

- ♥ Ekki brjóta trén
- ♥ Ekki ganga upp rennibraut
- ♥ Ekki fara út af lóðinni án leyfis
- ♥ Ekki hjóla á brúnni
- ♥ Ekki hlaupa á undan í gönguferðum.
- ♥ Ekki fara inn úr útiveru án leyfis

#### Í kastala:

- ♥ Ekki skemma
- ♥ Ekki meiða
- ♥ Ekki ryðjast
- ♥ Ekki stríða
- ♥ Ekki skilja útundan
- ♥ Ekki setja kubbanda upp á sviðið
- ♥ Ekki klifra ofan í skúffurnar

#### Í fataklefa:

- ♥ Ekki skemma
- ♥ Ekki meiða
- ♥ Ekki ryðjast
- ♥ Ekki stríða
- ♥ Ekki skilja útundan
- ♥ Ekki hlaupa í fataklefa



#### Skapandi viðurkenning:

**Leggðu áherslu/undirstrikaðu góða valkosti.** Hvernig förum við venjulega að þegar við biðjum börnin okkar um eitthvað? Hefðbundnar leiðir bjóða upp á val eða gefa í skyn að barnið hafi val. Neikvæð, erfið börn taka oftast ákvörðun út frá því hvar þau halda að þau fái mesta umbun, mesta orku. Takmarkaðu valkostina og þar með óreiðuna. Notaðu spurningar sem eru ekki opnar, bjóða ekki upp á val nema það sé í boði. Því skýrari skilaboð sem við gefum börnunum, því auðveldara veitist þeim að fara eftir þeim.

#### Því erfiðara sem barnið er, því ákveðnari þurfa

**inngrípin að vera:** *Venjulega þýðir þetta að það verður að beita aðferðinni á kraftmeiri hátt því erfiðara sem barnið er.* Þetta er hægt að gera að minnsta kosti á þrjá vegu: Að nota Ljósmyndastundir (Kodak), Skyndimyndir (Poloroids) og Canons oftar, að hafa viðurkenningu og þakklæti nákvæmari og meira lýsandi í smáatriðum, að nota meiri orku, hreyfingu og tilfinningar í munnlegar jákvæðar athugasemdir.

**Munum að þetta snýst allt um hugarfar og að skapa aðstæður sem leiða til árangurs.**

Heimasíða höfundar bókarinnar:

<http://www.difficultchild.com>

Sími á Norðurbergi er: 555-3484  
Netfang: nordurberg@ismennt.is

## Að næra hjartað

### The nurtured heart approach

Developed by Howard Glasser MA  
Þróunarverkefni Norðurbergi 2002–2003  
Verkefnastjóri: Arndís Kjartansdóttir



**A** Norðurbergi vinnum við að þróunarverkefni sem við köllum Að næra hjartað og byggist á

kenningum og uppeldisaðferð mótaðri af Howard Glasser. Aðferð þessi byggir á að taka eftir barninu þegar það hagar sér vel, kenna reglur þegar þær eru EKKI brotnar, að styrkja sjálfsmynd barnsins og umbuna ekki fyrir neikvæða hegðun.

Aðferðirnar sem við notum til að ná þessum markmiðum eru kallaðar *Ljósmyndastundir*, *skyndimyndir* og “*canons*”:

**Með ljósmyndastundum** (Kodak moments) er átt við að þá fer starfsmaður til barns og lýsir upphátt á hlutlausan hátt því sem barnið er að gera. Dæmi: Ég sé að þú ert að púsla og ert búin að klára helminginn af púslinu, þú virðist einbeita þér vel og ert alveg að verða búin að klára púslid. Ljósmyndastundir sýna barninu að við tökum eftir því þegar það hagar sér vel, þegar það er í leik og námi og sýnir ekki óæskilega hegðun. Ljósmyndastundir staðfesta líka fyrir barninu að við tökum virkilega eftir því sem það var að gera og segja þær því meira en stuttar athugasemdir eins og “fínt hjá þér!” Börn vilja svo sannarlega vera sýnileg og þessi aðferð kennir þeim að þau þurfa ekki að vera með ólæti og óhlýðni til að eftir þeim sé tekið.

Ljósmyndastundir næra hjartað og sannfæra barnið að það er sýnilegt. Þær eru ekki síst mikilvægar fyrir hægláta, rólega barnið sem oft fær litla sem enga athygli því það er alltaf stillt og prútt. Með ljósmyndastundum fær stillta barnið fyrst af öllum athyglina og er í raun fyrirmynd hinna barnanna. Í barnahópnum tökum við fyrst eftir stilltu börnunum og höfum orð á því þannig að jákvæða hólið smiti frá sér til hinna. Þá eru yfirleitt flestir sestir og komin ró því þeir vilja líka fá jákvæða hólið.

**Setningar sem við notum til að gefa ljósmyndastund eru:**

- ♥ Ég sé að.....
- ♥ Ég skil vel að.....
- ♥ Ég tek eftir.....
- ♥ Ég kann að meta að...
- ♥ Vitiði hvað ég sé núna?
- ♥ Þú notar.....
- ♥ Þú ert búin að.....

Með aðferð **skyndimynda** (Poloroids) eru þeir eiginleikar viðurkenndir sem æskilegt er að rækta hjá barninu og stýrir því til velgengni. Börn vita oft ekki hvernig þau eiga að meta eða túlka upplifun sína og þurfum við því að hjálpa þeim við það. Hvenær veljum við oftast að kenna lífsgildi s.s. kurteisi, hjálpsemi og tillitsemi? Oft einmitt þegar barnið er EKKI að sýna þessi gildi og þannig hvetjum við óvart til andstæðu þess sem við ætluðum okkur. Það á að tjá munnlega þau gildi sem kennd eru með viðurkenningu og þakklæti. Það á að gera mikið mál úr góðum og vel gerðum hlutum. Þá má halda góðan fyrirlestur. Það á að benda barninu á þegar það hefur góða stjórn á tilfinningum sínum, þegar það tekur góðar ákvarðanir, þegar það hagar sér vel, þegar það sýnir kurteisi, hjálpsemi osfrv. Þannig er barninu kennd rétt hegðun og rétt ákvörðunartaka. Að ræða við börnin þegar vel gengur er öflugt tæki og á sama tíma læra þau mikilvæg orð til að túlka líðan sína og lífsgildi.

Þriðja aðferðin snýst um að: **Virkja kraftinn þegar reglur eru EKKI brotnar (Canons)**. Það er mikilvægt að kenna reglur, en hvenær veljum við venjulega að kenna reglurnar? Þegar reglur eru brotnar og þá umbunum við oft á neikvæðan hátt. Krafturinn sem við setjum í skammirnar verður umbun barnsins fyrir að brjóta reglurnar.

Hvers konar reglur hjálpa best erfiðum börnum? Reglur sem byrja á EKKI eru skýrari. Þær hjálpa barninu að ná árangri. Taktu eftir og viðurkenndu þegar reglur eru EKKI brotnar og hrósaðu heilbrigðri orku og sjálfsstjórn alltaf þegar þú verður vitni af því. Jákvæðar reglur rugla erfið börn. Þær eru ekki nógu skýrar þannig að barnið og jafnvel sá fullorðni er ekki alltaf alveg viss um hvernær regla er brotin og hvenær ekki.

Við í leikskólanum settum upp sameiginlegar reglur fyrir mismunandi svæði innan og utan leikskólans. Þær eru einfaldar og skýrar fyrir bæði börnum og starfsfólki. Reglurnar verða hengdar upp á viðeigandi svæði og farið vel yfir þær þannig að allir í leikskólanum þekki reglurnar. Reglurnar byrja allar á EKKI, því þannig reglur eru skýrari og auðveldari að skilja. Reglurnar verða svo endurskoðaðar reglulega.

**Reglurnar okkar:**

**Á deildinni:**

- ♥ Ekki skemma
- ♥ Ekki meiða
- ♥ Ekki ryðjast
- ♥ Ekki stríða
- ♥ Ekki skilja útundan
- ♥ Ekki fara frá matarborði án leyfis
- ♥ Ekki fara út af deild án leyfis
- ♥ Ekki trufla samverustund
- ♥ Ekki trufla hópastarf
- ♥ Ekki trufla hvíld
- ♥ Ekki koma með dót í leikskólann án leyfis

**Í útiveru:**

- ♥ Ekki skemma
- ♥ Ekki meiða
- ♥ Ekki ryðjast
- ♥ Ekki stríða
- ♥ Ekki skilja útundan
- ♥ Ekki stíga á blómin