

Fjórða lota – Jákvæðni; bjartsýni, gleði, ákveðni, hreinskiptni

Við leitumst við að frelsa börnin undan því að leyfa sér geðvonsku. Fýla, grátur og þögn eru vopn sem börnin nota til að fá það sem þau vilja. Í stað þess læra börnin að biðja á einfaldan og skýran hátt um það sem þau vilja. Í stað þess að bregðast við á sama hátt og börnin jafnvel með því að nöldra eða niðurlægja þau, kennum við þeim að segja hlutina hreint út - með hreinskilni erum við góðar fyrirmyndir.

1. Að nota jákvæð orð og setningar

- Að leitast við að nota jákvæð orð og setningar mótar viðhorf barna og fullorðinna. Þau æfa sig í að nota setingar eins og “ég er frábær”, “ég get þetta”, “ég hef kjark til að...” og fleiri.
- Við bendum á neikvæðu orðin og setningarnar sem gera samskiptin neikvæð og hjálpum börnunum að umorða þær á jákvæðan hátt.

2. Að gera leikrit um jákvæða og neikvæða hegðun

- Spunaleikrit með þeim augljósa boðskap að neikvæð hegðun leiðir til neikvæðra afleiðinga og jákvæðri hegðun fylgir jákvæð athygli er verkefni sem nokkuð ung börn ná valdi á. Það getur líka verið áhrifaríkt að kennararnir leiki slíkt leikrit.
- Að taka fyrir neikvæða hegðun sem hópurinn hefur sýnt og og fá börnin til að koma með hugmyndir að jákvæðum lausnum á vandanum er góð leið til að breyta hegðun á áhrifaríkan hátt.
- Segja börnunum sögur af virkilega neikvæðu fólki eða börnum og endursegja svo sömu sögur þar sem aðalpersónurnar hafa ákveðið að vera jákvæðar.

3. Gleðisöngvar

- Söngur kallar fram gleði og jákvæðni
- Að læra nýtt lag reglulega er gott tækifæri til þess að vekja athygli á hvað við gerum til þess að vera glöð. Hreyfingar og dansar með lögum kalla enn frekar fram gleðina af því að syngja.

4. Bjartsýni

- Einföld leið til að æfa bjartsýni er að byrja á að rifja upp eitthvað sem gekk vel, áður en hafist er handa við verkefni. Einnig eykur það bjartsýni að segja frá því hvernig kennari sér fyrir sér að barnið geti hegðað sér í aðstæðum. „Ég er bjarsýn/n á að þú getir staðið upp á stólnum og sungið lagið sem við æfðum í gær.“
- Að segja barninu hvernig kennarinn sér hana/hann fyrir sér standa sig vel við verkefnavinnuna skapar jákvæðni gagnvart verkefninu “Ég held að þér muni ganga vel með þetta alveg eins og þér gekk vel í gær”.
- Góðar sögur úr mannkynssögunni um bjartsýni og hvernig hún hjálpar er t.d. það sem Alexander G. Bell, uppfinningamaður, sagði: „Það mistókust ekki hjá mér 10.000 tilraunir, heldur lærði ég af 10.000 tilraunum að gera ljósaperu.“

5. Hreinskiptni

- Í hreinskiptni felst að geta komið fram við aðra af heiðarleika og ákveðni. Þetta eru ekki persónueinkenni heldur hegðun sem má kenna. Kennarinn er að sjálfsgöðu mikilvæg fyrirmynd og þarf að kunna að koma hreint fram sjálfur.
- Hlustið eftir þolendaskilaboðum. Þetta þýðir að í stað þess að börnin segi hvað þau vilja gera gefa þau það til kynna á annan hátt. Barn gæti til dæmis sagt “mér er kalt” í stað þess að spyrja hvort það megji sækja peysuna sína eða loka glugganum. Einfaldasta leiðin fyrir kennarann til að bregðast við því síðarnefnda er að varpa ábyrgðinni aftur til barnsins með því að spyrja “hvað viltu gera í því?”

- Að æfa sig í að nota heilar setningar til að segja hug sinn í stað þess að nota einungis stök orð. Þetta getur til dæmis gerst í daglegu lífi eins og þegar börnin velja sér viðfangsefni í leik. Í stað þess að nota einungis eitt orð "leikstofa" eru þau hvött til að nota setningu "ég ætla að velja að leika í leikstofu.

6. Jákvætt viðhorf til lífsins "ekki segja ekki"

- Að kenna börnum að þau eru það sem þau hugsa og að ef þau æfa jákvæð orð þá verða þau jákvæð, ef þau æfa kraftmiklar setningar þá verða þau kraftmikil.
- Að venja sig á að nota ekki "ekki" er ein mikilvægasta reglan við að æfa jákvæðni. Flestar setningar kalla á myndir í hugum barna. T.d. „EKKI hella niður“ getur kallað á mynd af einhverjum að mistakast. Skilaboð um að "hella rólega í glasið" skapar barninu öryggi og vissu um að það geti ráðið við verkefnið.
- Hundrað daga hátíðin er til að fagna hundraðasta skóladegi vetrarins. Börn, foreldrar og kennarar sameinast um að halda þessa skemmtilegu hátíð. Börnin safna hvert og eitt saman 100 smáhlutum heima sem þau koma með í skólann og setja í veglegt smáhlutasafn sem verður svo notað til aðstoðar til dæmis í stærðfræðivinnu. Í skólanum skrifar hvert barn 10 jákvæð orð á blað sem eru límd á sameiginlegt veggspjald ásamt 10 jákvæðum andlitum sem börnin klippa út úr blöðum og tímaritum.

7. Jákvæði kennarinn

- Ef barn er mjög neikvætt er mikilvægt fyrir kennarann að sogast ekki inn í þá tilfinningu og taka lífinu alveg sérstaklega létt, til dæmis bara hlæjandi. "Ég trúir ekki að mín frábæra vinkona ætli að velja sér fýlu" – Svolítið eins og Mary Poppins fer að því. Þetta er mikið áhrifaríkara en að segja barninu að hætta hinu og þessu.
- Að nota óvenjulegar aðferðir getur virkað mjög vel. Kennarar þurfa að hafa kjarkinn til að vera óvenjulegir, skrytnir og skemmtilegir.
- Munið að það þarf að æfa gleði og jákvæðni alveg eins og allt annað. Ef þið viljið ná árangri er æfingin nauðsynleg.

Fjórða lota – Hrós og hvatning

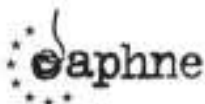
Að nota viðeigandi hrós sem leggur áherslu á það sem verið er að efla með barninu þá stundina er skilvirkasta leiðin í átt að árangri. Hér eru hugmyndir til að hvetja börn á meðan á fyrstu lotu stendur.

Bjartsýni - "þetta er allt á réttri leið"

Gleði - "Gleðin þín er smitandi"

Ákveðni - "Flott hjá þér að taka frumkvæðið"

Hreinskiptni - "Segðu mér hvað þú vilt með þínum orðum"



Funded by the European Commission [Daphne III program](#).
European Commission is not responsible for the implementation and the content of the project.