



**PALS**

Forældrepjece

# Velkommen til Gullestrup Skole!

Gullestrup Skole er en PALS-skole. Skolen er blevet PALS-skole i september måned 2010. PALS blev introduceret for første gang i Danmark i 2008, så det er et forholdsvist nyt projekt i Danmark.

På de følgende sider kan man finde en række informationer hvis man vil vide lidt mere om PALS på Gullestrup Skole.



## Hvad er PALS?

PALS er en forkortelse for *Positiv Adfærd i Læring og Samspil*. PALS er – som navnet signalerer – en metode til at forebygge adfærdsproblemer i skolen. PALS involverer alle elever og alle ansatte.

PALS handler om at lære eleverne nogle få *regler*, som er vigtige for at få hverdagen til at fungere så gnidningsfrit som muligt. Alle elever skal undervises i forventet adfærd og sociale færdigheder, og de skal være fortrolige med såvel belønninger som konsekvenser.

Eleverne skal opleve, at de voksne *taler venligt* til dem, og beskeder skal gives på en måde, der *fremmer samarbejdet* mellem børn og voksne.

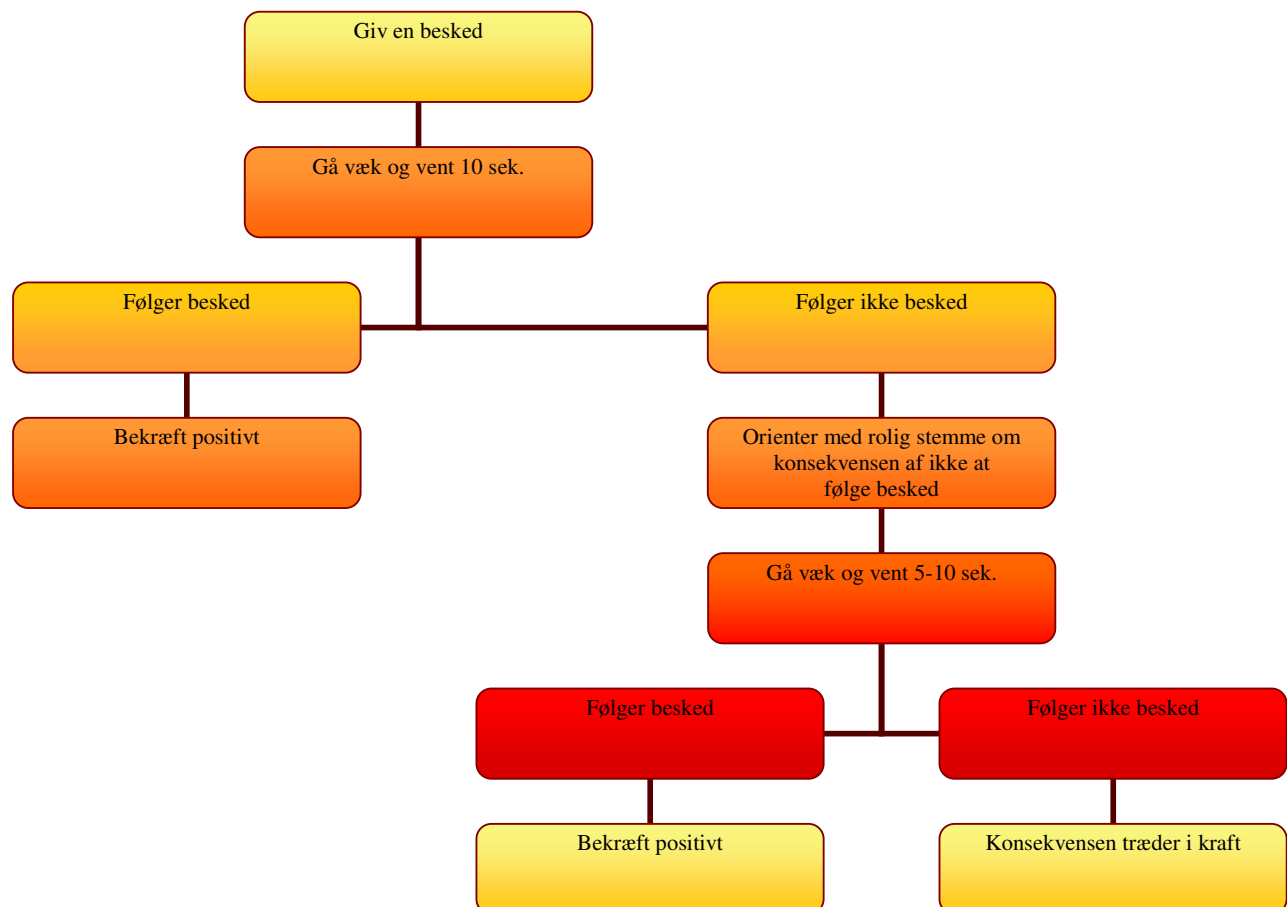
## Effektive og gode beskeder

Samarbejdet mellem voksne og børn styrkes gennem *effektive og gode beskeder*.

Det er vigtigt at give effektive og gode beskeder. Dette gøres på følgende måde:

- Man skal være fysisk nær ved barnet
- Man skal sikre sig, at man har barnets opmærksomhed
- Man skal være konkret
- Man skal være venlig, men bestemt
- Man skal være tydelig og bruge enkle ord
- Man skal følge op på beskeden
- Man skal undgå at argumentere med barnet

Kort sagt: Fortæl barnet, hvad det skal gøre!



## De tre regler og forventninger til positiv adfærd

Område	Vis respekt	Vis ansvar	Vis omsorg
<b>Undervisningslokaler</b>	Tal pænt til hinanden. Brug indestemme. Ræk hånden op, hvis du vil sige noget og vent til du bliver spurgt. Lad andres ting være. Hold hænder og fødder for dig selv. Hold mobilen slukket i timen. Bolde skal bæres.	Mød til tiden. Hav de ting i orden, du skal bruge i skolen. Gør dig klar til timen, når det ringer. Gå stille og roligt. Ryd op efter dig. Spis din mad på din plads. 4., 5. og 6. kl. må være inde i pauserne.	Lyt til hinanden. Vær hjælpsom.
<b>Udearealer</b>	Tal pænt til hinanden. Følg legens regler. Hold hænder og fødder for dig selv.	Ryd op efter dig. Put affald i skraldespanden. Gå ind når det ringer. Bliv på skolens område. Spil bold på de anviste steder. Kast med sne på de anviste steder.	Vær gode ved hinanden. Hjælp hinanden ved konflikter. Få fat i en voksen, hvis der er problemer.
<b>Gangarealer</b>	Tal pænt til hinanden. Brug indestemme. Hold hænder og fødder for dig selv. Bolde skal bæres.	Gå stille og roligt. Ryd op efter dig.	Få fat i en voksen, hvis der er problemer.
<b>Toiletter</b>	Gå alene på toilettet.	Efterlad toilettet rent og pænt. Husk at skylle ud. Vask hænderne.	
<b>Frugt- og mælkebød</b>	Tal pænt til hinanden. Hold hænder og fødder for dig selv. Brug indestemme.	Gå stille og roligt. Ryd op efter dig.	Vent til det bliver din tur.
<b>På tur</b>	Tal pænt til hinanden. Hold hænder og fødder for dig selv. Deltag opmærksomt i de planlagte aktiviteter	Vær stille og rolig. Ryd op efter dig. Vær en god repræsentant for skolen.	Få fat i en voksen, hvis der er problemer
<b>Skolevejen</b>	Tal pænt til hinanden. Hold hænder og fødder for dig selv.	Ryd op efter dig. Stil cyklen på de anviste steder.	Pas på hinanden i trafikken. Få fat i en voksen, når du kommer i skole, hvis der er problemer

Som man kan se i *regelsamlingen* på side 4, har vi på Gullestrup Skole tre hovedregler:

- **Vis respekt**
- **Vis ansvar**
- **Vis omsorg**

Til hver af disse regler knytter der sig en række *forventninger til elevernes adfærd*. Rundt om på skolen hænger disse *regelsamlinger*.

Heraf fremgår det, hvilken adfærd der forventes på skolens forskellige områder.

Eleverne undervises i forventet adfærd, og i begyndelsen af hvert skoleår repeteres de lærte forventninger.

Undervisningen varetages af de lærere, der er tilknyttet den enkelte klasse, og alle klasser arbejder samtidigt med forventet adfærd på bestemte områder.



På Gullestrup Skole har vi klare *procedurer for indlæring af regler og forventninger*:

1. Vi introducerer reglen
2. Vi viser, hvad reglen og de tilhørende forventninger betyder
3. Eleverne øver sig på den forventede adfærd
4. Vi følger op for at se, om eleverne forstår

De indlærte forventninger repeteres løbende efter behov.

## Ros, opmuntring og belønning

I PALS arbejder vi ud fra en forståelse af, at eleverne kun kan honorere vores forventninger, hvis de ved præcist, hvad vi forventer af dem.

Når vi aktivt retter opmærksomheden mod vores elevers positive opførsel, opmuntres eleverne til at forsætte den fremhævede adfærd. På den måde forebygges og reduceres problemadfærd.

Forventet adfærd belønnes. Vi bruger *superkortene*, når vi ser, at eleverne gør som forventet. Superkortene anvendes både i og uden for klassen, og alle voksne på skolen kan uddele kort til elever, der opfører sig som beskrevet i skolens regelsæt.



Lærerne har på alle årgange lavet en oversigt over de belønninger, klassen kan opnå, når eleverne i fællesskab har samlet et bestemt antal superkort. Når eleverne har samlet dette antal kort trækkes der lod om hvilken belønning der udløses.

## Håndtering af problemadfærd

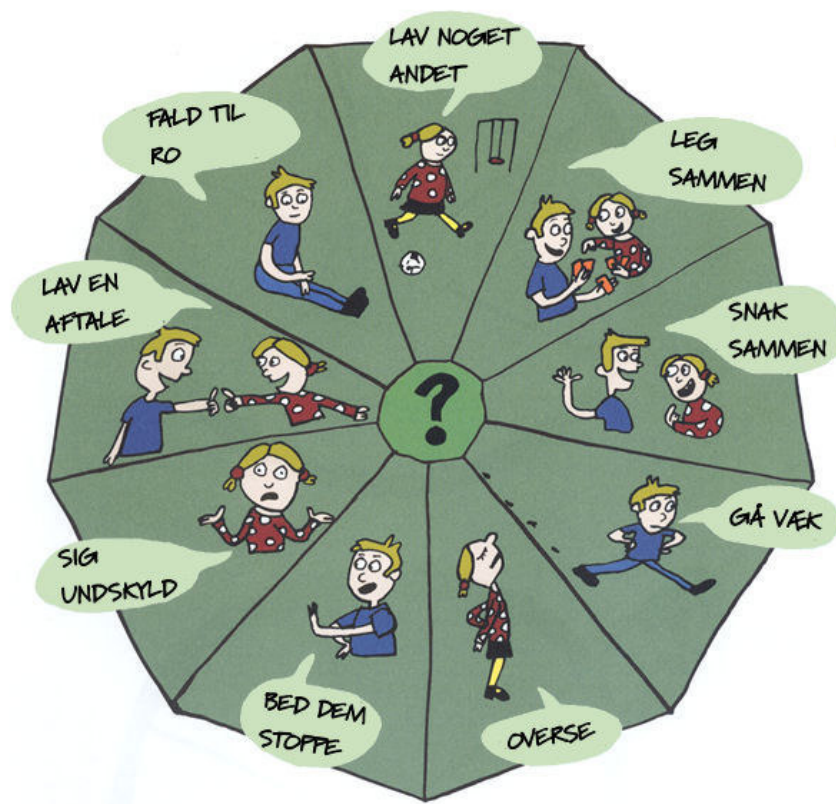
I løbet af skoleårets første uger genopfriskes, hvilke milde forudsigelige konsekvenser, der anvendes, hvis en elev udviser problemadfærd. Hvert team har sit eget konsekvenssystem.

Alvorlig problemadfærd som fx mobning og hærværk, håndteres af lærere/personale og ledelse. I disse tilfælde inddrages forældrene. Mindre alvorlig problemadfærd som fx småforstyrrelser og forglemmelser håndteres af den/de involverede voksne.

## Tilsyn i frikvartererne

Tilsyn med eleverne og positiv involvering er vigtige forebyggende strategier. Derfor benytter lærerne sig af følgende, når de er *gård- eller gangvagter*:

- De går overalt, hvor elever færdes
- De går ad forskellige ruter og sørger for, at alle områder dækkes
- De forstærker positiv adfærd gennem opmuntring og positiv involvering
- De hjælper med konfliktløsning



## Yderligere information

Hvis du er interesseret, kan du læse mere på Servicestyrelsens hjemmeside: [www.servicestyrelsen.dk](http://www.servicestyrelsen.dk). Vælg "Børn & unge" → "Evidensbaserede programmer" → "PALS".

### PALS for forældre

I Ikast har man arbejdet med forældre – PALS, og man kan få mere at vide om hvad det betyder på deres hjemmeside: [www.dkpals.dk](http://www.dkpals.dk)

Målene for deres arbejde med forældre - PALS er:

- At gøre vores børn socialt mere kompetente
- At forebygge og afhjælpe adfærdsproblemer
- At reducere mobning
- At lære børn, der bliver mobbet, at tackle det selv
- At give forældre nye handlemuligheder i dagligdagen via simple værktøjer
- At gøre hverdagen nemmere med færre konflikter og mindre skæld ud
- At gøre hverdagen nemmere med mere kærligt nærvær og sjov
- At give familier væsentligt større grad af trivsel
- At sikre større opbakning til skolernes PALS

