

SKOLEsmart  

Syv trædesten til trivsel og læring, 2.del

Master i Positiv Psykologi, 2018

# Skolesmart - i SFO og Klub

Skabe **værdi** i organisationen

Møder og ser børnene i **andre sammenhænge**

**Fælles sprog og viden**

Brug det **endnu mere** fra i eftermiddag!

Jo mindre jeg snakker, jo mere lærer !!



# Dagens program

1. Hvordan er det gået?
2. Statistik i bevægelse
3. Oplæg: Udvikling af tankesæt
4. Tips og tricks
5. Planlæg ny aktion
6. Evaluering - spørgeskema



# Case

**Tænk og noter (2 minutter).**

Hvordan gik din aktion?

Hvad virkede? Hvad virkede ikke?

**Plan B:**

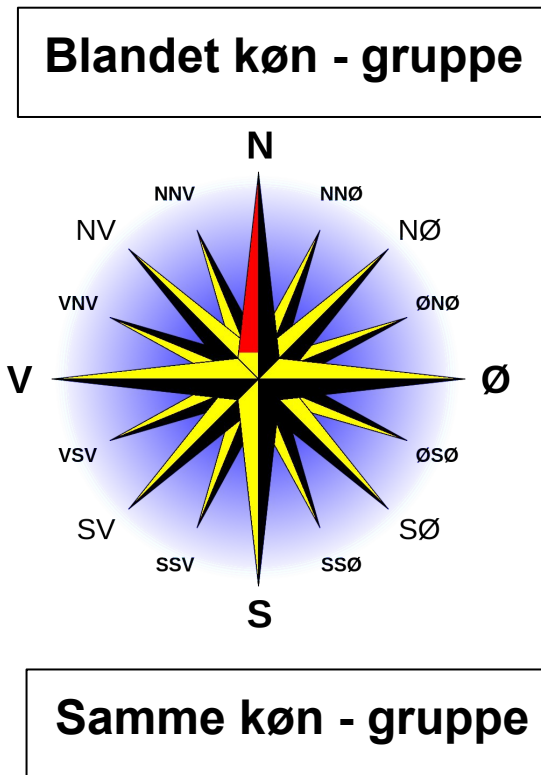
Hvilken ny aktion vil du gerne lave?

Hvad tror du vil virke/ikke virke?



# Case - Statistik i bevægelse

Dreng



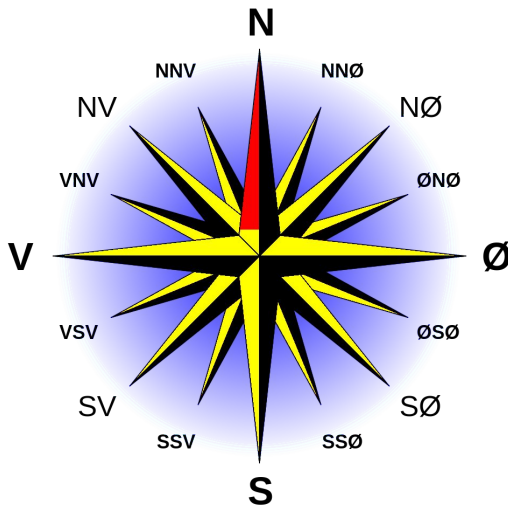
Pige

# Case - Statistik i bevægelse

Nysgerrighed

Optimisme

Selvkontrol



Engagement

Vedholdenhed

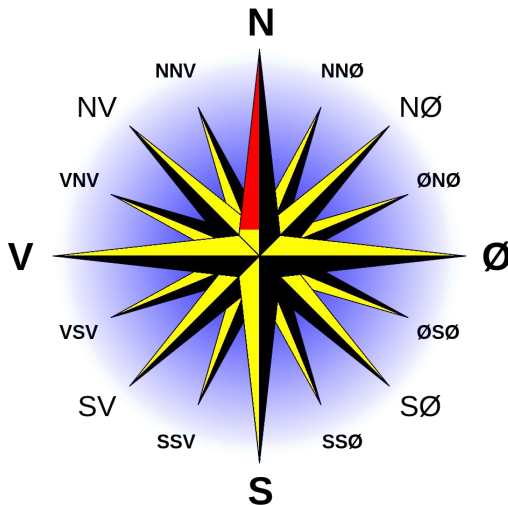
Social intelligens

Taknemmelighed

# Case - Statistik i bevægelse

Ingen ændring

Det blev værre



Lille forbedring

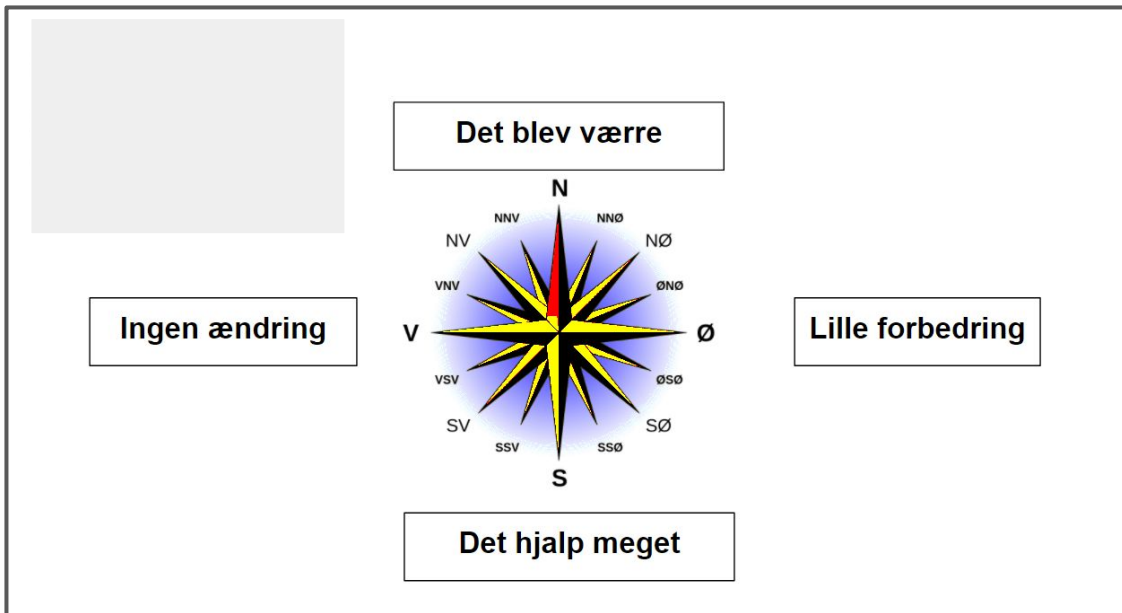
Det hjalp meget

# Case

Bliv stående i verdenshjørnet

Snak 2 og 2. (1 minut til hver)

Hvorfor gik det som det gik?

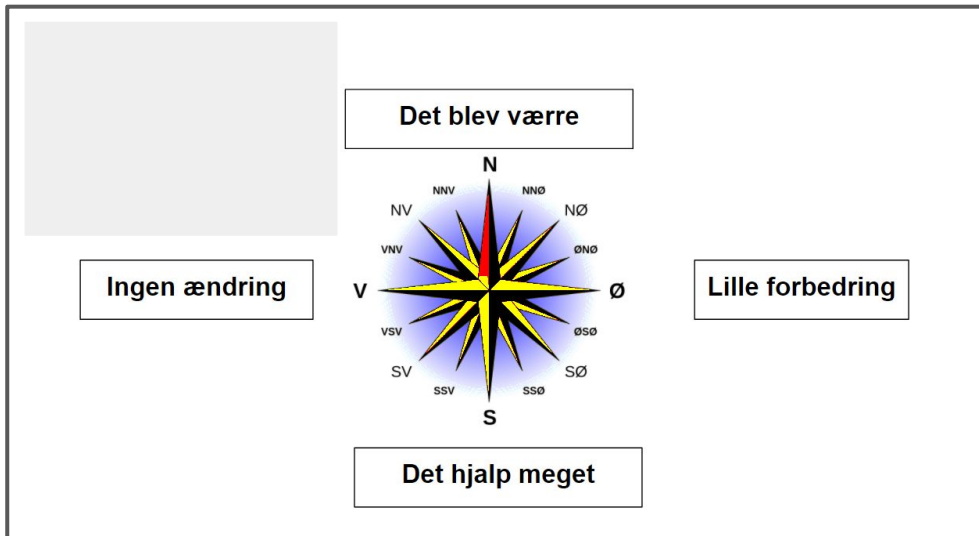




# Case

Hvorfor lykkedes  
aktionen ikke?

Hvorfor skete der  
ingen ændring?



Hvorfor skete der  
en lille forbedring?

Hvorfor lykkedes  
aktionen så godt?

# Tillært hjælpeløshed eller lært optimisme?

**Seligman:** Vi kan lære at være optimistiske. Men det kræver træning!



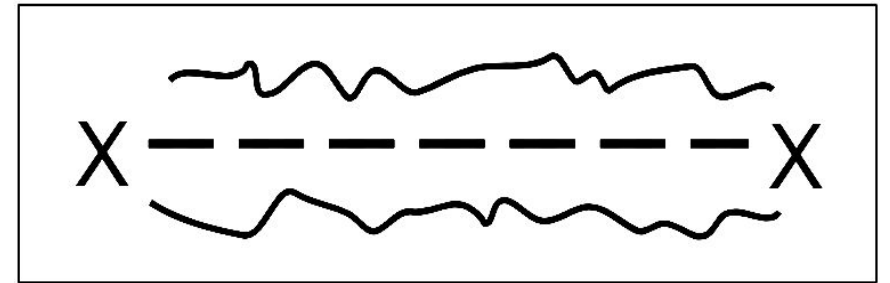
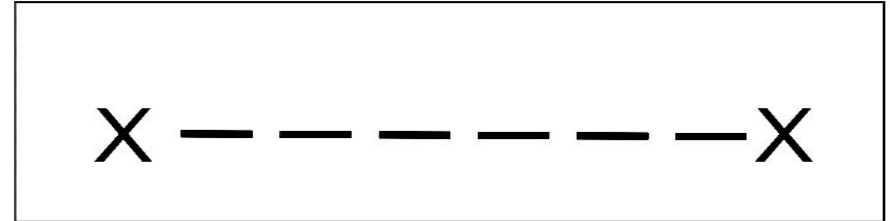
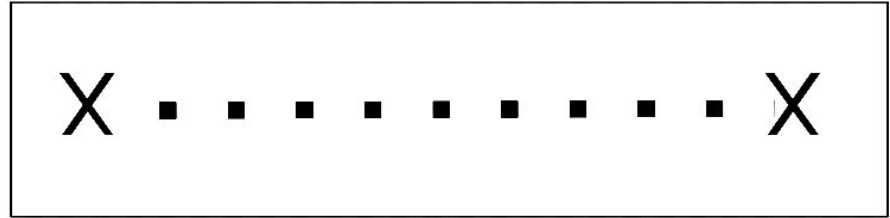
Forsøg med hunde

Bad is stronger than good! **5:1**



# Kontrolpanel - tankesæt

1. Vi tænker en tanke 1 gang (Sti)
2. Samme tanke 2-3 gange (Vej)
3. Samme tanke 5-7 gange.  
Antagelse/vane/tillært (Motorvej)

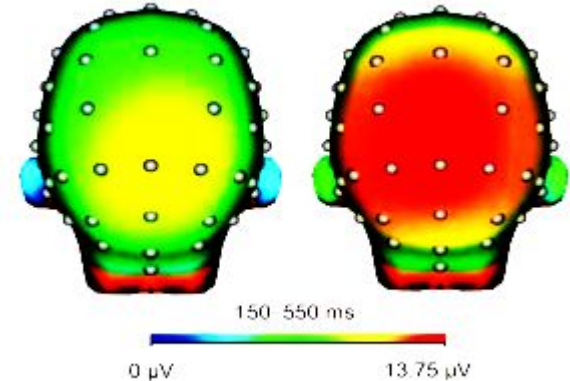


# Dynamisk eller fikseret tankesæt?

**Carol Dweck:** Vi skifter hele tiden mellem de to tankesæt. Begge er nødvendige!

Børn som er bange for at lave fejl, blokerer for udvikling!

Tror ikke intelligens kan udvikles, men hjernen er plastisk! -  $\frac{2}{3}$  kan formes!



# Fikseret tankesæt

## FIKSERET TANKESÆT

"Intelligens er nødvendigt"  
Vi vil gerne se smarte ud, så...

VI UNDGÅR

UDFORDRING



VI GIVER OP VED

FORHINDRING



VI FINDER DET  
NYTTELØST MED

INDSATS



VI IGNORERER

KRITIK



VI FØLER OS TRUET AF

ANDRES  
SUCCES



UDNYTTER IKKE POTENTIALE

# Dynamisk tankesæt



HILSES  
VELKOMMEN



HÅNDBTERES MED  
VEDHOLDENHED



ER VEJEN TIL  
MESTRING



KAN MAN LÆRE AF



ER EN INSPIRATION



## DYNAMISK TANKESÆT

"Intelligens kan udvides"  
Vi vil gerne lære, så...

# Tips og tricks (Skriv på post-it)

## - Hvad virker udviklende?

- Sparring med positiv kritik
- Støtte og vejledning
- Succesoplevelser - zonen for nærmeste udvikling
- Anerkendelse - positiv forstærkning
- Motivation - motivere til FLOW
- Vække nysgerrighed - møde med nysgerrighed
- Inklusion - del af et fællesskab
- Tryghed - sikkert ståsted - tydelig voksen
- God relation - relationsdannelse
- Positiv holdning overfor barnet
- Omsorg
- Nærvær
- Vise at vi tror på dem - tillid til barnet
- Fælles forståelse
- Gode rollemodeller
- Gennem leg gøre opmærksom på læring
- Små krav giver store succeser

## - Hvad skaber modstand?

- Urimelige eller for store krav
- Uforudsigelighed
- Skæld ud - verbal vold
- Råb eller hævet stemme
- Utryghed
- Eksklusion
- Manglende tro på barnet - mistillid
- Fraværende voksne
- For højt eller lavt læringsniveau
- Negativitet
- Stress
- Angst for ikke at slå til
- Kritik
- Negativ forstærkning
- Uenighed

# Individuel refleksion - Bedste næste skridt?

Vælg samme eller ny case, hvor barnets tankesæt er 'fikseret'.

Noter, hvad du vil gøre *allerede fra i eftermiddag* for at hjælpe 'dit barn' videre med styrketræningen.

Vær præcis og detaljeret: Hvor, hvornår, hvordan?





# Sum to og to

Fortæl hinanden om jeres planer

Spørg ind til detaljer

Modstand eller forhindringer?

Skal forældre på banen?



# Lektie

Gennemfør din plan i eftermiddag

Træn selv dit tankesæt og styrker - vi er rollemodeller!

Træn tankesæt og styrker med børnene, når du kan!



# Evaluering - 2.del

[Skolesmart.com](https://skolesmart.com)

klik på

[‘pædagog/medhjælper’](#)

klik på

[‘spørgeskema 2.oplæg’](#)

# TAK!



# Hvis du vil vide mere:

Kig på min hjemmeside: [www.skolesmart.com](http://www.skolesmart.com)

Få adgang til undervisningsforløb i 1.klasse hvor der er film om de 6. første styrker. “Log ind og få adgang til beskyttet indhold” og derefter “her”

Brugernavn: **skolesmart**

Adgangskode: **underviser**

Herefter klikkes på huset i øverste venstre hjørne og du har adgang til det hele.