område i lokalet eller lave en bestemt aktivitet (ingen fri leg)
- inddragelse af to minutter af frikvarteret, computertid eller en anden aktivitet (f.eks. en tur)
- inddragelse af aktivitet
- inddragelse af tid med andre børn
- reparere ødelagt ting
- erstatte ting
- rydde op – pligt
- påkrævet kommunikation – mellem

**MEN HUSK "LOVEN OM BRUG AF DEN MINDST FORSTYRRENDE
INDGRIBEN FØRST" – FORSØG ALTID AT COACHE OG ROSE FOR
HENSIGTSMÆSSIG ADFÆRD, OMDIRIGERE OG/ELLER IGNORERE**

Disciplinhierarkier/trin

For ikke-forstyrende og forstyrrende adfærd



Grundlag: “Massiv” opmærksomhed/coaching/opmuntring og ros for god social adfærd
“Vælg altid den laveste, mindst forstyrrende indgriben først”.

Trin 1-4 i disciplinhierarki

Trins 5-8

Se det fulde udleveringsmateriale om disciplinhierarkier

Trin 4

Ignorer ikke-aggressiv adfærd f.eks.

- Raserianfald
- Klynkeri

Coach og ros positive modstykker

Trin 3

Når barnet begynder at blive ophidset, coach falde til ro-strategier f.eks.

- dybe vejrtrækninger, tale følelser, positiv visualisering, brug skildpaddeskjold, positiv selv-tale

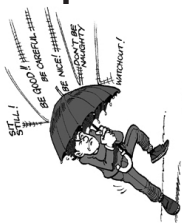
Trin 2

Positiv verbal omdirigering aflednings- og involveringsstrategier

Trin 1

Nonverbale tegn
Klare regler
Forudsigelige tidsplaner
Klare overgange

“Vælg altid den laveste, mindst fortryrrende indgriben først”.



Foreslåede aktiviteter for fagpersoner



UDFYLDNINGSSKEMA: BESKEDER

Dato	Tidspunkt	Besked/advarsel	Barnets reaktion	Beløn/Opmærksomhed for at følge beskeden



Brainstorm/summeøvelse - naturlige og logiske konsekvenser

Tal om og notér tre naturlige eller logiske konsekvenser, og notér et eksempel på, hvordan du har brugt dem.



1.

2.

3.

Summeøvelse - mål for disciplinering i gruppen/klassen

Tænk over, hvad du vil opnå med din disciplinering, og hvad du vil undgå.



Hvad du vil opnå	Hvad du vil undgå



Til udlevering
SKEMA OVER ADFÆRDSFORMER
Ros "positive modstykker"

Adfærdsformer, jeg gerne vil se mindre af: (f.eks. råberi)	Positive adfærdsformer, jeg gerne ville se mere af: (f.eks. at tale pænt)
1.	1.
2.	2.
3.	3.
4.	4.
5.	5.
6.	6.
7.	7.
8.	8.
9.	9.
10.	10.

Brainstorm/summeøvelse - omformulering af negative tanker

Omskriv den følgende negative selv-tale med positive tanker om at kunne klare situationen.



Negativ selv-tale	Positive tanker om at kunne klare situationerne
<ul style="list-style-type: none">• Jeg kan ikke holde det her ud – det er for svært!• Jeg ved ikke, hvad jeg skal stille op.• Det virker ikke at ignorere ham/hende.• Jeg er ved at miste kontrollen, om lidt springer jeg i luften.• Jeg slår hende – det er den eneste måde, jeg kan få hende til at stoppe på.• Det er skrækkeligt, at jeg tillader, at han ikke har respekt for mig. Det er ikke godt, at jeg virker svag foran børnene.• Jeg hader ikke at få respekt.• Jeg er dårlig til mit arbejde.• Hun bliver aldrig anderledes.• Det er ikke fair, dette barn burde ikke være i min klasse.• Jeg kan ikke lade ham udfordre min autoritet.• Det er latterligt det her, jeg har for mange børn.• Han sårede mig, så jeg bør også såre ham.• Jeg kan ikke lide ham, når han opfører sig på den måde.• Hans forældre er ligeglade, så kan jeg da også være det.	



Brainstorm/summeøvelse - omformulering af negative tanker



Fortsat fra foregående side.



Negativ selv-tale	Positive tanker om at kunne klare situationerne
<ul style="list-style-type: none">• Skoleinspektøren klager, hvis jeg ikke får sat en stopper for det her.• Hun holder aldrig op med at slå. Det er hendes skyld.• Jeg skal bare bruge lidt mere magt, så holder hun op.• Den unge ved godt, hvor meget det her plager mig – han gør det med vilje.• Jeg er dårlig til mit arbejde – jeg skulle aldrig have taget dette job.• Hun skal ikke have lov til at slippe af sted med det der.• Det hele er inspektørens skyld, fordi han har givet mig en klasse med så mange problemer.• Det er hans forældres skyld, fordi de ikke har lært deres børn at opføre sig ordenligt.	
<p>Mål: Jeg lover, at jeg vil stoppe og udfordre min negative selv-tale og begynde at arbejde med at bruge positiv selv-tale om, at jeg kan klare situationen, og jeg vil også give mig selv tid til at falde til ro.</p>	

Brainstorm/summeøvelse - måder at forholde sig rolig på, mens man ignorerer

Når du begynder at ignorere uhensigtsmæssig adfærd, vil denne blive værre, før den forbedres. Det er vigtigt at være forberedt på at måtte vente på, at denne negative periode går over.

Hvis du overgiver dig i forhold til den uhensigtsmæssige adfærd, vil denne adfærd blive forstærket, og dit barn vil lære at blive ved med at protestere højtlydt, til han eller hun får sin vilje.



Måder at forholde sig rolig på, mens man ignorerer:

dybe indåndinger
afslapningsteknikker
positive tanker
fjerne sig fysisk
sætte musik på

Husk, at alle små børn argumenterer og protesterer for at få, hvad de vil have. Dette er ikke et personligt angreb, men et udtryk for deres stræben efter at blive selvstændige og afprøve grænser.

Mål: Jeg vil beslutte at fortælle mig selv følgende _____

når mit barn protesterer.



Brainstorm/summeøvelse - opførsel, der kan ignoreres



Adfærd som surmuleri, gnavenhed, skrigeri, banden og argumenteren er gode at ignorere og hjælpe andre børn med at ignorere.

Disse adfærdsformer er irriterende, men de skader ikke rigtig nogen, og de forsvinder, hvis de bliver ignoreret systematisk. Man bør imidlertid ikke bruge ignoreringsteknikken over for adfærdsformer, der kan føre til fysiske skader, skade på ejendom eller uacceptabel afbrydelse af en igangværende aktivitet.

Nogle gange har fagpersoner problemer med at kontrollere deres vrede, når de har med uhensigtsmæssig adfærd at gøre, og det er fristende for dem at kritisere barnet. Dette følelsesmæssige engagement kan gøre det svært for dem at ignorere barnets argumenter eller at rose samarbejdsvilje, når den endelig forekommer. Ignorering er dog en af de mest effektive strategier, man kan benytte, især hvis man kan lære de andre børn også at ignorere.

Adfærd, som jeg gerne vil ignorere

for eksempel

klynkeri,

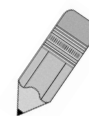
raserianfald

Mål: Jeg vil beslutte mig for at ignorere _____

adfærd, når den forekommer. Jeg vil rose _____

adfærd, det positive modstykke til den adfærd, jeg ignorerer.

Brainstorm/summeøvelse - brug af selektiv ignorering



Nogle gange vil børn udvise positiv og negativ adfærd i samme handling. Et barn kan for eksempel adlyde beskeden (positiv adfærd), mens det surmuler eller ruller med øjnene (negativ adfærd). Selektiv ignorering er den teknik, hvor en fagperson roser eller belønner den del af adfærden, som er positiv, mens han eller hun ignorerer den negative del. En fagperson kan for eksempel rose barnet for at adlyde og undgå at tillægge surmuleriet eller den negative attitude opmærksomhed. På den måde lærer barnet, at hun/han får positiv opmærksomhed for visse adfærdsformer, men ikke for andre (for eksempel argumentering).

Tænk over nogle situationer, hvor selektiv ignorering kunne være effektiv.

Hvornår er selektiv ignorering effektiv?

Eksempel: Når et barn adlyder, men på samme tid udviser en oppositionel adfærd, vil jeg rose hans indvilligelse og ignorere hans misbilligelse.

Mål: Jeg vil beslutte mig for at rose _____
adfærd, mens jeg vil ignorere _____
adfærd.

Eksempel på manuskript til rundkreds: Ignorere

Fagperson: Nå, Anton har et problem, som han vil fortælle jer om i dag. Anton, vil du fortælle os, hvad der skete?

Dukke: Jeg sad i rundkredsen i dag i institutionen/skolen, og der var så megen larm. En af mine venner blev ved med at snakke til mig, og jeg kunne ikke høre, hvad der blev sagt. Jeg sagde, han skulle stoppe, men han blev ved med at snakke.

Fagperson: Anton, det lyder hårdt. Hvad følte du, da det skete?

Dukke: Jeg var meget frustreret.

Fagperson: Ved du hvad, Anton, jeg har en idé til, hvordan du kan løse dette problem. Når der er nogen, der distraherer mig, gør jeg noget, der hedder at ignorere. Kan I alle sammen sige det ord?

Dukke: Ignorere?

Fagperson: Ja, Anton, ignorering er, når du lader som om, at du ikke kan høre eller se en. Du kan endda vende dig væk og fokusere på den voksne. Prøv det. Forestil dig, at jeg er drengen i rundkredsen, og du ignorerer mig. Forestil dig, at Kendra derovre er den voksne. Du kan se på hende, mens du ignorerer mig. Er I klar?

Anton vender kroppen væk og kigger direkte på Kendra.

Fagperson: Wow! Jeg kan se, at Anton vender hele kroppen væk. Hans øjne er fokuseret på den voksne, og han lytter ikke til noget af det, jeg siger! Anton har store ignoreringsmuskler! Hvem tror, at de også kan gøre det?

Bed derefter et barn om at komme op og gennemspille scenariet igen.

Fagperson: Okay, Kendra, Anton snakker til dig, mens I sidder i rundkredsen. Du skal ignorere ham. Du skal blive ved med at se på mig og vende din krop væk. Kan I se, hvor stærk Kendra er (mærk hendes muskler!) Hun ignorerer ham. Hun vender sin krop væk. Hun bliver ved med at kigge på det, der sker. Jeg tror slet ikke, at hun hørte Anton! Nå, andre, der vil prøve?

Gennemgå øvelsen igen, eller inddel fagpersonerne i små grupper, så de kan prøve.

Vigtigt: Lad altid Anton være den, der distraherer (giv aldrig denne rolle til et barn). Det er vigtigt, at børnene kun spiller positiv adfærd.

Skema til kommunikation mellem fagperson og forældre

Komplimenttid

I institutionen/skolen lærer børn, hvordan man roser sine venner. Det er vigtigt at lære, fordi det hjælper dit barn til at få gode venner.

ROLLEMODEL: Du kan understøtte dit barns læring ved selv at give ros. Du kan f.eks. sige: “Jeg vil rose dig for, hvor god du var til at gøre, hvad jeg sagde, og hænge din jakke op”.

ROS: Du kan også lære dit barn, hvordan man giver roser, ved at rose dit barn, når han eller hun siger venlige ting. F.eks.: “Seth, du gav lige din ven ros, da du fortalte ham, at du godt kunne lide, hvordan han byggede sit slot. Og din ven så ret glad ud, da du sagde det”.

I kan måske endda have rosetid til aftensmaden eller før sengetid, hvor familien på skift giver ros til hinanden.

Angiv på skemaet til kommunikation mellem fagperson og forældre, hvad du lægger mærke til hos dit barn, og send skemaet tilbage til institutionen/skolen. Dit barn får særlige klistermærker for at bruge ros derhjemme!



Utrolige børn!

Reduktion af uhensigtsmæssig adfærd

The
**Incredible
Years**

©The Incredible Years®

Skema til kommunikation mellem fagperson og forældre

Barnets navn: _____

Angiv, hvad du lægger mærke til hos dit barn, og send skemaet tilbage til institutionen/skolen. Dit barn får særlige klistermærker for at bruge ros derhjemme!

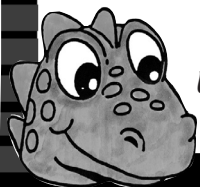
Barn: Giver ros (siger søde ting) til en voksen eller en ven.

Familien: Giv eksempler på tre rosende udsagn, du giver dit barn!

1. _____

2. _____

3. _____



Utrolige børn!

The
**Incredible
Years**



The Incredible Years®

Tjekliste til selvrefleksion vedrørende gruppe-/klasseledelse Reduktion af uhensigtsmæssig adfærd – proaktiv disciplin

Dato: _____ Fagpersonens navn: _____

Fagpersoner lærer meget af selvrefleksion vedrørende deres gruppe-/klasseledelse og de undervisningsstrategier, de anvender, som virker eller ikke virker. På baggrund af disse refleksioner kan fagpersoner opstille personlige mål for ændringer i deres metoder, så de kan skabe et så positivt læringsmiljø som muligt. Brug denne tjekliste til at tænke over dine styrker og begrænsninger og opstille nogle mål.

1 – Aldrig 3 – Nogle gange 5 – Altid

Sætte grænser					
1. Reglerne i min gruppe/klasse fremlægges positivt og klart og sættes op på væggen. Jeg gennemgår og øver dem efter behov.	1	2	3	4	5
2. Jeg bruger nonverbale tegn og signaler til at fortælle om reglerne ud over ord (f.eks. billeder af regler som at række hånden op, tale stille, fem på gulvet, ørerne åbne).	1	2	3	4	5
3. Jeg har lært børnene “giv mig fem”-signalet og bruger det.	1	2	3	4	5
4. Jeg giver børnene beskeder på en respektfuld måde med korte beskrivelser af den ønskede positive adfærd (f.eks. “vær sød at holde dine hænder for dig selv”).	1	2	3	4	5
5. Jeg bruger “først/så”- og “når/så”-beskeder.	1	2	3	4	5
6. Jeg giver børnene valg og omdirigering, hvor det er muligt.	1	2	3	4	5
7. Jeg undgår negative beskeder, irettesættelser, krav og at råbe af børnene. I stedet bruger jeg positive “gør”- og “start”-beskeder.	1	2	3	4	5
8. Jeg får børnenes opmærksomhed, før jeg giver beskeder (f.eks. øjenkontakt).	1	2	3	4	5
9. Jeg omdirigerer uengagerede børn ved at sige deres navn sammen med et spørgsmål, stå ved siden af dem, finde på spændende lege og nonverbale tegn.	1	2	3	4	5
10. Jeg giver tit opmærksomhed, ros og coaching til de børn, som er engagerede og følger mine beskeder.	1	2	3	4	5



Differentieret opmærksomhed og ignorering og omdirigering	
1. Jeg giver mere opmærksomhed, coaching og ros til positiv adfærd end til uhensigtsmæssig adfærd.	1 2 3 4 5
2. Jeg har identificeret negativ adfærd hos børnene, som jeg gerne vil reducere, og det “positive modstykke” til hver enkelt negativ adfærd, som jeg vil rose, belønne og coache.	1 2 3 4 5
3. Jeg har identificeret den adfærd, jeg kan ignorere og stadig garantere børnenes sikkerhed.	1 2 3 4 5
4. Jeg har arbejdet hårdt for at lære børnene i rundkredsen at ignorere deres kammerater, når de bliver grinet af, stukket til eller drillet.	1 2 3 4 5
5. Min ignorering er strategisk planlagt, og jeg gør det ved at undgå øjenkontakt, kommentarer og fysisk berøring og ved at holde mig neutral.	1 2 3 4 5
6. Jeg bruger nabo-ros (f.eks. at rose et barn i nærheden for den adfærd, jeg gerne vil opmuntre), mens jeg ignorerer det barn, der opfører sig uhensigtsmæssigt.	1 2 3 4 5
7. Jeg bruger positiv selv-tale til at bevare roen, når børnene opfører sig uhensigtsmæssigt (notér eksempel).	1 2 3 4 5
8. Jeg begynder med at bruge den mindst forstyrrende strategi, når børnene opfører sig uhensigtsmæssigt. Jeg gennemgår mit disciplinierhierarki.	1 2 3 4 5
9. Når et barn igen opfører sig ordenligt og er faldet til ro efter at have mistet kontrollen, giver jeg straks barnet opmærksomhed og opmuntring.	1 2 3 4 5
10. Jeg har udarbejdet udviklingsplaner, som indeholder den uhensigtsmæssige adfærd, der skal ignoreres, og de positive modstykker, der skal roses og belønnes.	1 2 3 4 5
11. Jeg hjælper børnene til at håndtere deres følelser med specifikke teknikker (f.eks. dybe vejrtrækninger, positiv selv-tale, positive fantasibilleder, vredes- eller afslapningstermometer, Sofus Skildpadde-dukke).	1 2 3 4 5
12. Jeg bruger udsagn om “positive forventninger” til at forudsige, at det vil lykkes et barn at vinde sin præmie.	1 2 3 4 5



13. Jeg arbejder hårdt for at omdirigere børnene til andre aktiviteter, når de er frustrerede.	1 2 3 4 5
14. Jeg har fortalt børnenes forældre om disciplinhierarkiet for gruppen/klassen.	1 2 3 4 5
15. Jeg bruger breve om hjemmeaktiviteter mellem fagperson og forældre til at tilskynde forældrene til at mødes og lære børnene, hvordan man giver komplimenter.	1 2 3 4 5

Fremtidige mål vedrørende strategier til ignorering og omdirigering.

Udleveringsmateriale

Reduktion af uhensigtsmæssig adfærd, del 2



BEMÆRK: Disse handouts må fotokopieres til brug i din Incredible Years® Lærer Workshops . De almisser er ophavsretligt beskyttet og kan ikke ændres eller redigeres på nogen måde (herunder oversættelser) uden tilladelse fra The Incredible Years® hovedkvarter i Seattle, WA . Kontakte incredibleyears@incredibleyears.com for mere information. Disse handouts er også tilgængelige på vores hjemmeside, www.incredibleyears.com (i Group Leader Ressourcer afsnit).

Workshop nr. 5 for fagpersoner

Foreslåede aktiviteter for måneden

OPGAVER:

- Identificer et barn med adfærdsvanskeligheder, og lav en udviklingsplan for ham eller hende ved hjælp af proaktive og positive strategier og en disciplineringsplan. Skriv planen på arbejds papiret til udviklingsplanen, og evaluer, hvordan den virkede. Notér og overvåg brugen af ignorering, hvad der skete, og hvordan barnet reagerede. Øv dig i at omdirigere børnene, efter at barnet er faldet til ro. Brug notatarket som hedder "ignorering og ros", fordi det er vigtigt hele tiden at være bevidst på balancen mellem brugen af disse strategier. Husk formlen 5:1, dvs. at du bør bruge positive strategier mindst 5 gange så ofte som negative.
- Find tre naturlige konsekvenser, og skriv dem ned. Lav en liste over 3-5 logiske konsekvenser og skriv dem ned
- Lær børnene, hvordan de bliver rolige og tager en timeout.
- Registrer og overvåg brugen af timeout – hvad skete der, hvor lang tid varede timeouten, og hvordan reagerede barnet.
- Ring til din makker, og fortæl om din succes med din disciplineringsstrategi.

LÆS



Kapitel 8, 9 og 10 i bogen *Incredible Teachers*

Lav en rundkreds. Opfør et lille rollespil, hvor dukken tager en timeout, og vis, hvordan de andre børn kan hjælpe ved at ignorere ham eller hende. Tal derefter om, hvad det betyder at tage en timeout, og lad dukken spørge børnene, om de stadig kan lide ham eller hende. Lad børnene øve, hvordan man tager en timeout for at blive rolig.



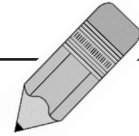
Styrkelse af prosociale færdigheder og reduktion af uhensigtsmæssig adfærd
Workshop nr. 5, udviklingsplan B (førskole, børnehave)



Udviklingsplan for: _____

Trin 1: Negativ adfærd i gruppen/ klassen	Trin 3: Ønsket adfærd	Trin 4, 5, & 6: Proaktive strategier, ros og belønninger	Positivt disciplinierarki

Eksempel på udviklingsplan for barn med ADHD og adfærdsproblemer



for at _____

Udarbejdet af: _____

Dato: _____

Denne adfærdsinterventionsplan er blevet udfærdiget med henblik på at understøtte de mål, der er anført i IEP'en af den _____, og skal anses for at være en tilføjelse til IEP'en.

I. Forebyggende strategier/modifikationer

For at Timmy får størst mulig succes med det program, han følger, anbefales de følgende strategier og modifikationer til hans program:

- Få nogen til at møde ham ved bussen og føre ham gennem bygningen hen til gruppen/klassen, så han kommer ind til gruppen/klassen på en mere rolig måde.
- Lav en særlig "stille-arbejdsplads" til Timmy, og sørg for, at han konsekvent bruger den, når han er overstimuleret, distraheres, har brug for "alenetid", eller når han har en opgave, han skal koncentrere sig om.
- Lad ham sidde med ryggen mod størstedelen af de aktiviteter, der finder sted i gruppen/klassen, når man skal sidde ned og arbejde. Sørg for, at han sidder i nærheden af en voksen, når der er rundkreds.
- Tilpas aktiviteterne/forventningerne (f.eks. tid til løsning af opgaver, antal aktiviteter, kriterier for afslutning af opgaver m.m.), så de bedre afspejler hans behov og evner og dermed giver ham bedre muligheder for at få succesoplevelser og blive udfordret. Input fra teamet (PPR, ressourcepersoner, forældre m.m.) vedrørende disse anbefalede forventninger.
- Brug et billedkort/-skema (stort til gruppe/klasse, lille til barnet selv), hvoraf barnets daglige program fremgår, så barnet bliver i stand til at forudse store overgange. Det er også en god idé at annoncere overgange i god tid og tælle ned til dem.
- Formuler en opgave eller et stykke arbejde til ham (bær noget, "giv dig selv et knus"), og anbring ham tæt på den voksne ledsager.

II. Opmuntring til hensigtsmæssig adfærd (niveau 1)

Niveau 1-interventioner er mest effektive, når barnet er relativt roligt og stadig reagerer på verbale omdirigeringer. Disse interventioner kan ofte anvendes til at undgå, at situationen eskalere yderligere.

Intervention	Eksempel
1. Få ved hjælp af stikord barnet til at forstå positive forventninger.	"Jeg leger med børn, som deler." "Jeg er sammen med børn, som arbejder."
2. Sørg for, at barnet får tilstrækkelig tid til at forberede sig på overgange og ændringer i planer eller rutiner. Timmy har brug for at kende sine rutiner hver dag. Han kan godt lide at blive mindet om, hvad det næste er, der skal ske. Giv ham en hjælperolle – det gør overgange lettere.	Du skal rydde op om 5 minutter ..., 2 minutter ... Du skal rydde op om 5 minutter ..., 2 minutter ..."

3. Ros børn i den umiddelbare nærhed, som udviser den ønskede adfærd.	"_____ og _____ er rengøring hurtigt Flot arbejde. Nu kan du vist godt få en snack."
4. Kom ofte med ros, når barnet udviser adfærd "Fang ham i gode situationer," især, når han ikke trækkes ind i andres uhensigtsmæssige adfærd.	"Du sidder stille. Godt gået!" Han reagerer hurtigt på opmærksomhed og materielle belønninger, som f.eks. klistermærker.
5. Brug nærhed og opmærksomhed, når det er muligt og rimeligt, med henblik på at forstærke hensigtsmæssig adfærd.	"Jeg kan se, at du arbejder hårdt på din _____. Når du er færdig, kan du godt sætte en stjerne på dit skema!"
6. Diriger barnet hen imod nogle mere forventninger.	"Timmy. Hvad er det næste, vi skal gøre positive på dit projekt?"

III. Reduktion af uhensigtsmæssig adfærd

A. Grænsesætning (niveau 2)

Skal anvendes, når Timmy har svært ved at indordne sig, og tidligere interventioner ikke har haft den ønskede effekt. Disse strategier er mest effektive, hvis man samtidig sørger for at bruge en fast stemme, have øjenkontakt med ham og give ham den fornødne tid.

Intervention	Eksempel
1. Brug klare nonverbale signaler sammen med korte, enkle sætninger.	Gestik, mimik og/eller øjen-kontakt. Brug positive formuleringer så ofte som muligt. "Vi er stille, mens vi rydder klodserne op."
2. Formuler dine anvisninger til barnet som valg fremmer barnets behov for selvstændighed), med en fast, men mild stemme. (Vær præcis i dine anvisninger her).	"Du kan sidde ved siden af mig og lytte til historien helt stille og så sætte en stjerne på dit skema, eller også kan du sidde roligt i et minut og derefter prøve igen om et par minutter." Det hjælper også som metoder at tælle. "Du skal vælge, inden jeg har talt til fire."
3. Sæt klare grænser, og fortæl om både de positive og negative konsekvenser med en fast stemme. (Giv barnet plads og tid. til at reagere)	"Timmy. Sæt dig stille ned sammen med os, eller eller hold lige en pause i et minut. Vis mig, hvad det er, du vil til at gøre."

B. Timeout (niveau 3)

Barnet er meget ophidset og vredt og forstyrrer gruppens/klassens arbejde. Barnet bliver mere og mere vrangvilligt og aggressivt og taler højt. På dette tidspunkt er barnet ikke i stand til at reagere hensigtsmæssigt på omdirigeringer og valg. Det kan være nødvendigt at sende barnet i timeout for at hjælpe det med at få styr på dets følelser og adfærd igen.

Intervention	Eksempel
1. Der sættes klare retningslinjer for, hvornår time-out tages i brug. Undgå at give barnet for meget opmærksomhed, når barnet er vredt. (Giv ham tid til at reagere).	"Nu skal du slappe af og være rolig, ellers kan du tage dig en timeout. Kan du holde et minuts stillepause nu, eller har du brug for at holde en timeout?". Det er flot. Det får du en ekstra stjerne for."

2. Barnet får en advarsel og bedes om at ændre sin adfærd, ellers skal han tage en timeout. Giv klare og præcise + og – valg (Giv ham et minut til at ændre sin adfærd).

“Det her er din anden advarsel. Du har valgt at tage en timeout nu i 5 minutter.”

Henled gruppens/klassens opmærksomhed på noget andet, og sørg for at opmuntre til hensigtsmæssig adfærd hos de andre børn.

3. Hvis Timmy ikke kan eller vil tage en timeout på 5 minutter i gruppen/klassen, ringer fagpersonen til kontoret og beder om hjælp til at tage ham med til næste time, hvor han så kan tage sin timeout. Der er blevet etableret et team, som står klar til at hjælpe en fagperson i nød.

Disse medarbejdere vil forholde sig neutralt og give Timmy minimal opmærksomhed. Han kan vende tilbage til gruppen/klassen, når han har været rolig og siddet stille i 5 minutter. Han vil blive budt velkommen tilbage i gruppen/klassen.

4. Når Timmy vender tilbage til gruppen/klassen, er tavlen vasket ren, og vi taler ikke mere om hans fejl.

“Jeg kan se, at du er rolig nu. Lad os prøve igen. Jeg er sikker på, at du kan. Hvad skal du gøre nu for at gøre dig fortjent til en stjerne?” “Godt klaret. Du er virkelig ved at lære at hjælpe andre og få kontrol over dig selv.”

Barnet vender tilbage til klassen og genoptager sine aktiviteter, hvis det har fået sine følelser under kontrol og reagerer positivt på omdirigering fra den voksnes side.

IV. Plan vedr. forældreinvolvering

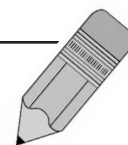
1. Fagpersonen ringer til forældrene for at fortælle om fremskridt i forbindelse med reguleringen af barnets adfærd.
2. Der vil blive sendt skemaer og/eller meddelelser hjem til forældrene, hvoraf det fremgår, hvilken positiv adfærd barnet har fået stjerner for. De vil så igen belønne ham for at have modtaget et bestemt antal stjerner hver dag. For eksempel: 4 stjerner = ekstra læsetid med mor. 8 stjerner = besøg af ven efter skole. 8 stjerner = lille præmie osv.
3. Hvis Timmy har haft en dårlig dag, vil fagpersonen ringe til ham om aftenen for at forsikre ham om, at det nok skal gå bedre i morgen.
4. Forældrene opmuntres til at understøtte de positive resultater, Timmy opnår, og til at undgå at fokusere på de fejl, han begår (timeout) i institutionen/skolen. Man tager sig af den uhensigtsmæssige adfærd i institutionen/skolen, og det vil ikke være nødvendigt for forældrene at sanktionere den yderligere.
5. Der vil blive arrangeret møder med forældrene med henblik på at fremme et positivt samarbejde og få opstillet en sammenhængende plan for samarbejdet mellem hjem og institution/skole.
6. Forældrene inviteres til at deltage i planlægningen af belønninger, tage med på ture osv.

Eksempel på udviklingsplan Skabelon

for at _____

Udarbejdet af: _____

Dato: _____



Denne plan skal udarbejdes af fagpersoner, terapeuter eller konsulenter, som arbejder direkte med barnet eller forældrene, fagpersoner og forældre samarbejder omkring udviklingsplanen. Denne plan skal udvides i løbet af året og derefter bruges som udgangspunkt for en overgangsplan for næste års fagpersoner. Vær så specifik som muligt med eksemplerne.

I. Forebyggende strategier

Følgende forebyggende strategier er særligt effektive over for dette barn:

For eksempel: At placere et barn i nærheden af fagpersonen med ryggen til gruppen/klassen, når de skal sidde stille og arbejde, billedserie på bordet, som beskriver gruppens/klassens skema, så barnet hjælpes gennem overgangene, give mulighed for at flytte sig omkring, nonverbale tegn og signaler.

II. Opmuntring til hensigtsmæssig adfærd

Positiv adfærd, der skal udvikles. Følgende positive adfærdsformer er blevet udvalgt og skal støttes og styrkes yderligere:

For eksempel: holde hænderne for sig selv, koncentrere sig om arbejdet, række hånden op, følge fagpersonens beskeder, dele idéer med gruppen, lytte stille til andre, øve sig i at læse.

Effektive motivationsfaktorer og belønninger Følgende strategier er effektive til at motivere dette barn og øge barnets gode sociale adfærd og faglige succes:

For eksempel: hyppig verbal ros, der klart beskriver den positive adfærd, som barnet har tilegnet sig; ros alle børn i nærheden, når et barn ikke arbejder på opgaven; belønningsplan med klistermærker, der fokuserer på positiv adfærd, som barnet kan tjene klistermærker eller kuponer for, der senere byttes til præmier, når barnet har tjent 25; gladmeldinger gives for særlige præstationer; barnet kan godt lide at tjene ekstra tid ved computeren eller at være fagpersonens assistent – opmærksomhed fra fagpersonen er meget motiverende; børn kan også lide at styre aktiviteter og vil arbejde for dette privilegium.

III. Reduktion af uhensigtsmæssig adfærd

Negativ adfærd, der skal reduceres. Følgende typer adfærd er allerede forsvundet:

Følgende typer adfærd mødes med planlagte konsekvenser for at reducere dem:

For eksempel: forstyrrelser i timen, manglende deltagelse, særligt under aktiviteter i store grupper, manglende efterlevelse af fagpersonens beskeder.

Effektive strategier til at håndtere uhensigtsmæssig adfærd. Følgende strategier er effektive over for dette barn:

For eksempel: klare nonverbale tegn og påmindelser fik omdirigeret barnet tilbage til opgaven i forbindelse med ikke-forstyrrende adfærd, som viste, at barnet var uengageret; advarsel om konsekvenser har ofte forhindret, at den uhensigtsmæssige adfærd udviklede sig yderligere; advarsel om timeout ved forstyrrende adfærd, som f.eks. hvis barnet nægter at gøre, som den voksne siger, har ofte stoppet uhensigtsmæssig adfærd; umiddelbar timeout for at slå; timeout på en stol i et hjørne i fem minutter; hvis barnet ikke ville sidde på stolen, blev der ringet til kontoret, og barnet blev sendt ind i det tilstødende lokale i fem minutter; inddragelse af computertid ved flere end to timeouts på én dag.

IV. Forældres og fagpersoners viden om barnets temperament og interesser – tip til at skabe kontakt

For eksempel: Interesser: samlekort, ballet osv. Temperament: kan godt lide knus, er meget urolig og undgår øjenkontakt, men er god til at suge information til sig, kan ikke lide ukendte ting og at tale om sig selv, hader at skrive, men computeren hjælper. Familie: har en hund, Ruffie, er ved at finde sig til rette efter forældrenes skilsmisse.

V. Plan for samarbejde med forældrene:

Forældrene vil gerne involveres i at sikre, at barnet klarer sig godt i institutionen/skolen, og er enige i, at følgende metoder vil skabe gensidig støtte:

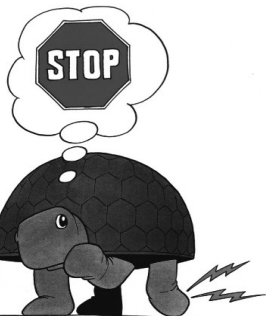
For eksempel: belønningsplan med klistermærker, som bliver sendt hjem med barnet hver dag – barnet kan bytte klistermærkerne for andre belønninger bestemt af forældrene; forældrene skal være støttende, positive og håbefulde over for deres barn og fokuserer på de gode resultater; disciplineringsplan blev godkendt af forældrene, og de skal lade være med at straffe dårlige dage i institutionen/skolen, fordi barnet bliver disciplineret med det samme af fagpersonen; fagpersonen ringer til forældrene for at fortælle om positiv adfærd; forældrene må gerne tage med på ture eller deltage i læsningen i gruppen/klassen; forældrene kan hjælpe med overgangene, hvis de er et problem; forældre har forstået belønninger, som tidligere har motiveret barnet; fagpersoner og forældre forsøger at kommunikere hver uge via beskeder, telefonsvarer eller e-mail.

Plan drøftet og godkendt den: _____

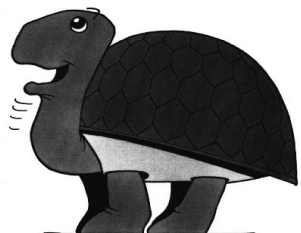
Plan skal evalueres den: _____

Beroligelsestermometer

Jeg kan godt. Jeg kan godt falde til ro.



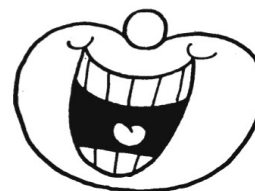
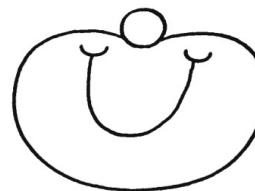
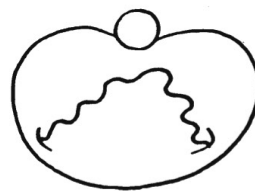
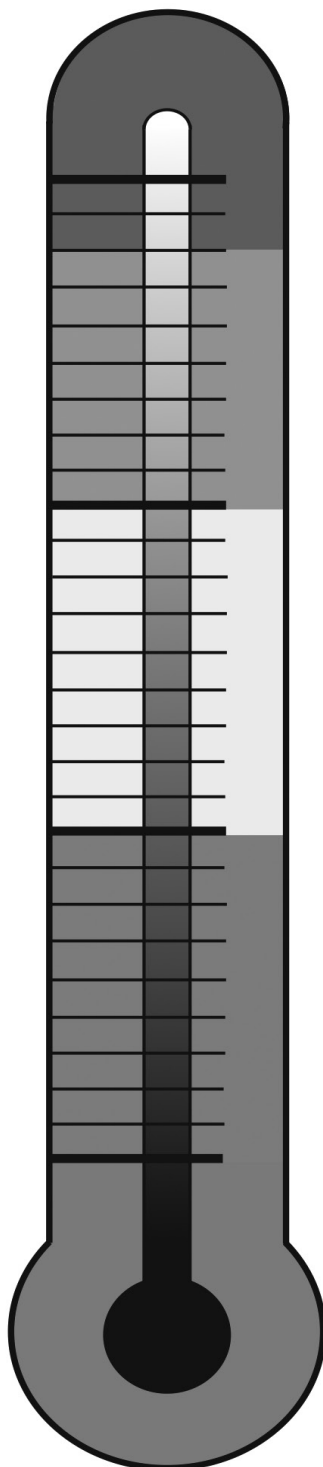
Tænk "Stop"



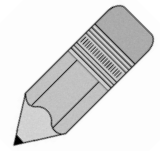
Tag 3 dybe
indåndinger



Bevar roen



Tjekliste til udarbejdelse af udviklingsplan



**Trin 1: Identificere negativ adfærd i gruppen/klassen
(vælg 1 eller 2 for at starte)**

Trin 2: Spørg, hvor den uhensigtsmæssige adfærd kommer fra?

(Funktional evaluering):Formuler en hypotese om, hvorfor barnet opfører sig uhensigtsmæssigt. Følgende tjekliste kan hjælpe dig til at forstå barnet ved at tænke over, hvorfor barnet opfører sig på en bestemt måde:

Forstår den uhensigtsmæssige opførelse	Ja	Nej
<ul style="list-style-type: none">• Barnet bruger den uhensigtsmæssige adfærd som et middel til at få opmærksomhed• Barnet bruger den uhensigtsmæssige adfærd som et middel til at få luft for sin frustration• Rent udviklingsmæssigt kan barnet ikke udvise andre former for adfærd• Barnet bruger den uhensigtsmæssige adfærd som et middel til at undgå stress eller en ubehagelig opgave• Barnet synes, at det er sjovt at opføre sig uhensigtsmæssigt• Barnet er ikke klar over, at det opfører sig uhensigtsmæssigt• Barnet bruger den uhensigtsmæssige adfærd som et middel til at få magt over andre• Barnet bruger den uhensigtsmæssige adfærd til at få hævn• Barnet har ikke lært anden og mere social adfærd• Barnets hjem eller fortid gør, at barnet ikke har lært forudsigelighed eller tillid til voksne		

Trin 3: Fokuser på den ønskede adfærd

Trin 4: Vælg proaktive strategier – registrer dine fremskridt!



Timeout pga. aggressiv adfærd (i gruppen/klassen)

Børn i alderen fra 3 til 6

Scenarie 1: Barnet går i timeout

Barnet → Besked → Barnet går i timeout → Barnet har været roligt i de sidste 1-2 minutter

“Du slog. Du skal i timeout.”

(på stol i 3-5 minutter)



Fagpersonen roser barnets første positive adfærd.

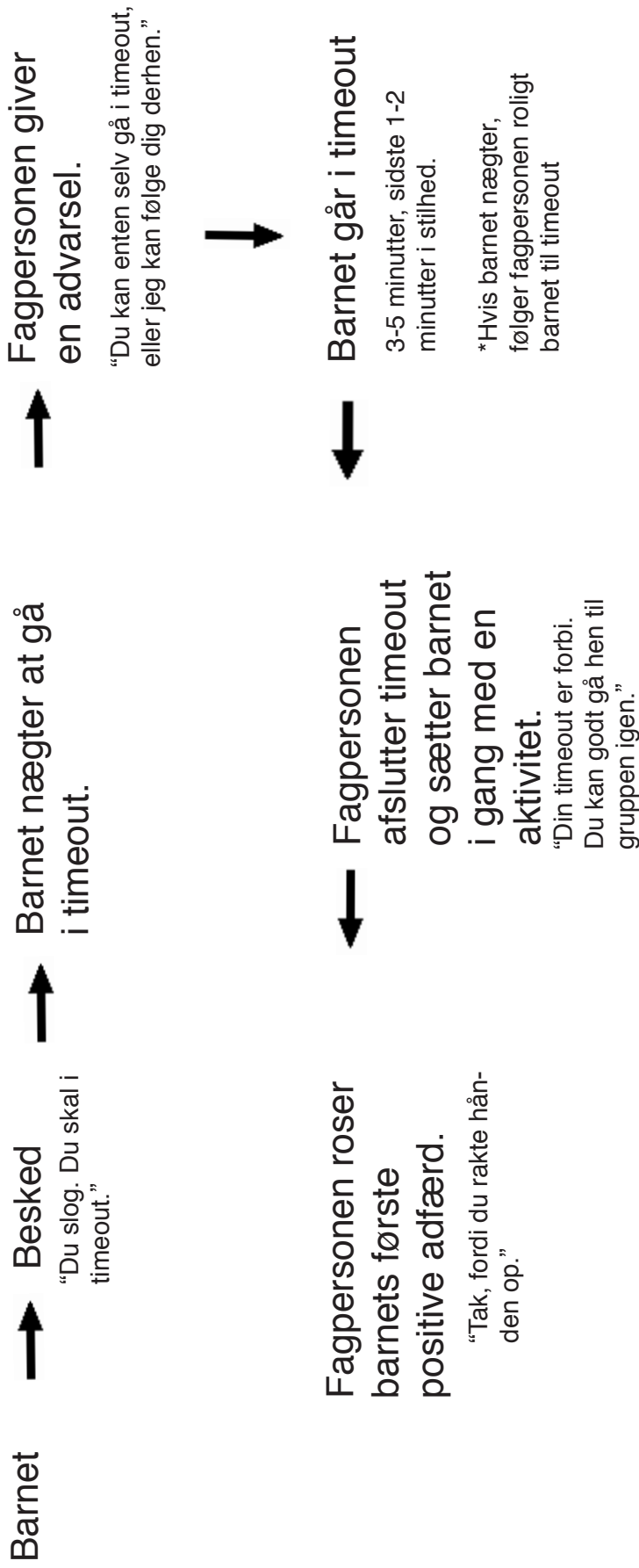
Fagpersonen afslutter timeout og sætter barnet i gang med en aktivitet.

“Tak, fordi du rakte hånden op.”

“Din timeout er forbi. Du kan blive en del af gruppen igen.”

Lille barn nægter at gå i timeout (i gruppen/klassen) Børn i alderen fra 3 til 6

Scenarie 2 Barnet går i timeout



Barn i skolealderen nægter at gå i timeout

(i gruppen/klassen)
Børn i alderen 6-10 år

Scenarie 2B: Barn begynder med at nægte at gå i timeout.

Barnet



Besked



Barnet nægter at gå i timeout.



Fagpersonen forlænger den med 1-2 minutter

“Hvis du ikke går i timeout nu, får du et minut mere.”



Barnet nægter at gå i timeout.



Fagpersonen roser barnets første positive adfærd.

“Tak, fordi du rakte hånden op.”

Fagpersonen afslutter timeouten og sætter barnet i gang med en aktivitet.

“Din timeout er forbi. Du kan godt gå hen til gruppen igen.”

Barnet går i timeout.

5-7 minutter, i de sidste 1-2 minutter er barnet roligt.

Fagpersonen giver en advarsel

“Hvis du ikke går i timeout nu, mister du retten til at få computer-tid”

Barn i skolealderen nægter at gå i timeout

(i gruppen/klassen)
Børn i alderen 6-10 år

Scenarie 2C: Barn bliver ved med at nægte at gå i timeout.

Barnet slår **Besked** →
"Du slog. Du skal i timeout."
Barnet nægter at gå i timeout. →
Fagpersonen forlænger den med 1-2 minutter
"Hvis du ikke går i timeout nu, får du et minut mere."



Barnet nægter at gå i timeout.



Fagpersonen roser barnets første positive adfærd. → Fagpersonen følger op med konsekvensen og ignorerer protester.
Bemærk: Konsekvensen skal udføres samme dag.
"Det er godt, at du er begyndt på at læse det, du har fået for."
Fagpersonen **ender magtkamp** → Barnet **nægter at gå i timeout**
"Du har mistet retten til at _____."
(Timeouten droppes).
Fagpersonen **ender magtkamp** → "Hvis du ikke går i timeout nu, mister du retten til _____"

Disciplinhierarkier/trin

For ikke-forstyrrende og forstyrrende adfærd

Trin 1

Bliv ved med at give mulighed for at prøve at lære noget

- Vær rollemodel, coach og øv alternative ønsket adfærd
- Ros udskiftning adfærd
- Undervisning i rundkreds

Trin 2

Gennemgå adfærdens plan

- Vurder hyppigheden af positiv opmærksomhed for god social adfærd
- Vurder, om belønning program motiverer barnet
- Kontroller at ingen opmærksomhed er givet under Time Out
- Konference med forældrene at koordinere hjem og skole-program
- IEP

Trin 3

For aggressiv, destruktiv adfærd

- 3-5 minutters tid væk eller timeout for at falde til ro
- Pligter

Trin 4

Brug små naturlige og logiske konsekvenser f.eks,

- 2 minutter recess mistet
- ingen computer tid
- 2 minutter tab af fri leg
- aktivitet fjernet til nogle minutter
- tab af rettigheder

Trin 5

Ignorer ikke-aggressiv adfærd f.eks.

- Raserianfald
 - Klynkeri
- Coach og ros positive modstykker

Trin 6

Når barnet begynder at blive ophidset, coach falde til ro-strategier f.eks.

- dybe vejtækninger, tale følelser, positiv visualisering, brug skildpaddeskjold, positiv selv-tale

Trin 7

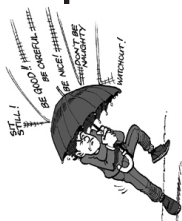
Positiv Verbal Omdirigering aflednings- og Involveringsstrategier

Trin 8

Nonverbale tegn
Klare regler
Forudsigelige tidsplaner
Klare overgange

Grundlag: “Massiv” opmærksomhed/coaching/opmuntring og ros for god social adfærd

“Vælg altid den laveste, mindst fortyrrende indgriben først”.



Foreslåede aktiviteter for fagpersoner



UDFYLDNINGSSKEMA: BESKEDER OG TIMEOUT

Dato	Tidspunkt	Besked/advarsel	Barnets reaktion	Beløn/deltag/coach for at gøre, som der bliver sagt	Væghed, timeout	Væghed, brug af lokale

Brainstorm/summeøvelse - naturlige og logiske konsekvenser

Hvilke konsekvenser bruger du ved uhensigtsmæssig adfærd i gruppen/klassen? Drøft de forskellige konsekvenser med din makker, og skriv dem ned. Tænk over, hvornår du ville bruge dem i dit disciplinhierarki.



Finde og optage tre naturlige & logiske konsekvenser og registrere , hvordan du har brugt dem.

1.

2.

3.



Brainstorm/summeøvelse - håndtering og beroligende selv-tale



Tænk på forskellige måder, du kan forblive rolig, assertiv og tålmodig på, når børn udviser uhensigtsmæssig adfærd.



Øv dig i at udfordre negativ selv-tale og erstatte den med positiv selv-tale og udsagn som "jeg kan klare det her". På dette papir skal du skrive eksempler på den selv-tale, du kan bruge, når du føler, at vreden er på vej.

Positiv selv-tale

Jeg kan klare det her

Jeg kan kontrollere min vrede

Jeg tager lige en kort timeout selv



Giv irrationelle tanker modspil!!

Brainstorm/summeøvelse - at forblive rolig ved brug af timeout



Hvilke følelsesmæssige reaktioner forventer du, når du bruger timeout? Fagpersoner har tit problemer med at kontrollere deres vrede, når de skal håndtere et aggressivt barn eller en genstridig opførsel, og de har svært ved at lade være med at kritisere barnet. Dette følelsesmæssige engagement kan gøre det svært for dig at ignorere barnets argumenter eller at rose barnet, når det endelig opfører sig hensigtsmæssigt. Hvilke strategier kunne du bruge for at forholde dig rolig? Skriv dem ned nedenfor. Vær specifik!

Mine følelsesmæssige reaktioner, når jeg giver timeout	Strategier for at forholde mig rolig



Fagpersoner, der arbejder som detektiver: Se, hvad du har lært!



At Gøre:

Lav en liste over strategier, du ville bruge over for følgende uhensigtsmæssige adfærd. Tilføj andre former for uhensigtsmæssig adfærd, du gerne vil kunne håndtere.

Uhensigtsmæssig adfærd

1. Slå eller skubbe til jævnaldrende
2. Nægte at gøre, hvad far og mor beder om
3. Surmuleri
4. Raserianfald
5. Kommer meget smølende ind i klasseværelset
6. Følger ikke fagpersonens anvisninger
7. Rapkæftet/skændes med fagperson
8. Har svært ved at sidde ned ved mellemmåltid
9. Mavepine eller hovedpine
10. Uopmærksomhed eller impulsivitet
11. Efterlader et meget rodet bord
12. Kritiserer/slås med de andre børn

Disciplineringsstrategier

Fagpersoner, der arbejder som detektiver: Se, hvad du har lært!



At Gøre:

Lav en liste over strategier, du ville bruge over for følgende uhensigtsmæssige adfærd. Tilføj andre former for uhensigtsmæssig adfærd, du gerne vil kunne håndtere.

Uhensigtsmæssig adfærd

13. Slår kæledyr
14. Vil ikke dele legetøj med venner
15. Lader cykel, andet legetøj og sportsudstyr ligge og flyde udenfor
16. Eksploderer af vrede/skriger, når han/hun ikke får sin vilje
17. Vil ikke dele computeren med de andre børn
18. Gemmer sedler fra fagpersonen
19. Har svært ved at dele og skiftes med andre børn
20. Nægter at stille sig op på række ved frikvarter
21. Dominerende over for andre børn
22. Grimt sprog
23. Nægter at vaske hænder inden frokost
24. Taler konstant til de andre børn

Disciplineringsstrategier



De Utrolige År® Problemløsningsarbejdsblad til brug for håndtering af førskolebørns udfordrende adfærd!

Definition af problem:

1. Hvilken form for udfordrende adfærd udviser barnet: _____

2. Hvad udløser dette barns adfærd (udviklingsproblemer, mangel på søvn, at han/hun ikke får sin vilje, en ændring i familiemønsteret eller stress, lav frustrationstærskel osv.)?

3. Hvordan plejer jeg at reagere på denne uhensigtsmæssige adfærd? (Giver jeg barnet opmærksomhed? Bliver jeg vred?)

Målsætninger:

4. Hvad er mit mål? Hvilke positive adfærdsformer vil jeg gerne se i stedet? _____

Løsninger:

5. Hvilke kompetencer/strategier kan jeg bruge fra bunden af læringspyramiden for at støtte denne positive adfærd?

Leg/særlige stunder: Hvilke lege eller særlige stunder ville være den bedste hjælp til barnet her? (Husk, at det er bedst, hvis det er børnestyret). (Vedholdenhed, akademisk træning, træning i håndtering af følelser og social adfærd). _____

Ros: Hvilke adfærdsformer kan jeg rose og hvordan? (Husk, at det bør være "positive modstykker" til de adfærdsformer, du ønsker at reducere omfanget af). _____

Klistermærker og belønninger: Hvordan kan jeg belønne denne gode adfærd? Hvilke belønninger vil motivere dette barn? _____

6. Vælg fra listen herunder, hvilke fremgangsmåder fra toppen af pyramiden du kan bruge for at mindske denne uhensigtsmæssige adfærd.

Rutiner: Har jeg en forudsigelig rutine for dette problem? _____

Afledning/omdirigering: Hvordan kan jeg aflede eller omdirigere dette barn, før den uhensigtsmæssige adfærd tager overhånd? _____

Ignorering: Hvilken del af denne adfærd kunne jeg ignorere? _____

Hvad vil jeg sige til mig selv, mens jeg ignorerer den? _____

Konsekvens: Hvilke naturlige eller logiske konsekvenser kan jeg bruge for at lære dette barn at ændre denne adfærd? _____

Falde-til-ro-strategier: Hvilke falde-til-ro-strategier kan jeg lære dette barn (brug af skildpad-deskjold, dybe indåndinger, positiv selv-tale: "jeg kan godt, jeg kan falde til ro", brug af falde-til-ro-termometer)? _____

Hvilke problemløsningsstrategier skal jeg lære dette barn? _____

Gennemføre min plan:

7. Hvem skal jeg fortælle om denne plan (andre fagpersoner, forældre, skoleinspektøren osv.)? _____

8. Hvem kan jeg ringe til for at få støtte og opbakning? _____

9. Hvordan vil jeg drage omsorg for mig selv, mens det her står på? _____

Evaluering:

10. Hvordan kan jeg vide, at jeg gør fremskridt? Hvad vil være anderledes? Hvordan vil jeg vurdere det? _____

11. Hvordan vil jeg fejre barnets positive resultater? Og mine egne? _____

***Tillykke! Du har nu en plan for, hvordan du vil ændre barnets adfærd!
Husk, at det kan tage tre uger eller mere, før du begynder at se forandringer - så giv ikke op!***

Eksempel på manuskript til rundkreds: Beroligelsestermometer

Fagperson: Anton har et problem, han godt vil fortælle jer om i dag. Anton, vil du fortælle os, hvad der skete?

Dukke: Ja. Der var en, der væltede mit tårn, da jeg var ved at bygge det. Og så blev jeg rigtig sur.

Fagperson: Hvordan har I det, når det sker for jer?

Barn: Sur. Jeg bliver også sur!

Fagperson: Det er så frustrerende. I har det akkurat lige som Anton. Men Anton vil gerne fortælle jer om et lille trick, han har, som kan hjælpe jer med at få det bedre. Anton! Hvad gjorde du for ikke at blive så sur?

Anton: Jeg har et helt specielt trick, som hjælper mig med at falde til ro. Jeg tager tre dybe indåndinger og prøver så at styre min sure følelser. Min mor viste mig dette termometer, som kan hjælpe mig med at huske, hvordan man skal gøre. (Dukken viser, hvordan man tager tre dybe indåndinger, og hvordan man siger "Jeg kan godt blive rolig").

Fagperson: Tak Anton. Nu skal vi så prøve at tage tre dybe indåndinger lige som Anton. (Vis børnene, hvordan de skal gøre det og sige: "Jeg kan godt gøre det. Jeg kan godt blive rolig"). Kig godt på termometret. Hvad lægger I specielt mærke til?

(Børnene har forskellige idéer og taler om farverne og billederne på det. Brug denne brainstorm til at fortælle børnene, at deres forslag er gode, og fortæl dem, hvorfor termometret ser ud, som det gør, og hvordan de kan bruge det).

Dukke: Ja, der er mange forskellige farver på det. Når jeg er sur, føler jeg mig helt rødglødende! Det er, når jeg er sur eller frustreret. I bunden er termometret blå. Det minder mig om koldt vand.

Fagperson: Og når man bevæger sig ned ad termometret, kan man blive glad igen, hvis man bruger Antons trick. Skal vi ikke lige prøve det? Forestil dig, at du lige har tabt din is, og at du nu ikke længere kan spise den. Vis mig med jeres ansigter, hvordan I så ville have det.

Jeg kan se en masse sure ansigter. I har helt stramme munde, og der er ikke en eneste af jer, der smiler.

Fagperson: Francis, vil du ikke komme her op til mig og vise mig, hvor pilen sidder på termometret, når du er sur? Som hvis du tabte din is på jorden? Ja, det er rigtigt! Helt oppe i toppen, og du er sur og frustreret! Men lad os nu alle sammen tage tre dybe indåndinger, og se, hvordan vi kan ændre vores følelser, lige som Anton gjorde det, da hans tårn var blevet væltet.

(Få børnene til at tage tre dybe indåndinger sammen med dig)

Fagperson: Nu kan jeg godt se nogle rolige ansigter. Hvordan har I det nu?

Barn: Vi er glade. Kan jeg så godt flytte pilen?

Fagperson: Ja!

(Fortsæt med at øve forskellige scenarier, så børnene får mulighed for at flytte pilen, og går derefter over til at øve i små grupper).

Beroligelsetermometer

Jeg kan godt. Jeg kan godt falde til ro.



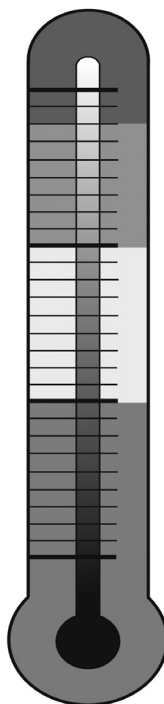
Tænk "Stop"



Tag 3 dybe indåndinger



Bevar roen



© The Incredible Years, 2006

Eksempel på rollespil i forbindelse med rundkreds med henblik på at forklare timeout-begrebet med en dukke

Fagperson: I dag skal vi tale om en af de vigtigste regler i klassen. Kan I huske den regel, vi har om at "holde vores hænder og kroppe for os selv?" Er der en, der ved, hvorfor denne regel er vigtig?

Barn: Så der ikke sker noget med os!

Fagperson: Det er rigtigt! Det er en meget vigtig sikkerhedsregel. Vi skal lige tale lidt om, hvad der sker, hvis man overtræder denne regel og slår en anden. I er alle rigtig dygtige til at passe på hinanden og opføre jer ordentligt over for hinanden, men sommetider er der nogle børn, der glemmer det, og så bliver de sure og slår. Og når det sker, skal man tage en timeout, indtil kroppen er blevet helt rolig og sikker igen. Min dukkeven her kan lige vise jer, hvordan det ser ud. Han hedder Anton.

Anton: Hej drenge og piger. Jeg er rigtig glad for at være her.

Fagperson: Anton, vil du hjælpe børnene og vise dem, hvordan de helt roligt kan gå i timeout?

Anton: Selvfølgelig. Men jeg lader altså bare som om. For jeg har jo ikke slået nogen.

Fagperson: Det er helt rigtigt. Vi lader bare som om. Nu beder jeg Anton om at gå i timeout, og så ser vi, hvad han gør. "Anton, nu har du slået, så skal du gå i timeout."

(Anton går roligt hen til timeout-stolen, og fagpersonen sætter ord på hans handlinger).

Fagperson: Kan I se, hvor roligt han går. Nu er hans opgave at sætte sig i timeout-stolen og sidde dér i 3 minutter, indtil han er faldet helt til ro. (Varierer antallet af minutter afhængigt af alder). Lad os se, om han siger noget til sig selv, når han er i timeout.

Anton: Jeg kan godt. Jeg kan godt falde til ro (han tager også dybe indåndinger).

Fagperson: Nu skal vi prøve at sige det samme, som Anton siger, og tage nogle dybe indåndinger. (Børnene tager dybe indåndinger). Disse ting kan hjælpe dig med at falde til ro, hvis du er i en timeout.

Fagperson: Men der er én ting mere, I skal vide. Når en af jeres venner er i timeout, kan vi hjælpe dem ved at ignorere dem. Det betyder, at vi ikke må kigge på dem eller tale til dem. For så kan de få fred til at falde ordentligt til ro. For når timeouten er slut, kan vi give vores ven opmærksomhed igen.

Fagperson: Anton, du ser rolig ud. Du kan godt komme tilbage nu.

Anton: Jeg er flov over, at jeg blev nødt til at gå til timeout. Jeg er bange for, at de andre ikke kan lide mig mere nu.

Fagperson: Nej, Anton, du havde bare glemt reglen om at holde hænderne for sig selv. Vi kan stadig godt lide dig. Er det ikke rigtigt, drenge og piger?

Øvelse med børnene: Få en frivillig fra klassen til at øve en stille og rolig timeout – lige som Anton. Fortæl det barn, som har meldt sig, at det skal tage dybe indåndinger og bruge selv-tale ("Jeg kan godt falde til ro"). Bed resten af gruppen/klassen om at ignorere det barn, der er i timeout, for at øve dette.

Skema til kommunikation mellem fagperson og forældre

Fald til ro

I institutionen/skolen lærer børnene om måder, de kan falde til ro på, når de er ophidsede, så de kan træffe det bedste valg. Børn har brug for støtte og hjælp til at lære at være tålmodige og være vedholdende, når de skal lære at udføre vanskelige opgaver. Det er nemlig de færreste, der kan udføre en ny opgave korrekt første gang, de prøver. Du kan hjælpe børnene med at lære forskellige falde-til-ro-strategier.

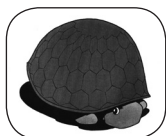
ØVELSE: Prøv på et tidspunkt, hvor barnet er roligt, at bede det om at vise dig, hvordan det kan falde til ro “som en skildpadde.”



Trin 1: Stop



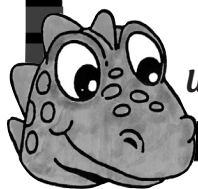
Trin 2: Gå ind i dit “skjold”.
(Det hjælper at vende sig væk fra det barn, der skal falde til ro, og give dem fred til at falde til ro).



Trin 3: Tag nogle dybe indåndinger



Trin 4: Sig til dig selv: “Jeg kan godt falde til ro, jeg kan godt følge reglerne.”
Eller: “Jeg kan blive ved med at forsøge.”



Utrolig børn!

The
**Incredible
Years**

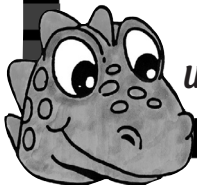
Skema til kommunikation mellem fagperson og forældre

Fald til ro

Barnets navn: _____

I dette skema skal du registrere dine erfaringer med at tale med dit barn om Sofus Skildpaddes falde-til-ro-trin og give barnet denne formular med tilbage til institutionen/skolen. Hvis du ser dit barn bruge skildpaddeteknikken med dybe indåndinger for at forblive rolig, må du meget gerne fortælle os det, så får han et særligt falde-til-ro-klistermærke.

Husk, at dit barn formentlig har lidt svært ved at falde til ro, når han/hun er sur. Mind gerne ham/hende om skildpaddeteknikken. Giv dit barn en masse ros, hvis han/hun reagerer som ønsket. Hvis dit barn er for ophidset til at høre efter, skal du vende dig væk, så barnet får fred til at falde til ro. Når dit barn så er blevet roligt, kan du øve det igen. Det tager lang tid for et barn at lære at håndtere sine følelser. Det er vigtigt, at du er tålmodig!



Utrolig børn!

**The
Incredible
Years**



The Incredible Years®

Tjekliste til selvrefleksion vedrørende gruppe-/klasseledelse Reduktion af uhensigtsmæssig adfærd – Proaktiv disciplin, del 2: Håndtering af uhensigtsmæssig adfærd: Timeout for at falde til ro

Dato: _____ Fagpersonens navn: _____

Fagpersoner lærer meget af selvrefleksion vedrørende deres gruppe-/klasseledelse og de undervisningsstrategier, de anvender, som virker eller ikke virker. På baggrund af disse refleksioner kan fagpersoner opstille personlige mål for ændringer i deres metoder, så de kan skabe et så positivt læringsmiljø som muligt. Brug denne tjekliste til at tænke over dine styrker og begrænsninger og opstille nogle mål.

1 – Ikke anvendelig 3 – Neutral 5 – Meget anvendelig

Timeout for at falde til ro og andre konsekvenser	
1. Jeg har lært børnene, hvad timeout bruges til, og vi har øvet, hvordan man bruger timeout for at falde til ro.	1 2 3 4 5
2. Jeg bruger kun timeout ved aggressiv eller destruktiv adfærd.	1 2 3 4 5
3. Når jeg bruger timeout, er jeg rolig, klar, tålmodig, giver barnet i timeout meget lidt opmærksomhed og sørger for, at barnet er roligt i to minutter, inden timeouten kan afsluttes.	1 2 3 4 5
4. Når barnet er roligt, og timeouten er afsluttet, sætter jeg straks barnet i gang med en anden aktivitet.	1 2 3 4 5
5. Jeg hjælper andre børn med lære, hvordan de skal ignorere et barn i timeout og give dem fred til at falde til ro.	1 2 3 4 5
6. Jeg har identificeret et sikkert sted, der er velegnet til timeout, væk fra andre børn, og som er relativt kedeligt.	1 2 3 4 5
7. Jeg hjælper børnene med at øve de ord, de bruger for at hjælpe sig selv med at falde til ro i en timeout (f.eks.: “Jeg kan godt gøre det. Jeg kan godt falde til ro”).	1 2 3 4 5
8. Jeg træner børnene i at håndtere følelser for at fokusere på tidspunkter, hvor børnene forholder sig roligt, prøver igen og udviser tålmodighed, selvom det kan være frustrerende.	1 2 3 4 5
9. Efter en timeout aktiverer jeg barnet igen ved at vejlede det, give det ros og opmærksomhed for at have udvist positiv adfærd. Jeg minder ikke barnet om, hvorfor det var i timeout, og fremtvinger heller ikke en undskyldning.	1 2 3 4 5
10. Jeg mener, at konsekvenser skal komme hurtigt for at være effektive, og at de skal efterfølges af et nyt indlæringsforsøg så hurtigt som muligt for at hjælpe børnene med at få succes.	1 2 3 4 5



11. Jeg er bestemt, respektfuld og i kontrol over mine negative følelser, når jeg anvender en disciplineringsstrategi.	1 2 3 4 5
12. Jeg har forklaret hierarkiet over disciplineringsplaner til børnenes forældre.	1 2 3 4 5
13. Jeg har udarbejdet udviklingsplaner, som omfatter adfærdstyper, der skal coaches, roses og belønnes, og adfærdstyper, der skal ignoreres eller kræver en form for disciplinering. Disse vurderes med regelmæssige mellemrum af institutionen/skolens personale og forældrene.	1 2 3 4 5
14. Jeg har få logiske konsekvenser, som jeg bruger på en passende måde. (beskriv her)	1 2 3 4 5
15. Jeg sender kun positive beskeder hjem til børnenes forældre, og hvis der er et emne, jeg ønsker at diskutere med forældrene, aftaler jeg et mødetidspunkt med forældrene.	1 2 3 4 5
16. Jeg bruger breve til kommunikation mellem fagperson og forældre til at hjælpe forældrene med at forstå, hvordan de kan hjælpe deres børn med at lære flere falde-til-ro-strategier.	1 2 3 4 5
Fremtidige mål for mine disciplineringsstrategier	

Udleveringsmateriale

Følelsesmæssig regulering, sociale færdigheder og problemløsning



BEMÆRK: Disse handouts må fotokopieres til brug i din Incredible Years® Lærer Workshops . De almisser er ophavsretligt beskyttet og kan ikke ændres eller redigeres på nogen måde (herunder oversættelser) uden tilladelse fra The Incredible Years® hovedkvarter i Seattle, WA . Kontakte incredibleyears@incredibleyears.com for mere information. Disse handouts er også tilgængelige på vores hjemmeside, www.incredibleyears.com (i Group Leader Ressourcer afsnit).

Workshop nr. 6 for fagpersoner

Foreslåede aktiviteter for måneden

OPGAVER:

- Fortsæt med at videreudvikle udviklingsplaner. Lav overgangsplaner for fem af de børn, der er mest aggressive, uopmærksomme eller impulsive. Se skemaerne til overgangsplaner, og begynd at udfylde dem.
- Øv sociale færdigheder og problemløsning med børn i en lille rundkreds, eller brug bogen om detektiven Anton med børnene.
- Se efter muligheder for at sætte ord på børnenes følelser (f.eks. glad, begejstret, ked af det, rolig osv.) og forbinde dem med deres adfærd.
- Ring til din makker og fortæl, hvordan du har undervist børnene i problemløsning.

LÆS:

Kapitel 11, 12 og 13 i bogen *Incredible Teachers*.

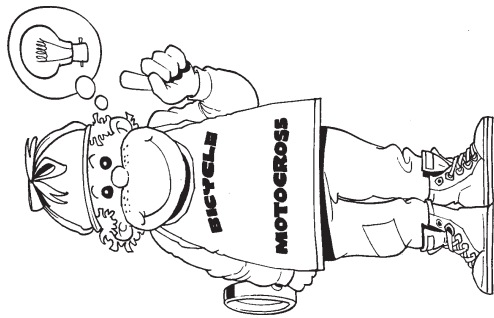
Få dukkerne til at præsentere et problem, som børnene skal løse (f.eks. at blive drillet, blive holdt udenfor, være bange, ville lege med nogen osv.).



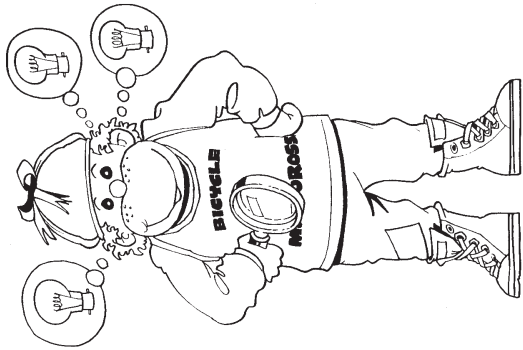
Antons trin til Problemløsning



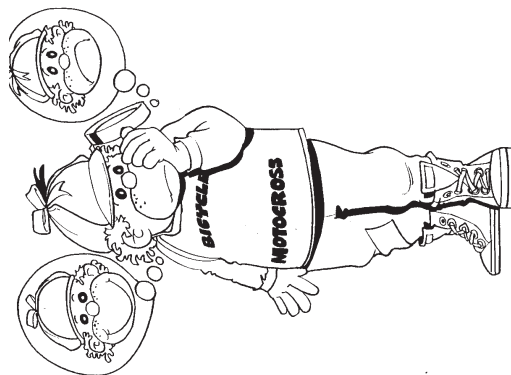
1. Hvad er mit problem?



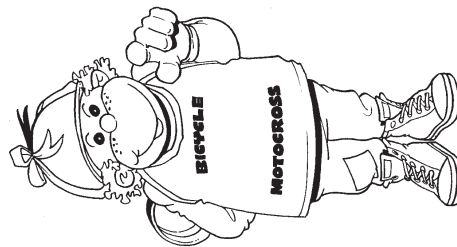
2. Hvad er en løsning



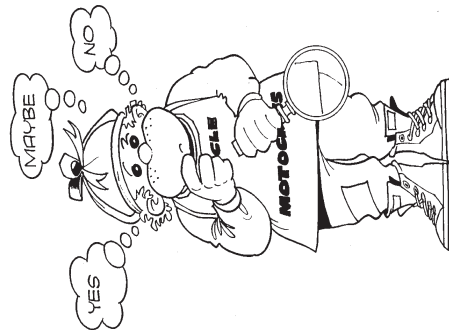
3. Hvilke andre løsninger kan der være?



4. Hvad sker der nu? (Konsekvenser).



5. Hvad er den bedste løsning?

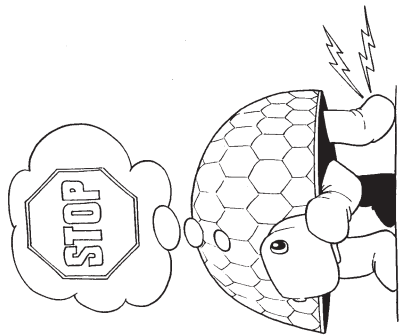
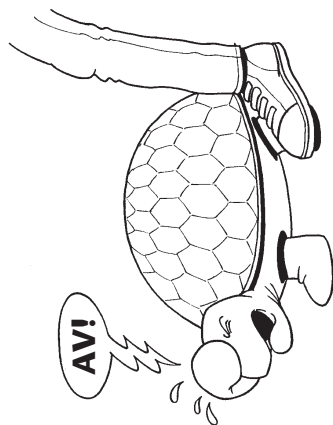


6. Kan jeg bruge planen?

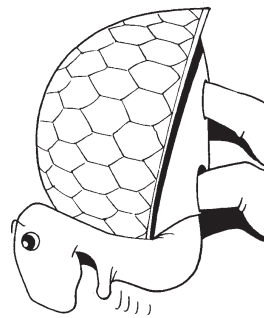


7. Hvordan klarede jeg det?

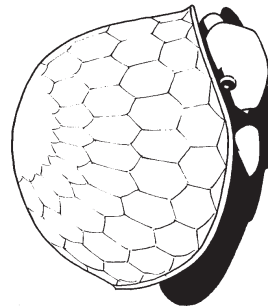
Sofus' trin til håndtering



1

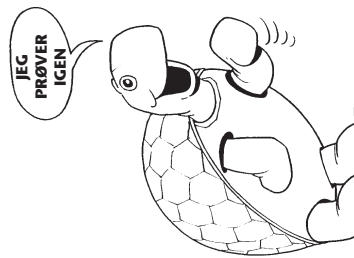


3. Tag en dyb indånding



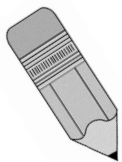
4. Træk dig ind i dit skjold

2. Tænk STOP



5

Styrkelse af prosociale færdigheder og problemløsning Workshop nr. 6, Udviklingsplan



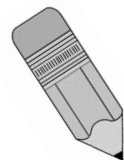
Eksempel på udviklingsplan: Jenny, 1. klasse

Trin 1:	Trin 3:	Trin 8:	Trin 9:
Negativ adfærd i gruppen/klassen Stikke, røre Taler uden at række hånden op Snakker, mens der gives beskeder Laver ikke opgaven, dagdrømmer	Positive modstykker – ønsket adfærd Holde hænderne for sig selv Række en stille hånd i vejret Lytte stille, når der gives beskeder Høre efter og koncentrere sig	Individuel opfølgning Bruge stikordskort til at gøre tegn til at lytte Rose barnet, når det fokuserer på opgaven og lytter samt træning i vedholdenhed Bruge træning i vedholdenhed for mindre grupper	Undervisning i rundkreds Anton taler om, at han har svært ved at huske at række hånden op og lytte Børn taler om løsninger og øver dem

Udviklingsplan for: _____

Trin 1:	Trin 3:	Trin 8:	Trin 9:
Negativ adfærd i gruppen/klassen	Ønsket adfærd	Individuel opfølgning	Undervisning i rundkreds
1.			
2.			

Se trin 4-7 i workshop nr. 3 om udviklingsplan



Styrkelse af prosociale færdigheder og problemløsning Workshop nr. 6, Udviklingsplan

Eksempel på udviklingsplan: Mark, 1 klasse

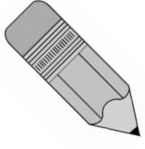
Trin 1:	Trin 3:	Trin 8:	Trin 9:
Negativ adfærd i gruppen/klassen Skubber, slår kammeraterne Bliver let frustreret og vred Følger ikke beskeder Afvises af andre børn	Positive modstykker – ønsket adfærd Bruge ord til at udtrykke følelser Bruge en beroligelsesstrategi Følge beskeder Bruge venlig adfærd (hjælpe, dele)	Individuel opfølgning Rose for at bevare roen, når han er frustreret Øve falde-til-ro-strategier Håndstempel for at følge beskeder Rose børn, som leger med ham Styrke hans omdømme som venlig Træning i følelser og sociale kompetencer	Undervisning i rundkreds Falde-til-ro-strategier (dybe vejtrækninger, bruge Sofus Skildpaddeskjoldet, tænke glade tanker) Øve rollespil om at dele, hjælpe og om samarbejde Lær og øv problemløsningstrin (Anton) Lær og øv problemløsningstrin (Anton) med stikordskort om problemløsning

Udviklingsplan for: _____

Trin 1:	Trin 3:	Trin 8	Trin 9:
Negativ adfærd i gruppen/klassen	Positive modstykker – ønsket adfærd	Individuel opfølgning	Undervisning i rundkreds
1.			
2.			

Se trin 4-7 i workshop nr. 3 om udviklingsplan

Styrkelse af prosoziale færdigheder og problemløsning Workshop nr. 6, Udviklingsplan



Udviklingsplan for: _____

Trin 1: Negativ adfærd i gruppen/klassen	Trin 3: Ønsket adfærd	Trin 8: Individuel opfølgning	Trin 9: Undervisning i rundkreds

Se trin 4-7 i workshop nr. 3 om udviklingsplan



Brainstorm/summeøvelse - styrkelse af ansvarfølelse



Del deltagerne op i mindre grupper eller parvis, og tal om, hvordan fagpersoner kan fremme ansvarfølelse hos deres børn.

Mål:

Brainstorm/summeøvelse - ændring af børns negative omdømme

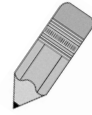
Del deltagerne op i mindre grupper eller parvis, og tal om, hvordan I som voksne kan ændre et barns negative omdømme til et mere positivt omdømme.



Mål:



Brainstorm/summeøvelse - styrkelse af børnenes selvregulering

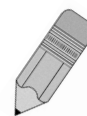


Gå sammen med din makker for at tale om, hvordan man kan styrke børns indlæring af selvregulering.

Mål:

Brainstorm/summeøvelse - evne til at aflæse og sætte ord på følelser

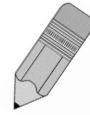
Skriv alle de ord om følelser, du gerne vil understøtte hos børnene. Forsøg at skrive tre positive eller beroligende følelser for hver negativ følelse. Kombiner en tanke om at kunne klare situationen med en negativ følelse.



Mål:



Brainstorm/summeøvelse - træning i sociale færdigheder



Skriv alle de manuskripter, du skal bruge til træningen i sociale færdigheder. Tænk over social adfærd, du gerne vil beskrive, og så over, hvordan du vil sige det.

Mål:



Børn på udviklingsniveau 1

Leg mellem fagperson og barn: Fagpersoner kan bruge træning i sociale færdigheder én-til-én med børnene for at hjælpe dem til at lære sociale færdigheder og sprog om følelser. En stor del af barnets læring sker ved, at du er rollemodel og kommer med beskrivende kommentarer, hvilket vil styrke barnets sprogfærdigheder og hjælpe dem til at anerkende og lære sociale færdigheder.

Sociale færdigheder/ venskabsfærdigheder	Eksempler
Fagpersonen er rollemodel: <ul style="list-style-type: none">❖ Dele❖ Tilbyde hjælp❖ Vente❖ Foreslå❖ Give komplimenter/ros❖ Adfærd-til-følelser	<p>"Jeg vil være din ven og dele min bil med dig."</p> <p>"Hvis du vil have det, kan jeg hjælpe dig med det ved at holde fast nederst, mens du sætter en mere på toppen."</p> <p>"Jeg kan bruge mine ventemuskler og vente, til du er færdig med den."</p> <p>"Kan vi bygge noget sammen?"</p> <p>"Du er så god til at finde ud af, hvordan de skal sættes sammen."</p> <p>"Du delte med mig. Det er så sødt af dig og gør mig rigtig glad."</p> <p>"Du hjalp mig med at finde ud af, hvordan man gør det. Jeg er stolt af, at du kunne vise mig det."</p>
Fagpersonen opfordrer: <ul style="list-style-type: none">❖ Selv-tale❖ Bede om hjælp Fagpersonens reaktion: <ul style="list-style-type: none">❖ Ros barnet, når han/hun deler eller hjælper dig❖ Ignorere eller vær rollemodel for accept, når barnet IKKE deler eller hjælper	<p>"Hmm, jeg gad virkelig godt, at jeg kunne finde en anden brik, der kunne passe her."</p> <p>"Kan du hjælpe mig med at finde endnu en rund en?"</p> <p>"Vil du dele en af dine biler med mig?"</p> <p>"Det hjalp mig meget, og det var sødt af dig at dele med mig."</p> <p>Fortsæt med at bruge beskrivende kommentarer.</p> <p>"Jeg kan blive ved med at prøve at finde den runde" (rollemodel for vedholdenhed)</p> <p>"Jeg kan vente, indtil du er færdig med at lege med bilerne" (rollemodel for at vente).</p> <p>"Jeg ved, at det er svært at slippe bilen, så jeg venter til senere."</p>
Dukke eller action-figur er rollemodel: <ul style="list-style-type: none">❖ Gå ind i en leg❖ Være socialt venlig❖ Ignorere aggression	<p>"Skal vi lege?"</p> <p>"Det ser sjovt ud. Må jeg være med?"</p> <p>"Jeg er sød. Jeg vil gerne lege med dig."</p> <p>"Jeg vil gerne lege med en, som er sød. Jeg tror, at jeg finder en anden at lege med."</p>



*Fagpersoners styrkelse af sociale og følelsesmæssige kompetencer
hos unge børn*

Træning i sociale færdigheder mellem fagpersoner og børn **Børn på udviklingsniveau 2**

Børn i parallelleg: Små børn begynder med at lege med andre børn ved at sidde ved siden af dem og lege parallelt. I starten tager de ikke initiativ til at lege med andre børn eller ser ud til overhovedet at lægge mærke til, at de er der. De taler sikkert ikke til dem, kommer med idéer eller indgår i samspil med dem på nogen måde. Fagpersoner kan bidrage til leg med kammerater ved at opfordre børnene til at bruge sociale færdigheder eller lægge mærke til deres venners aktiviteter eller humør. At give børn de ord, de skal bruge til at indgå i samspil, eller være rollemodel for social adfærd er vigtigt, fordi børn måske endnu ikke har disse evner at trække på.

Færdigheder coachet af fagperson	Eksempler
Fagperson coacher: <ul style="list-style-type: none">❖ Bede om noget, de vil have❖ Bede om hjælp❖ Bede en ven om at vente	<p>"Du kan bede din ven om det, du vil have, ved at sige: 'Må jeg gerne få farveblyanten?'"</p> <p>"Du kan bede din ven om hjælp ved at sige: 'Vil du hjælpe mig?'"</p> <p>"Du kan sige til din ven, at du ikke er klar til at dele endnu."</p> <p>Hvis barnet reagerer ved at bruge sine ord til at gentage, hvad du lige har sagt, skal barnet roses for at bede pænt eller hjælpe sin ven.</p>
Fagpersonen opfordrer: <ul style="list-style-type: none">❖ Lægge mærke til et andet barn❖ Tage initiativ til kommunikation med andet barn❖ At give et barn ros Fagpersonen roser: <ul style="list-style-type: none">❖ Adfærd-til-følelser❖ Lege sammen	<p>"Wow, sikke et stort tårn, din ven er ved at bygge." "I bruger begge grønne tusser."</p> <p>"Din ven leder efter de små grønne brikker. Kan du finde nogle til ham?"</p> <p>"Din ven har ingen biler, og du har otte biler. Han ser ikke så glad ud. Vil du dele en af dine biler med din ven?"</p> <p>Wow! Du kan sige til din ven, at hans tårn er flot." Hvis barnet gentager dette, kan du rose ham eller hende for at give et venligt kompliment. Hvis barnet ikke reagerer, fortsætter du med de beskrivende kommentarer</p> <p>"Du delte med din ven, det er så sødt af dig, og hun bliver glad." "Du hjalp din ven med at finde ud af, hvordan man gør det, hun ser ud til at være rigtig glad for din hjælp."</p> <p>"Din ven kan godt lide at lege med Lego med dig. Du ser ud til at have det sjovt med din ven. I er begge to meget venlige ved hinanden."</p>
Dukke eller action-figur er rollemodel: <ul style="list-style-type: none">❖ Dele eller hjælpe	<p>Wow! "Kan du se det tårn, Nancy er ved at bygge?"</p> <p>"Vil en af jer hjælpe mig med at finde en rød klods, så jeg kan lave lastbilen?"</p> <p>"Skal jeg hjælpe dig med at bygge huset?"</p> <p>"Tror du, vi kan spørge Freddy, om han vil dele sit tog?"</p>



Børn på udviklingsniveau 3

Børn, som tager initiativ til leg: Små børn går fra parallelleg til leg, hvor de tager initiativ til samspil med hinanden. De er motiveret for at få venner og er interesserede i andre børn. Afhængigt af deres temperament, impulsivitet, koncentrationsevne og viden om sociale færdigheder kan deres samspil være karakteriseret ved samarbejde eller konflikt. Fagpersoner kan hjælpe med at fremme sociale færdigheder under leg med kammerater ved at opfordre og coache dem til at bruge deres færdigheder eller ved at rose eller rette opmærksomhed mod sociale færdigheder.

Sociale færdigheder/ venskabsfærdigheder	Eksempler
Sociale: <ul style="list-style-type: none">❖ Bede om i en venlig tone (høfligt, stille)❖ Hjælpe en ven❖ Dele eller bytte❖ Bede om at få lov at være❖ Rose❖ Følge eller komme med et forslag	<p>"Du var virkelig høflig, da du bad din ven om det, du ville have, og han/hun gav det til dig, I er gode venner."</p> <p>"Du hjalp din ven med at finde det, han/hun ledte efter. I arbejder fint sammen og hjælper hinanden som et hold."</p> <p>"Det er så venligt. Du delte dine klodser med din ven. Så byttede hun med dig og gav dig sin bil."</p> <p>"Du spurgte pænt, om de ville lege, og de så ud til gerne at ville have dig med?"</p> <p>"Du gav hende ros, det er meget venligt."</p> <p>"Du accepterede din vens forslag. Du er god til at samarbejde."</p>
Selvregulerende: <ul style="list-style-type: none">❖ Lytte til, hvad en kammerat siger❖ Vente tålmodigt❖ At skiftes❖ Bevare roen❖ Problemløsning	<p>"Wow, du lyttede til din vens forslag og fulgte det. Det er meget venligt."</p> <p>"Du ventede og spurgte først, om du måtte bruge den. Det viser, at du har rigtigt store ventemusklér."</p> <p>"I skiftes. Det er lige præcis sådan, gode venner gør."</p> <p>"Du blev skuffet, da han/hun ikke ville lege med dig, men du bevarede roen og spurgte en anden. Det er meget modigt."</p> <p>"Ingen af jer var sikre på, hvordan I skulle sætte dem sammen, men I samarbejdede og fandt ud af det – I er begge to gode problemløser."</p>
Empati: <ul style="list-style-type: none">❖ Adfærd-til-følelser❖ Unskyldning/tilgivelse	<p>"Du delte med din ven, det er så sødt af dig, og hun bliver glad."</p> <p>"Du så, at hun var frustreret, og du hjalp hende med at sætte dem sammen. Det er meget hensynsfuldt af dig at tænke på, hvad din ven føler."</p> <p>"I var begge to frustrerede over det, men I bevarede roen og blev ved med at prøve, og til sidst fandt I ud af det. Det er godt samarbejde."</p> <p>"Du var bange for at spørge, om hun ville lege med dig, men du var modig og spurgte hende, og det blev hun vist rigtigt glad for."</p> <p>"Det var et uheld. Tror du, at du kan sige undskyld?" Eller: "Din ven ser ud til at være meget ked af, at han gjorde det. Kan du tilgive ham?"</p>

Gøre det lettere for barnet at opnå faglige kompetencer: Fagpersonen som "faglig coach"



"Beskrivende kommentarer" er en effektiv måde at styrke børnenes sociale færdigheder, evne til at sætte ord på følelser og faglige kompetencer på. Nedenfor findes en liste over faglige begreber og adfærdsformer, du kan kommentere, når du leger med et barn. Brug denne tjekliste til at øve dig i at beskrive faglige begreber.

Faglige kompetencer	Eksempler
_____ farver _____ tælle _____ former	<ul style="list-style-type: none"> ● "Du har den røde bil og den gule lastbil." ● "Der er en, to, tre dinosaurusser i en række." ● Nu er den firkantede Lego-klods sat fast på den runde Lego-klods."
_____ størrelser (lang, kort, høj, mindre end, større end osv.) _____ placering (oppe, nede, ved siden af, oven på, bag ved osv.)	<ul style="list-style-type: none"> ● "Det tog er længere end sporet." ● "Du sætter den lille bolt i det rigtige hul." ● "Den blå kasse er ved siden af den gule firkant, og den lilla trekant er oven på det lange røde rektangel."
_____ arbejde hårdt _____ koncentrere sig, fokusere _____ vedholdenhed, tålmodighed	<ul style="list-style-type: none"> ● "Du arbejder virkelig godt med det puslespil og tænker over, hvor brikken skal ligge." ● "Du er så tålmodig og giver ikke op, men bliver ved med at forsøge at få den til at passe sammen."
_____ følge forældres anvisninger _____ problemløsning _____ prøve igen _____ læse _____ tænke _____ lytte _____ arbejde hårdt/bedste arbejde _____ selvstændighed	<ul style="list-style-type: none"> ● "Du gjorde nøjagtig, som jeg sagde. Du hørte virkelig godt efter." ● "Du tænker koncentreret over, hvordan du kan løse problemet og finde en god løsning til at lave et skib." ● "Det har du fundet ud af helt selv."

Gøre det lettere for barnet at sætte ord på sine følelser: Fagpersonen som "følelser-coach"



At beskrive børns følelser er en effektiv måde at lære dem at sætte ord på deres følelser på. Når børn har et sprog til at udtrykke følelser, kan de bedre styre deres egne følelser, fordi de kan sige, hvad de føler. Nedenfor findes en liste over følelser, du kan kommentere, når du leger med et barn. Brug denne tjekliste til at øve dig i at beskrive barnets følelser.

Følelser/evne til at aflæse	Eksempler
<p>_____ glad</p> <p>_____ frustreret</p> <p>_____ rolig</p> <p>_____ stolt</p> <p>_____ begejstret</p> <p>_____ tilfreds</p> <p>_____ ked af det</p> <p>_____ hjælpsom</p> <p>_____ bekymret</p> <p>_____ sikker</p> <p>_____ tålmodig</p> <p>_____ har det sjovt</p> <p>_____ jaloux</p> <p>_____ tilgivende</p> <p>_____ omsorgsfuld</p> <p>_____ nysgerrig</p> <p>_____ vred</p> <p>_____ sur</p> <p>_____ interesseret</p> <p>_____ flov</p>	<ul style="list-style-type: none"> ● "Det er frustrerende, men du er stadig rolig og bliver ved med at forsøge at finde ud af det." ● "Du ser ud til at være stolt over den tegning." ● "Du virker sikker, når du læser historien." ● "Du er bare så tålmodig. Selv om det væltede to gange, bliver du ved med at se, om du kan gøre det højere. Du må sandelig være tilfreds med dig selv over, at du kan være så tålmodig." ● "Du ser ud til at være glad for at lege med din ven, og han ser også ud til at nyde at være sammen med dig." ● "Du er så nysgerrig. Du forsøger på alle de måder, du tror passer." ● "Du tilgiver din ven, fordi du ved, at det var en fejl."

Rollemodel for at tale om og dele følelser

- "Jeg er stolt af, at du har løst det problem."
- "Jeg synes, at det er rigtig sjovt at lege med dig."
- "Jeg var bange for, at det ville vælte, men du var forsigtig og tålmodig, og din planvirkede."

Gøre det lettere for barnet at lære sociale færdigheder: Fagpersoner som "coach i sociale færdigheder"



At beskrive og opmuntre børns venlige adfærd er en effektiv måde at styrke deres sociale færdigheder på. Sociale færdigheder er første skridt på vejen til at skabe varige venskaber. Nedenfor følger en liste over sociale færdigheder, som du kan kommentere, når du leger med et barn, eller når et barn leger med en ven. Brug denne tjekliste til at øve dig i at coache om sociale færdigheder.

Sociale færdigheder/ venskabsfærdigheder	Eksempler
<input type="checkbox"/> hjælpe <input type="checkbox"/> deles <input type="checkbox"/> samarbejde <input type="checkbox"/> bruge en venlig tone (stille, høflig)	<ul style="list-style-type: none"> • "Det er så venligt. Du deler dine klodser med din ven og venter på, at det bliver din tur." • "I arbejder fint sammen og hjælper hinanden som et hold."
<input type="checkbox"/> lytte til, hvad en ven siger <input type="checkbox"/> skiftes <input type="checkbox"/> spørge <input type="checkbox"/> bytte <input type="checkbox"/> vente	<ul style="list-style-type: none"> • "Du lyttede til din vens forslag og fulgte det. Det var meget venligt." • "Du ventede og spurgte først, om du måtte bruge den. Din ven lyttede til dig og deltes med dig." • "I skiftes. Det er lige præcis sådan, gode venner gør."
<input type="checkbox"/> tilslutte sig en vens forslag <input type="checkbox"/> stille et forslag <input type="checkbox"/> rose hinanden <input type="checkbox"/> røre blidt og roligt <input type="checkbox"/> bede om lov til at bruge noget en ven har <input type="checkbox"/> problemløsning <input type="checkbox"/> samarbejde <input type="checkbox"/> være gavmild <input type="checkbox"/> inddrage andre <input type="checkbox"/> undskylde	<ul style="list-style-type: none"> • "Du kom med et venligt forslag, og din ven gør det, du forslag. Det er så venligt." • "Du hjælper din ven med at bygge hans model." • "Du er meget samarbejdsvillig, du både deles." • "I løste begge problemet med, hvordan klodserne skal sættes sammen. Det var en fin løsning."

Hjælpe på vej

- "Se, hvad din kammerat har lavet. Tror du, at du kan give ham et kompliment?" (ros barnet, hvis det forsøger at give et kompliment)
- "Det var et uheld. Tror du, at du kan sige undskyld til din kammerat?"

Rollemodel for venlig opførsel

- Fagpersonerne kan optræde som rollemodeller ved at vente, skiftes, hjælpe og rose, hvilket vil lære børnene om disse sociale færdigheder.

Eksempel på manuskript til rundkreds: Problemløsning med Anton-bogen

Fagperson: Dreng og piger, i dag har jeg en helt særlig bog, som kan hjælpe os med at lære at løse problemer i institutionen/skolen. Nu vil jeg vise jer et billede, og så skal I kigge efter tegn på, at Anton og hans ven har et problem. Kan I se noget på deres ansigter, der viser, at de har problemer?



(Billede fra Antons detektiv bog)

Barn: Han ser sur ud.

Fagperson: Wow! Du har set rigtigt godt efter. Er der andre, der kan se noget på hans ansigt, som viser, at drengen med det røde hår ser sur ud?

Barn: Hans mund ser ond ud. Hans øjenbryn peger opad.

Fagperson: Stik tommelfingrene op, hvis I er enige. Hvad med Anton? Hvad føler han?

Barn: Han ser ud til at være ked af det. Han smiler ikke.

Fagperson: Det lyder som om, at Anton og hans ven er sure og kede af det. Det er følelser, der viser, at man har et problem. Lad mig fortælle jer, hvad der sker på billedet. Bid Red her har siddet ved computeren i rigtig lang tid. Anton vil virkelig gerne have sin tur. Hvad kan Anton gøre?

Barn: Han kan spørge ham.

Barn: Han kan vente.

Barn: Han kan finde noget andet legetøj.

Fagperson: Okay, lad os spille det. Charles og Tanisha, jeg vil gerne have, at I viser gruppen, hvordan det ser ud. Charles, Tanisha har bilen, og du vil gerne lege med den. Når vi siger klar, parat, start, skal du bede om den. Tanisha, når Charles spørger, skal du dele bilen med ham.

Fagperson, der spiller Charles: Må jeg få legetøjet?

Fagperson, der spiller Tanisha: Okay. (Hun rækker legetøjet til Charles).

Fagperson: Løsninger, som er retfærdige og sikre, skal have tommelfinger op! Stik tommelfingeren op, hvis I synes, at det er en god løsning at spørge. Det ser ud til, at I alle er enige. Lad os spille en af jeres andre gode idéer. Gina, du sagde vent. Lad os se, hvordan det ser ud.

(Børnene fortsætter med at spille løsninger såsom vente, lave noget andet, spørge igen, lege sammen).

Skema til kommunikation mellem fagperson og forældre

Problemløsning

I institutionen/skolen lærer børnene om måder, de kan løse problemer på, når de er ophidsede, så de kan træffe det bedste mulige valg. Du kan hjælpe dit barn med at lære at løse problemer med bøger, dukker og ved at tale med dem, før de bliver for ophidsede. Her er de tre trin, børnene lærer.



Trin 1: Hvordan har jeg det?

Trin 2: Hvad er problemet?

Trin 3: Hvad kan løsningerne være?

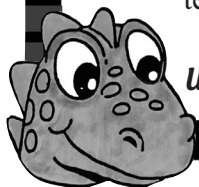
ØVELSE: Du kan øve dem derhjemme ved at tale om et problem og tænker over mulige løsninger (f.eks. vente, dele, skiftes, hjælpe, tage en dyb indånding, lave noget andet). Og så kan det være sjovt at øve disse løsninger med dukker.

MODEL: Det vil hjælpe dit barn, hvis du er rollemodel for metoder til at falde til ro, hvis du har et problem, så du kan komme på løsninger på problemerne. Du kan f.eks. sige: "Jeg er meget frustreret lige nu, fordi jeg ikke kan finde mine nøgler. Jeg tager en dyb indånding og tænker over løsninger. Én løsning er at se i min bil. En anden løsning er at bede om hjælp."



Bed dit barn om at vise, hvordan han/hun kan være "detektiv" og løse et problem.

Notér på skemaet til kommunikation mellem fagperson og forældre, hvad du har oplevet, når du har hjulpet dit barn med at finde løsninger på problemer. Dit barn vil få særlige detektivklistermærker for at løse et problem eller for at tegne en tegning af en løsning!



Utrolige børn!

Skema til kommunikation mellem fagperson og forældre

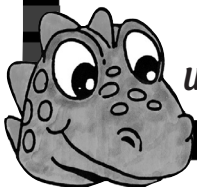
Problemløsning

Barnets navn: _____

Notér på dette skema, hvad du har oplevet, når du har hjulpet dit barn med at finde løsninger på problemer. Dit barn vil få særlige detektivklistermærker for at løse et problem eller for at tegne en tegning af en løsning! Her er et eksempel på et problem, eller du kan finde på et selv. "Lad os forestille dig, at din ven er på gyngen, og du gerne vil prøve."

Hvordan ville du have det?

Hvilken løsning kunne du bruge?



Utrolige børn!



The Incredible Years®

Tjekliste til selvrefleksion vedrørende gruppe-/klasseledelse Regulering af følelser, sociale færdigheder og problemløsning

Dato: _____ Fagpersonens navn: _____

Fagpersoner lærer meget af selvrefleksion vedrørende deres gruppe-/klasseledelse og de undervisningsstrategier, de anvender, som virker eller ikke virker. På baggrund af disse refleksioner kan fagpersoner opstille personlige mål for ændringer i deres metoder, så de kan skabe et så positivt læringsmiljø som muligt. Brug denne tjekliste til at overveje dine styrker og svagheder og sætte dig nogle mål.

1 – Aldrig 3 – Nogle gange 5 – Altid

Følelsesmæssig regulering, sociale færdigheder og problemløsning	
1. Jeg bruger træning i håndtering af følelser og særligt selvregulerende følelser som tålmodighed, vedholdenhed, gøre sig umage, blive ved med at prøve, koncentrere sig, bevare roen, vente på sin tur og bruge ord til at udtrykke følelser.	1 2 3 4 5
2. Jeg er rollemodel for selvreguleringsstrategier som at tage dybe indåndinger, bruge positiv selv-tale, bruge vredestermometer, tænke over glad sted, positive forventninger og Sofus' beroligelsesstrategier.	1 2 3 4 5
3. Jeg opfordrer børnene til at tage dybe indåndinger og bruge selv-tale som "Jeg kan gøre det, jeg kan falde til ro".	1 2 3 4 5
4. Jeg hjælper børnene med at identificere egne og andres følelser ved brug af fotografier, plakater og spil (bingo), der viser mennesker i forskellige sindsstemninger.	1 2 3 4 5
5. Jeg hjælper børnene til at forstå, hvordan deres kammerater har det, ved at påpege ansigtsudtryk, stemmeleje, kropssprog eller ord.	1 2 3 4 5
6. Jeg lærer børnene bestemte ord om følelser ved at sætte ord på følelser eller positive reaktioner fra andre, når børnene deler, bytter, venter eller hjælper dem (dvs. hjælper børnene til at se forbindelsen mellem deres sociale færdigheder og andre følelser).	1 2 3 4 5
7. Jeg er rollemodel for et passende sprog om følelser ved at være rollemodel for at udtrykke sine følelser gennem hele dagen (f.eks. "Jeg er ved at blive frustreret nu, men jeg kan berolige mig selv og tage en dyb indånding eller bruge min skildpaddeteknik.").	1 2 3 4 5
8. Jeg giver børnene mulighed for at øve sociale færdigheder og måder at løse problemer på.	1 2 3 4 5



9. Jeg lærer børnene bestemte sociale færdigheder i rundkredsen eller individuelt, som f.eks. at øve at spørge, sige undskyld, skiftes, vente, hjælpe, dele, bruge ord og samarbejde.	1 2 3 4 5
10. Jeg roser og giver opmærksomhed til sociale færdigheder med social coachingsprog i løbet af hele dagen.	1 2 3 4 5
11. Jeg lærer børnene bestemte problemløsningstrin ved at hjælpe dem gennem følgende: 1) Identifier problemet, 2) definer problemet, 3) tænk over løsninger, 4) spørg, hvad der ville ske nu, 5) evaluer det bedste valg, og 6) vælg den bedste løsning og prøv den.	1 2 3 4 5
12. Jeg bruger bøger og historier med problemløsningsscenerier til at øve problemløsningsprocessen og løsninger.	1 2 3 4 5
13. Jeg opmuntrer børnene til at samarbejde ved at give dem pligter, tilskynde dem til at hjælpe hinanden og give dem valg.	1 2 3 4 5
14. Jeg bruger dukker, som om-lege, fantasidukker og dramaaktiviteter til at lave problemscenerier, og børnene øver sig i at løse problemerne ved at spille løsningerne.	1 2 3 4 5
15. Jeg bruger breve til kommunikation mellem fagperson og forældre til at opmuntre forældrene til at hjælpe deres børn med at løse problemer, når de er kede af det derhjemme.	1 2 3 4 5
16. For forældre til børn, der har svært ved at håndtere deres følelser, mødes jeg med dem for at tale om problemløsningsstrategierne, og hvordan de skal bruge metoder til træning i følelser.	1 2 3 4 5
Fremtidige mål for strategier vedrørende følelser, sociale færdigheder og problemløsning, jeg vil bruge	