

# Metoder fra Duå opplæringen som vi bruker i barnehagen for å oppnå ønsket adferd.

## **Naboros:**

Istedenfor å fokusere på barnet som er uengasjert og som dagdrømmer, kan læreren rose andre barn som er oppmerksomme og i full gang med arbeidet. Å rose sidemannen bidrar til å påminne og styre det uoppmerksomme barnet inn på hvilken adferd som er forventet uten å rette oppmerksomheten mot han eller henne. For eksempel ” Jeg vil be Anna om å svare siden hun holder opp hånden.”

## **Ignorering:**

Mindre alvorlig upassende atferd eller atferd som påkaller oppmerksomhet kan for eksempel være sutring, erting, småkrangling, rulling med øynene, furtig, utrop og raserianfall. ( Det vil si adferd som ikke er farlig eller skadelig for andre barn eller voksne). Denne atferden kan ofte fjernes med ignorering. Bruk av ignorering må være konsekvent- vær forberedt på at den dårlige adferden først blir verre. Ignorering skal brukes der det er et positivt forhold mellom barn og voksen. ( Barnet skal være trygg på voksne). Farlige eller skadelig adferd som å slå, bruke skjellsord, stikke av, ødelegge andre sin eiendom skal ikke ignoreres). Voksne skal alltid være i nærheten når barnet ignoreres, uten å gi øyekontakt eller oppmerksomhet på annet vis. Ignorering i seg selv gir ikke en positiv adferd, voksne må ha strategier for å lære barnet positiv adferd. Det er voksnes ansvar å endre negativ adferd til positiv adferd og det er derfor viktig å være i nærheten av barnet hele tiden når ignorering brukes, slik at de kan gi positiv oppmerksomhet og veiledning i det barnet er klar for å ta i mot.

## **Omdirigering:**

Bruk omdirigering for å dempe barnets reaksjon på det å bli ignorert eller nektet noe. Dette er spesielt nyttig for barn i 3-4 års alderen, men fungerer god på eldre barn også. Det som er viktig er at når barnet har roet seg, må den voksne være der med en gang og gi han oppmerksomhet. Vise interesse for barnet og foreslå en annen aktivitet, slik at barnet får et annet fokus.

## **Korrigerig:**

En kan korrigere barn med signaler, påminnelser og bilder. Førskolebarn har behov for og fysisk gå igjennom bevegelsene som er forventet av dem. Først da forstår dem voksnes instruksjon. Om et barn trenger omdirigering så kan voksne be barnet om hjelp til noe for å få barnet på andre tanker. En kan også korrigere et barn verbalt uten å være konfronterende. Det kan være non-verbale signal som blikkontakt, av og på med lyset, ta opp stopp hånden osv. Den beste måten å korrigere et barn er å rose sidemannen.

## **Termostaten:**

Når voksne merker at barnet begynner å bli sinna eller irritert kan vi bruke termostaten og prat med barnet hvor det befinner seg på termostaten. Barnet kan sette en pil bort og vise, trekke seg inn i skallet sitt og puste dypt. Etterpå kan pilen flyttes på termostaten til der barnets sinnstemning er

etter skilpaddeskallet. Dette tar lang tid å jobbe inn hos en gruppe barn, en regner i alle fall et halvt år med introduksjon.

### **Skilpaddeskallet:**

Å lære barna positiv selvbeherskelse og strategier for problemløsning vil lære barna å regulere følelser på det kognitive nivået. Noen ganger er det imidlertid nødvendig å hjelpe dem til å takle fysiologiske/biokjemiske aspekter ved følelsesmessig opphisselse. Noen ganger kan barn bli så sinna og irritert at de har vansker med å roe seg ned. Barna trenger hjelp til å finne løsninger på hvordan de kan roe seg ned. Forskning har vist at skilpaddeteknikken er en effektiv måte for barn å roe seg ned på, det første skritt på veien før problemløsning. Man kan ha et skikkelig skall som for eksempel en pappeske eller at barna skal forestille seg et skilpaddeskall som de kan trekke seg inn i og puste dypt. De skal fokusere på pusten og puste dypt inn og ut flere ganger. En kan gjerne telle sammen med pustingene. Når de er inne i skallet skal de få være i fred og hvile musklene. Når de kommer ut av skallet får barna ros for at de prøvde og roe seg ned. Skilpaddeteknikken kan brukes sammen med sinnetermometer. Termometeret viser grønn farge nede med en glad munn og rødt oppe med sinna munn, to nyanser i mellom med litt glad og litt sur. Når voksne merker at barnet begynner å bli sinna eller irritert kan vi bruke termostaten og prat med barnet hvor det befinner seg på termostaten. Barnet kan sette en pil bort og vise, trekke seg inn i skallet sitt og puste dypt. Etterpå kan pilen flyttes på termostaten til der barnets sinnsstemning er etter skilpaddeskallet. Dette tar lang tid å jobbe inn hos en gruppe barn, en regner i alle fall et halvt år med introduksjon.

### **Belønningssystem:**

Et belønningssystem kan brukes på et enkelt barn eller på hele barnegruppen. For eksempel barn som har vansker med å sitte fint i situasjoner der det forventes av dem, kan ha en belønningsplan. Voksen som har aktiviteten gir barnet en belønning straks etter at aktiviteten er avsluttet dersom barnet har vist ønsket oppførsel. Det kan også gjøres avtale med hele barnegruppen. F.eks ved rydding av leker. Barn som rydder får ryddemerke, ros og takk for hjelpen. De av barna som ikke ryddet første gangen er ivrig med å rydde neste gang, med unntak av de som trenger litt lengre tid. Vi har et positivt fokus og ikke negativt når vi bruker belønningssystem.

### **Konsekvens.**

Det skal brukes ignorering, korrigerende, påminnelser, ikke-verbal og verbal styring i tillegg til advarsler før en bruker konsekvenser. Det mest effektive er å bruke en naturlig eller logisk konsekvens som er knytt til den dårlige oppførselen. Da er det lettere for barnet å forstå sammenhengen av dårlig oppførsel og konsekvensen.

### **Gladmelding med hjem.**

Gladmelding brukes om et barn gjør noe ekstra fint mot andre barn, eller gjør en god gjerning som gagnar alle. Vi er ikke helt inni rutinene ved bruk av gladmelding, det har ikke vært i fokus enda. Men håper at vi kommer der i løpet av denne høsten. Det vi må øve mest på er å huske på å skrive ned den glade meldingen etter at vi har roset barnet. For vi husker å rose dem, men det er ikke alltid at vi kan eller vil forlate situasjonen for å skrive ned, og da er det lett for at det går i glemmeboken. Så her må vi øve oss 😊