

Uppeldi til ábyrgðar

Uppbygging sjálfsaga



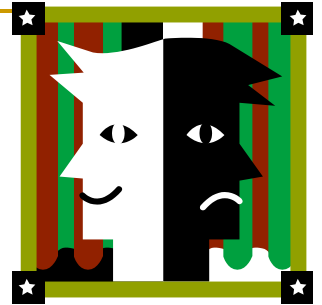
Taktu ábyrgð á eigin lífi

Axlaðu ábyrgð á eigin lífi.

Gerðu þér grein fyrir því að
aðeins þú munt koma þér
á áfangastað.

Uppeldi til ábyrgðar

- uppbygging sjálfsgaga -



- Leið til stefnumörkunar skóla til að ýta undir jákvæð samskipti.
- Byggir á að ná samstöðu um lífsgildi til að hafa að leiðarljósi og fylgja þeim síðan eftir með fáum skýrum reglum
- Miðar að því að kenna börnum og unglingum sjálfstjórn og sjálfsgaga, að taka ábyrgð á eigin orðum og gerðum og læra af mistökum í samskiptum
- Höfundur er Diane Gossen frá Kanada

Skilgreining á uppbyggingu sjálfsaga

- Að skapa skilyrðið fyrir mann til að geta leiðrétt eigin mistök og rangsleitni og fá aftur inngöngu í hópinn með aukið sjálfstraust í samskiptum.

Skapa skilyrði til að barnið:
Geti lagfært mistök sín
Snúið aftur til hópsins
Vaxi við hverja raun

Dæmi um orðanotkun við uppbyggingu sjálfsaga.

1. Maður má gera mistök
2. Þú ert ekki sá eini
3. Hefðir þú getað gert annað verra?
4. Getur þú gert betur? Viltu það?
5. Hvernig getur þú leiðrétt mistök þín?

Aukum svigrúm barnanna

- Skiptir þetta máli?
 - Spurðu sjálfan þig, “Skiptir þetta máli?”
 - Veljum okkur slagina.
- Já ef.....
 - Segðu Já eins oft og þú getur
 - Ef þú getur ekki sagt “Já” segðu þá “Já ef...”
 - Þegar þú segir Nei; stattu við það!

Hvað ræður hegðun fólks?

1. Til að forðast óþægindi.

Hvað gerist ef ég geri það ekki?

2. Til að fá viðurkenningu annarra.

Hvað fæ ég ef ég geri það?

3. Vegna sjálfsvirðingar.

Hver er ég ef ég geri það?

Fyrsta spurning þegar barn hagar sér illa

□ Hvaða þarfir er ekki komið til móts við og hvernig get ég bætt úr því?

□ Fremur en

Hvernig get ég fengið barnið til að gera það sem ég vil?

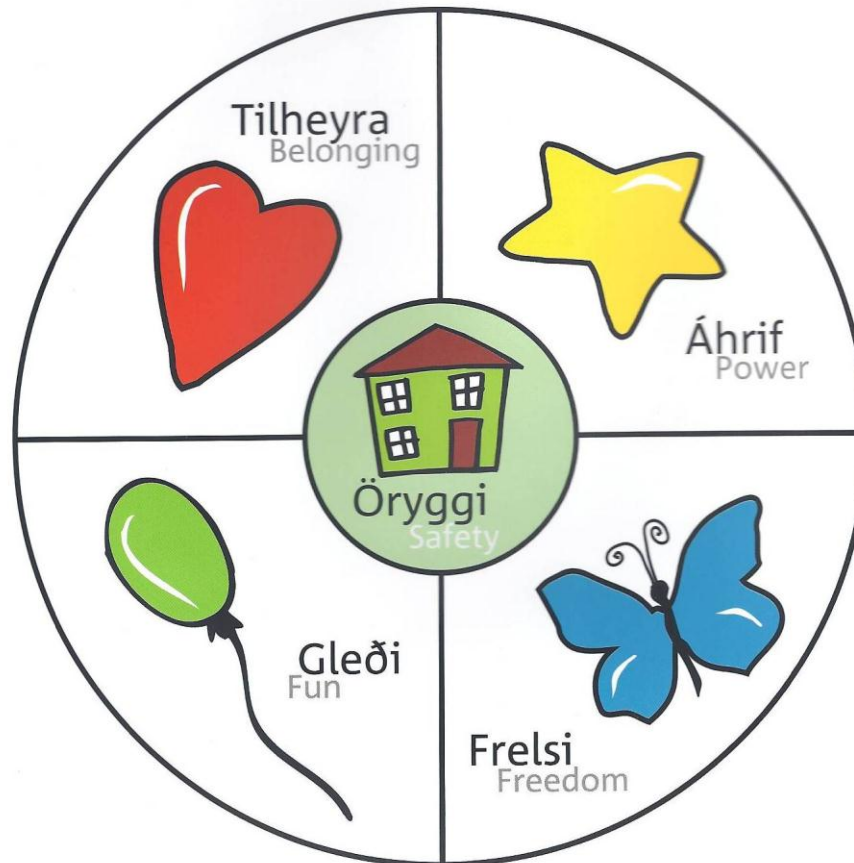
Þarfahringurinn

Umhyggja

- Ást
- Félagsskapur
- Vinátta
- Vera með

Gleði

- Ánægja
- Hamingja
- Hlátur
- lærdómsgleði



Öryggi

heilsa, húsaskjól, fæða, föt., hvíld

Áhrif

- Færni
- Bestur
- Árangur
- Mikilvægur

Frelsi

- Val
- Sjálfsforræði
- sjálfstæði

Hvernig læra börn miðað við þarfirnar?

Rík umhyggjuþörf

- Vil að öðrum líki við mig
- Er háður foreldrum mínum
- Vinn fyrir kennarann
- Félagar skipta mig miklu
- Gaman í hópavinnu

Rík þörf fyrir áhrifavald

- Vil hafa stjórnina
- Fylgist vel með áður en ég prófa nýtt
- Stressast ef mér mistekst
- Mjög skipulagður
- Þarf helst að vera bestur

Hvernig læra börn miðað við þarfirnar?

Rík þörf fyrir frelsi

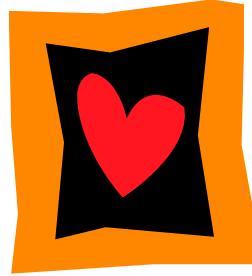
- Vil hafa valmöguleika
- Þarf að vera á ferðinni
- Hef gaman af tilraunum
- Sama hvað öðrum finnst
- Prófa nýja spennandi hluti

Rík þörf fyrir gleði og ánægju

- Verð að njóta vinnunnar
- Mikil einbeiting ef það er gaman
- Safnari; gaman af spilum
- Brandarakarl, vil leika trúð
- Gaman, jafnvel þó ég sé skammaður

Grundvallarþarfir - tilheyra

Tilheyra



- Tilheyra
- Láta sér annt um
- Segja frá
- Viðurkenna
- Vera með
- Náin kynni
- Atlot
- Umhyggja

Hvernig er þörfinni
fullnægt

- Fjölskylda
- Vinir
- Samstarfsmenn
- Hópar
- Félagar
- Gefa af sér

Grundvallarþarfir - áhrifavald

Áhrif



Hvernig er þörfinni
fullnægt

- Dugnaður
- Færni
- Mikilvægi
- Keppni
- Yfirburðir
- Forista
- Skipulag

- Atvinna
- Verkefni
- Tómsundur
- Megrún
- Leikfimi
- Fylgin sér
- Þjálfun
- Menntun
- Vera sterkur

Grundvallarþarfir - frelsi

Frelsi

- Hreyfing
- Velja
- Sveigjanleiki
- Eðlileg viðbrögð
- Sköpun
- Opinskár
- Til
- Frá

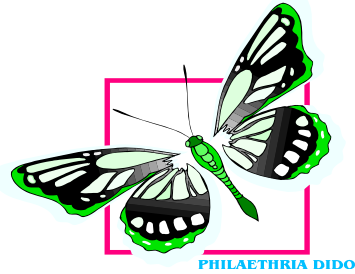


Hvernig er þörfinni
fullnægt

- Ferðast
- Versla
- Fjölbreytni
- Vera frjáls
- Frjáls hugsun
- Setja mörk
- Valmöguleikar
- Taka sér tíma
- Skapa aðstæður
- Sjálfstæði

Grundvallarþarfir - gleði

Gleði



- Leikur
- Lærdómur
- Spaugsemi
- Gleði
- Hlátur
- Spennandi
- Ákaflega

Hvernig er þörfinni fullnægt

- Leika sér
- Læra
- Njóta
- Uppfinningar
- Tilbreyting
- Taka áskorun
- Sköpun
- Vera leikglaður

Grundvallarþarfir - öryggi

Öryggi

- Fæði
- Klæði
- Hvíld
- Skjól
- Kynlíf
- Öryggi
- Fullvissa
- Heilsa



Hvernig er þörfinni fullnægt

- Safna
- Skipuleggja
- Vinna sér inn
- Tryggja
- Vernda
- Borða
- Sofa
- Gæta heilsunnar
- Vera kynþokkafullur

Meðfæddur styrkleik þarfanna.

Fyllið inn í hringina á skalanum til að sýna styrkleika hvernar þarfar þinnar.

Öryggi



Umhyggja



Áhrif



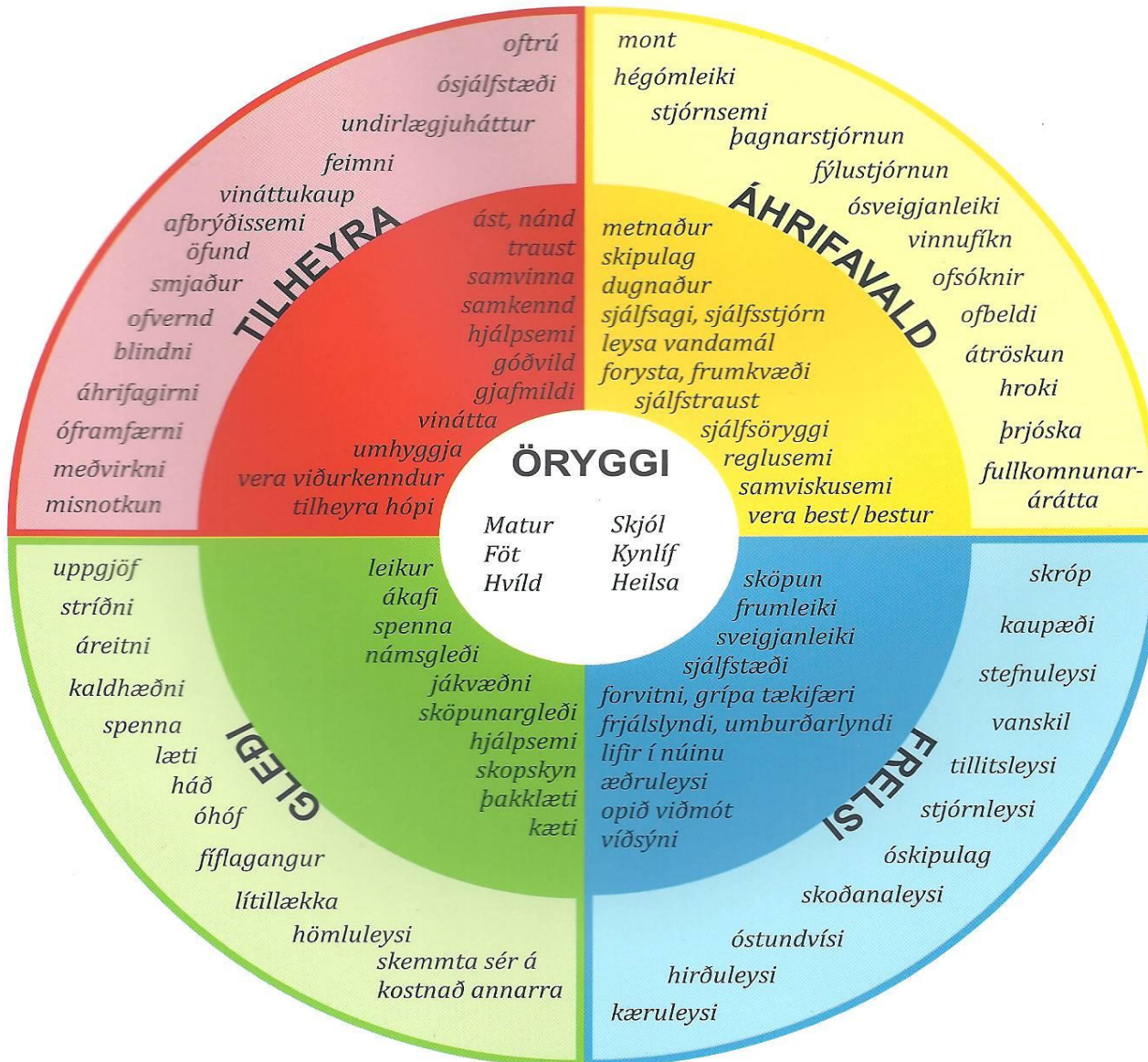
Frelsi



Gleði



Hvernig uppfyllir þú þarfirnar?



Í ytri hring er neikvæð birtingarmynd af þörfum okkar.

Í innri hring er jákvæð birtingarmynd af þörfum okkar.

Eigum að temja okkur sem flest af því sem er í innri hring.

Væntingar og draumar....hvað langar mig
að gera og hvernig persóna vil ég vera ?



G S M

Í uppbyggingu er notast við skammstöfunina hér að ofan til að marka leiðina sem við förum til að leiðrétta og vinna úr neikvæðri hegðun.

Eins og í svo mörgu sem tengist uppbyggingu sjálfsaga spyrjum við spurninga sem leiða okkur að niðurstöðunni.

G- ið

- Stendur fyrir **grunnþarfirnar** okkar. Við veltum fyrir okkur af hverju hegðun á sér stað, þ.e. hvaða þörf liggur að baki. Öll hegðun hefur þann tilgang að svara einhverri af þörfum okkar. Með því að finna hvaða þörf við erum að fullnægja með neikvæðri hegðun, getum við fundið hvernig hægt er að mæta þeirri þörf án þess að brjóta á öðrum og koma okkur í vandræði. Við reynum að finna jákvæða leið til að svara þörfinni.

Dæmi um spurningar sem við spyrjum eru:

- Hverju vildirðu ná fram með hegðun þinni?
- Hvað var það sem þú vildir?
- Hvaða áhrif hafði hegðun þín á aðra?

S- ið

S - Stendur fyrir **sannfæringu** okkar. Við veltum fyrir okkur hvað okkur finnst mikilvægt og skoðum lífsgildi fjölskyldunnar, bekkjarins eða skólans. Með því reynum við að líta á jákvæðan hátt á hvernig við erum sammála um að hegðun ætti að vera og berum raunverulega hegðun saman við þá sannfæringu.

Dæmi um spurningar sem við spyrjum eru:

Hver er sannfæring okkar um það sem gerðist?

Hvað finnst okkur mikilvægt? Ertu sammála því?

M- ið

M - Stendur fyrir **manneskjuna** sem við viljum vera. Allir hafa í hugskoti sínu mynd af þeirri manneskju sem þeir vilja vera og til þess að læra að breyta rétt þurfum við að bera raunverulega hegðun okkar við þessa mynd.

Dæmi um spurningar sem við spyrjum eru:

Ertu manneskja sem vill lagfæra það sem fór úrskeiðis?

Er þetta manneskjan sem þú vilt vera?