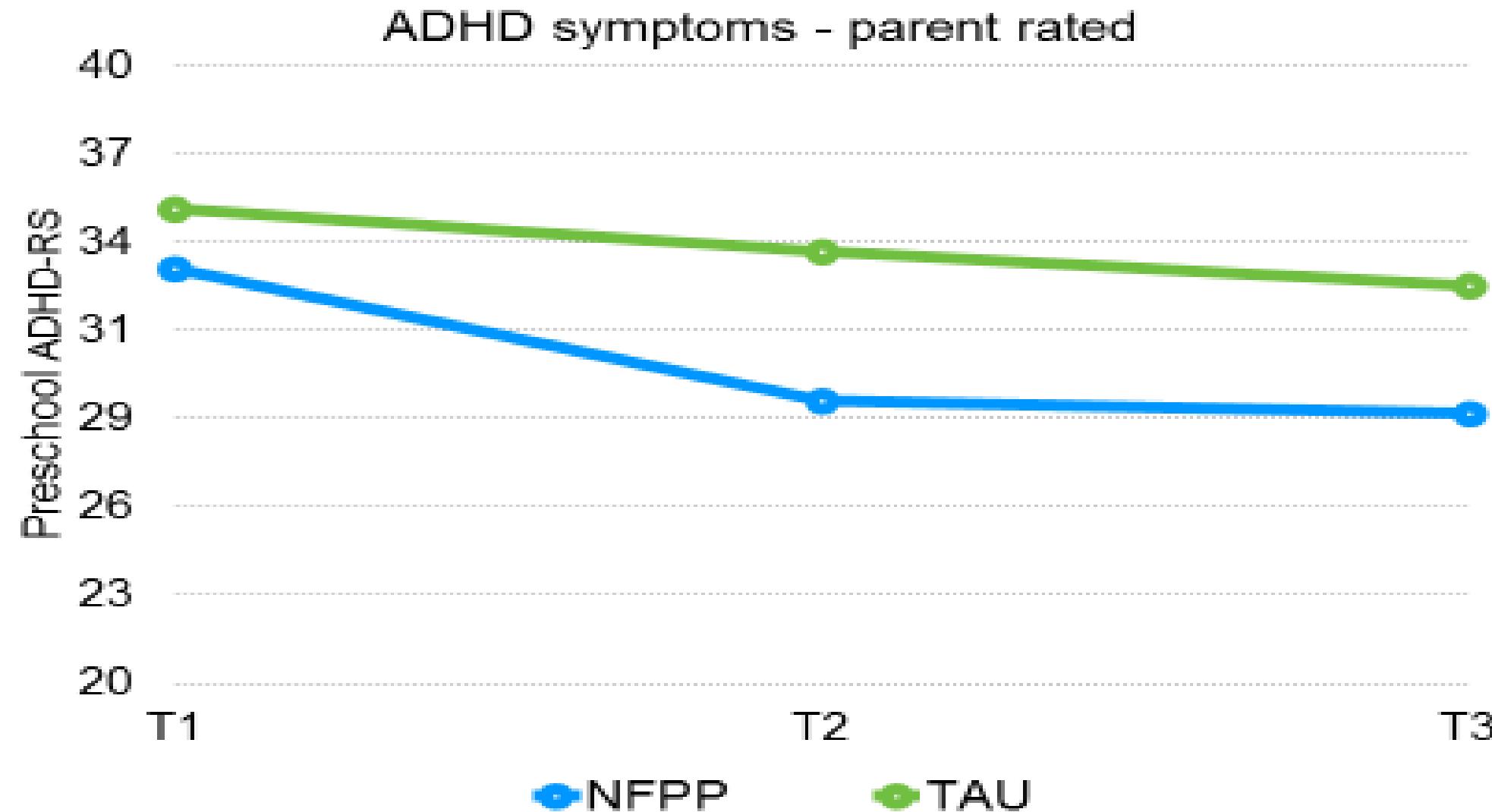
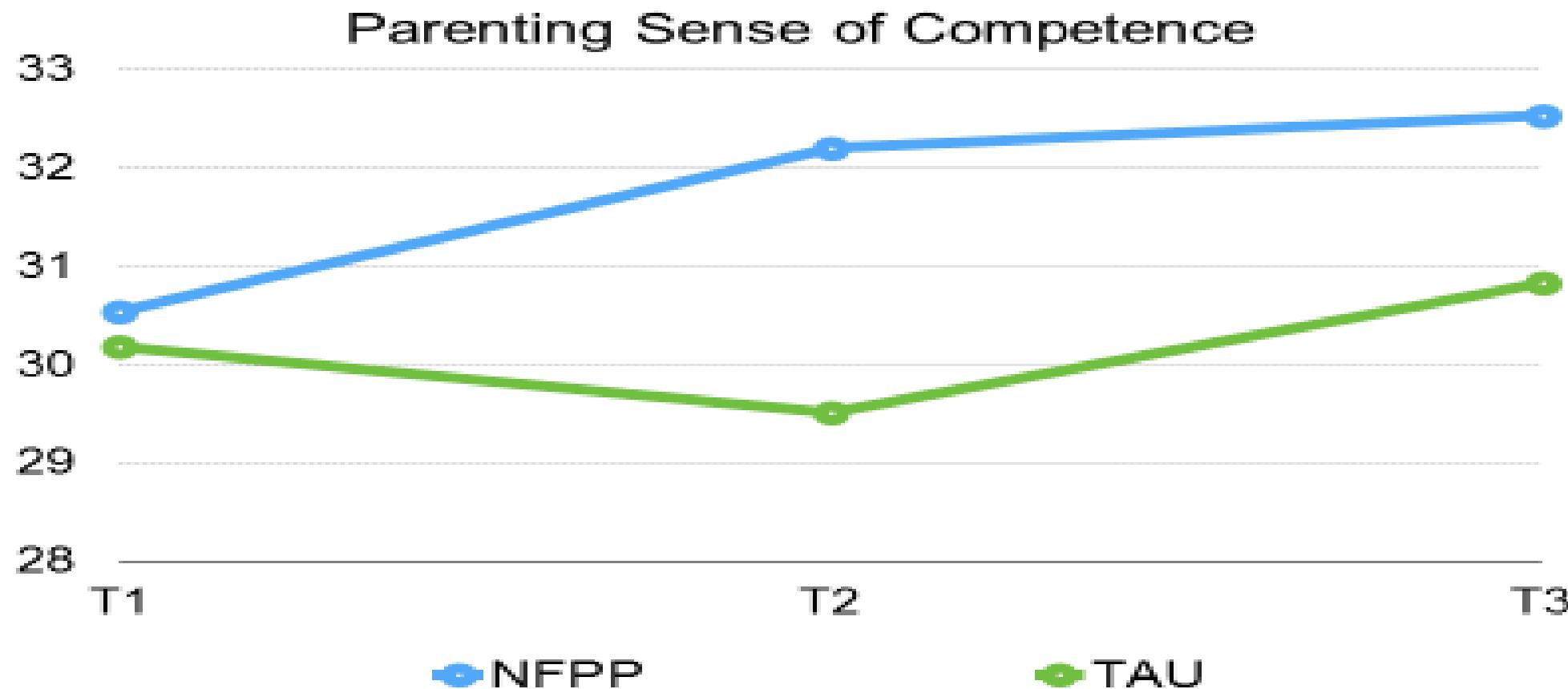


# New Forrest Parenting Programme (NFPP)

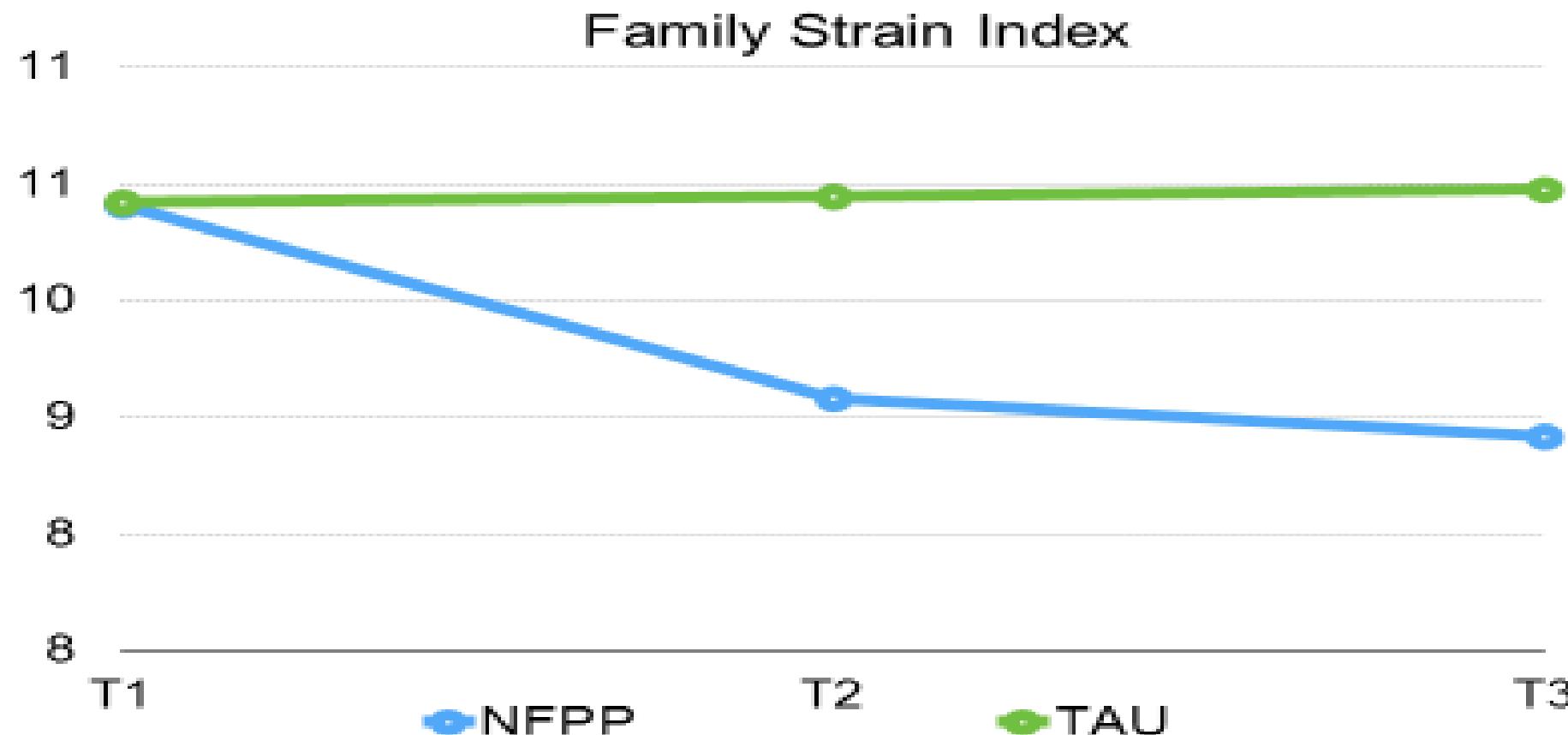
TILGONGDIN TIL EITT BARN VIÐ AD(H)D



## Parent reported Parenting Efficacy



## Parent reported family strain related to child with ADHD



# Bygnaður og teir fýra komponentarnir í NFPP

---

- 8 sessiónir.** Foreldrini luttaka allar 8 ferðirnar. Barni er bert við 3 ferðir.
  - Aðalmál: Trena tey vaksnu í at blíva trenarir hjá barninum. Økja um funktíonsstøði og minka um strongd, kaos og at barni miseydnast í gerandisdegnum.
- 
- 1. Psykoedukation um ADHD:**
  - 2. Styrkja forældur-barn relatión:**
  - 3. Heilatræning og venjing av førleikum:**
  - 4. Atferðar- og kensluregulering:**

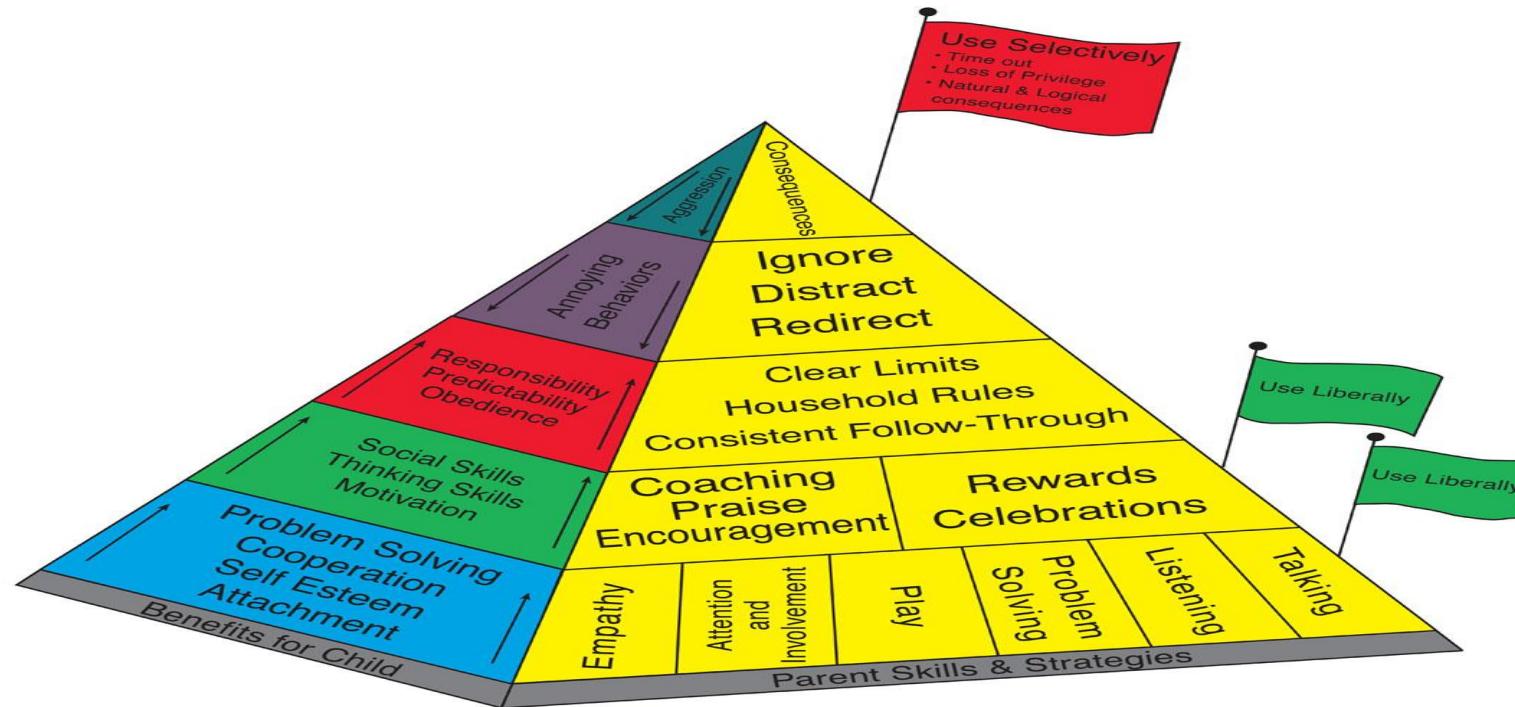
# Princippir í NFPP

|              |           |                  |              |
|--------------|-----------|------------------|--------------|
| Eygnasamband | Rós       | Innlæringsstøður | Stillasering |
| Belønning    | Venjing   | Bundin spøl      | Frítt spæl   |
| Gandateppi   | Stillatíð | Dagbøkur         | Varveita ró  |
| Húsreglar    |           | Time-out         |              |

# Fokus í dag



# Webster-Stratton pyramidan



Parenting Pyramid®

© The Incredible Years

The  
**Incredible** Years®  
Parents, teachers, and children training series.



**sernám**

NÁMSFRØÐILIG OG SÁLARFRØÐILIG  
RÁÐGEVING

## Fokusområder – session 1

Få barnets opmærksomhed, før du giver instruktioner



Skab øjenkontakt for at fremme barnets forståelse



Ros barnet!



Styrke barnets evne til at lytte



Giv barnet varsler





## Eygnasamband kropskontakt, smíl og vinarligt tónalag.

- Fortreytin fyri, at barni hoyrir, tekur ímóti og ger eftir boðum.
  - Styrkir relatiónum millum næming og lærara.
  - Minkar um misskyljingar, endurtøkur, kritik og/ella írættusetan.
- Eygnasamband skal venjast í jaligari samveru.  
Hav ikki nógv eygnasamband við barni í konfliktstøðum!*



**sernám**

NÁMSFRÓÐILIG OG SÁLARFRÓÐILIG  
RÁÐGEVING

# Rós riggar

---



- Grundregul: **Atferð, ið fær uppmerksemi, endurtekur seg (positive reinforcement - behaviorism)**
- uppmerksemi uppá negativa atferð => økir negativa atferð
- uppmerksemi uppá góða atferð => økir um tí góðu atferðina.

Granskning:

- ADHD-heilar reagera serliga væl uppá rós og viðurkenning, betri enn vanlig børn (Kohl et.al. 2009)

# Hvussu skal rósast/viðurkennast?

---

- **Beinanvegin**, í lötuni tá tað hendir.
- **Týðiligt**: við eygnasambandi, smíli og einari hond á økslina, tummil upp o.a.
- **Rósast skal ítøkiliga**:

*"Eg eri glað fyrir siggja, at tú gert títt besta í hesum roknistykkinum"*

*"Flott klára, at tú segði umskylda við hann"*

*"Eg sá hvussu ringt tað var fyrir teg, men flott at tú fórt eftir einum øðrum bólti alíkavæl"*

*"Gott at tú roynir, hóast at hetta er ringt"*

*"Tú hefur nú siti hugagóð og skriva í 15 minuttir, væl arbeitt!"*

T.v.s. ikki rósa í genrellum vendingum "raskur", "gott", "flott", tí børn við AD(H)D skilja ikki, hvat tey verða róst fyrir, um tað ikki er ítøkiligt og í her-og-nú støðuni.

**Negativur atburður: Ignorera tað, ið kann ignorerast – avleið, tá tað ber til.**



ADHD-heilar  
reagera ikki  
vael uppá  
kritikk

---



**sernám**

NÁMSFRÓÐILIG OG SÁLARFRÓÐILIG  
RÁÐGEVING

Her og nú ☺



Seinni ☹



**sernám**

NÁMSFRØÐILIG OG SÁLARFRØÐILIG  
RÁÐGEVING

## Dagbog – vanskelige situationer



|   |  |   |   |    |
|--|---|--|--|---|
| Dato og tidspunkt  | Situationen:<br>Hvad udløste episoden?  | Adfærd:<br>Hvad skete der?   | Konsekvenser<br>Hvad gjorde du?  | Hvordan havde du det bagefter?  |
| miku-dag<br>27 jan.<br>Kl.17   | Sonorin vildi hava eina sodavatn, tá vit vóru og keyptu inn, men eg noktaði.      | Hann júkaði fyrst longi, So fór hann yvir og tók eina, sjálvt um eg segði nei. Royndi at halda fast í henni, men eg legði hana aftur. Argaði lítlasystrina og legði seg síðani á gólvi at gráta. Mátti nærum hála hann út. | Eg segði nei, tað er ikki fríggjdagur. Segði vit skuldu skunda okkum. Lítlasysturin var grenjut og móð. Eg bleiv ill til endans og skeldaði. Hótti við at hann ikki slapp at spæla Playstation. Tók í armin og hálaði hann út í bilin. | Ikkí gott. Burdi ikki havt skelda, hótt og tikið í armin á honum. Hann græt víðari úti í bilinum, og alt kvøldi var oyðilagt, og skúlatingini blivu ikki gjørd heldur. Lovaði honum at spæla playstation. |
| Avtala við hann áðrenn, at tað ikki var bommdagur í dag, men hvat vit fóru at gera, tá vit komu heim. Kanská ikki tikið hann við, tí hann var móður. Tikið mær betri tíð at tosa við hann inni í handlinum nakrar minuttr, og fingið hann at falla til ró. |   |  |  |   |
| <b>Når du ser tilbage, ville du have gjort noget anderledes?</b>   |   |  |  |   |



**sernám**

NÁMSFRÓÐILIG OG SÁLARFRÓÐILIG  
RÁÐGEVING

## Dagbog – positive situationer



|  |  |  |  |  |
|---|---|---|---|---|
| Dato og tidspunkt   | Situationen:<br>Hvad udløste episoden?  | Adfærd<br>Hvad skete der?   | Konsekvenser:<br>Hvad gjorde du?  | Hvordan havde du det bagefter?  |
|   |   |   |   |   |

Når du ser tilbage, ville du have gjort noget anderledes?



**sernám**

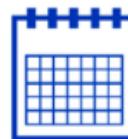
NÁMSFRØDILIG OG SÁLARFRØDILIG  
RÅDGEVING

## Fokusområder – session 2, del 1

Giv tydelig besked



Indfør faste rutiner



Brug nedtælling og minut-ur



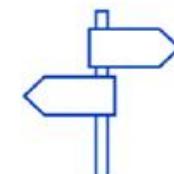
Sæt klare grænser for adfærd



Undgå skænderier



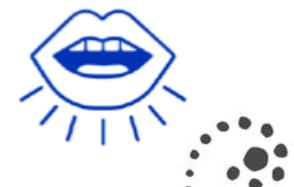
Giv to valgmuligheder



Vær opmærksom på, at dit barn kopierer dig  
(spejlbillede)



Vær opmærksom på dit tonefald og din måde at tale  
til dit barn på



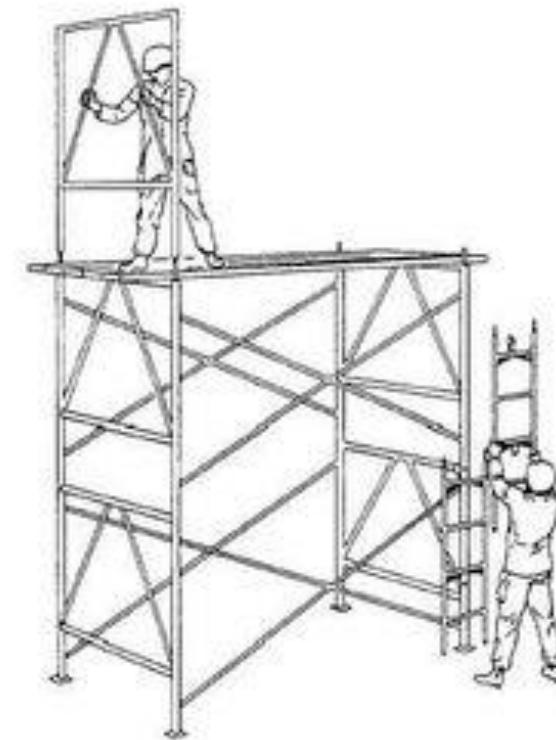
## Zone for nærmeste udvikling

---



## Stilladsering

---



**sernám**

NÁMSFRØÐILIG OG SÁLARFRØÐILIG  
RÁÐGEVING

# Grundprincippir í NFPP

---

*Út frá zone for nærmeste udvikling, at spyrja seg sjálvan:*

- Områdeafgrænsning: hvat megnar barni sjálvt?
- Udvidelse: hvat vilja vit hjálpa barninum við at klára?
- Stilladsering: hvussu hjálpa vit tí at megna tað?
- Konsolidering: hvussu tryggja vit, at læringin rótfestir seg?
- Fornyet områdeafgrænsning: tá barni hevur lært tað, hvat er so næsta mál vit seta?

# At seta mál og eftirmeta: Dømi um Hans, sum hevur ADHD.

---

Mál nr. 1: *At vit skulu duga betur at hjálpa Hans at hugsavna seg í tímunum*



Mál nr. 2: *At Hans skal hava fleiri góð fríkorter*



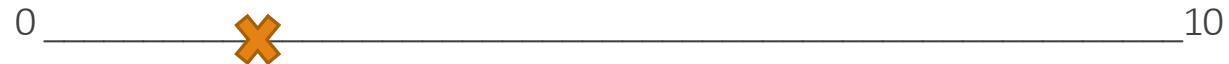
Mál nr. 3: *At vit læra betur at handfara Hans, tá hann gert illur*



**Tíðspunkt til eftirmetan: 2 mars, 2 apríl, 2 mai og 2 juni.**



Mál nr. 1: *At vit skulu duga at hjálpa Hans at hugsavna seg í tímunum*



- **Zone for nærmeste udvikling - funktíonsstøði nú:**

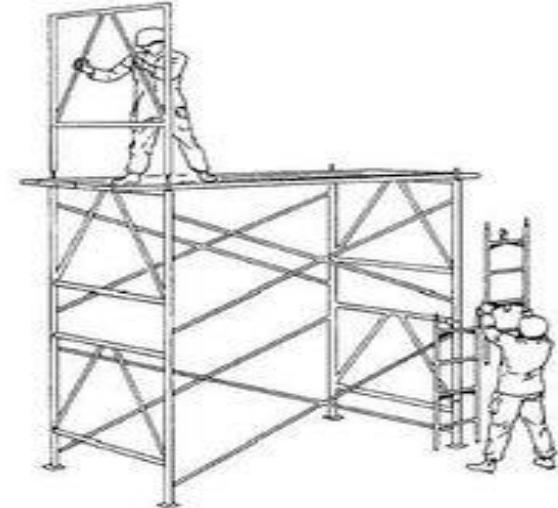
Hans megnar bert at arbeiða smár lötur í senn, spyr ofta hvat klokkan er, nær hann er liðugur, hvussu longi hann skal gera hetta. Sigur ofta "eg dugi ikki", órógvær floksfelagarnar, rópar ofta um hjálp, steðgar upp um ein vaksin ikki er hjá. Blívur viðhvört illur ella provokerandi.



**sernám**

NÁMSFRÓÐILIG OG SÁLARFRÓÐILIG  
RÁÐGEVING

## Ætlan fyrir mál nr. 1: At vit skulu duga at hjálpa Hans at hugsavna seg í tímunum



### Stilladsering:

- Tillaga mongdina og torleikastøði av tí, ið Hans skal gera í tí fakliga.
- - Vit taka eygnasamband við Hans, tá hann fær boð um okkurt. Boðini skulu ikki gevast, um vit standa meir enn ein metur burturfrá.
- Hans skal viðurkennast/rósast fyrir tað, sum vit vilja síggja meir av. Stremba eftir at ignorera negativa atferð ella at avleiða.



|              |  |
|--------------|--|
| Rokna 10 min |  |
| Pausa 5 min  |  |
| Rokna 10 min |  |
| Pausa 5 min  |  |
| Rokna 10 min |  |
| FRÍKORTER    |  |

Roknilepi 1

Roknilepi 2

Roknilepi 3

### Pausu-aktivitetir:

- Tekna
- Lurta eftir tónleiki
- Strekkja beini
- Útum
- Sita við figuri/luti



**sernám**

NÁMSFRÓÐILIG OG SÁLARFRÓÐILIG  
RÁÐGEVING

# Keldulisti

---

- New Forrest patenting Programme: rettidig, målrettet og teoretisk baseret intervention for børn med ADHD, 2012 (Thompson, Laver-Bradury, Weeks, Sonuga-Barke ) Umsett av Anne-Mette Lange og Signe Søndergaard Baden.
- Teoretisk fundament for de utrolige år programmerne:  
<file:///C:/Users/Ln28253/Downloads/Teoretisk%20fundament%20for%20De%20Utrolige%C3%85r%20programmerne.pdf>