

Gávcci fáttá buori ovttasdoaibmamii



Ságastallangihpa váhnenemiida
ja eará ollesolbmuide

Govat:
Johs Bøe
Tine Poppe
Lars Pettersen/Tinagent
Glenn Røkeberg
Scanpix Creative

Deaddileapmi:
www.flisatrykkeri.no

2017



Movt don oainnát mánát?

Ovdalgo sáhtát máná áddet olmmožin geas leat iežas dovddut, áigumušat ja dárbbut, de fertet geahččalit áddet movt dát persovdna lea - movt lea leahkit "su skuovaid siste". Fágagielas dat gohcoduvvo ahte lea **empatijalaš identifikašuvdna** mánain. Dat mearkkaša ahte don it dušše oainne *máid* du mánna dakhá, muhto geahččalat maid áddet *marne* son dakhá dan maid dakhá, ja makkár dárbbut, jurdagat ja dovddut daguid duohken leat. Ovdalgo dan sáhtát áddet de fertet alddát jeerrat: Jus mun livččen leamaš dát mánna, makkár dovddut mus livčče, máid livččen jurddašan dahje háliidan?

Du iešvuohta váikkuha dasa movt don oainnát máná

Leat ollu bealit mat mearridit movt don oainnát iežat máná. Dasa váikkuhit ovdamearkka dihte du iežat mánnavoða vásáhusat. Lea maid dehálaš movt dus lea sosiálalaččat ja ekonomalaččat, ja maiddái movt du iežat kultuvrralaš, oskkolaš ja persovnalaš árvvut báidnet du, dihtomielalaččat ja ii dihtomielalaččat. Buot dat leat mielde hábmeme dan movt don oainnát iežat máná.

Máná luondu váikkuha maid dasa

Mis lea buohkain erenamán vuohki movt mii dovdat ja reageret - luondu. Ja du máná luondu váikkuha dasa movt don áddet su. Leago siivos mánna gean lea álki duhtadit, dahje mánna gii lea eambo mášoheapme? Leago son aktiiva? Leago son searalaš? Mii maid dávjá bidjat gilkoriid mánáide dan mielde movt sii láhttejít. Mii sáhttit ovdamearkka dihte lohkat ahte mánna lea rieddjái, siivui dahje váttis. Muhtumin sáhttit mii darvánit ovutta govvideapmái ja diktit dan báidnit ollislaččat dasa movt mii jurddašit mánna lea. Dat movt don ipmirdat iežat máná, lea mielde mearrideame movt du mielas son lea.

Dat maid don oainnát ja jurddašat, lea čadnon dasa maid don attát

Nu movt don oainnát ja áddet iežat máná, mearrida movt dus já mánás lea fárrolaga. Dat lea maid vuodðun fuolahussii maid don attát. Buot mánát dárbašit nanu ja buorí oktavuoða iežaset vahnemiíguin. Dat lea vuodðu man nala sii manjel huksejít iežaset eallima.

Čájet mánnaí ahte don ráhkistat su



Mánnaí ferte juste dego don ge dovdat iežas ráhkistuvvon ja árvvusadnojuvvon ovdalgo sahttá iežas dovdat oadjebassan. Ja juste dego don, de ii sáhte du mánnaí ge jurdagiid lohkat. Dan dihte lea dehálaš ahte don čájehat ahte leat buorre sutnje, sihke sániiguin ja daguiguin. Dat guoská maid smávva mánáide geat eai leat oahppan hupmat vel. Sii dovdet ankkje ilu ja morraša, ja sii sáhttet ipmirdit ráhkisvuoda ja hilguma. Sihke stuora ja smávva mánát lohket ja dulkojít du oaiviliid, earret eará du ámadaju ja du jiena bokte.

Movt sáhtát čájehit ahte ráhkistat iežat máná?

- go moddját ja boagustit mánain fárrolaga
- go buorrestat máná dahje dollet su oalgge birra (rámpot su)
- go logat mánnaí ahte don liikot sutnje
- go stoagat ja leaikkastalat mánain
- go mánain humat movttagis jienain
- go jeđdet máná ja veahkehat su jaskkodit
- ...

Jurdil:

- Movt lea eanemus lunddolaš dutnje čájehit ahte leat buorre iežat mánnaí?
- Mii lea dat man bokte du mánnaí dovdá iežas oadjebassan dasa ahte don ráhkistat su?
- Maid don liikot buot buoremusat iežat mánás?
- Sáhtát go maidege dakhak vai buorebut čájehat ahte leat buorre mánnaí?

Geahččal jurddašit man láhkai don dan dagat ovttas mánain árgabeaivvis, ja fuomáš movt mánnaí reagere dasa.

Geahča ja čuovo mielde mot máná álggahanmokta lea



Jurdil:

- Movt don leat dalle go leat fárrolaga mánain?
- Leago mikhkege mii dahká ahte mánná dovdá iežas vajálduvvon, ovdamearkka dihte mátketelefovna dahje TV?
- Movt mánná reagere go don attát fuomášumi sutnje?
- Movt mánná reagere go geahčala oažžut oktavuoða, muhto ii oaččo vástádusa?
- Sáhttá go máná gorutgiella moktege muiṭalit dutnje movt sus lea?

Geahččal jurddašit man láhkai don dan dat ovttas mánain árgabeaivvis, ja fuomáš movt mánná reagere dasa.

Go mánain galggat leat fárrolaga buriin vugiin, de ii leat doarvái ahte leat das dušše iežat rupmašiin. Dus ferte oaivi maid leat mielde. Ollesolbmuin leat dávjá jurdagat eará sajes, ovdamearkka dihte go telefovna gehčet dahje vuorjašuvvet dairna maid eai leat ollen bargat. Jus hálidat albma ládjé leat máná luhtte, de fertet maid heivehit iežat ja duođai fuobmát mas mánná berošta, maid jurdaša ja dovdá.

Mánná ferte beassat čuovvut iežas ideaid ja čoavdit áššiid iežas láhkai - vissis rájiid siskko-bealde. Sii ovdánit dainna. Dan dihte lea dehálaš ahte don it mearrit visot máná ovddas, muhto doarjjut ja movttiidahtát ja attát mánnái áiggi fuobmát ideaid ieš. Go čuovut máná mielde mot máná álggahanmokta lea, de mánná maid vásicha ahte sáhttá ieš álggahit juoidá, bargat ieš iežas miela mielde ja leat mielde váikkuheame. Buori ovttasdoaibmamis leahppi doai mánain ovttárvosaččat, ja goappašagain lea lohpi muiṭalit jus lea juoga masa ii liiko. Dat ii mearkkaš ahte mánná galgá stivret du. Ollesolbmos lea ovddasvástádus ovttasdoaibmamii.

Movt sáhttát oaidnit ja čuovvut máná álggahanmovtta?

- go attát responsa máná álggahanmoktii
- go čájehat beroštumi dasa maid mánná bargá
- go dulκot máná rupmašiin
- go jearat maid mánná hálida ja dovdá
- go vástidat máná áigumušaide ja dovdduide
- go heivehat iežat máná moktii ja áigumušaide, nu guhkás go dat lea vejolaš
- ...

Váldde oasi máná dovdduin

Leatgo jurddašan man hearki njuoratmánáid alárbmavuogádat lea? Go sii dovdet iežaset mášoheapmin, de sii čirrot, vai mii boahit jaskkodahttit sin. Stuorit mánát maid dárbbašit doarjaga vai ipmirdit ahte dovddut eai leat várálaččat, muhto lunddolaččat ja dábálaččat.

Mánná gii ballá, dárbbaša muhtuma gii oažu su fas oadjebassan šaddat. Mánná gii lea váivvis, dárbbaša jeđđehusa. Seamma ládjé dárbbaša du nuorra ipmárdusa jus heahpanaddá ođđa bátnerguleremiin.

Jus du mánná lea suhtus dahje duššastuvvá go don leat bidjan dárbbašlaš ráji, de dárbbaša son veahki jaskkodit, seammás go dárbbaša áddejumi iežas dovdduide. Jus leat ovdamearkka dihte gávppis iežat njealjejahkásaaččain gii ánuha njálgáiđ, de sahtát lohkat: "Mun ádden ahte dus lea njálggamiella, muhto odne it sáhte gal oažut." Dat ahte don áddet mánná dovdduid, ii mearkkaš ahte galggat rievdadit rájjid maid leat bidjan. Muhto mánnái šaddá álkibut dohkkehit ráji go don čilget man dihte it suova, ja muitalat ahte don áddet dat lea váttis sutnje.

Hála mánáin - dan rájes go dat riegáda

Njuoratmánná sahttá gulahallat

«**dovdoságastallama**» bokte, dat sahttá namalassii gulahallat dovdduid bokte. Mánná čatnasa dutnje čalbmeeahčastagaid, ilu dovddaheami ja positiivvalaš lihkastagaid bokte. Go don geardduhat su dovdduid dovddaheame, de vásicha njuoratmánná ahte don leat oaidnán ja ipmirdan dan maid son geahččala muitalit dutnje. Dakkár sánehis oktavuohta lea hui dehálaš mánnái gii manjel galgá ovdánahttit giela ja sosiála gálggaid, ja dovdat ahte lea oadjebas gaskkustit dovdduid. Dan dihte fertet olles rupmašiin atnit go hállá - njálmomi, čalmmiid, giedaid - iežat njuoratmánáin.



Lagas ja buorre oktavuohta gaskal máná ja du lea seamma dehálaš dađistaga go mánná stuorru. Middái stuorit mánát leat hearkkit ja dárbbašit fuolahuosa ja jeđđehusa, áinnas buriid ságastallamiid bokte gos sii dovdet ahte sii sahttet hállat friddjaid persovnnaš fáttáid birra. Dan dihte lea dehálaš ahte mánná dovdá iežas oadjebassan dutnje.

Movt sahtát váldit oasi máná dovdduin?

- go válddát áiggi "hállat" iežat njuoratmánáin
- go dudnos lea čalbmeoktavuohta ja áđđestalat máná rumašgiela ja jienaid
- go jeđđet mánná go dat lea váivvis - juogo njuoratmáná dahje stuorit máná
- go oadjudat máná go dat ballá
- go veahkehat máná jaskkodit jus son lea suhtus
- go leat das go mánná hálliida hállat oskkáldasat duinna
- ...

Jurdil:

- Manne leat “dovdoságastallamat” dehálaččat? Atte áinnas ovdamearkkaid movt dakkár ságastallamat sáhttet leat
- Movt sáhtát don lonohallat dovdduid mánáiguin iešguđet ge agiin (injuoratmánná, 3- jahkásaš, 8- jahkásaš, 13 jahkásaš nieida, 16 jahkásaš bárdni)?
- Movt jahkát don máná ovdánit gii hárve beassá dovddastit iežas jurdagjíd earáide?
- Leago du mielas álki gávdnat áiggi goas dus lea lagas oktavuohta ja goas suohtastalat iežat mánáin?
- Movt sáhtát don jeđđet iežat máná?
- Maid sáhtát don bargat vai mánná gii ballá oadju?
- Movt sáhtát don jaskkodahttit máná go dat lea suhttan?

Geahččal jurddašit man láhkai don dan dagat ovttas mánáin árgabeaivvis, ja fuomáš movt mánná reagere dasa.

Rápmo ja dohkket

Buot mánát, maiddái njuoratmánát, dárbašit dohkkeheami nu movt sii leat, ja rámi dan ovddas maid sii dahké. Dan dihte fertet rámpot máná go lea lunddolaš - áinnas maid smávpa ássiid dihte. Rápmi ja dohkkeheapmi leat dehálaččat vai mánná ádde ahte don liikot su searalaš olmmožin, ja vai sus ovdána buorre iešluohttámuš ja positiiva iešdovdu. Rápmi veahkeha máná nu ahte dat dovdá ahte sus lea árvu ja son máhtta juoidá. Lea maid dehálaš ahte don muntilat mii lea buorre, ja manne lea nu. De sáhttá mánná ovddidit realisttalaš iešluohttámuša.

Go rápmot máná go dat dahká juoidá buori earáide, de veahkehat maiddái máná ovdánahttit sosiála máhttu. Dainna lágiin oahppá mánná mii lea buorre ja ii nu buorre sosiála láhtten.

Movt sáhtát rápmot ja čájehit dohkkeheami?

- go čájehat mánnái ahte don “oainnát” su - ozat su geahčastagaid
- go leat konkrehta, ovdamarkka dihte čanat dohkkeheami juoga masa maid doai



vásiheahppi ovttas (“ odne lei oba somá leat duinna fárrolaga”, “ mun oainnán ahte dása don liikot”)

- go muntilat mánnái mii lea buorre, ja manne dat lea buorre (“dat lei buorre, oainnát go don dagat ná, de ...”, “lea buorre go veahkehat unna vieljaža, go de gal ...”)
- go modji, dearvvaheamit ja positiivvalaš guoskamat leat duoðaštusat
- ...

Jurdil:

- Mii rápmi lea dutnje?
- Movt don reageret go muhtun rápmo du?
- Attát go don iežat mielas dávjá rámi mánnái? (Buvtte ovdamarkkaid dasa movt don dan dagat praktíhkalaččat.)
- Sáhttá go mánnái leat vahágjiin jus ii oaččo rámi? Dahje jus oažžu beare ollu rámi?
- Movt reagere du mánná go don rápmot ja dohkkehat su?
- Movt doaivvut don dat mánná lea earáid vuostá gií ii goassege oaččo rámi iežas váhnemiiin?
- Movt attát don rámi ja dohkkeheami njuoratmánnái?

Geahččal jurddašit man láhkai don dan dagat ovttas mánáin árgabeaivvis, ja fuomáš movt mánná reagere dasa.

lešluohttámuš ja iešdovdu
sánit geavahuvvojít dávja
seamma ládje. iešdovdu
muitala man buorre don
leat alcet, ja makkár
árvvu don oainnát
alddát. lešluohttámuš lea
eambbo dan birra movt
don árvvoštalat iežat dan
mielde maid nagodat, ja
maid doaivvut iežat nagodit.
Go dus lea *realisttalaš*
iešluohttámuš, de lea dus
rievttes govva das maid don
sáhtát nagodit.

Oktasaš áicilvuhta - oktasaš vásáhus



Oktasaš vásáhusat fárrolaga leat eaktun buori oktavuhtii ja gulahallamii, oktasaš vásáhusaid haga mat leat birrasin lea váttis hállat dahje dahkat juoidá fárrolaga. Dat lea buorre ja dárbbashaš vuodðu *oahppamii*.

Mánain ja ollesolbmuin leat dávja iešguðet lágan ášshit main beroštít. Mánnái soaitá ovdamearkka dihte tráktor nuppe bealde gáhta leat ollu eambbo gelddolaš go dat ahte don čilget movt johtolatčuovggat doibmet. Dakkár dilálašvuodain sáhttá ollesolmmoš láhčit dili nu ahte dudnos šaddá beroštupmi seamma áššái ja nu oažzubeahtti oktasaš vásáhusa das mii dutno birra lea. Sáhtát ovdamearkka dihte cuoigut ja lohkati: "Gea dá!" Dahje don sáhtát bidjat iežat fuomášumi máná vásáhusa guvlu. Dainna lágiin čájehat don ahte dan maid mánná vásicha, dat lea maid dehálaš.

Go veahkehat máná čohkket áicilvuða, de it dušše láže vuodú buriid oktasaš vásáhusaide. Don veahkehat maid máná hárjehallat dáiddu movt galgá konsentreret. Konsentrašuvdna lea eaktun dasa ahte mánná ádde ja oahppá oðða áššiid.

Movt sáhtát veahkehit máná čohkket áicilvuða?

- go jurddašat dan ahte dudnos galgá leat oktasaš vásáhus dilálašvuodas
- go veahkehat máná bidjat áicilvuða dan guvluí mайд don hálliðat ahte doai galgabearhti vásihit ovttas, ovdamearkka dihte go cuoiggut, geahčalat oažžut čalbmeoktavuða ja logat "boaðe" dahje "geahča"
- go čuovut mielde mas du mánná berošta, ja go heivehat iežat mánnái
- ...

Jurdil:

- Leago dus ja du mánás áigi oktasaš vásáhusaide main goappašagat berošteahppi?
- Atte ovdamearkkaid dasa movt don veahkehat iežat máná čohkket áicilvuðastis. Movt reagere du mánná?
- Movt don doaivvut máná ovdániit gii hárve oažžu veahki čohkket áicilvuða?

Geahčal jurddašit movt don dagat dán árgabeaivvis fárrolaga iežat mánnain, ja fuomáš movt mánná reagere.

Vásáhusaide ráhkadir oaivila

Vai mánná galgá áddet máid doai vásiheahppi fárrolaga, ja nagodit dan bidjat oktavuhtii eará vásáhusaiguin, de lea dehálaš ahte don muitalat dirggaid namahusaíd, ja čilget movt dat doibmet. Positiivvalaš dovdduid čájehemiin ja go beroštat áššiin máid doai bargabeahti, veahkeha máná muitit vásáhusa. Don dagat nu ahte dat šaddá dehálaš ja ávkkálaš.

Go mánná vásicha ahte son juogad “duohtavuoða” duinna, de son maid fuomáša ahte giella lea juoga maid doai juogadeahppi, ja ahte sutnje ja earáide leat sániin seamma oaivilat. Son oahppá ahte konkrehta dirggain leat namahusat nugo “viessu” ja “biebmu”, muhto son oahppá maid bidjat sániid oaidnemeahttun áššiide, nugo dovdduide. Lea dehálaš ahte váhnen veahkeha máná bidjat namahusaíd ja áddejumi iešguðet lágan dovdduide dan oktavuðas go dat dáhpáhuvvet. Sáhtát ovdamearkka dihte dadat: “Mun jáhkán unna vieljažii šattai váivi go ii beassan leat mielde.”

Boarráset mánát maid dárbbáshit hállat go leat vásihan áššiid maid lea váttis áddet, nugo givssideami, go muhtun jápmá, dahje dramáhtalaš dáhpáhusaíd birra mat bohtet ovdán mediain.

Movt sáhtát máná veahkehit gávdnat oaivila?

- go hálat mánain dan birra máid vásiheahppi ovttas
- go govvidat ja bijat namahusaíd dasa máid oaidnibeahtti
- go čájehat mánnái movt dirggat doibmet



Jurdil:

- Atte ovdamearkkaid movt dan dagat praktíkhalaččat. Movt reagere du mánná?
- Jus mánás ii leat oktage gií veahkeha su gávdnat oaivila vásáhusain, movt doaivvut don ahte dát mánná láhtte?
- Movt sáhttít mii gaskkustit oaiviliid mánáide geat leat iešguðet agiin (injuoratmánnái, 3 - jahkásazžii, 14 - jahkásazžii)?

Geahččal jurddašit movt don dagat dán árgabeaivvis fárrolaga iežat mánain, ja fuomáš movt mánná reagere.

- go čájehat ángiruššama ja leat mielde das máid doai vásiheahppi fárrolaga
- ...

Go bijat sániid dasa maid mánná oaidná dahje vásicha, de veahkehat don máná áddet mii das dáhpáhuvvá, ovddidat su giela, oahpahat doaibmat su earáiguin ja šaddat eambbo oadjebassan. Dan mii dahkat dávjá nu ahte eat jurddašge dan birra, dan rájes go mánát leat hui unnit.

Ráhkat oktavuoðaid



Váhnemát leat iežaset mánáid deháleamos oahpaheaddjit. Leat váhnemát geat oahpahit mánáid leat sáhkkin áššiide iežaset birra ja čielggadit áššiid maid birra eai dieđe. Mánáid oahppan álgá mihá ovdalgo sii álget skuvlii.

Hukset viídáset máhtu ja vásáhusaid ala ja bidjat daid oktavuhtii lea dehálaš máná **intellektuála ovdáneapmái**, mii mearkkaša ovdánahttít mánás oahppandáiddu. Go veahkehat máná árrat čatnat ovddeš vásáhusaid odđa vásáhusaide (“muittátgo don ahte...”, “dat lea danin moai dál...”), de mánna ádde oktavuoðaid ja sáhittá eambbo **abstrákta** jurddašit sániid ja doahpagiid birra. Jurddaš ahte don ja mánna leahppi olgun vázzime, ja de oaidnibeahtti bussá. Dalle sáhtát cuiget bussáí ja čilget ahte dat gullá stábat-gáhtu nállái. Jeara maid áinnas mánás: “Oainnát go makkárge ovttaláganvuoðaid gaskal bussá ja stábatgáhtu”? Dalle veahkehat máná oaidnit oktavuoðaid ja jurddašit guhkkelii go dilálašvuhtií mii dás ja dál lea. Dát lea hui dehálaš vai mánna galgá ovdánahttit iežas nu gohčoduvvon **kognitiivvalaš doaimmaid**, dat mearkkaša dáidu áddet, oahppat ja jurddašit. Dasa lassin dat lea dehálaš giellaovdáneapmái.

Movt sahtát iežat máná **veahkehít ráhkadit oktavuoðaid?**

- go čilget, muitalat ja gávnnat sivaid dasa manin juoga dáhpáhuvvá
- go čilget ja hálat mánain dan birra maid mánna lea vásihan
- go buohtastahtát eará vásáhusain ja gávnnat ovttaláganvuoðaid ja erohusaid
- go gávnnat oktavuoðaid ovddeš áiggis ja boahtteáiggis
- go ráhkadat ja muitalat muitalusaid dan birra maid doai vásihahppi fárrrolaga
- go tevdnet, lávllut, geahčat govaid dudno vásáhusain
- ...

Jurdil:

- Atte ovdamearkkaid movt dan dagat praktikhalaččat.
- Mot don sáhtát veahkehit ovttajahkásas, čiežajahkásas dahje guoktenuppelot jahkásas máná oaidnit oktavuoðaid?
- Mot boahtá mánná gii hárve oažju čilgehusaid dan birra mii dáhpáhuvvá, ovdánit?
- Leatgo iežat mielas čeahppi bisánit ja čilgehusaid addit go du mánná jearrá?

Geahččal jurddašit movt don dagat dán árgabeaivvis fárolaga iežat mánain, ja fuomáš movt mánná reagere.

Veahkki iešbirgejupmái

Reguleret mánáid ii mearkkaš dušše dan ahte bidjat rájjid, muhto ahte don veahkehat sin dahkat searalaš árvoštallamiid ja oažžut sin iežaset birget. Sii dárbbasít veahki reguleret iežaset ja ovdánahttit kontrolla iežaset badjel. Dasa lea rájjid bidjan dušše okta mángga reaiddus.

Dát faáddá lea juhkköjuvvon njealjji oassái, dat lea dan birra movt don plánet, doarjut, lázát díli ja bijat positiivvalaš rájjid.

Plánet



Oassi das mii veahkeha máná ovdánahttít kontrolla iežas badjel, lea ahte son nagoda geahčcat ovddos guvlu ja ahte sus lea diehttevašvuða dovdu. Go plánet aktivitehtaid ceahkis ceahkkái fárrolaga mánain, de veahkehat don su ovdánahttít dáiddu movt okto galgá plánet ja doallat bajlgova ovttaskas cehkiin mat dolvot mihttomearrái. Vuovddis vázzit sáhttá leat vuogas doaibma maid sáhttá plánet fárrolaga: Maid moai fertejetne váldit mielde vai ean galbmo? Man ollu borramuša moai dárbbasetne? Gosa moai galge vázzit? Fágagielas mii dan gohčodit ovddidit kognitiivvalaš kárttaid.

Kognitiivvalaš kárttat dahket maid ahte du mánnái lea álkibut konsentreret ovttá mihttomearrái áiggi badjel. Go veahkehat máná ráhkadit buriid dábiid bistevaš doaimmaide nugo oađđimii, borramii ja leaksobargamii, de attát don sutnje dehálaš reaidduid maiguin son ieš

ráhkada struktuvrra ja diehttevašvuða iežas eallimis.

Movt sáhtát máná veahkehit iežas birget?

- go oahpahat su plánet cehkiid mielde
- go bijat mihtomeriid maid máná sáhttá joksat du vehkiin
- go ráhkadat buriid dábiid bistevaš doaimmaide (oađđit, borrat, bargat leavssuid j.s.)
- ...

Jurdil:

- Movt sáhtát don veahkehit máná plánet cehkiid mielde?

Geahččal jurddašit movt don dagat dán árgabeaivvis fárrolaga iežat mánain, ja fuomáš movt máná reagere.

Doarjja



Buot mánát dárbbasit doarjaga vai ovdánit buori vuogi mielde. ICDP:s mii geavahit **graderejuvvon doarjja** doahpaga, mii mearkkaša ahte doarjut máná go lea dárbu dan dahkat, muhto geassit ruovttoluotta doarjaga rievttes áiggis go oainnát ahte mánná máhttigoah্তা dan. Beare ollu doarjja sáhttá mánáid dahkat eahpesihkkariin dasa maid sii nagodit, ja sorjavažän doarjagii go galget geahččalit juoidá ođđasa. Beare unnán doarjja sáhttá dagahit ahte sii dovdet iežaset jallan daningo eai máhte.

Máná oahpahit sihkkelastit lea buorre ovdamearka graderejuvvon doarjagi: Mii doallat sihkkela gálvobreahdas, muhto luoitit juste go mii dovdat ahte mánás lea balánsa. Ja de mii leat jođánat dohppet fas gitta dasa jus mánná álgá sugadit.

Movt sáhtát doarjut máná buori vuogi mielde?

- go doarjut máná juste muttágiiid
- go divttát máná vásihit ahte son máhttá ja lea iešheanalas
- ...

Jurdil:

- Movt sáhtát máná doarjut *beare ollu*?
- Dáhpáhuvvá go ahte doarjut máná beare unnán?

Geahččal jurddašit movt don dagat dán árgabeavvis fárrolaga iežat mánain, ja fuomáš movt mánná reagere.

Láhčit dili

Dan rájes go mánát leat oalle unnit, de ohpet sii reguleret iežaset iešguđet lágan dilálašvuodaid mielde. Sii láhttejít ovdamearkka dihte eará ládje ruovttus go mánáidgárddis dahje skuvllas. Muhtomin dárbbasit sii veahki reguleret iežaset, nugo dalle go lea čuožzilan riidu stoahkanšiljus dahje skuvlašiljus. Dalle sáhtát don gii leat ollesolmmoš atnit dan maid mii gohčodit **dilálašvuodareguleren**, mii mearkkaša ahte don dagat juoidá dilálašvuodain itge mánain, go rievdadat stoahkama rámmaid dahje njuolggradusaid. Go mánná vásicha ahte áššit šaddet buorebut go dilálašvuhta rievdá, de sii ožzot buorebut strategijiaid dasa movt sii ieža leat.

Movt sáhtát láhčit dili nu ahte mánná sáhttá reguleret ieš iežas?

- go barggat juoidá dilálašvuodain itge mánain
- go rievdadat njuolggradusaid ja rámmaid
- go hálat mánain iešguđet lágan vugiid birra movt son sáhttá birgehällat dilálašvuodain
- ...

Jurdil:

- Manne lea buoret reguleret dilálašvuoda ja ii máná?

Geahččal jurddašit movt don dagat dán árgabeaivvis fárrrolaga iežat mánain, ja fuomáš movt mánná reagere.



Bija positiivvalaš rájjid



Sáhttá leat váttis mánáide bidjat rájjid, muhto dat lea áibbas mearrideaddji vai sii sáhttet ovdánahttit **morálalaš ipmárdusa**, empatija ja ovddasvástádusdovddu. Negatiivvalaš rájjid bidjan, nugo gieldin ja ränggástusnihttin, doaibmá hejot guhkit áiggi badjel. Jus hálliudat ahte mánna galgá oahppat juoidá mágssolačča rájjid bidjamis, de fertet atnit dan maid mii gohčodit **positiiva rájjid bidjamin**. Dat mearkkaša ahte bijat rájjid dakkár vuogi mielde maid mánna väsiha veahkkin ja jierpmálažjan. Dan sáhtát olahit go čilget manne don bijat rájjid, ja áinnas go attát mánna molssaeavttuid doaimmaide. Stuorit mánáiguin sáhttá leat buorre jurdda šiehtadallat gokko rájít galget mannat. De sii väsihit ahte sii besset leat mielde ja mearridit, ja ahte válddát sin duoðalažjan.

Go bijat mánna positiivvalaš rájjid, de veahkehat don su iežas áddet mii lea riekta ja boastut. Danne son nagoda ieš dahkat rievttes válljemiid, ovdamearkka dihte ii suolát rámbuvrras - ii daningo ballá ränggástuvvot muhto daningo son ádde ahte dat lea boastut.

Dovddut njommot. Erenoamážit sáhttá máná suhttu joðánit dagahit ahte ollesolmmoš suhttá. Dan dihte lea ollesolbmós váddáseamos bargu vuos ieš jaskkodit ovdal sáhttá jaskkodahttit máná. Jus galgat nagodit máná reguleret, de fertet vuos máhttit iežamet reguleret. Dan dihte lea dehálaš ahte mii ieža leat jaskadat go bidjat rájjid, vaikko leat suhtus.

Mot don sáhtát bidjat positiivvalaš rájjid mánna?

- go čilget manin don bijat rájjid
- go attát mánna molssaeavttuid
- go geavahat šiehtadallama veahkkeneavvun
- ...

Jurdil:

- Manin rájít leat dehálaččat mánna?

Geahččal jurddašit movt don dagat dán árgabeaivvis fárolaga iežat mánain, ja fuomáš movt mánna reagere.

Sátnečilgehusat

abstrákta	juoga jurddašuvvon; nuppegežiid konkrehtas
dohkkehít	čájehit ahte don liikot mánnái numot son <i>lea</i>
empatíja	sáhttit iežas bidjat eará olbmo dillái ja áddet maid dát olmmoš dovdá
empatíjjalaš	áddet mot lea leahkit eará olmmožin
identifikašuvdna	
dovdoságastallan	gulahallan dovdduid ovdanbuktimiid bokte
buorre	addit fuolahusa ja lagasvuoda, muhto seammás bidjat gáibádusaid ja bidjat rájjiid
ovttasdoibařman	
mánáiguin	
graderejuvvon	
doarjja	doarjut máná go lea dárbu, muhto geassit ruovttoluotta doarjaga rievttes áiggis go mánná máhttigoahtá
intellektuála	
ovdáneapmi	oahppandáiddu ovdáneapmi
kognitiivvalaš	
funkšuvnnat	dáidu áddet, oahppat ja jurddašit
kognitiivvalaš	
kárktat	dás lea sáhka das ahte lea dáidu plánet ja doallat bajlgova cehkiin mat dolvot mihttomearrái
morálalaš	
ipmárdus	ipmirdit erohusa das mii lea riekta ja boastut, buorre ja heajos láhttenvuohki
negatiiva rájjiid	
bidjan	bidjat rájjiid gildosiin ja ránggáštus áitimati
positiiva rájjiid	
bidjan	bidjat rájjiid dainna vugii ahte mánná ádde dan veahkkin ja jierpmálažjan
realisttalaš	
iešluohttámúš	rievttes govva das maid don nagodat dahkat
rámidit	čájehit mánnái ahte don liikot juoga masa maid dat <i>bargá/dahká</i>
iešdovdu	muitala man buorre don leat alcet, ja makkár árvvu don oainnát alddát numot don leat
iešluohttámúš	muitala moyt don árvvoštalat iežat dan mielde maid nagodat, ja maid doaivvut iežat nagodit
dilálašvuoda-	
mudden	rievdadit dilálašvuodařas rámrmaid dahje njuolggadusaid vai veahkeha máná máhttit
luondu	riegádeamis tendeansa mihtilmas dovdan- ja reagerenvuohkái

Doaibmat ovttas vai ovttas šaddaba buorit

Bajásgeassit máná lea okta dain deháleamos ja eanemus hástaleaddji bargguin mii dus sáhttá leat. Du mánna íi leat min veršuvdna dus alddát, muhto son lea sierra olmmoš gii daðistaga ovdána iežas identitehtain ja šaddá searalaš. Ollesolmmožin du bargu lea doarjut máná ja leat čielga, luohtehahtti ja ráhkiskaš váhnemin. Seammásgo mánnaí attát fuolahusa ja lagasvuoden, de fertet maid bidjat gáibádusaid ja bidjat rájíid vai veahkehít máná šaddat oadjebasan ja searalaš. Lea dat maid mii oaivvildit go hállat **buori ovttasdoaibmama** birra gaskal ollesolbmuid ja mánáid.

ICDP - veahkki gávdnat buriid ovttastallanvugiid

ICDP (International Child Development Programme) lea váhnenbagadallama prográmma man ášedovdit ollu riikkain leat ráhkadan, ja ollu jagiid dutkan lea dasa vuodđun. Das lea sáhka hástalusain maid ollu váhnemati vásihit, ja leat strategijat buori ja positiiva oktavuhtii gaskal váhnemiid ja mánáid. Prográmma oasseváldin don deaivvadat eará váhnemiiguin joavkuin gos dii sáhttibehtet lonohallat vásáhusaid ja oaiviliid. Nu sáhttibehtet veahkehít nubbi nuppi šaddat eanet oadjebas váhnemin, ja don sáhtát oažžut odja jurdagiid dasa mot don sáhtát dustet iežat máná.

Ságastallangihpa "Gávcci fáttá buori ovttasdoaibmamii" lea sihke bargogirji mii galgá adnot joavkočoagganemiin ja "muitogirji" mii sáhttá buorre veahkkin manjelgo čoagganeamit leat nohkan. Gihppagis oahpat veaháš dan birra mot mánát ovdánit, ja makkár dárbbut sis leat dain iešguđet ovdánanmuttuin. Dan ollodagas ávžžuhit du jurddašit ovttaskas fáttáid birra. Dat sáhttá veahkehít du oaidnit muhtun dili odja bealis ja addit dutnje muhtun ideaid dasa mot sáhtát dustet konkrehta hástalusaid ja ovddidit oktavuoden gaskal du ja iežat máná nu ahte dat buorrána vel eanet.

Gihpa íi leat moktege "fasihtta" mánáidbajásgeassimii, muhto lea jurddašuvvon reaidun mii sáhttá dahkat du eambbo oadjebasan váhnendoaimmas.

Mii ávžžuhit du daðistaga čálistit gihppagii ja leat aktiiva ja čájehit beroštumi joavkočoagganemiin.

Buresboahtin!

Háliidat go diehtit eambbo?

bufdir.no ja foreldrehverdag.no sáhtát lohkat eambbo oktavuoden birra gaskal mánáid ja váhnemiid.