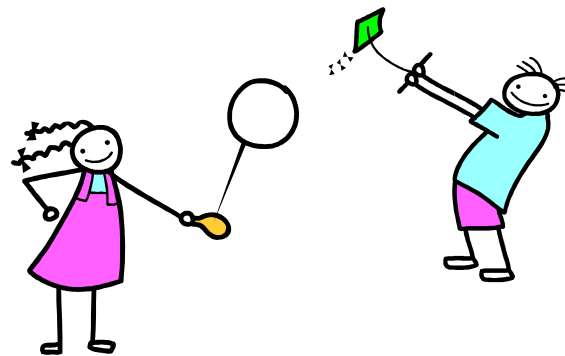


## Hvernig geta foreldrar aukið samvinnu milli skóla og heimilis?

- Reyndu eftir megni að kynnast kennurum barnsins þíns t.d. með því að mæta í foreldraviðtöl, foreldrafundi og ýmsa viðburði í skólanum.
- Aflaðu þér upplýsinga um skólareglur og væntingar til bekkjarins.
- Aflaðu þér upplýsinga um hvernig best er að haga samskiptum við kennara (t.d. gegnum símtöl, með tölvupósti, skriflega eða með viðtali).
- Spurðu hvort og hvenær þú getir komið í heimsókn í bekkinn. Bekkjarheimsókn getur gefið þér upplýsingar um viðfangsefni barnsins og jafnaldr þess. Stundum hegða börn sér á annan hátt heima en í skólanum. Þú getur komið auga á styrkleika sem þú hefur ekki séð heima.
- Ef þú átt erfitt með að komast í skólann notaðu þá síma eða tölvupóst. Það er mikilvægt að vita hvernig barninu gengur í skólanum og kennarar kunna vel að meta áhuga foreldra. Settu gjarnan niður ákveðinn tíma fyrir samskipti við skólann fyrir allt skólaárið.

- Reyndu að kynnast foreldrum bekkjarfélaganna og heyra hvernig þeir aðstoða börnin sín í skólanum.
- Láttu kennarann vita þegar vel gengur og þú ert ánægð/ur með það sem verið er að gera í skólanum. Það veitir kennaranum stuðning að heyra um það sem foreldrar upplifa jákvætt í bekkjarstarfinu.
- Þegar barnið þitt deilir með þér áhyggjum sem snúast um skólann, ræddu þá einnig við kennarann og fáðu að vita allar staðreyndir áður en þú aðhefst meira eða gerir upp hug þinn.
- Talaðu almennt jákvætt um skólann í áheyrn barnsins þíns.

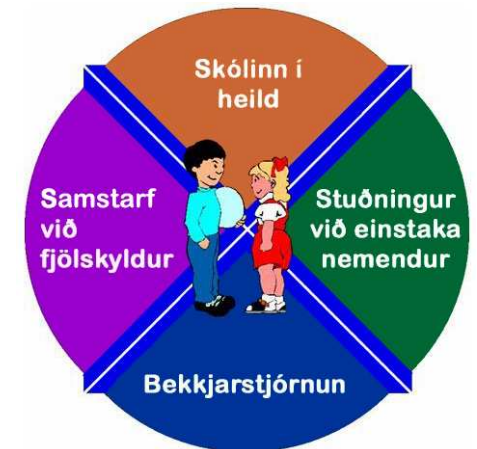


[www.reykjavik.is/pbs](http://www.reykjavik.is/pbs)

Ábyrgð: Þjónustumiðstöð Breiðholts



## Heildstæður stuðningur við jákvæða hegðun



Upplýsingar fyrir foreldra

PBS (Positive Behavior Support) eða heildstæður stuðningur við jákvæða hegðun er árangursprófað og viðurkennt vinnulag sem með kerfisbundnum hætti hvetur til jákvæðrar hegðunar, eykur félagsfærni, bætir samskipti og dregur jafnframt úr hegðunarvanda barna og unglinga.



### Hvernig vinnur skólinn með PBS?

Í PBS skólum er unnið út frá ákveðnum gildum (einkunnarorðum) sem skólinn einsetur sér að vinna með, t.d. virðing, ábyrgð, tillitssemi. Væntingar um hegðun og samskipti í öllum aðstæðum skólans eru unnar út frá þessum gildum. Þekking og skilningur starfsfólks og nemenda eru tryggð með kennslu væntinga, æfingum og hvatningu. Áhersla er á jákvæð samskipti, skýr fyrirmæli og hrós. Í skólanum eru hengdar upp myndir í augnhæð nemenda sem minna á gildi og væntingar skólans.

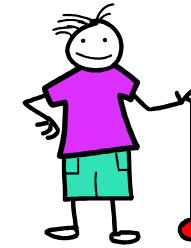
Óæskileg hegðun nemenda er skilgreind og hún stöðvuð markvisst í samræmi við agafetil skólans. Áhersla er á lausnarmiðaðar aðferðir við að leysa vanda sem upp kemur.

Innan skóla er starfrækt PBS teymi sem sér um fræðslu til starfsfólks, nemenda og foreldra, metur árangur og sér um framþróun verkefnisins.

### Hvernig geta foreldrar unnið með PBS?

Stuðningur við jákvæða hegðun á heimilum er mikilvægur. Jákvæð samskipti, hvatning og skýr mörk stuðla að aukinni færni og vellíðan barna og styrkja sjálfstraust þeirra.

- **Samskipti og samvinna**  
Að veita barni athygli og sýna daglegu lífi þess áhuga er mikilvægt. Hlutfall jákvæðra samskipta ættu ávallt að vera a.m.k. fimm á móti hverjum einum neikvæðum. Fyrir hver neikvæð samskipti ættu að eiga sér stað fimm jákvæð samskipti!
- **Skýrar væntingar og fyrirmæli**  
Fyrirmæli eiga að vera stutt, einföld, nákvæm, jákvætt orðuð og gefin í yfirveguðum tón. Skýrar og einfaldar væntingar á heimilum auðveldar foreldrum að gefa skýr fyrirmæli og auka jafnframt líkur á samstarfi barns.
- **Hvatning**  
Þegar kennd er ný færni og henni viðhaldið er hvatning (hrós, athygli) nauðsynleg. Hrósa þarf á einlægum og nákvæman hátt þannig að barn sé aldrei í vafa um fyrir hvað er hrósað. Hvatning eykur líkur á að barn endurtaki hegðun.
- **Að setja mörk**  
Skýr mörk, fyrirsjáanlegar og sanngjarnar afleiðingar sem eru í samræmi við hegðun barns eru mikilvægar. Sýna skal stillingu og yfirvegun þegar brugðist er við óæskilegri hegðun.



### Samvinna skóla og heimilis

Náið samstarf foreldra og aðstandenda við skóla er mikilvægt til að stuðla að góðri hegðun hjá nemendum, bættum námsárangri, félagsþroska og góðri líðan.

Nauðsynlegt er að foreldrar viti hvernig barninu þeirra gengur í skólanum og kynni sér þær væntingar sem skólinn hefur til hegðunar. Góð samvinna milli skóla og heimilis er mjög mikilvæg til að veita barninu þann stuðning sem það þarf til að ganga sem best í skólanum. Þegar foreldrar eru í samstarfi við skólann þegar vel gengur er auðveldara að leysa vandamál þegar þau koma upp.

