

2021



JÁKVÆÐUR AGI

SAMSKIPTI BYGGÐ Á GAGNKVÆMRI VIRÐINGU

LEIKSKÓLINN SÓLBORG
TORFNESI OG
AUSTURVEGI



Kæri starfsmaður

Í starfi okkar með Reggio Emilia höfum við uppeldisstefnuna Jákvæður agi (Positive Discipline) til hliðsjónar. Stefnan byggir á sjálfsstjórnarkenningum, sem fela það í sér að horft er á orsakir hegðunar fremur en að reyna að breyta hegðuninni með umbun og refsingu sem oft hefur tíðkast með ýmsum atferlismótunarkerfum og hafa verið ráðandi í skólakerfinu um langt skeið.

Jákvæður agi gengur út á það að móta skólabrag sem einkennist af umhyggju og byggist á gagnkvæmri virðingu, reisu, vinsemd og festu. Teljum við að jákvæður agi haldist vel í hendi við hugmyndafræði Reggio Emilia þar sem Jákvæður agi kennir félagsfærni, lífsleikni og hjálpa til við að byggja upp og tengja saman væntumþykju og virðingu. Jákvæður agi þjálfar og auðveldar einnig börnum að finna lausnir á mismunandi viðhorfum, sem allir eru sáttir við.

Jákvæður agi byggir á kennslu, skilningi, hvatningu og samskiptum.

Börn verða ábyrgðarfull ef þau fá tækifæri til að þroska félagsfærni sína í gegnum lífsleikni í andrúmslofti virðingar, góðvildar og festu. Jákvæður agi byggir á því að börn þroski og efli með sér færni í að finna lausnir og setja sér mörk í samvinnu við fullorðna.

Þessi námshefti er þýtt af Jónínu Hauksdóttir leikskólastjóra frá Akureyri en hún kom og hélt námskeið fyrir starfsfólk leikskólans haustið 2018



Jákvæður agi fyrir 3 - 5 ára börn

Að ala upp börn sem eru ábyrgðarfull, virðingarverð og úrræðagóð.

Útdráttur unninn upp úr bókinni „*Positive Discipline for Preschoolers*“. Jane Nelsen, ED;D., Cheryl Erwin, M.A, og Roslyn Ann Duffy.

Kafli 1. Jákvæður agi – hvers vegna?

Börn á leikskólaaldri eru líkamlega virk og full orku. Þau eru drifin áfram að kanna heiminn sem þau búa í, vitsmunalega, tilfinningalega og líkamlega, þau þjálfa og ná tökum á félagsfærni, og þau kynnast þeim heimi sem býður þeirra utan heimilis. Börn á leikskólaaldri eru með hugmyndir – og nóg af þeim um það hvernig allt virkar í heiminum. Því er mikilvægt að uppalandur geri sér grein fyrir því hve mikilvægt er að líta á uppeldi sem langtíma skuldbindingu. (bls. 4).

Adler og Dreikus, frumkvöðlar í uppeldi.

Alfred Adler trúði því að ástæður fyrir hegðun væri sú þörf mannsins að tilheyra öðrum, að finnast hann mikilvægur og vera einhvers virði og að hann ætti í samskiptum við aðra. Þættir sem hafa áhrif á hegðunina eru ákvarðanir sem teknar eru í æsku um okkur sjálf, um aðra og umhverfið.

Rudolf Dreikus var mikill talsmaður þess að öll samskipti, líka innan fjölskyldunnar einkenndust af þörf fyrir gagnkvæmri virðingu og reisn.

Fólk sem kallar ákveðna hegðun hjá börnum á leikskólaaldri neikvæða hegðun mun læra að sú hegðun hefur mun meira að gera með tilfinningalegan, vitsmunalegan og líkamlegan þroska barnanna sem er eðlileg miðað við aldur barnanna. Ung börn þarfnast kennslu, leiðbeiningar og væntumþykju (sem er góð skilgreining á JA) (bls. 5).

Hvað er jákvæður agi?

Jákvæður agi skilar árangri með börnum á leikskólaaldri af því að hann er frábrugðinn hefðbundnum agaaðferðum, hann tengist ekki á nokkurn hátt refsingum. Jákvæður agi er að kenna félagsfærni og lífsleikni. Agi sem snýr að ungum börnum snýst um hvað þú vilt gera, þú fylgir þeim ákvörðunum með góðvild og festu, í stað þess að búast við að barnið hegði sér vel. Þegar barnið þroskast og eflir getu sínu verður það þátttakandi í því ferli að finna lausnir og setja mörk. Á þann hátt þjálfa það dómgreind



sína, finnur að það ræður við hluti og nýtir krafta sína og sjálfræði á uppbyggilegan hátt. Það finnur einnig hvatningu til að fylgja eftir lausnum og mörkum sem það hefur hjálpað að skapa.

Meginreglur JA hjálpa að byggja samband væntumþykju og virðingar og auðvelda að finna lausnir til frambúðar. (bls. 5-6).

Vörður JA eru eftirfarandi.

- ☺ **Gagnkvæm virðing.** Fullorðnir sem virða sjálfa sig og þær aðstæður sem eru uppi sýna góðsemd og festu. Á þennan átt virða þeir þarfir barnsins.
- ☺ **Skilningur á orsökum hegðunar.** Um leið og skilningur fyrir ákveðinni hegðun er fyrir hendi er mun auðveldara að breyta eða stöðva þá hegðun. Að bregðast við ástæðum hegðunar getur jafnvel verið mikilvægara en að bregðast við hegðuninni sjálfri.
- ☺ **Virk samskipti.** Að nota opnar spurningar, hvað hvernig, hvers vegna. Að nota virka hlustun, að heyra hvað sagt er. Að gefa börnum tækifæri til að taka þátt í samskiptum í stað þess að segja þeim hvað þau eiga að segja og gera.
- ☺ **Þekking og skilningur á heimi barnsins.** Þegar skilningur á heimi barnsins er fyrir hendi er hægt að velja rétt viðbrögð við hegðun þess. Að vita hvar barnið er stadd á þroskabraut sinni, að þekkja skapferli þess, félagslegan og tilfinningalegan þroska.
- ☺ **Agi sem kennir.** Agi sem kennir viðurkennda félagslega færni og lífsleikni án þess að refsa.
- ☺ **Áhersla á lausnir en ekki refsingar.** Ásakanir leysa ekki vandamál. Velja þarf leiðir að lausnum. Með auknum þroska barnsins eykst samvinna í að finna jákvæðar lausnir á þeim aðstæðum sem eru uppi. Leiðir að lausnum virka betur þegar börnin eru þátttakendur í ákvörðunum.
- ☺ **Hvatning.** Hvatning styrkir tilraunir og umbætur en ekki eingöngu góðan árangur. Hvatning hjálpar börnum að verða örugg með eigin hæfileika og getu.
- ☺ **Börnum gengur betur þegar þeim líður vel.** Börnum sem líður vel eru mun tilbúnari til samstarfs, til að læra nýja hluti og gefa hlýju og virðingu þegar þau finna hvatningu og væntumþykju. Börnum sem líður illa, finnst þau niðurlægð eða skammast sín gengur ekki vel að tileinka sér nýtt viðhorf eða hegðun. (bls. 6-7).

Þegar rætt er um aga er skilningur fólks oftast sá að agi þýði refsing því þessi tvö hugtök eru þá tengd í huga fólks. Refsing, hversu áhrifamikil sem hún er í augnablikinu, hefur ekki áhrif til lengdar þegar horft



er til kennslu í félagsfærni og lífsleikni. Í krefjandi aðstæðum eykur refsing því miður valdabaráttu á milli barna og fullorðinna þegar horft er fram í tímann.

JA byggir á öðrum forsendum, þ.e. að börnum gangi betur þegar þeim líður vel. JA byggir á kennslu, skilningi, hvatningu og samskiptum en ekki refsingum. Eins og komið hefur fram virðist refsing virka í augnablikinu. Þegar horft er lengra fram í tímann kemur fram að börn sem eru „öguð“ með refsingum fara að sýna uppreisn, mótþróa eða þá að þau trúu ekki á eigið gildi. (bls. 8).

Hvað er það sem börn þarfnast í raun og veru.

Mikill munur er á milli löngunar og þarfa og strax frá fæðingu hefur hvert barn fjórar grunnþarfir.

1. Að tilheyra/skipta máli og vera einhvers virði

Mikilvægt er fyrir barnið að vita að það sé viðurkennt fyrir það hvert það er í stað þess að einblínt sé á hvað það getur eða hvernig það hegðar sér

2. Skilningur á eigin getu eða hæfileikum

Börn átta sig á eigin getu og hæfileikum þegar þau fá tækifæri til að spreyta sig sjálf og æfa ákveðna færni eða getu. Þ.e. þegar þau upplifa hvað þau ráða við ein við eykur það skilning þeirra á eigin getu og hæfileikum.

3. Persónulegt vald og sjálfræði

Þegar börn fá tækifæri til að leita lausna, læra lífsleikni, sýna virðingu og vinna með öðrum upplifa þau persónulegt vald og sjálfræði.

4. Félagsfærni og lífsleikni

Börn þurfa kennslu í samskiptum og félagsfærni auk kennslu í lífsleikni, s.s. að klæða sig, að borða o.s.frv. Með kennslu og æfingu öðlast þau færni.(bls. 9-11).

Vandamál leysast á mun auðveldari hátt þegar börnin taka þátt í að finna lausnir. (bls. 13).

Aga aðferðir sem ekki eru vænlegar til árangurs.

Refsingar munu til lengdar valda frekari neikvæðri hegðun. Eftirlátssemi kennir ekki mikilvæga lífsleikni og sýnir börnum vanvirðinu. Líf með virkum börnum á leikskólaaldri er mun auðveldara þegar fullorðnir átta sig á að jákvætt nám gerist ekki í ógnandi umhverfi. Börn hlusta ekki og meðtaka ekki skilaboð þegar þau eru hrædd, sár eða reið. Refsing heftir því námsferli barna. (bls. 13).



Leiðir sem hvetja til samvinnu.

Mikilvægt er að hafa í huga að hvert barn er einstakt og að ákveðnar leiðir duga ekki alltaf á öll börn.

Átta leiðir til að innleiða JA

1. Fáíð börnin til að taka þátt.

Finnið leiðir svo börnin geti verið með í ákvarðanatöku og veitið þeim tækifæri til að segja hvað þau hugsa og skynja. Börn sem taka þátt í ákvörðunum fá skilning á eigin getu og sjálfræði.

- a) *Skapið venjur saman.* Útbúið skipulag saman og leyfið barninu að ákveða röð verka, takið myndir af barninu í verkefnum og leyfið því að skreyta skipulagið með teikningum. Hafið skipulagið sýnilegt.
- b) *Bjóðið takmarkaða valkosti.* Gefið barninu tvo valkosti og bættu við í lokin „þú ákveður“. Þessi leið gefur barninu persónulegt vald. Ef barnið vill aðra valkosti segir þú einfaldlega „Þetta er ekki einn af valkostunum, þú ákveður á milli hinna tveggja“ (a eða b).
- c) *Skapið tækifæri fyrir börnin til að hafa hlutverk.* Segið við barnið „ég þarf hjálp frá þér“. Fá börn standast slíka bón. Verkefni sem gætu auðveldlega endað í valdabaráttu geta skapað tækifæri fyrir gleði og nánd þegar barnið hjálpar til.

2. Kennið virðingu með því að sýna virðingu.

Sýnið virðingu þegar þið biðjið barnið um eitthvað. Reiknið ekki með því að barnið bregðist strax við þegar þið trúflið það í leik eða verkefni. Veitið smá tíma til undirbúnings. Góðvild og festa sýna barni þínu virðingu, ykkur sjálfum og aðstæðum.

3. Notið kímni/humor.

Lærið að hlæja saman og búið til leiki sem léttu verkefni og gera þau skemmtileg.

4. Þekkið hvar barnið er stött í þroska og hver geta þess og takmarkanir eru.

Það er mikilvægt að þið þekkið getu og takmarkanir barnsins. Sýnið samúð þegar barnið missir stjórn á skapi sínu. Samúð þýðir ekki að barnið geti hegðað sér eins og það vill heldur að þið skilji hvað það er að upplifa. Að þekkja heim barnsins þýðir líka að þið sjáið heiminn frá sjónarhóli þess og að þið þekkið getu þess og takmarkanir.

5. Segið það sem þið meinið, fylgið því eftir með góðvild og festu.



Segið ekkert nema þið getið staðið við það og sagt með virðingu og reisn. Því færri orð – því betra. Sú aðferð getur þýtt að þið leiðbeinið eða sýnið barninu hvað það getur gert í stað þess að refsast því fyrir það sem það getur ekki. Sú aðferð getur líka leitt til þess að þið takið barn undir höndina þegar tími er kominn til að fara í stað þess að rífast við það eða lenda í valdabaráttu.

6. Sýnið þolinmæði.

Þið þurfið að hafa í huga að þið gætuð þurft að kenna barninu aftur og aftur sömu hlutina áður en það hefur náð þroska til að skilja hlutina. Þið þurfið því að sýna þolinmæði.

7. Framkvæmið meira, talið minna.

Endurtekning frá punkti 5. Framkvæmið meira og talið minna, kennið barninu hvað það getur gert í stað þess að segja því hvað það á ekki að gera.

8. Viðurkennið og samþykkið sérstöðu barnsins.

Börn þroskast á ólíkan hátt og styrkur þeirra er mismunandi eftir hverju barni. Uppgötvíð hvað það er sem vekur athygli barnsins, hvað það ræður sjálf til og hvar þið þurfið að koma inn til að aðstoða það. (bls. 14-19).

Jákvæð einvera.

Jákvæð einvera getur verið mjög áhrifamikil leið til að hjálpa börnum og fullorðnum að ná ró sinni svo hægt sé að leysa mál í sameiningu. Því þegar við eru reið eða æst missum við tengingu við þann hluta heilans sem sér um rökhugsun og róar okkur. Þá getum við ekki hugsað rökrétt. Jákvæð einvera er því leið sem hjálpar en er alls ekki refsing. Jákvæð einvera veitir einstaklingum tækifæri til að ná stjórn á skapi sínu, til að ná tengingu við þann hluta heilans sem þar sem rökhugsunin fer fram. Jákvæð einvera hvetur börn einnig læra sjálfstjórn og að taka jákvæðar ákvarðanir, um leið bera þau ábyrgð á sjálfum sér og sinni hegðun.

Hægt er að kalla jákvæða einveru öðrum nöfnum s.s. „kæling“ eða „vellíðunarstaður“. Gott er að þessi staður sé aðlaðandi, þar séu mjúk dýr, bækur, teppi, dýnur og efni til listsköpunar. Sumir trúa þó að með því að gera þennan stað aðlaðandi muni það verðlauna þau börn sem eru óhlýðin. Aðrir átta sig á því að allir munu á einhverjum tímapunkti missa stjórn á skapi sínu og eru of æstir til að eiga í góðum samskiptum, því geta fá augnablik í jákvæðri einveru skipt miklu máli til að róa sig niður og ná aftur stjórn á skapi sínu – ef jákvæða einveran er ekki niðurlægjandi eða sem refsing. Mikilvægt er að börn viti að þau séu velkomin aftur úr jákvæðri einveru þegar þau finna að þau eru tilbúin til þess.

Hér eru nokkrir þættir sem hafa ber í huga varðandi jákvæða einveru og ung börn.



Börn yngri en þriggja ára ættu ekki að fara í jákvæða einveru.

Börn þurfa að hafa náð ákveðnum þroska í rökhugsun til að jákvæð einvera hjálpi þeim. Á meðan þau eru svo ung er besta leiðin að hafa eftirlit með þeim og að leiða huga þeirra að öðrum hlutum.

Börnum gengur betur þegar þeim líður betur.

Jákvæð einvera gefur börnunum tækifæri til að róa sig, fullorðnir gera jafnvel komið með í jákvæða einveru ef það hjálpar börnunum.

Viðhorf hins fullorðna er mikilvægt.

Jákvæð einvera er hugsuð til að gefa börnunum tækifæri til að róa sig en alls ekki sem refsing. Þegar börn fá val á milli jákvæðrar einveru og annars valkosta virkar jákvæð einvera best. („Hvort viltu frekar fara í jákvæða einveru eða finna lausnir með mér, þú ákveður“)

Engin uppeldisaðferð virkar alltaf.

Fullorðnir þurfa að hafa fleiri leiðir en jákvæða einveru í uppeldi sínu. Þeir þurfa að hafa fleiri leiðir eða tæki sem eru jákvæð án þess að vera refsandi.

Hafið alltaf í huga hvar börnin eru stödd í þroska og getu.

Þegar hinn fullorðni þekkir hver þroski barnsins er og hver geta og hegðun þess er miðað við aldur, þá gerir hann ekki of miklar kröfur til barnsins.

Jákvæð einvera getur verið áhrifarík og viðeigandi leið/verkfæri þegar hún er notuð til að kenna, hvetja og sefa. (bls. 19-22).

Þegar barnið hlustar ekki.

Þegar fullorðnum finnst börn ekki hlusta er ástæðan oftast sú að þeir eru að fara fram á of mikið af barninu miðað við þroska þeirra og getu. Skilningur á skapgerð og hegðun miðað við aldur hjálpar, einnig að forðast öskur, refsingar og nöldur sem kallar eingöngu á valdabaráttu. Mikilvægt er að reyna að fá fram samvinnu frá barninu í stað hlýðni. („Það eru leikföng á gólfinu, hvort viltu taka þau saman með mér eða gera það alveg sjálf/ur“?). Börn eru yfirleitt mjög tilbúin í samvinnu þegar þau upplifa að þau hafi valkosti.

Gefið ykkur tíma til að faðma börnin og brosið til þeirra. Þegar börnin upplifa væntumþykju og að þau tilheyra einhverjum líður þeim vel. Munið því enn og aftur að þegar börnum líður betur, þá gengur þeim betur.



Nokkrar ástæður þess að börn hlusta ekki.

Fullorðnir halda fyrirlestra, öskra eða nöldra.

Fullorðnir spyrja börn ekki hvað þau ættu eða ættu ekki að gera heldur segja þeim það.

Fullorðnir fara í valdabaráttu þar sem það að hafa betur skiptir meira máli en að ná framsamvinnu.

Ung börn þurfa að skoða heiminn og rannsaka hann. Fullorðnir vilja oft stoppa þessa eðlilegu þörf. En þörf barnsins er sterkari en kall hins fullorðna.

Börn skilja ekki öll fyrirmæli þar sem þau eru of flókin miðað við þroska þeirra.

Börn hafa aðra forgangsröð en fullorðnir.

Fullorðnir hlusta ekki á börn. (bls. 22-23).

Kafli 2. Jákvæður agi og börn á leikskólaaldri.

Þessi kafli fjallar um breytingar sem verða á börnum á þessum aldri og að foreldrar verði að sleppa ákveðnum tókum á barninu sínu. Þetta eru mikilvæg ár þar sem barnið er að fóta sig í lífinu, gerir mistök og eignast vini. Foreldrar eru mismunandi, með ólíkan bakgrunn og skoðanir, því verða þeir að sammælast um þær reglur og siði sem gilda innan fjölskyldunnar. Börn hafa líka ólíkan bakgrunn og alast upp í mismunandi fjölskylduformi.

Heimurinn þarna úti.

Sérhver reynsla skiptir barnið máli þegar það er að þroskast og læra á lífið. Fullorðnir verða að sleppa ákveðnum tókum á barninu og um leið að sjá að það er hæfur einstaklingur sem er að ná tókum á nýrri þekkingu og reynslu. Að sjálfsgöðu mun barnið gera mistök og það þarf að upplifa það sjálft án þess að fullorðnir stökkvi til og reyni að bjarga því.

Börn á leikskólaaldri læra á þessum árum um samvinnu, vingjarnleika og samúð. Börnin átta sig ekki á því en mest af orku þeirra fer í að byggja upp og viðhalda heilbrigðum og góðum samskiptum. Því fer



einnig mikil orka og tími fullorðinna í að kenna börnunum að eiga í jákvæðum samskiptum og leysa úr vandamálum sem koma upp. (bls. 28).

Foreldrar/uppalendur með ólík sjónarmið og ólíkar fjölskyldur.

Fullorðnir verða að þroska sömu eiginleika til að leysa vandamál og ná fram samvinnu og þeir vilja að börnin nái. Ástæðan er einföld, hinir fullorðnu eru helsta fyrirmynd barnanna. Börn geta þroskað með sér reisu og virðingu, hvernig sem fjölskylda þeirra er samsett. Þau gildi sem fullorðnir hafa í lífinu koma fram í ákvörðunum þeirra. Þessar ákvarðanir hafa áhrif á börnin. Ung börn geta þroskast og vaxið heilbrigð og hamingjusöm innan ólíkra fjölskyldugerðar ef þau upplifa ást, virðingu, reisu og þá tilfinningu að tilheyra/skipta máli. (bls. 29 - 30).

Jákvæður agi – hvers vegna?

Hvort sem þú ert foreldri eða kennari gefur JA áhrifamiklar leiðir/verkfæri til að kenna börnum á þessum viðburðarmiklu og ögrandi árum.

Hugmyndafræði JA byggir á gagnkvæmri virðingu, hvatningu og kennslu í bland við þekkingu á þroska heilans og hvað örvar börnin best á heilbrigðan máta.

Heimurinn sem við búum í er flókinn og ögrandi og það er á ábyrgð okkar að veita börnunum eins mikils sjálfsöryggis, visku og hæfileikans til lausnaleitar eins og við mögulega getum. Börnin þurfa einnig að trú á eigin getu og reisu, hafa heilbrigða sjálfsmynd og kunna að lifa í samfélagi manna.

Jákvæður agi hefur áhrif til lengri tíma á meðan aðrar aðferðir s.s. refsingar hefur áhrif strax en þau áhrif vara í mun styttri tíma. (bls. 30-32).

Góðvild og festa.

Hefðbundinn listi frá foreldrum og kennurum um hvað þeir vilja fyrir börnin;

að þau séu skapandi, öguð, ábyrg, félagslega sterk og heiðarleg, að þau geti tekið ákvarðanir, hafi úthald, aðlögunarhæfni, húnor og leiðtogaþæfileika, sýni virðingu og samúð svo einhverjir þættir séu nefndir.

Hvaða agaaðferðir styðja best við börn svo þau nái að þroskast á þann hátt sem bæði foreldrar og kennarar vilja sjá þau þroskast til? Refsingar virka ekki þegar til langtíma er litið, afleiðingar þeirra verða



oftast þær að börnin sýna neikvæða eða uppreisnargjarna hegðun seinna meir. Á hinn bóginn leggur JA áherslu á aga sem byggir ekki á refsingum heldur á því að byggja upp kunnáttu, færni, þekkingu og sambönd við aðra. Mikilvægt er að vera fyrirbyggjandi. Einnig er mikilvægt að sýna festu. Festa er að meina það sem þú segir og sjá til þess að fyrirfram ákveðnum verkefnum sé lokið. Á þann hátt læra börnin að þú meinar það sem þú segir (um leið verður þú að vanda hvað þú segir, ef þú getur ekki staðið við það sem þú segir, segðu þá ekkert). Góðvild er að skamma ekki, niðurlægja ekki eða lesa yfir börnunum. (bls. 32-34).

Góðvild/ást – hvernig skilar hún sér til barnanna?

Það er ekki spurning um hvort þér þyki vænt um börnin heldur hvort þú sýnir góðvild á þann hátt að hún leiði til þess að börnin nýti möguleika sína til fullnustu sem hamingjusamir einstaklingar sem eru fullgildir í samfélaginu. Í nafni góðvildar geta fullorðnir annað hvort ofverndað börn þannig að þau fái ekki tækifæri til að spreyta sig eða farið þá leið að gera of miklar kröfur til barnanna þannig að þau standi ekki undir þeim. (bls. 35-36).

Mistök eru til að læra af.

Sem fullorðinn áttu eftir að gera mikið af mistökum alveg eins og börnin. Góðu fréttirnar eru þær að mistök eru einstakt tækifæri til að læra af, vaxa og þroskast. Ef þú ert tilbúin/n að fyrirgefa, faðma og finna nýjar leiðir verður þú nánari börnunum og þú og börnin munuð læra mikilvæga lexíu. Þegar þú ert búin/n að átta þig á því hve frábær tækifæri mistök eru til að læra af, getur þú skapað andrúmsloft þar sem hlátur og undur umvefja mistökin sem börnin gera. (bls. 36).

Kafli 3. Að hafa skilning að eðlilegum og viðeigandi þroskaferli barna.

Þessi kafli er frekar fyrir forelda og fjallar um að hver og einn er einstakur, bæði í útliti, hegðun og þroska.

Að skilja hvað er eðlilegt á hverju aldursbili og hvernig á að kenna og hvetja.

Börn á aldrinum tveggja til sex ára eru upptekin af því rannsaka og prófa sig áfram í lífinu. Ein af þeim leiðum sem fullorðnir geta farið er að byggja á styrkleika barnanna, þ.e. vitað hvar börnin eru stödd og hvetja þau áfram með ögrandi verkefnum svo þau fari lengra inn á þroskabrautina (Vygotksky). (bls. 40).



Ferli eða útkoma.

Þegar börn eru að nálgast fimm ára aldurinn eru þau farin að vinna að verkefnum með ákveðið takmark í huga. Þangað til eru þau mun uppteknari af ferli verka frekar en útkomunni. (bls. 41).

Ímyndun eða raunveruleiki.

Þegar börn eru að nálgast fimm ára aldurinn eru þau farin að gera greinarmun á ímyndun og raunveruleika, hins vegar er túlkun þeirra enn takmörkuð við hvar þau eru stödd í þroska. (bls. 44).

Er það satt eða ósatt.

Nokkrar leiðir til að hjálpa börnum þegar þau segja „ósatt“

Gerðið söguna fyndna, ýkta og furðulega og takið þannig þátt í sögunni með barninu.

Einbeitið ykkur að lausnum í stað þess að skamma barnið. Í stað þess að spyrja barnið hverjum er um að kenna, spyrjið það frekar hvort það vanti aðstoð eða hvort það hafi hugmyndir sem leysa málin.

Ef þið heyrið frásögn sem ykkur grunar að sé ósönn segið „þetta er ótrúlegt, við veltum því fyrir okkur hvort þetta sé satt“

Sýnið barninu samúð. Ef það er hrætt við að viðurkenna sannleikann, fullvissið það þá um að við verðum öll einhvern tímann hrædd.

Útskýrið hve mikilvægt það sé að axla ábyrgð á eigin gjörðum. Segið að við gerum öll mistök en með því að kenna öðrum um breyti það ekki ábyrgð okkar á eigin gjörðum.

Talið um mikilvægi trausts. Hjálpið barninu að sjá tenginguna á milli sannleika og þess að aðrir treysti því sem það segir. (bls. 47).

Agí kennir og mistök eru til að læra af þeim. (bls. 48).

Hver er ég? Ólíkir kynþættir.

Börn velta fyrir sér hvert kynhlutverk þeirra sé, þrátt fyrir að uppalendur geri sitt besta til að draga úr staðalímyndum kynjanna. Þegar börn eru að velta fyrir sér t.d. kynfærum sínum er rétt að nota nákvæm



og rétt hugtök eins og brjóst eða typpi. Einnig er rétt að svara á einfaldan en nákvæman hátt öðrum spurningum s.s. að drengir hafi typpi en stúlkur skeið.

Jafnvel mjög ung börn geta lært að virða mun á milli kynþátta, kynja og trúarbragða. Þar sem börn á leikskólaaldri eru að læra svo mikið um sjálf sig er mikilvægt að þau læri um aðra á jákvæðan og virðingarverðan hátt. (bls. 48 - 51).

Heimurinn þarna úti.

Að skilja og þekkja þroska barnanna gefur fullorðnum mun betri tækifæri til að takast á við hegðun þeirra á jákvæðan hátt þó að sjálfsgöðu læðist inn nokkur mistök. Hlutverk hins fullorðna er að kenna börnunum að heimurinn er staður þar sem börnin eru elskuð, þau geta elskað og lært hver þau og aðrir eru. (bls. 60).

Aðrir undirkaflar eru: Aldur og gluggi tækifæranna, Í sporum barns, Börn og þjófnaður, Menning og samfélag, Fæðingarröð, Ættleiðing - ætti barnið að fá að vita um hana?

Kafli 4. Hinn dásamlegi heili. Nám og þroski.

Nám, hvað, hvernig og hvers vegna.

Mikilvægt er hvernig samskipti foreldrar og kennarar eiga við börn á leikskólaaldri því þessi tími skiptir sköpum fyrir vöxt heilans, þroska og nám. Heilinn heldur áfram að vaxa, þroskast og læra í gegnum barnæsku og unglingsár. Í raun þroskast ekki sá hluti heilans, miðheilinn (prefrontal cortex) sem ber ábyrgð á tilfinningum, hvatvísi og rökhugsun að fullu fyrir en um tuttugu og fimm ára aldurinn. (bls. 62 – 63).

Hvernig heilinn þroskast.

Heilinn er að vaxta og þroskast fyrstu ár ævinnar og það sem börn læra og ákveða um þau sjálf verður hluti af taugaboðum heilans (wiring). Utanaðkomandi örvun sem börn upplifa í gegnum heyrn, sjón, bragð og snertingu aðstoðar heilann til að skapa eða breyta tengslum og örvar hann.



Um tíu ára aldurinn eyðast taugaboð/heilafrumur sem hafa ekki verið notaðar lengi. Á unglingsárum hefur um helmingur eyðst. Því skiptir máli að virkja og nota heilafrumur. Því er það á ábyrgð hins fullorðna að börnin fái tækifæri til að nýta sér fyrri reynslu og skapa nýja. (bls. 63 – 64).

Erfðir eða umhverfi

Þó erfðir hafi mikið að segja um hvernig börn þroskast skiptir umhverfi þeirra miklu máli. Eins ófullkomnir og fullorðnir eru, hvort sem þeir eru foreldrar eða kennarar, þá bera þeir þá miklu ábyrgð að skapa umhverfi barnsins og um leið ábyrgð á þroska þeirra. Heilinn heldur endalaust áfram að vaxa og missir aldrei þann eiginleika að læra nýja hluti og skapa nýjar tengingar. Breytingar geta orðið flóknari með aldrinum en allir hafa þá getu að breyta viðhorfi sínu, hegðun og samböndum. (bls. 64).

Nám fyrir börn?

Ef ákveðinni þekkingu eða hugmyndum er þröngvað upp á börn sem þau ráða illa við þó foreldrar meini vel, getur útkoman orðið sú að börn hugsi að þau séu ekki nógu góð. Það er þó fjarri lagi því sannleikurinn getur einfaldlega verið sá að heili barnanna er einfaldlega ekki orðinn nógu þroskaður til að skilja þessa tilteknu þekkingu eða hugmynd. Þessi vanmáttartilfinning getur fylgt börnunum og fælt þau frá því að læra þessa tilteknu þekkingu eða hugmynd í framtíðinni.

Börn læra best þegar þau eru virk og nota skynfæri sín, sjón, lykt, heyrn, bragð eða snertingu. Börnin þurfa einnig tækifæri til að tengja það sem þau þegar vita við nýja þekkingu svo þau geti byggt upp skilning sinn á heiminum.

Börn læra best þegar þau eru róleg og búa í eðlilegu örvandi umhverfi. Börnum gengur betur í bóklegu námi þegar þau eru tilfinningalega og félagslega tilbúin að vera í burtu frá heimili sínu. (bls. 65-67).

Speglun tilfinninga (taugafruma).

Í heila mannanna fer fram speglun tilfinninga (taugafruma). Þetta þýðir að heilinn afritar líkamshreyfingar, andlitshreyfingar og tilfinningar. Ef fullorðnir eru æstir, reiðir eða áhyggjufullir er það speglun tilfinninga (taugafruma) sem fær börnin til að líkja eftir hinum fullorðnu og þeim fer að líða eins. Af sömu ástæðu skýrir speglun tilfinninga (taugafruma) það þegar fólk grætur eða hlær saman eða reiðist hvert við annað. Speglunin skýrir því einn þáttinn í því hve mikilvægar fyrirmyndir fullorðnir eru fyrir börnin, hegðun segir svo miklu meira og er mun mikilvægari en nokkur orð þegar kemur að kennslu. (bls. 67).



Hvernig best er að hvetja til heilbrigðs þroska, vaxtar og náms.

Rannsóknir hafa sýnt að börn sem búa við kærleiksríkt umhverfi, stöðugleika og hlýju framleiða minna af streituhormóninu cortisol. Því er það að þegar þau börn verða æst geta þau „slökkt“ mun hraðar á streituvíðbrögðum sínum. Faðmlög, hlátur og bros eru frábær verkfæri í uppeldi og þegar horft er fram í tímann veita þau börnum mun meira heldur en leikföng eða afþreying. Þegar fullorðnir verja tíma sínum með börnum, sýna áhuga á verkefnum þeirra og vangaveltum og nota virka hlustun gefur það börnum þá tilfinningu að þau séu viðurkennd og elskuð. Þessi tilfinning hefur áhrif á heilann og styrkir þroska hans.

Nokkrar leiðir til að örva vöxt heilans.

Sýnið ástúð og áhuga og viðurkennið barnið.

Talið saman, í stað þess að gefa fyrirmæli.

Lesið reglulega fyrir barnið.

Hvetjið til forvitni, rannsókna og að barnið fái að spreyta sig.

Takmarkið áhorf á sjónvarp.

Notið aga til að kenna, ekki til að skamma eða niðurlægja.

Viðurkennið og samþykkið sérstöðu barnsins.

Veitið barninu tækifæri til náms þar sem það getur nýtt skynfæri sín.

Veitið barninu tækifæri til náms í gegnum leik.

Hugið um sjálf ykkur. (bls. 68-74).

Aðrir undirkaflar eru: Á leið í skóla; er barnið mitt tilbúið, Þekktu barnið þitt.



Kafli 5. Ég get þetta. Gleði og áskoranir vegna frumkvæðis barna.

Þriggja til sex ára börn þurfa jafnvægi á milli öryggis, sköpunar og hugrekks þegar þau eru að kanna getu sína og hugmyndir um heiminn. Það þýðir þó ekki að þó börn sýni frumkvæði að þau megi og eigi að gera allt það sem þeim dettur í hug. Börnin þurfa örugg mörk þar sem þau geta rannsakað, kannað og lært, þar sem þau öðlast trú á eigin getu og hæfni. Foreldrar og kennarar sem skilja og þekkja þetta aldursbil, vita hve mikilvægt er að skapa umhverfi sem eykur og styður við frumkvæði en dregur ekki úr börnunum. (bls. 80-81).

Nokkrar leiðir til að örva frumkvæði.

Hlutverkaleikir

Verið skýr með hvers þið væntið.

Þjóðið takmarkaða valkosti. (bls. 84-88).

Oó, ég gerði mistök.

Börn á leikskólaaldri gera mistök, þau eru ekki fullkomin. Hins vegar skiptir viðhorf hinna fullorðnu miklu máli og það verður mun einfaldara að hvetja til frumkvæðis ef þeir geta breytt viðhorfi sínu. Því hvort er mikilvægara - fullkominun eða að gefa barni tækifæri til að efla og þroska sjálfstraust sitt og lífsleikni? (bls. 91).

Opnar spurningar.

Ef fullorðnir halda fyrirlestra og lesa yfir börnum um eitthvað sem gerðist og af hverju, hvernig þeim á að líða vegna þess og hvað þau eiga að gera heftir það frumkvæði barnanna. Þegar lesið er yfir börnunum sjá þau ekki að mistök eru tækifæri til að læra af, afleiðingin er frekar uppreisn, sekt eða sú tilfinning að þau standi ekki undir væntingum hinna fullorðnu. Þegar börnum er sagt hvað þau gerðu, hvernig og hvers vegna kennir það þeim eingöngu hvað á að hugsa en ekki hvernig.

Hvatning er gríðarlega mikilvæg.

Rudolf Dreikrus sagði aftur og aftur „Hvatning er barni jafn mikilvæg og vatnið er fyrir blómin“. Hvatning hjálpar börnum að þroska hugrekki; hugrekki til að læra og vaxa, hugrekki til að læra af mistökum án



sektar eða skammar, hugrekki til að þroska félagshæfni og lífsleikni. Með opnum spurningum hvetja fullorðnir börn, þegar þeir hvetja þau til að skoða hvaða afleiðingar ákvarðanir þeirra hafa í stað þess að segja börnunum hvað mun gerast eða gerðist.

Hvatning þarf að vera nákvæm en ekki óljós („Þú byggðir stóran turn, sjáðu hvað þú þurftir að teygja þig mikið til að geta sett efstu kubbana í turninn því hann er hærri en þú“ / „Þetta er aldeilis fint hjá þér“). (bls. 92-93)

SJÁ MUNINN Á MILLI LOFS OG HVATNINGAR Í TÖFLU 1.

Aðrir undirkaflar eru: Frumkvæði barna, Frumkvæði eða stjórnun, JA í starfi, Að hjálpa börnum að nýta getu sína til fullnustu.

Kafli 6. Að viðurkenna barnið eins og það er. Að skilja skapgerð barnsins.

Mikilvægt er að kynnast hverju og einu hverju barni sem best.

Goðsögnin um hið fullkomna barn.

Börn á leikskólaaldri eru stanslaust að kanna hversu langt þau komast, hversu mikið sjálfræði þeirra er. Tilraunir þeirra og frumkvæði er hægt að túlka sem neikvæða hegðun.

Vísindamenn sem hafa rannsakað heilann halda því fram að skapgerð einstaklinga sé meðfædd sem hluti af tengingu („wiring“) heilans. Samskipti barnanna við hina fullorðnu hefur mikil áhrif á hvernig þessi meðfæddu eiginleikar þroskast. Viðhorf, hegðun og ákvarðanir geta breyst með tíma og reynslu en svo virðist sem skapgerð breytist ekki. Því er mikilvægt að þekkja, skilja og viðurkenna hver skapgerð barnanna er. Það mun auðvelda það starf að styðja þau til aukins þroska og vaxtar og að vinna með þeim.

Að skilja hver skapgerð barna er þýðir ekki samþykki fyrir öllu því sem þau gera. Það auðveldar hins vegar það starf að kenna börnunum viðeigandi hegðun, hæfni og getu. Að bjóða takmarkaða valkosti er virðingarverð leið til að viðurkenna þarfir barnanna og þær aðstæður sem koma upp. (bls. 98-99).



Hinar níu tegundir skapgerðar.

Þegar skilningur á skapgerð barnanna er fyrir hendi og fullorðnir sýna góðvild og festu og nýta sér verkfæri JA, þá hjálpar það bæði hinum fullorðnu og börnunum að upplifa velgengni, bæði heima fyrir og í skóla. Engin ein skapgerð er betri en önnur heldur er einfaldlega ólík og krefst mismunandi áskorana fyrir foreldra og kennara. Mikilvægt er að gera kröfur til barnanna miðað við hver geta þeirra er og að gleðjast yfir sterkum hliðum þeirra.

1. Mikil/lítill virkni.

Skipuleggið fram í tímann með þarfir barnanna í huga. Skipuleggið einnig tíma fyrir ykkur sjálf. Hafið tíma þar sem börnin fá útrás fyrir orkuna og áttið ykkur á að sumum börnum er mjög eðlilegt að vera róleg.

2. Mikil/lítill reglufesta.

Hafið skipulag sem minnkar álag á börnin þannig að þau viti hvað er að fara að gerast.

3. Mikil/lítill ósjálfráð viðbrögð.

Hvetjið börnin og gefið þeim góðan tíma til að aðlagast nýjum aðstæðum.

4. Mikil/lítill aðlögunarhæfni.

Hvetjið börnin og gefið þeim góðan tíma til að aðlagast nýjum aðstæðum.

5. Mikil/lítill þröskuldur skynfæra.

Áttið ykkur á hvað truflar börnin, farið hægt í hlutina og hvetjið áfram.

6. Mikið/lítið skapríki.

Þið getið ekki breytt því hvort börnin eru glaðleg eða ekki, þið getið valið ykkar viðhorf til þeirra um leið og þið styðjið þau áfram.

7. Mikil/lítill styrkur viðbragða.

Þið getið ekki breytt viðhorfum barnanna en þið getið valið ykkar viðhorf til þeirra um leið og þið styðjið þau áfram.

8. Mikil/lítill truflun einbeiting.

Horfið í styrkleika barnsins.

9. Mikil/lítill þrautseigja og athyglisspönn

Skipuleggið ykkur, hvetjið börnin. (bls. 100-111).



Skapgerð; áskorun eða tækifæri.

Kennarar ættu að íhuga að gefa foreldrum upplýsingar um ólíkar skapgerðir. Skilningur bæði foreldra og kennara auðveldar skilning þeirra á getu og hæfileikum barnanna í stað þess að hafa óraunhæfar væntingar til barnanna. Hvert barn og hver tegund skapgerðar ber með sér kosti og galla. Árangursríkar uppeldisaðferðir hjálpa hverju barni að efla þeirra sterku hliðar og byggja upp þær veikari hliðar sem hafa áhrif til langframa. (bls. 112).

Verkfæri JA fyrir foreldra og kennara.

JA býður upp á mikið af verkfærum sem henta börnum með ólíka skapgerð því þessi verkfæri hvetja börnin til að læra samvinnu, lífsleikni og að bera ábyrgð. Þó skiptir máli að skilja ólíkar skapgerðir og þá um leið hvaða aðferðir virka best á hverjum tíma eftir þörf hvers og eins barns. Sem dæmi má nefna jákvæða einveru fyrir þau börn sem þurfa á ná stjórn á skapi sínu. Annað dæmi er fjölskyldu/barnafundur sem er mikilvæg leið fyrir börn til að læra lausnaleit og samvinnu. Opnar spurningar hvetja börn til að einblína á persónulega ábyrgð hvers og eins um leið og þau skoða hvað gerðist, af hverju, hvernig þeim líður með það og hvað þau gætu gert öðruvísi næst. Foreldrar og kennarar geta hjálpað börnum að þroskast sem mest og best þegar þeir skilja og virða einstaklingseðli hvers barns. (bls. 115).

SJÁ LISTA YFIR VERKFÆRI JÁKVÆÐS AGA Í TÖFLU 2.

Góðvild sýnir virðingu fyrir barninu og einstaklingseðli þess, festa sýnir virðingu fyrir þeim aðstæðum sem uppi eru. (bls. 118).

Aðrir undirkaflar eru: Berkley rannsóknir, Hver er þörfin á hverjum tíma, Einstaklingseðli og sköpunargáfa, Elskaðu barnið sem þú átt, Stefndu að framförum en ekki að fullkomnun.

Kafli 7. Þú talar ekki við mig í þessum tón. Tilfinningin og listin að eiga samskipti.

Fullorðnir eiga erfitt með að takast á við tilfinningar sínar, hvað þá ung börn því þau hafa ekki lært hvað tilfinningar eru, hvernig á að greina þær í sundur, tala um þær eða takast á við þær á skilvirkan hátt. Svo hægt sé að skilja börn og eiga samskipti við þau þurfa fullorðnir að ráða í ósögð orð, skilja hvað þau



upplifa og hjálpa þeim að skilja það sjálf. Því þarf að kenna börnunum að líðan þeirra er í lagi en ákveðin hegðun er það ekki (það er í lagi að verða reiður en ekki í lagi að henda kubb í næsta mann).(bls. 120).

Hvað eru tilfinningar?

Tilfinningar eiga upptök sín í miðheilanum (limbic system) og eru í raun það eldsneyti sem knýr áfram heilann. Það er margra ára ferli að læra að þekkja og stjórna tilfinningum sínum og það tekur börn mörg ár. Meðan á þessum tíma stendur þurfa börnin á þolinmæði, skilningi, festu og kennslu að halda frá hinum fullorðnu. Börn læra um tilfinningar alveg eins og aðra hluti með því að fylgjast með fullorðnum (speglun tilfinninga/taugafruma). Tilfinningar skapa ekki vandamál heldur ákveðnar gjörðir. Frekjukast er vegna „tilfinningalegrar sýningar“en ekki vegna tilfinningarinnar sjálfrar. (bls. 120-121).

Að kenna börnum muninn á tilfinningum og gjörðum.

Börn þurfa að læra að greina á milli tilfinninga sinna og þess að tjá þær á viðeigandi máta. Bæði börn og fullorðnir verða að læra að munur er á tilfinningum og gjörðum manna. Börn sýna oft neikvæða hegðun því þau kunna ekki að tjá tilfinningar sínar á réttan hátt, hegðunin er ekki vegna þess að þau séu illgjörn eða slæm. (bls. 121).

Að þekkja tilfinningar sínar.

Tilfinningar geta bæði verið jákvæðar og neikvæðar, þær geta líka gefið mikilvægar upplýsingar þegar einstaklingar hafa lært að þekkja þær og treysta þeim. Börn á leikskólaaldri hafa enn ekki náð þeim málþroska að geta tjáð hugsanir sínar, því treysta þeir óyrtum skilaboðum mun meira en töluðum. Þeir lesa í svipbrigði, raddblæ og líkamsbeitingu. (bls. 122).



Samskipti án orða.

Sem fullorðinn verður þú að gera þér grein fyrir óyrtum skilaboðum sem þú sendir frá þér, og hvort samræmi sé á milli orða og gjörða því börn taka betur eftir því sem við gerum heldur en því sem við segjum.

Grunnþættir samskipta án orða.

1. Augnsamband.
2. Líkamsstaða.
3. Raddblær.
4. Andlitssvipur og snerting. (bls. 123-126).

Virk hlustun.

Virk hlustun felur í sér þá list að hlusta eftir orðum og tilfinningum og spegla þær til baka. Hinn fullorðni þarf ekki að vera sammála þeim sem hann hlustar á. Hins vegar gefur hann barninu þá tilfinningu að það sé skilið og að hinn fullorðni tengist því. Þetta er mikilvægt fyrir alla að upplifa og skapar tækifæri til að rannsaka og skýra betur tilfinningar.

Dæmi um óvirka hlustun „Vertu ekki kjánalegur, það eru aðeins litlir krakkar sem nota þela og þú ert orðinn svo stór núna“ Þarna er ekki verið að hlusta á óskir barns.

Dæmi um virka hlustun „Mér heyrir að þér finnist þú útundan núna eftir að litla systir þín fæddist. Getur þú sagt mér eitthvað meira“? Þarna er verið að spegla tilfinningar barnsins en ekki aðeins hlusta á þau orð sem það segir. (bls. 126-128).



Hvað með reiði? Að takast á við erfiðar tilfinningar.

Að leita lausna meðan fullorðnir og börn eru æst er ógerlegt því miðheilinn (prefrontal cortex) er ekki „í sambandi“. Því getur jákvæð einvera hjálpað mikið til, hún veitir fólki tækifæri til að ná stjórn á tilfinningum sínum áður en það reynir að leysa úr málum. (speglun taugafruma) (bls. 129).

Hvernig hægt er að kenna barni að þekkja og stjórna tilfinningum sínum.

- Nokkrar leiðir sem geta hjálpað börnum að rannsaka og tjá tilfinningar sínar.
- Þjófðið barninu að teikna hvernig tilfinningin er.
- Biðjið barnið um að tala um tilfinningar sínar frekar en bregðast við þeim.
- Biðjið barnið að taka eftir því hvað gerist í líkama þegar það verður mjög reitt.
- Hafið „tilfinningakort“ við höndina og spyrjið barnið „Líður þér eins og einhverjum á þessum myndum“?
- Þjófðið upp á ásættanlegar leiðir fyrir barnið svo það fái útrás fyrir tilfinningar sínar.
- Kennd barninu öndunaræfingar.
- Þjófðið barninu að fara í jákvæða einveru til að ná stjórn á tilfinningum sínum.
- Notið bækur og myndir til að hefja umræður um reiði og fleiri tilfinningar.
- Hjálpið barninu að útbúa Hjól valkostana.
- Leyfið barninu að eiga síðasta orðið.

Reiði er ekki eina erfiða tilfinningin sem börn þurfa að læra að eiga við og stjórna. Með virkri hlustun, með skilningi og notkun hugmyndanna hér að ofan geta fullorðnir líka hjálpað börnum að takast á heiðarlegan hátt við afbrýðisemi, hræðslu, sorg og allar aðrar tilfinningar sem fyrirfinnast.

Kennurum getur þótt erfitt að nota leiðir sem draga úr reiði eða bjóða hópum að fara í hlutverkaleiki til að fara yfir þær tilfinningar sem vakna þegar börnin verða reið. Með því að vera fyrirbyggjandi og vera búin að tala um tilfinningar og að kenna leiðir til að stjórna þeim er hægt að fylgja ákveðinni áætlun ef tilfinningarnar gjósa upp. (bls. 130-132).

SJÁ HJÓL VAKOSTANA Á MYND 1.



Tilfinningalegur heiðarleiki.

Ef fullorðnir koma sinni líðan sinni og tilfinningum á framfæri á eðlilegan og heiðarlegan máta, minnka þeir líkur á átökum og veita börnum góða fyrirmynd um hvernig þau geta komið tilfinningu sínum til skila á viðeigandi hátt (ef þú ert reiður, þá er það ekki besta leiðin að öskra heldur tjá þína líðan með orðum).

Tilfinningalegur heiðarleiki er oftast besta leiðin, það getur falist mikill lærdómur í því að segja við barn á rólegan og yfirvegaðan hátt „ég er mjög reið/ur núna“. Það þarf ekki að skamma eða kenna einhverjum um hlutina heldur að útskýra á einfaldan máta hver þín líðan og tilfinningar eru og af hverju. Þessi leið hjálpar fullorðnum að takast á við tilfinningarnar sínar um leið og börnin læra jákvæða hátt hvernig þau geta tjáð sína líðan og tilfinningar. Að útskýra fyrir barni hvernig þér líður og af hverju getur komið í veg fyrir misskilning og rugling á milli þín og barnsins. „Ég“ skilaboð er kraftmikil leið til að fá börn til að sjá hlutina frá öðrum sjónarhóli en sínum.

Hægt er að nota ákveðið form með þessari leið. „Mér líður _____ vegna _____ og því _____“ (bls. 133-134).

Á ég að vernda barnið mitt frá sorg eða áhyggjum?

Börn eru sjálflæg og trúá því oft að þau séu orsök ýmissa neikvæðra hluta. Börn þurfa því að fá tækifæri til að skilja hvað er að gerast í kringum þau, það gefur þeim þá tilfinningu að þau tilheyri fjölskyldu sinni. Það á ekki að fela hluti fyrir börnum en það á heldur ekki að leggja of þungar byrgðar á herðar þeim.

Ef fullorðnir skoða og virða tilfinningar barna og ef þeir eru sjálfir heiðarlegir varðandi sínar eigin tilfinningar byggja þeir upp samband sem einkennist af trausti og samskiptum auk hæfni til að leysa úr vandamálum.(bls. 135-136).

Tími með barninu.

Fullorðnir þurfa að veita börnum þá tilfinningu að þau séu mikilvæg og þess virði að verja tíma með. Sá tími „einstaklingstími“ þarf ekki að vera langur og gefur börnunum þá tilfinningu að þau séu elskuð. Tími



sem fullorðnir verja með börnum, tími sem þeir nota til að hlusta á börnin, og heyra um drauma þeirra, tilfinningar og hugsanir er tími sem skilar sér þegar horft er til framtíðar.

Kennarar þurfa líka að hafa í huga að sá tími sem þeir verja með börnunum hefur mikil áhrif á hvernig börnin líta á heiminn í kringum sig. Þegar fullorðnir gefa sér tíma til að skilja tilfinningar barnanna og kenna hvernig þeim er komið á framfæri á jákvæðan hátt, þá byggja þeir um leið upp samband sem einkennist af trausti og væntumþykju. (bls. 136-137).

Kafli 8. Af hverju hegða börnin sér svona?

Margir þættir hafa áhrif á hegðun barna á leikskólaaldri, þ.á.m. má nefna skapgerð, fæðingarröð, þroska heilans og líkamlega og andlega getu og hæfni. Þegar börn hegða sér illa er það þeirra leið til að láta fullorðna vita að þeim líður ekki vel eða að þau upplifa að þau tilheyri ekki hópi/skipti ekki máli. (bls. 139-140).

Hvað er röng hegðun?

Hvernig gera fullorðnir greinarmun á því hvort hegðun er röng eða ekki? Aðalmálið er hvort börn upplifi að þau séu ekki hvött áfram. Börn sem upplifa að þau tilheyri ekki/skipti ekki máli eru mun líklegri til að hegða sér illa. Þ.e. barn sem hegðar sér illa vill fá að tilheyra/skipta máli og veit ekki betri leið til að takast það. (bls. 142).

Röng hegðun eða dulin skilaboð?

Fjórar ástæður hegðunar (Mismunandi hegðun – þýðing Aníta Jóns. Hrafnagilsskóla)

Þörf fyrir athygli.

Þörf fyrir vald.

Hefnd.



Uppgjöf.



Leiðir til að skilja hegðunina.

Ef fullorðnir læra að skilja hvað liggur að baki hegðunar barna geta þeir um leið tekist á við hegðunina og þau viðhorf sem liggja að baki henni. Þeir þurfa að þekkja tilfinningar sínar því þá átta þeir sig því hvað barnið er að reyna að segja. Hegðun á sér ekki stað í tómarúmi, það liggja alltaf ákveðin skilaboð að baki hegðuninni.

Tilfinningar/viðbrögð hins fullorðna við hegðuninni.

tilfinningar/viðbrögð hins fullorðna við hegðun barns er fyrsta mikilvæga vísbendingin til að skilja hvað liggur að baki hegðuninni. Fullorðnir þurfa ekki að bregðast við tilfinningum sínum, heldur einfaldlega að átta sig á þeim og nota til að skilja og hjálpa barninu. Það er einnig skýrt að börn láta fullorðna ekki upplifa ákveðna hluti heldur er það sá skilningur sem fullorðnir hafa á hegðun barnsins. Þegar skilningur á hvað hegðun barnsins er að segja breytast tilfinningarnar um leið.

Gagnlausar/ómarkvissar aðferðir til að stöðva hegðun.

Ákveðin viðbrögð fullorðinna kalla á ákveðin viðbrögð barna, ef öskrað er á þau, þeim skipað fyrir eða þau hunsuð magnast hegðun barnanna til muna og oft enda slík samskipti í valdabaráttu sem enginn vinnur.

Viðbrögð barna við gagnlausum/ómarkvissum aðferðum fullorðinna.

Sú hegðun sem börn sýna við gagnlausum/ómarkvissum aðferðum hinna fullorðnu er líka vísbending um hvað þau eru að reyna að segja. Þessar ómarkvissu aðferðir eru að hunsa börnin eða að refsast þeim. (bls. 146-148).



Að sjá möguleikana.

Viðhorf verða að breytast áður en hegðun breytist því þó hægt sé að stöðva ákveðna hegðun hjá barni um stundarsakir þarf viðhorfsbreytingu hjá barninu – meira þarf að liggja að baki til að breyta hegðuninni alveg. (bls. 148).

Gæðatími/„einstaklingstími“.

Börn þarfnast hvatningar umfram annað þegar breyta þarf viðhorfum þeirra þar sem þau skortir hvatningu þegar þau hegða sér illa. Ef börn fá hvatningu breytist hegðun þeirra oft til hins betra og þá þarf ekki að taka á sjálfri hegðuninni.

Gæðatími/„einstaklingstími“ gefur börnum mikla hvatningu og eru þrír þættir mikilvægir þegar horft er til þessa tíma.

Viðhorf hins fullorðna - til mikilvægis þessa tíma.

Athygli hins fullorðna – er hann til staðar fyrir barnið?

Að vera saman – ein. (bls. 148-150).

Kafli 9. „Röng“ hegðun heima við.

Þessi kafli fjallar um „ranga“ hegðun heima fyrir og mikilvægi þess að greina ástæður hegðunarinnar í stað þess að einbeita sér að því að stöðva hegðunina. Unnið er út frá töflunni um fjórar ástæður hegðunar (gefin dæmi um hverja og eina hegðun og hvernig hægt er að vinna úr aðstæðum). Fullorðnir þurfa að viðurkenna tilfinningar barnanna.



Að greina hvað liggur að baki hegðuninni og að bregðast við henni.

Þörf fyrir athygli.

Nokkrar leiðir til að hvetja börn sem sýna þörf fyrir athygli.

Notið virka hlustun.

Virka hlustun er leið til að skilja hvað barnið er að meina og hvernig því líður. Mikilvægt er að spegla tilfinningar barnsins og sannreyna að þú skiljir það.

Verið vakandi og gerið málamiðlanir.

Þegar fullorðnir eru vakandi fyrir þörfum barnanna, geta þeir betur gert málamiðlanir út frá eigin þörfum og þörfum barnanna.

Gerið barnið að þátttakanda með samvinnu.

Þegar fullorðnir biðja börn um aðstoð og samvinnu eru þau ótrúlega tilbúin í hvað sem er.

Faðmið barnið.

Með faðmlagi fá börn þau skilaboð að þau séu elskuð. Faðmlag gefur svo miklu meira en fyrirlestrar og nöldur.

Hvetjið barnið til að hafa ofan af fyrir sér og að hugga sig sjálf.

Hvetjið barnið til að hafa ofan af fyrir sér sjálf, það er ferli sem tekur tíma en barn sem hefur fundið leiðir til að verja tíma sínum er mun minna krefjandi á tíma hins fullorðna. (bls. 156-158).



Þörf fyrir vald.

Þegar fullorðnir og börn eru föst í valdabaráttu endar það á þá leið að annar aðilinn upplifir sigur en hinn aðilinn ósigur. Hver er þá vinningurinn?

Nokkrar leiðir til að hvetja börn sem sýna þörf fyrir vald.

Þjóðið takmarkaða valkosti.

Hvort viltu lesa bók eða byggja úr kubbum“?

Beinið þörf barnsins fyrir vald í að þau aðstoði.

Þegar börn eru beðin um hjálp beinir það huga þeirra frá valdabaráttu og í átt að jákvæðri samvinnu.

Kröfur kalla á mótspyrnu en opnar spurningar kalla oftast á samvinnu.

Talið minna, framkvæmið meira – með góðvild og festu.

Sleppið fyrirlestrum og skömmum og framkvæmið með góðvild og festu. Ef barn gerir eitthvað í reiði, fjarlægjið það úr aðstæðum án orða.

Þjóðið upp á jákvæða einveru.

Jákvæð einvera býður upp á að bæði börn og fullorðnir nái stjórn á skapi sínu. Þá fyrst er hægt að ræða málin.

Ákveðið tíma fyrir lausnaleit.

Þjóðið upp á umræður seinna á ákveðnum tíma. Þá veit barnið að það fær að ræða sín mál. (bls. 158-162).



Hefnd.

Munið að börn á leikskólaaldri eru enn ekki komin með fullan líkamsþroska, því missa þau hluti, hella niður, reka sig í o.s.frv. Oft eru því um óhöpp að ræða ef þau gera eitthvað sem fullorðnir túlka sem óhlyðni.

Nokkrar leiðir til að hvetja börn sem virðast vilja hefna sín.

Takist á við særðar tilfinningar.

Gerið barninu ljóst að þið skiljið tilfinningar þess, þá upplifir það að það tilheyrir ykkur/skipti máli.

Biðjist afsökunar ef þið hafið valdið sársauka.

Þegar fullorðnir biðjast afsökunar sjá börn að þeir taka ábyrgð á eigin hegðun og gjörðum. Börnin læra um leið að þó einhver sé særður eða reiður er ekki í lagi að særa aðra. Þegar fullorðnir bregðast við viðhorfinu á bak við hegðun barnsins, (í stað þess að refsa eða skammast) átta þeir sig á að þeir hvorki geta né eiga að stjórna barninu. Þeir þurfa einnig að ákveða að kennsla og hvatning eru mun áhrifaríkari aðferðir heldur en refsing.

Hlustið á hvað barnið segir.

Fullorðnir þurfa að „lesa“ í hegðun barnsins en ekki bara hlusta á hvað það segir. Þeir þurfa að spyrja opinna spurninga og reyna að skilja hvað er í gangi. Þegar börn geta sett orð á tilfinningar sínar geta þau frekar unnið að lausnum.

Verið viss um að barnið viti að það sé elskað.

Þegar börn gera mistök er vitneskjan um að þau séu elskuð mikilvæg til að bæta úr málum.

Gerið úrbætur en afsakið ekki.

Hjálpnið barninu að bæta úr hlutum með góðvild og festu í stað þess að skamma eða nöldra. Ef barn hellir t.d. niður, gefið því tækifæri til að þurrka upp eftir sig. (bls. 163-166).



Uppgjöf.

Uppgjöf er oftast sú hegðun sem minnst fer fyrir en hefur þó mestu áhrifin á börn. Börn sem sýna uppgjöf vekja mun minni athygli á sér og verða nær ósýnileg. Börn sem trú á því að þau ráði ekki við hluti, trú á því stundum af því að þau geta ekki gert hlutina á fullkominn hátt og því sé alveg eins gott að gefast bara strax upp. En um leið og börn átta sig á að mistök eru til að læra af, geta þau hrist af sér þessa trú á eigin vangetu.

Nokkrar leiðir til að hvetja börn sem hafa gefist upp.

Hafið trú á barninu og gefið því tækifæri til að gera hlutina sjálf.

Ekki gera allt sjálf fyrir barnið, sjálfstraust þess byggist á því að það finnur að það getur sjálft gert ýmislegt. Þegar allt er gert fyrir börnin dregur það úr þeim kjark til að spreyta sig.

Hvetjið barnið áfram og gerið æfingar í litlum skrefum.

Hvetjið barnið til að gera hluti sjálf, hafið verkefnið lítil í fyrstu svo börnin upplifi að þau ráði við þau. Lítil skref í byrjun er lyklatríði þegar byggja þarf upp börn sem trú á því að þau geti ekki gert neitt.

Kennið að mistök eru tækifæri til að læra af.

Ef börn heyra gagnrýni um leið og þau hafa ekki trú á sjálfum sér dregur það úr þeim. Því er best að sleppa allri gagnrýni og kenna börnunum að þau læra af mistökum sínum. (bls. 168-171).

Verið vakandi fyrir því sem börnin reyna að koma til skila.

Fullorðnir þurfa að skilja að börn ákveða ekki á meðvitaðan hátt að hegða sér á ákveðinn máta til að koma ákveðnum skilaboðum áleiðis. Börnin eru lítillega meðvituð um hvaða viðhorf liggja að baki hegðuninni og því er hegðun þeirra ekki úthugsuð leið til að ná sínu fram. Fullorðnir þurfa líka að átta sig á að það tekur tíma að skilja hvað það er sem börnin eru að reyna að segja með hegðun sinni og að breyta viðhorfunum sem liggja að baki hegðuninni. (bls. 171).

Kafli 10. „Röng“ hegðun í leikskólanum.

Þessi kafli er hliðstæður 9. kafla nema núna eru dæmi úr leikskólum,



Pörf fyrir athygli.

Nokkrar leiðir til að hvetja börn í leikskólanum sem sýna þörf fyrir athygli.

Veitið barninu athygli með þátttöku í þroskandi verkefnum.

Fáið aðstoð barnsins við hin ýmsu verkefni.

Kennið samskipti án orða.

Eigið samskipti við börnin án orða, notið snertingu, augnsamband, bros.

Veitið barninu athygli áður en hegðun þess verður neikvæð.

Sýnið áhuga á því sem börnin hafa áhuga á, á þann hátt upplifa börnin að þau og þeirra áhugamál skipta máli.

Gefið tíma til æfinga.

Gefið rúman tíma fyrir börnin til að þjálfra færni sína og getu. Beinið börnunum í verkefni sem skipta máli svo þau upplifi þá tilfinningu að þau tilheyri hópnum og skipti máli. (bls. 173-176).

Pörf fyrir vald.

Börn sem upplifa þörfina fyrir vald eyða mikilli orku og tíma í mótspyrnu við fullorðna.

Nokkrar leiðir til að hvetja börn í leikskólanum sem sýna þörf fyrir vald.

Biðjið barnið um aðstoð.

Þegar börn fá tækifæri til að hjálpa til veitir það þeim vald á jákvæðan hátt.

Þjóðið takmarkaða valkosti.

Þjóðið valkosti þar sem hvor kosturinn um sig er viðunandi. Þegar fullorðnir gefa börnum tækifæri til að velja, sýnir það virðingu fyrir þeim. Valkostir eru ekki brella til að fá börn til að hlýða. Að hafa þann kost að geta valið veitir börnum ákveðið vald.

Gerði eitthvað óvænt.

Þegar fullorðnir gera eitthvað sem börn hafa ekki búist við af þeim verður það oft til þess að börnin gleyma valdabaráttunni og detta inn í leik með þeim fullorðnu.

Leitið lausna þar sem báðir aðilar eru sáttir.



Leitið lausna þar sem bæði barnið og hinn fullorðni eru sáttir við niðurstöðuna. (bls.177-180).

Hefnd.

Bæði börn og fullorðnir fela særðar tilfinningar sínar á bak við reiði. Börn sem hafa hefnd sem markmið trúa því að ef þau fá ekki að tilheyra hópi, þá sé eins gott að jafna um hina í hópnum.

Nokkrar leiðir til að hvetja börn í leikskólanum sem virðast vilja hefna sín.

Takist á við særðar tilfinningar með því að viðurkenna þær.

Þegar fullorðnir átta sig á tilfinningum barnanna upplifa börnin að einhver skilji þau og meti.

Fullorðnir nota þarna „ég“ skilaboð og setja sig í spor barnanna.

Kennið muninn á milli tilfinninga og gjörða.

Börn verða að læra að það er mikill munur á milli tilfinninga og þess að framkvæma. Þau þurfa að vita að tilfinningar eru fullkomlega eðlilegar, hins vegar skiptir miklu máli hvað gert er. Þau þurfa að finna leiðir til að fá útrás án þess að særa aðra eða skemma eitthvað.

Þjóðið upp á jákvæða einveru.

Þegar börn hafa náð að róa sig líður þeim betur. Hægt er að þjóða þeim að fara ein eða að þjóðast til að vera með þeim.

Gefið barninu tækifæri til að segja frá sinni hlið.

Fullorðnir þurfa að gefa börnum tækifæri til að segja frá sinni hlið á málum, af hverju þeim líður eins og þau gera og hvort hægt sé að finna leiðir til að bæta líðanina.

Ákveðið tíma fyrir lausnaleit – hafið barnafundi.

Þjóðið upp á umræður seinna á barnafundi. Þá veit barnið að það fær tækifæri til að ræða sín mál.

Gerið úrbætur; lagið það sem aflaga fer.

Mikilvægt er að muna að börnum gengur ekki betur ef þeim líður illa. Refsingar eða hefnd eru hefðbundnar aðferðir fullorðinna þegar börn skemma eða eyðileggja. Hins vegar hvetur slík hegðun frekar til hefndar hjá börnunum. Finnið lausnir saman í stað ásakana.



Veitið barninu þá tilfinningu að það tilheyri hópnum.

Hvetjið börnin til samvinnu, að gera hluti saman eða bjóða nýjum börnum inn í verkefni eða leik sem þegar er hafinn.

Ef barn særir eða meiðir annað barn.

1. Náið stjórn á aðstæðum.
2. Takist á við særðar tilfinningar.
3. Vinnið að úrbótum. (bls. 180-186).

Uppgjöf.

Nokkrar leiðir til að hvetja börn í leikskólum sem hafa gefist upp.

Hvetjið börnin áfram við minnstu framfarir.

Hvatning fyrir hin minnstu skref er einföld en mikilvæg leið um leið og hinn fullorðni gerir sér grein fyrir hve erfið þessu litlu skref og framfarir eru fyrir börnin.

Einblínið á það sem börnin geta gert.

Horfið á það sem börnin geta gert í stað þess að horfa á hvað þau geta ekki. Hjálpið þeim að sjá hvað þau geta, fyrst með hvatningu en síðan með eigin upplifun þegar þau hafa lokið við lítið verkefni.

Takið verkefni og brjótið það niður í minni og viðráðanlegri verkefni.

Gerid raunsæjar kröfur til barnanna. Takið verkefni og brjótið það niður í minni og viðráðanlegri verkefni svo börnin finni að þau ráði við þau.

Vinum að umbótum – ekki að fullkomnun. (bls. 186-188).

Skiptir máli hvað við gerum?

Kennarar upplifa stundum að verkefni sem þeir standa frammi fyrir dag hvern séu óviðráðanleg. Kennsla er ekki auðvelt starf, það að höndla marga litla kraftmikla einstaklinga getur tekið á. Sérstaklega þar sem svo mikið af hegðun og viðhorfum barnanna mótast heima fyrir án þess að kennarinn komi þar nærri.



Þrátt fyrir þetta geta kennara eingöngu gert sitt besta. Þær stundir sem þeir eru með börnunum geta gefið börnunum þá tilfinningu að þau tilheyri hópi og að þau skipti máli. Því skiptir hver stund máli. Óskastaðan er sú að foreldrar og kennarar starfi saman, að þeir skilji hvað liggur að baki hegðunar barna og hvernig best sé að takast á við þá hegðun. Þegar það tekst er niðurstaðan einstök. (bls. 189).

SJÁ MISMUNANDI HEGÐUN, ÞAÐ SEM LIGGUR AÐ BAKI Í TÖFLU 3.

Kafli 11. Þú mátt ekki koma í afmælið mitt. Félagsfærni fyrir leikskólabörn.

Börn þarfnast félagsfærni og vináttu. Fullorðnir geta hvatt börnin, þjálfað þau og verið þolinmóðir á þessu stigi sem getur einkennst af gráti, slagsmálum og rifrildum. (bls. 191).

Félagslegur þroski eftir aldri.

Þegar börn eru milli tveggja og þriggja ára byrja þau að eiga samskipti við jafnaldra sína. Þau eru forvitin hvert um annað og meðal aðferða sem þau nota til að nálgast og kanna hvert annað er að bíta, pota, taka leikföng af hvert öðru eða henda sandi. Þessar leiðir eru ekki vænlegar til árangurs til að byggja upp vináttu. Þau geta einnig verið í samhliða leik þar sem þau leika sér hlið við hlið án þess að vera að leika saman. Þegar börnin eru þriggja ára byrjar venskapur að myndast, venskapurinn er oft skipulagður af fullorðnum. Þetta er byrjun á venskap sem getur þróast eitthvað meira. Um fjögurra ára aldurinn eru börn farin að eiga tvo til þrjá vini sem þau leita til. Um fimm ára aldurinn er venskapurinn orðinn sterkari og oft verður þá einn vinur aðalmálið eða ákveðinn hópur barna.

Á þessum aldri getur höfnun því verið mjög sár þegar börn nota slíka aðferð og því er það hlutverk fullorðinna að kenna börnunum leiðir til lausna þegar upp koma ágreiningsmál. Á þann hátt læra börn heilbrigð samskipti. (bls. 192-194).

Leikur.

Leikur er athöfn þar sem börn læra samskipti sem þau búa að alla sína æfi, því er sá tími sem börn leika sér mikilvægur en ekki þýðingarlaus. (bls. 194-196).



Börn og einelti.

Börn á leikskólaaldri útiloka og hóta öðrum börnum til að ná stjórn yfir þeim. Því er mikilvægt að foreldrar og kennarar kenni börnum að þau hafi stjórn á eigin lífi og eigi valkosti í lífinu. Börn sem læra þetta eru líklegri til að sleppa við einelti. Meðal aðferða sem börn geta notað er að segja „Hættu, ég vil þetta ekki“. Þau geta líka leitað til fullorðinna til að fá leiðbeiningar til að stöðva einelti. Ef fullorðnir leggja áherslu á lausnaleit og kenna börnum að skilja og tjá tilfinningar sínar heftir það eða stöðvar þau börn sem leggja önnur börn í einelti. Börn geta lært að einbeita sér að lausnaleit í stað þess að finna sökudólga í samskiptum.

Leikskólaárin eru góður tími til að tala um einelti. Á barna- eða fjölskyldufundum hafa börn tækifæri til að tala um hvernig börnum líður sem verða fyrir einelti og af hverju sumir stunda einelti. Þá er einnig gott tækifæri til að fara í lausnaleit til að leysa þau vandamál sem upp koma. (bls. 196-199)

Enginn vill leika við mig.

Börn þurfa að fá kennslu í félagslegum samskiptum, þau þurfa einnig að fá þá tilfinningu að þau tilheyri hóp/skipti máli. Ef þessum þörfum er ekki mætt getur það leitt til þess að þau fari að sýna einhverja af fjórum ástæðum hegðunar (vald – stjórn – hefnd – uppgjöf) (bls. 199-200).

Getan að deilda með sér.

Börn þurfa kennslu miklu frekar en að fá fyrirlestra eða að vera refsað. Munið að börnin kunna ekki enn að semja, gera málamiðlanir eða að ræða mál. Þau þurfa að læra að nota orð og biðja um það sem þau þurfa. Einnig þarf að kenna þeim að semja sín á milli. Leiðir til að semja frið.

Þjóðið börnum að setja mál á barna- eða fjölskyldufund.

Þegar börnin eru búin að róa sig, notið þá opnar spurningar svo börnin geti skoðað hvað gerðist, hvernig þeim líður með það, hvað þau hafa lært og hvernig þau geta eyst úr málum núna.

Kennið börnum að tjá sig með orðum, þjálfði þau en gerist ekki dómarrar eða haldið fyrirlestra. (bls. 205-207).



Þriggja ára börn eru rétt að læra hvernig á að deilda hlutum með öðrum, og að læra að deilda með öðrum er töluverð þraut. Hversu gömul sem við verðum, þá erum við flest ósátt þegar við fáum ekki það sem við viljum, þegar við viljum það.

Börn þurfa skýra leiðsögn, þau þurfa kennslu frekar en fyrirlestra eða refsingar. Mikilvægt er að hafa í huga að börnin eru ekki búin að ná tökum á því að gera málamiðlanir eða ræða vandamál við aðra. Því þarf að kenna þeim að nota orð þegar þau biðja um hluti og það þarf að kenna þeim samningatækni. (bls. 206-207).

Að viðurkenna tilfinningar sínar og að orða þær.

Stór hluti þess að læra félagslega færni snýr að tilfinningum. Því er gott að hafa í huga að leikskólabörn berja önnur börn því þau eru að vinna úr tilfinningum sínum (reiði eða þirringur). Þegar börn læra að þekkja tilfinningar sínar, hjálpar það þeim í félagslegum samskiptum við aðra. (bls. 208-209).

Barsmíðar og árásargirni/yfiringangur.

Stíá þarf í sundum leikskólabörnum (í eldri árgöngum) sem slást, berjast eða toga í hárið hvert á öðru. Hinn fullorðni getur sagt „ég get ekki leyft þér að meiða aðra“ um leið og hann hjálpar „árásaraðilanum“ að finna aðrar leiðir til að vinna úr tilfinningum sínum þegar það er reitt, pirrað eða svekkt. Mikilvægt er að átta sig á því að ákveðin hegðun er afleiðing ákveðinnar tilfinningar eða líðan hjá börnunum. Jafn mikilvægt er að vita að þó ákveðin hegðun sé óásættanleg eða særandi getur tilfinningin á bak við hegðunina átt fullkomlega rétt á sér. Þegar börn hafa góðar fyrirmyndir sem eru þolinmóðar og leiðbeina læra þau mun fljótar hve ánægjulegt það er að eiga í góðum samskiptum. Börnin munu þó ekki breytast í engla á einu bretti og aldrei má gleyma því að alltaf er hægt að breyta mistökum í tækifæri til að læra af. (bls. 209-210).

Þegar börn virða ekki fullorðna.

Hvaða aðferðir getur hinn fullorðni notað þegar börn hvorki virða né hlusta á hann?

Ákveðið hvað þið ætlið að gera.

Haldið barninu með festu en blíðlega.

Segið barninu hvernig ykkur líður.



Notið jákvæða einveru.

Notið opnar spurningar.

Þjóðið takmarkaða valkosti.

Setjið vandamálið á barna- eða fjölskyldufund. (bls. 210-212).

Truflandi hegðun í skólanum.

Í hópkenndu/hópuppeldi er mikilvægt að skapa tækifæri fyrir börnin að læra félagsleg samskipti.

Ef barnahópurinn er hávæð og fer ekki eftir fyrirmælum getur kennarinn settið hljóður þar til barnahópurinn er líka orðinn hljóður. Á þann hátt er kennarinn fyrirmynd, hann sýnir hvaða hegðun hann vill ná fram hjá börnunum.

Barnafundir er góð leið til að útskýra vandamál eða að ræða um ákveðna hegðun sem ekki er ásættanleg. Á barnafundum er hægt að ræða um hin ýmsu vandamál. Opnar spurningar, sögur, loðtöflusögur og bækur eru allt góðar aðferðir til að kenna börnum félagsleg samskipti. (bls. 213).

Umhyggja fyrir öðrum sambönd.

Börn vilja upplifa þá tilfinningu að þau tilheyri hóp, hvort sem það er í fjölskyldu þeirra eða í skóla. Ein besta leiðin til að skapa þessa tilfinningu er þegar börnin sjálf leggja sitt af mörkum svo fólkinu í kringum þau líði vel.

Leikur er frábær leið til að kenna félagslega hegðun, einnig er hægt að deila verkefnum á milli barna og fullorðinna en börn gera ekki endilega greinarmun á milli leiks og verka þegar þau eru ung – allt er leikur í þeirra huga. Ýmis verkefni eru til sem börn geta auðveldlega sinnt, verkefni sem bæði efla færni, samvinnu og góð samskipti.

Þegar börn fá tækifæri til að eiga í góðum og jákvæðum samskipum fá þau reynslu sem veitir þeim gleði og samskipti við vini og fjölskyldur. (Hugmyndabanki fyrir börn sem skipt er í þrennt og snýr að sjálfshjálp, máltíðum og heimilistörfum bls. 215 -)(bls. 213-216).



Aðrir undirkaflar eru: Leikstefnumót, Óæskilegir vinir, Athyglissýki, Fæðingarröð, Systkinarigur.

Kafli 12. Er hægt að skapa góðar svefnvenjur.

Venjur/reglur – kraftur þeirra.

Börn á leikskólaaldri þarfnast venja/reglna og þrífast vel þegar þau vita hvað er að gerast, hvenær og hvernig. Börnunum líður vel þegar þau upplifa endurtekningar því það skapar öryggi hjá þeim. Það hjálpar börnum mikið þegar breytingar eru í vændum eða í gangi að skapa venjur/reglu. Þegar börn eru þátttakendur í því að skapa venjur/reglu eflir það sjálfsöryggi þeirra og vilja til þátttöku. Fullorðnir verða að framfylgja því sem ákveðið hefur verið með góðvild og festu. Þeir þurfa að vera fyrirmyndir, framkvæma án orða og vera samkvæmir sjálfum. (bls. 218-219)

Fastar venjur fyrir svefninn.

Gott er að skapa venjur svo börnin viti hvað er að gerast og hvað kemur næst.

Leiktími.

Að bjóða takmarkaða valkosti.

Að fara í bað.

Tannburstun.

Sögustund.

Gæðastund.

Faðmlög og kossar (bls. 220-223).

Mikilvægi umhverfis.

Mikilvægt er að hafa í huga hvernig umhverfið er fyrir börnin.

Fatnaður.



Umhverfi.

Hitastig.

Teppi.

Birta.

Hljóð (bls. 224-225).

Stjórnnum eigin hegðun.

Förum ekki í valdabaráttu við börnin, stjórnnum eigin hegðun og byggjum upp samvinnu við börnin. (bls. 226-229).

Ósjálfstæði eða geta.

Góðvild og festa á sama tíma eru lykilþættir í skilvirku uppeldi. Börn læra sjálfstjórn, að taka eigin ákvarðanir, að leysa vandamál og að treysta öðrum þegar fullorðnir segja hluti, framkvæma þá og fylgja þeim eftir með virðingu og reisn. Börnin læra einnig að trúá og treysta á sjálf sig, þau upplifa að þau hæfir einstaklingar. (bls. 232).

Aðrir undirkaflar eru: Dagskipulag, Þjálfíð upp venjurnar ykkar, Venjur fyrir hvíld í leikskólanum, Reynslutími, Hvíld að degi til, Að sofa í eigin rúmi.

Kafli 13. Ég vil ekki borða þetta. Leikskólabörn og matarræði.

Oft á tíðum breytist matartíminn í stríðsástand milli fullorðinna og barna. Hvorki fullorðnum né börnum þykir gott að borða undir eftirliti eða athugasemdum, það er streituvaldandi. Fullorðnir þurfa að skoða hvernig þeir koma fram við börn við matarborðið. Þeir eiga að hugsa um það sem þeir segja við börn við matarborðið og sjá svo fyrir sér hvernig sömu orð hljómi ef þeir segðu sömu hlutina við fullorðna matargesti. Það mun líklega ekki gerast. Þegar komið er fram við börn með virðingu, þá sýna þau sömu hegðun til baka. Börn hafa fullan rétt á að hafa skoðanir um mat þó þau séu lítil.



Svo börn geti tekið hollar og góðar ákvarðanir um mat þurfa þau að hafa holla valmöguleika. (bls. 233-235).

Matvendi.

Börn þurfa að fá fjölbreytt úrval holls fæðis, mikilvægt er að hafa í huga að einhæfar máltíðir efla matvendi. Einhæfar máltíðir minnka jafnvel möguleikana á því að börnin borði matinn. Hafið því í huga að bjóða a.m.k. eina matartegund sem börnin þekkja og eru hrifin af í hverri máltíð. Afgangurinn af matseðlinum getur svo verið hvaða annar réttur.

Eftirfarandi þættir skipta miklu máli varðandi máltíðir.

Tímasetning. Það skiptir minna máli hvenær börnin borða en hvað þau borða.

Einfaldleiki.

Valmöguleikar. Ef boðið er upp á fjölbreyttan, hollan og lystugan mat eru meiri líkur á að börnin velji næringarríkan mat.

Stærð matarskammta. Börn á leikskólaaldri geta auðveldlega skammtað sér sjálf með æfingu. Mikilvægt er að kenna þeim að skammta sér lítið í einu. Það hjálpar börnum ekki að láta þau klára allt af disknum ef þau gera mistök og skammta sér of mikið. Notið opnar spurningar, s.s hvað gerist ef þau skammta sér of mikið og hvað geta þau gert til að breyta því.

Atriði sem geta hjálpað vegna matvendi.

Gerið ekki allt fyrir börnin, kennið þeim að útbúa einfaldar máltíðir.

Bjóðið takmarkaða valkosti.

Bjóðið upp á lausnaleit, notið opnar spurningar.

Fáið aðstoð barnanna við að útbúa matseðla.

Fáið börnin til að taka þátt í matarinnkaupum.

Leyfið börnunum að hjálpa við eldamennskuna.



Bregðist við viðbrögðum barnanna án þess að bjarga þeim úr aðstæðum, notið virka hlustun, notið opnar spurningar, forðist valdabaráttu.

Gefið börnunum vítamín og hættið að hafa áhyggjur af næringu. Börnin borða þegar þau verða svöng. (bls. 236-240).

Matarvenjur.

Matarvenjur eru jafn mikilvægar og aðrar venjur.

Slakið á fyrir máltíðir.

Útbúið máltíðir saman. Þegar börn fá tækifæri til þátttöku eflist frumkvæði þeirra, lífsleikni og þau leggja sitt af mörkum til fjölskyldunnar. Börnin fá þá tilfinningu að þau tilheyri hópnum.

Eigið gæðastundir.

Hafið reglur varðandi frágang. Börn geta auðveldlega tekið þátt í frágangi máltíða og átt sitt hlutverk.

Verði ykkur að góðu.

Sú valdabarátta sem getur myndast við matarborðið getur horfið eða minnkað til muna ef börn fá að vera þátttakendur í undirbúningi, framkvæmd og frágangi máltíða. Þau upplifa gagnkvæma virðingu og hafa ákveðnar væntingar til máltíðarinnar. Máltíðir gera orðið sú stund sem öll fjölskyldan hlakkar til. Hafið í huga að sama hve girnilegur maturinn er, börnin verða að vilja borða hann, ekki er hægt að neyða matinn ofan í þau.

Aðrir undirkaflar eru: Heilbrigðisvandamál, Veljið rétta slaginn, Of þung börn, Þjálfun.

Kafli 14. Leikskólabörn og „klósettvenjur“. Hin endalaus saga af klósettþjálfun.

Þegar slysin verða.

Hafið í huga að þegar slys gerast á snyrtingunni þurfa börnin allt annað en óánægða áhorfendur. Hafið einnig í huga að þegar börn eru spennt, gleyma þau stundum að fara á snyrtinguna. (bls. 249-250).



Hægðatregða.

Aldrei á að neyða börn til að fara á snyrtinguna. Forðist valdabaráttu, styrkið börnin á jákvæðan hátt og hvetjið til samvinnu. Þessar leiðir eru jafn áhrifaríkar til að leysa hægðatregðu eins og hvert annað vandamál. (bls. 250-252).

Mikilvægi þolinmæðinnar.

Hafið í huga að börnin fara að nota snyrtinguna þegar þau eru sjálf tilbúin til þess. (bls. 253).

Hvaða þættir þurfa að vera til staðar svo „klósettþjálfun“ gangi vel fyrir sig.

Líkamlegur þroski barnanna.

Að börnin vakni auðveldlega. Öll börn eiga virðingu skylda, það dregur sérstaklega úr börnum ef þeim er refsað eða gert lítið úr þeim vegna einhvers sem þau ráða ekki líkamlega við.

Að sjá og skilja sjónarmið barnanna.

Rök eða valdabarátta. Það er hlutverk hins fullorðna að stöðva valdabaráttu og finna leiðir til samvinnu því hinn fullorðni á að vera sá þroskaðri í þessu sambandi. Hafið í huga að það að segja einhverjum að gera eitthvað er ekki það sama og að setjast niður og ræða málin. Notið opnar spurningar til að finna lausnir með börnunum. Þegar boðið er upp á samræður í stað fyrirlestra eflir það rökhugsun barnanna og skilning þeirra á orsök og afleiðingu auk getu til lausnaleitar. Þegar börnum er sagt fyrir verkum getur afleiðingin verið sú að þau fari í vörn eða uppreisn.

Að bjóða upp á samvinnu.

Að slaka á og njóta barnanna. Þetta kemur allt með kalda vatninu. (bls. 253-259).

Aðrir undirkaflar eru: Slakið á, Aðrar áskoranir, Væntumþykja og ást.



Kafli 15. Að velja umönnun barna.

Undirkaflar eru: Leikskóli/ daggæsla – þörf nútímans, Hvernig læra börn best?, Að velja rétta leikskólann, Að vera sátt/ur við val á leikskóla, Aðskilnaður, Skipulag leikskólans, Morgunstress, Að koma í skólann, Brottför heim, Stuðningur fjölskyldunnar, Fóstur eða barnfóstrur sem uppalundur, Afar, ömmur og aðrir ættingjar, Áhyggjur og vangaveltur. (bls. 261-282).

Kafli 16. Barnafundir (fjölskyldufundir) fyrir 3 - 5 ára börn.

Á barnafundum hittast börn reglulega til að hjálpa hvert öðru, þau læra samskipti, leita lausna og efla/þjálfa dómgreind sína og þekkingu. Mikilvægasti tilgangur barnafunda er að gefa börnum þá tilfinningu að þau finni að þau tilheyri hópi. Þessi þörf barna til að tilheyra hópi hefur lengstu áhrifin á hegðun þeirra þegar til lengri tíma er litið. (Munið eftir töflunni um ástæður mismunandi hegðunar). Barnafundir bjóða upp á ótal tækifæri til að læra og efla hæfni og getu. Fundirnir efla félagsfærni og málþroska, þeir hvetja til ábyrgðar hjá einstaklingnum og hópnum og styrkja ung börn í að sjá á jákvæðan hátt hver geta þeirra og hæfileikar eru og ýta um leið undir jákvæða sjálfsmynd þeirra. (bls. 284).

Hversu ung geta börnin verið á barnafundum?

Börn frá 3□ árs aldri geta tekið þátt í gagnlegum og hvetjandi barnafundum og yngri börnin læra af þeim eldri um leið og þau eldri læra að taka tillit til þeirra yngri.

Börn á aldrinum tveggja til þriggja ára geta einnig tekið þátt í barnafundum þar sem kennarinn er fyrirmyndin í stað eldri barna. Kennarinn sér þá um flestar tillögur og hjálpar börnunum að velja á milli tillagna. Fundir með svo ungum börnum snúast að mestu um hvað börnin ætla að gera á ákveðnum stundum í stað þess að velja upp hlutum eða leita lausna.

Fjögurra ára gömul börn hafa mikla ánægju af lausnaleit þegar þau hafa fengið kennslu og þjálfun í hvernig barnafundirnir ganga fyrir sig. (bls. 285).



Undirstöðupættir barnafunda.

Á barnafundum setjast börnin í hring. Fundirnir byggjast upp á fjórum stöðum, gott er að hafa hverja stöð fyrir sig á mismunandi lituðum pappír, þá er hvert verkefni fyrir sig sýnilegt fyrir barnahópinn og auðveldar þeim að einbeita sér að hverju verkefni fyrir sig.

Stoðirnar fjórar eru eftirfarandi

1. Að veita hvatningu og þakklæti.

Yngri börn átta sig oft ekki á hvað hvatning og þakklæti er en segja t.d. í þess stað „mamma mín er best“, þau segja það sem er þeim efst í huga. Hlutverk kennarans er að þakka fyrir athugasemdina, brosa og sýna að hann meti framlag barnanna. Kennarinn getur líka spurt opinna spurninga til að hjálpa börnunum að veita hvatningu eða þakklæti. Börnin læra þegar þau hafa góðar fyrirmyndir.

2. Að styrkja börnin í að hjálpa hvert öðru.

Börnin fá tækifæri til að biðja um aðstoð ef eitthvað hvílir á þeim, þau segja frá því sem þau eru að hugsa um og fá hugmyndir frá hinum börnunum. Þá er spurt hvort þau hafi lausn á málinu og þau lyfta upp hendi og tala þegar þau fá orðið. Þegar börnin hjálpa hvert öðru, þá er það mikilvægur þáttur í barnafundum.

3. Að leysa vandamál sem hafa áhrif á hópinn.

Ung börn eru oft mjög hugmyndarík þegar leitað er lausna á málum sem snerta þau. Þetta geta verið einföld mál eins og umgengi við bækur. Kennarinn getur líka spurt börnin hvort þau upplifi ákveðna hluti sem vandamál sem þarf að ræða og finna lausn á og eru allar hugmyndir skrifaðar niður.

4. Að skipuleggja áætlanir fyrir framtíðina.

Börnin eða kennarnir koma með hugmyndir sem hægt er að gera, þetta getur verið varðandi vettvangsferð, hvað gert verður í samverustund eða í útiveru. Síðan er tekin sameiginleg ákvörðun um hvað gert verður. Skipulagning vettvangsferða veitir frábær tækifæri til að leysa vandamál áður en þau koma upp. Jafnframt er hægt að skipuleggja fleiri uppkomur eða atburði. Einnig er hægt að ákveða reglur sem gilda um ákveðna þætti í sameiningu en börn vilja mun frekar fylgja reglum sem þau hafa tekið þátt í að semja. Hafið í huga að þegar börn eru þátttakendur í skipulagningu atburða eru mun meiri líkur að velheppnaðri uppkomu. Þegar börn upplifa að þau eru skapandi og taka þátt í ákvörðunum bregðast þau yfirleitt við með áhuga. (bls. 286-293).



Barn augnabliksins eða barn vikunnar. Í stað þess að allir í hópnum fái hrós er hægt að hafa barn augnabliksins, þá skrifar kennarinn nafn barnsins á stórt blað eða er með mynd af barninu og hin börnin gefa því barni hvatningu eða þakklæti. (bls. 288).

Þættir sem hafa ber í huga varðandi skipulag barnafunda.

Tímasetning, tímalend, fjöldi funda.

Verið vakandi fyrir því hvernig barnahópurinn er stemmdur. Hægt er að hafa fundi stutta og fara jafnvel aðeins í eina stoð hverju sinni. Finnið út hversu margir fundir henta barnahópnum, einu sinni í viku eða oftari? Stuttir fundir eða langir? Þjálfast börnin frekar þegar þau gera hlutina oftari í stuttan tíma eða lengur þegar fundir eru sjaldnar? Besta leiðin til að finna jafnvægið er að reyna hvað hentar best. Munið að mistökin eru til að læra af.

Sérstök merki eða fastir þættir.

Þið getið notað bjöllur eða eitthvert sérstakt merki til að hefja og enda barnafundi. Þetta geta verið ákveðið lag, þula, hreyfing eða hjóðfæri.

Kosning.

Börn geta kosið á milli tveggja eða þriggja hugmynda ef þær snerta allan hópinn. Börn á leikskólaaldri fara að skilja að einstaklingar hugsa ólíkt og vilja ólíka hluti.

Fundargerðir.

Skrifið fundargerðir, hvað gerðist og hvað er ákveðið. Þetta getur verið mikilvægt þegar rifja þarf upp fyrri ákvarðanir og meta hvernig hefur gengið. Þá er hægt að ræða hvað gekk vel og hvað ekki og af hverju. Þá er í framhaldinu hægt að reyna aðrir hugmyndir sem ekki voru notaðar og sjá hvernig þær reynast.

„**Málsteinn/ málþrik**“ – steinn eða þrik gengur á milli barnanna og sá sem heldur á hlutum á orðið.

Börnin læra á hlusta hvert á annað og sýna hvert öðru virðingu og þau læra að skiptast á að tala.

Málsteinn/málþrik getur hvatt feimin börn til að tjá sig þegar þau halda á hlutum. (bls. 293-294).



Námstækifæri

Barna- og fjölskyldufundir geta verið einstaklega afkastamiklir, á fundunum læra börnin lífsleikni um leið og þau upplifa að þau tilheyri hóp. Fullorðnir vanmeta stundum eiginleika barna en þau geta verið mjög skapandi og ábyrgðarfull og fundirnir veita börnunum frábær námstækifæri.

Fram hefur komið að leikskólabörn geta verið þátttakendur á fundum, jafnvel þó þau séu mjög ung og án þess að þau séu búin að þroska hæfileika sýna til lausnaleitar. Barna- og fjölskyldufundir er frábær leið fyrir bæði börn og fullorðna til að upplifa samvinnu, samúð og lausnaleit en ekki síst til að eiga góða og skemmtilega stund saman. (bls. 296-297).

Aðrir undirkaflar eru: Fjölskyldufundir með leikskólabörnum.

Kafli 17. Heimurinn er þarna úti. Að takast á við áhrif menningar og tækni.

Gott uppeldi í tækniheimi.

Stjórnið venjum ykkar.

Foreldrar eru mikilvægasta fyrirmynd barna sinna og því þurfa þeir að fylgja þeim gildum sem þeir vilja kenna börnum sínum.

Leyfið sjónvarp, vídeóleiki og tölvur í sameiginlegum rýmum.

Þið getið betur fylgst með hvað börnin horfa á og eru að gera í leikjum og í tölvunni.

Takmarkið sjónvarps- og tölvutíma.

Hafið í huga að ung börn þurfa hreyfingu úti og inni, þau þurfa tíma með ykkur þar sem þið spjallið saman, þau þurfa verkefni til að sinna og rannsaka mun meira en þau þurfa „námsefni“ í sjónvarpi. Börn þroskast vitsmunalega, tilfinningalega og líkamlega með æfingu og virkni og þau þurfa samskipti við aðra einstaklinga. Mikilvægasti þátturinn í eðlilegum og heilbrigðum þroska felst í tengingu við foreldra og aðra fullorðna.



Horfið á leik barnanna og takið þátt.

Þekkið þá leiki sem börnin eru í, í gegnum sjónvarp og tölvu, þá eigið þið líka mun auðveldara með að stjórna því sem þau hafa aðgang að.

Kenndu þau gildi sem þú trúir á, á virkan hátt.

Nýttu þau tækifæri sem gefast til að kenna börnunum virðingu, samúð, samvinnu og góðvild.

Verðu tíma til að byggja upp gott samband við barnið þitt.

Taktu þátt í heimi barnsins með leik, samtölum og „rannsóknnum“ (bls. 304-307).

Undirkaflar eru: Börn í neylusamfélagi, Sjónvarpið – vinur eða óvinur?, „Ómenning“, Hvað með tölvuna?, Þú ákveður hvað þú vilt gera og fylgir þeim ákvörðunum eftir með góðvild og festu.

Kafli 18. Börn með sérþarfir.

Sum börn þarfnast meiri aðstoðar en önnur börn. Þessi börn fæðast með líkamlega, tilfinningalega eða andlega röskun. Því þurfa foreldrar og kennarar, auk þess að veita góðvild, festu, aga, samskipti og hvatningu, að veita sértæka aðstoð til að mæta sérstökum þörfum barnanna. (bls. 309).

Raunveruleiki barna með sérþarfir.

Börn með sérþarfir hegða sér ekki endilega illa heldur eru þau að berjast við hluti sem reynast þeim erfiðir. (bls. 311).

Flokkun.

Greining á barni er ekki einkenni þess, heldur orð sem segir til um sérstöðu og sérþarfir. Horfa skal á þá eiginleika sem barnið hefur og getur. (315).



Að sættast við aðstæður.

Bæði fullorðnir og börn verða að sýna virðingu frekar en skömm vegna þeirra sem eru með sérþarfir. Umburðarlyndi, þolinmæði og hvatning fara langt með að hjálpa fólki að búa saman í sátt og samlyndi. (bls. 317).

„Ósýnilegur“ munur.

Hvernig líður litlu barni sem byrjar, stundum án ástæðu sem það skilur ekki, að verða æst, öskra og sparka? Skilningur fyrir þeim aðstæðum sem barn getur upplifað þarf að vera fyrir hendi. Sá skilningur veitir þó ekki samþykki fyrir óásættanlegri hegðun. Jafn mikilvægt er fyrir börn sem sérþarfir líkt og önnur börn að fullorðnir hafi væntingar til þeirra og að þau mæti góðvild, festu og eftirfylgni. (bls. 317-318).

Aðrir undirkaflar eru: Greining, Afneitun og sorg, Að komast upp með óásættanlega hegðun, Örvænting eða stolt, Meðferð – hvaða leiðir?, Mikilvægi þess að vera sjálfbjarga, Horfum á jákvæðu hliðarnar.

Kafli 19. Að þroskast saman sem fjölskylda. Að finna stuðning, úrræði og heilbrigði (geðheilsu)

Undirkaflar eru: Lærðu af reynslu annarra, Samband þitt við maka þinn, Breytingar við komu nýs barns, Hugsaðu um sjálfa þig, Áætlaðu ekki of mikið í einu, Lærðu að þekkja og stjórna álagi, Leitaðu aðstoðar.

Nokkrir punktar í lokin.

Börnum þarf ekki að líða illa áður en þau hegða sér vel. Mistök eru til að læra af þeim. Börn vilja upplifa þá tilfinningu að tilheyra hópi. Hinn fullorðni er mikilvægur sem fyrirmynd fyrir börnin. Hann greinir sínar tilfinningar þegar börnin sýna ákveðna hegðun og finnur eftir það þá leið sem hentar best hverju sinni. Nauðsynlegt er að þekkja hvar barnið er stadd í þroska. Hinn fullorðni þarf að hafa í huga að nöldra ekki,



heldur framkvæma með góðvild og festu, hann á ekki að niðurlægja, skamma eða lítillækka barnið. Hafa þarf í huga að það er munur á tilfinningum og gjörðum, þó barn reiðist má það ekki henda kubb í næsta mann. Sem fullorðinn áttu að taka ákvörðun og fylgja henni eftir með góðvild og festu og sýna ætíð virðingu.