

Hvað fór úrskeiðis?

Tillögur að því hvernig gagnlegt getur verið að nota verkefnablaðið *Hvað fór úrskeiðis?* Verkefnablaðið er stundum of viðamikið og má aðlaga, einfalda eftir þörfum.

Útgangspunktur verkefnisins er sú ályktun að mikilvægt sé að aðstoða barn með að vinna úr uppákomu á gagnlegan hátt. Barn sem misst hefur stjórn á skapi sínu þarf oft stuðning með að átta sig á hvað gerðist og hvað hefði verið hægt að gera á annan hátt. Mikilvægt er því að setjast niður með barni þegar það er búið að jafna sig og fara yfir atburðarrásina og afleiðingarnar.

Hugmyndin er að þetta hjálpi barninu að skilja sinn þátt í atburðarrásinni, að þetta hjálpi þeim fullorðna að átta sig á sjónarhorni barnsins og fara yfir uppbyggilegar leiðir sem hægt sé að grípa til næst þegar sambærilegar aðstæður koma upp.

Verkefnið er gjarnan notað eftir að "*uppákoma*" hefur átt sér stað. Skilgreina má uppákomu sem atvik þar sem barn hefur hagað sér óæskilega í samskiptum og/eða misst stjórn á skapi sínu. Dæmi um slíkar uppákomur eru þegar barn sýnir af sér hegðun svo sem ofbeldi gagnvart öðrum, dónalegt orðbragð eða skemmir hluti í umhverfinu. Gjarnan koma ýkt tilfinningaviðbrögð fram í kjölfarið á uppákomu þegar barn er að jafna sig. Sýna börn þá oft mikla reiði, grát eða þá að barn tjáir óánægju sína og vonbrigði með því að tala á neikvæðan hátt um sjálfan sig og hegðun sín.

Ein leið er að ganga út frá því að barn hafi misst stjórn á aðstæðum vegna einhvers í aðstæðunum sjálfum (t.d. of erfið verkefni, stríðni eða slakt dagsform) eða vegna þess að barn hafi ekki kunnað að bregðast við á réttan hátt (t.d. hvar á að leita aðstoðar eða hvernig róa ég mig niður). Því er mikilvægt að skilja aðdraganda og sjónarhorn barnsins og fara í sameiningu yfir atburðarrásina. Markmiðið með þessu er að barn og sá aðili sem vinnur með barninu skilji hvort annað betur en ekki síður að barninu sé bent á uppbyggilegri leiðir til að bregðast við. Hægt er svo að minna barnið á þær leiðir þegar erfiðar aðstæður koma upp síðar.

Mikilvægt er að leggja ekki þetta verkefni fyrir fyrr en barn er búið að jafna sig að nokkru marki og sé tilbúið til að ræða málin. Verkefnið er gjarnan ekki val heldur skylda þar sem fara þarf yfir málin áður en farið er að sinna öðrum viðfangsefnum. Misjafnt er hversu langan tíma tekur að leysa verkefnið algeng lengd er um 5 mínútur.

Verkefnið er leyst í einrúmi með barni og þeim fullorðna aðila sem var á staðnum þegar atvikið átti sér stað. Ýmsar útfærslur eru þó til s.s. að leysa þetta með tveimur börnum í einu ef þau hafa lent saman. Mikilvægt er þó að huga að því að þau séu búin að jafna sig og að fullorðin aðili stýri úrvinnslunni.

Ein útfærsla gæti verið að sá fullorðin svara stundum verkefninu út frá sínu sjónarhorni samhliða því að barnið svari. Þannig getur sá fullorðni útskýrt hvers vegna hann brást við með þeim hætti sem hann gerði eða hvernig honum leið. Einnig gæti sá fullorðni reynt að sýna barni fram á hlið annarra barna sem komu að atvikinu. Getur það hjálpað barninu að setja sig í spor annarra í félagslegum samskiptum og aukið skilning þeirra á viðbrögðum annarra.

Hvað fór úrskeiðis?

Hvað gerðist ?

Hvað gerði ég ?

Kostir:

Gallar:

Hvernig leið mér ?

Kostir:

Gallar:

Hvernig leið hinum ?

Hvað annað hefði ég getað gert ?

Kostir:

Gallar:

Hvað get ég gert næst í svipuðum aðstæðum ?