



Allir VINIR

Forvarnir gegn einelti



Efnisyfirlit

Inngangur	4
Fræðilegur bakgrunnur.....	4
Undirstöður verkefnisins	5
Félagsfærni	5
Vinátta	5
Samvinna	6
Framkvæmd.....	7
1. Greiningarvinna	7
2. Upphaf vinnunnar með börnunum: Sameiginlegar samskiptareglur	12
3. Félagsfærni	14
4. Fleiri möguleikar	17
5. Yfirlit	19
Foreldrar.....	20
Þakkir.....	21
Heimildaskrá.....	22
Fylgiskjal 1 - Einstaklingsvinna	24
Fylgiskjal 2 - Samvinnuleikir.....	30
Fylgiskjal 3 - Samvinnunám og samvinnuverkefni.....	37
Fylgiskjal 4 - Klípusögur og hlutverkaleikir	41

Inngangur

Árið 2014 fékk Vanda Sigurgeirsdóttir það verkefni að hanna þróunarverkefni fyrir *Vinsamlegt samfélag* og skóla- og frístundasvið Reykjavíkur. Úr varð forvarnarverkefnið *Allir vinir* sem nota má í grunnskólum, leikskólum og frístundaheimilum. Efnið var prófað í tveimur leikskólum í Reykjavík, Hof og Laugasól, ásamt Laugarnesskóla og frístundaheimilinu Laugarseli. Um er að ræða forvörn gegn einelti gegnum félagsfærni, vináttu og samvinnu. Til að ná árangri er samvinna milli leikskóla, grunnskóla, frístundaheimila og foreldra nauðsynleg.

Hér á eftir fylgir lýsing á verkefninu, ásamt fræðilegum bakgrunni. Einnig fylgja með ýmis verkfæri, verkefni og leikir, sem kennarar og fagfólk geta notað í starfi með börnum.

Fræðilegur bakgrunnur

Einelti er alvarlegt vandamál í flestum ef ekki öllum löndum heims. Rannsóknir sýna að stór hluti barna verða fyrir neikvæðum áhrifum eineltis, annað hvort sem þolendur, gerendur eða áhorfendur (Currie o.fl., 2008; James, 2010; Ttofi og Farrington, 2011). Einelti meðal ungra barna hefur gegnum tíðina ekki fengið mikla athygli en á síðustu árum hefur nokkur breyting orðið á því. Almenn er nú viðurkennt að einelti og eineltisbyrjandi hegðun hefjist þegar á leikskólaaldri (Perren og Alsaker, 2006; Vlachou, Andreou, Botsoglou og Didaskalou, 2011). Einelti meðal grunnskólabarna er þekktara vandamál en þó eru flestar rannsóknir gerðar meðal nemenda 10 ára og eldri. Augljós skortur er því á rannsóknum og verkefnum fyrir yngstu aldurshópna.

Neikvæðar og langvarandi afleiðingar eineltis fyrir þolendur og gerendur eru þekktar og hafa verið staðfestar í rannsóknum víða um heim. Má þar nefna þunglyndi, kvíða, sálíkamlega kvilla, brotna sjálfsmynd, skort á sjálfstrausti, einmannaleika, brottfall úr skóla, vímuefnaneyslu, ofbeldishegðun og sjálfsvíg (Gini og Pozzoli, 2009; Kim, Leventhal, Koh og Boyce, 2009; Klomeck, Marrocco, Kleinman, Schonfeld og Gould, 2007; Olweus, 2011; StassenBerger, 2007; Ttofi og Farrington, 2011). Ekki þarf því að undra að rannsakendur og fagfólk um allan heim leiti leiða til að taka á einelti með árangursríkum hætti. Eitt af því sem komið hefur í ljós er að forvarnir og inngrip þurfa að hefjast fyrr en almennt hefur viðgengist, helst þegar á leikskólaaldri, þegar hegðun, staða og hlutverk barna hafa ekki festst í sessi (Alsaker, 2004; Pepler, Smith og Rigby, 2004). Auk þess er mikilvægt að forvarnirnar beinist ekki aðeins að þolendum og gerendum heldur öllum hópnum (O'Connell, Pepler og Craig, 1999; Pepler o.fl., 2004; Salmivalli, 1999). Er það í samræmi við skoðanir margra fræðimanna að einelti sé félagslegt vandamál sem tengist menningu og anda í hópum en ekki eingöngu ákveðnum einstaklingum.

Er hér komin rökstuðningur fyrir mikilvægi forvarnarverkefna eins og *Allir vinir*, verkefna sem beinast að ungum börnum og hvoru tveggja að einstaklingum og öllum hópnum. Annar mikilvægur rökstuðningur er að rannsóknir sýna að kennurum og fagfólki skortir þekkingu og

verkfæri til að takast á við einelti (Sjöfn Kristjánsdóttir og Vanda Sigurgeirsdóttir, 2011; Vanda Sigurgeirsdóttir og Sif Einarsdóttir, 2004). Er það miður, því kennarar og annað fagfólk sem vinnur með börnum eru lykilaðilar í inngripum og forvörnum í eineltismál. Verkefnið *Allir vinir* bregst við þessum skorti út frá forvörnum. Verkefnið veitir þekkingu og verkfæri til að fara í markvissa forvarnarvinnu með yngstu börnunum, þar sem unnið er með félagsfærni, vináttu og samvinnu allra barnanna, ásamt því að skimað er eftir félagslegum áhættuþáttum og þeim börnum veittur stuðningur.

Undirstöður verkefnisins

Allir vinir hvílir á þremur grundvallarþáttum sem eru félagsfærni, vinátta og samvinna. Hér á eftir verður gerð grein fyrir mikilvægi þessara þátta.

Félagsfærni

Félagsfærni er að geta átt árangursrík og jákvæð sambönd og samskipti við aðra. Um lykilmærni er að ræða. Félagfærni skiptir sköpum í lífi hvarrar manneskju, eykur vellíðan og lífsgæði. Þegar kemur að börnum þá hjálpar góð félagsfærni þeim að eignast vini, að standa á sínu, aðlagast nýjum aðstæðum og eiga í jákvæðum samskiptum við önnur börn og fullorðna. Góð félagsfærni getur einnig verið forvörn gegn ýmsum neikvæðum þáttum, eins og kvíða, einmannaleika og einelti. Dæmi um félagsfærni er að deila með sér, setja sig í spor annarra, hjálpa, hlusta, viðurkenna eigin hlut að máli, sýna umhyggju, geta fyrirgefið, málamiðla, geta leyst úr ágreiningi, grípa ekki fram í, átta sig á mörkum og fara eftir hinum óskrifuðu reglum sem gilda í öllum samfélögum um félagsleg samskipti.

Félagsfærni lærist smátt og smátt gegnum lífið. Mikilvægt er að átta sig á að um lærða hegðun er að ræða en ekki meðfædda eiginleika. Því geta allir lært félagsfærni. Börn læra félagsfærni m.a. í samskiptum við önnur börn, þar sem sum börn eru fljót að tileinka sér færni á meðan að önnur eru lengur. Fullorðnir geta hér hjálpað til, því með markvissri þjálfun er hægt að bæta félagsfærni. Best ef þessi þjálfun byrjar snemma á lífsleiðinni. Þess vegna er mikil áhersla á að þjálfna félagsfærni í verkefninu *Allir vinir*.

Vinátta

Vinátta er mjög mikilvæg fyrir börn. Að eiga vini hefur hvoru tveggja jákvæð áhrif á þroska og vellíðan og er á sama tíma forvörn gegn ýmsum neikvæðum þáttum, eins og einmannaleika, félagslegri einangrun og einelti. Vandræði í vináttu og jafningjasamböndum spáir fyrir um fjölbættan vanda á ýmsum sviðum lífsins og því er afskaplega mikilvægt að hjálpa börnum með vináttu. Eins og með félagsfærni þá er vináttufærni ekki meðfædd. Vináttan leikur í höndunum á sumum börnum á meðan önnur lenda í vandræðum. Reyndar er það svo að flest börn lenda einhvern tímann í vandræðum með vináttu og samskipti og því er forvarnarverkefni eins og *Allir vinir* gagnlegt fyrir öll börn.

Eins og fram kemur hér að ofan, í kaflanum um félagsfærni, er öllum samskiptum stjórnað af óskrifuðum reglum. Þessar reglur segja til um hvernig við eigum að haga okkur í félagslegum

aðstæðum. Reglurnar eru leiðbeinandi en ekki meitlaðar í stein, þær eru breytilegar eftir menningarsvæðum og hópum og sjá til þess að samskipti ganga vel fyrir sig. Að þekkja þessar reglur er nauðsynlegt til að rata um hinn félagslega heim. Þrátt fyrir að reglurnar séu hvergi skrifaðar þá læra flestir reglurnar ómeðvitað og fara eftir þeim. Að brjóta gegn þeim er jafnvel óhugsandi. Fyrir börn er jafn mikilvægt að fara eftir reglunum eins og fyrir fullorðna. Mörg börn átta sig sjálfkrafa á reglunum á meðan önnur lenda í vandræðum. Án þess að þekkja þessar óskrifuðu reglur er erfitt að þjálfra börn í félagsfærni, því ekki er nóg að kunna færni ef skilningur á hvenær og hvernig best er að nota hana er ekki til staðar. Þannig getur félagsfærniþjálfun ein og sér jafnvel ekki verið nóg ef börn þekkja ekki hinar óskrifuðu reglur vináttunnar (Elman og Kennedy-Moore, 2003). Í viðhengi 1 eru dæmi um einstaklingsþjálfun sem byggir á hinum óskrifuðu reglum.

Samvinna

Hugmyndir um nám sem félagslega hugsmíði gera ráð fyrir að samvinna barna innbyrðis gegni ekki síður mikilvægu hlutverki í námi og þroska barna en samvinna barna og fullorðinna. Samkvæmt þessum kenningum er litið á nám sem félagslega athöfn þar sem samvinna og samspil við aðra einstaklinga gegnir lykilhlutverki.

Samvinna getur haft örvandi og jákvæð áhrif á félagslegan þroska barna, eflt leiðtogaþæfileika og félagslega ábyrga hegðun, svo sem að skiptast á, deila, hjálpast að, taka tillit til annarra, segja satt o.s.frv. Með samvinnu er hægt að skapa jákvæðan anda í hópnum, anda sem einkennist af umburðarlyndi, umhyggju og samhjálp. Þá læra börn félagsleg samskipti og bæta félagsfærni sína. Í verkefninu *Allir vinir* er leikurinn mikið notaður til að efla samvinnu. Í leik verða börnin að læra að skiptast á og gefa eftir en líka að standa fast á eigin hugmyndum. Samvinnuleikir geta því eflt börnin á mörgum sviðum og stuðlað að góðum anda í leiðinni.

Dæmi um mikilvæga þætti sem þarf að þjálfra til að samvinna verði góð: Virk hlustun, hrós, að skiptast á, nota inniröddina, halda einbeitingu – halda áfram með verkefni og hjálpa öðrum. Hægt er að vinna samvinnuverkefni og fara í samvinnuleiki sem þjálfra þessa hluti.

Stór hluti vinnunnar í *Allir vinir* verkefninu er byggð á samvinnu og gegna samvinnuleikir stóru hlutverki. Samvinnuleikir hjálpa börnum að þróa með sér nauðsynlega færni - samvinnufærni, samskiptafærni, samkennd og að leysa ágreining – því í samvinnuleikjum eru allir að vinna saman að sameiginlegu markmiði. Í samvinnuleikjum þurfa allir að hjálpast að og því eru allir að bæta færni sína. Í samvinnuleikjum er enginn skilinn útundan, enginn tapar og allir hafa gaman Samvinnuleikir gefa hinum fullorðnu einnig tækifæri á að grípa inn í og leiðbeina börnunum, svo kölluð „teachable moments“, eða lærdómstækifæri. Í viðhengi 2 er að finna fjöldan allan að samvinnuleikjum, ásamt upplýsingum um hvar hægt er að finna enn fleiri.

Framkvæmd

Hér á eftir kemur lýsing á verkefninu *Allir vinir*.

Verkefnið er hugsað þannig að það sé hluti af daglegu starfi en ekki verkefni sem tekið er upp á ákveðnum tímum. Einnig á verkefnið að stuðla að samvinnu milli leikskóla, grunnskóla og frístundaheimila. Þá er samstarf við foreldra lykilþáttur. Verkefnið gengur út á að annars vegar vinna með einstaklinga og hins vegar með hópinn sem heild. Einstaklingsvinnan gengur út á að styrkja jákvæða hegðun og börnin sjálf sem einstaklinga, ásamt því að breyta neikvæðri hegðun eða þeirri hegðun sem skemmir fyrir félagslega. Í vinnunni með hópinn er áhersla á samvinnu, kurteisi, hjálpsemi, umhyggju, vináttu, tillitsemi, umburðarlyndi og fleiri atriði í þessum dúr.

1. Greiningarvinna

Stór hluti af verkefninu *Allir vinir* er að greina stöðu barnanna í hópnum og gera áætlanir til úrbóta. Eitt sem gott er að gera í upphafi er að gera vinakönnun þar sem börnin skrifa niður nöfn allra þeirra sem þau telja vera vini sína. Markmiðið er að sjá stöðuna og sjá hvort allir telji sig eiga vin í skólanum og allir hvort allir séu einhvern tímann nefndir sem vinur. Einnig er hægt að gera tengslakönnun, sem margir grunnskólar gera reglulega. Munurinn á tengslakönnun og vinakönnun að í vinakönnun mega börnin nefna eins marga og þau vilja en í tengslakönnun eru yfirleitt nefnd tvö nöfn. Þriðja greiningartækið sem getur verið gott að framkvæma er einstaklingsviðtöl, þar sem rætt er við hvert barn fyrir sig um líðan og vináttu. Mikilvægt er að gera lágmark eina af þessum þremur greiningum.

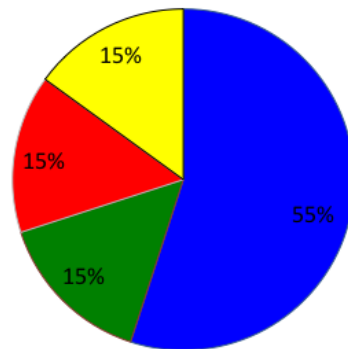
Næst er að greina stöðu barnanna út frá samþykki félaganna. Þessi greining er grundvöllur að árangri *Allir vinir*. Um er að ræða aðferð sem Vanda Þróaði og er byggð á efni í bók Elizabeth A. Laugeson “The science of making friends”. Aðferðin birtist einnig í bæklingi Heimili og skóla um einelti. Sá bæklingur er á netinu og er góð viðbót við þetta efni.

Félagasamskipti

Rannsóknir sýna að það hvernig börnum gengur í jafningjasamböndum hefur mikil áhrif á allt þeirra líf. Í raun spá vandræði í samskiptum við jafningja betur fyrir um ýmis vandamál síðar á æfni heldur en hlutir eins og greind eða einkunnir í skóla (Laugeson, 2013). Að hjálpa börnum með vináttu- og jafningjasambönd er því eitt af meginhlutverkum foreldra og fagfólks sem vinnur með börnum – og þar með eitt af meginmarkmiðum *Allir vinir*.

Ýmislegt hefur verið rannsakað í sambandi við jafningjasamskipti barna. Þar á meðal hvernig einstaklingar skiptast eftir samþykki jafningja. Um bandarískar rannsóknir er að ræða. Í ljós kom að 55% barnanna eru það sem er kallað meðal, 15% eru vinsæl, 15% er hafnað af hópnum og 15% eru félagslega týnd og gleymd.

■ Meðal ■ Vinsæl ■ Hafnað ■ Týnd/gleymd



(Laugeson, 2013, bls. 19)

Meðal

Börn sem falla í þennan flokk eiga það sameiginlegt að nokkur hluti hópsins þekkir þau og líkar vel við þau. Þau eiga vini og eru félagslega í finum málum. Ekki þarf að hafa áhyggjur af þeim félagslega.

Vinsæl

Allir vita hver vinsælu börnin eru og flestum líkar vel við þau. Þau hafa skýra stöðu innan hópsins. Sum vinsæl börn eru jákvæðir leiðtogar en önnur eru neikvæðir leiðtogar. Jákvæðir leiðtogar hrósa, hjálpa, styðja. Neikvæðir leiðtogar stríða, meiða, skilja útundan og særa, ásamt því að draga önnur börn með sér í þessa hegðun. Neikvæðir leiðtogar eiga stóran þátt í að skapa neikvæða menningu í hópnum og viðhalda henni. Sum börn eru bæði jákvæðir og neikvæðir leiðtogar. Mikilvægt er fyrir foreldra og fagfólk að átta sig á hvaða börn eru jákvæðir og hvaða börn neikvæðir leiðtogar. Hjálpa þarf neikvæðu leiðtogunum að breyta sinni neikvæðu hegðun og styrkja þarf jákvæðu leiðtogana.

Hafnað

Börn sem lenda hér er meðvitað hafnað af hópnum. Er það sársaukafull og erfið reynsla sem hefur neikvæðar afleiðingar. Í sumum tilfellum er börnum hafnað vegna eigin hegðunar en í öðrum vegna annarra þátta, eins og ófundar eða því að barnið er öðruvísi á einhvern hátt. Ef um hegðun er að ræða er það oft hegðun sem hinum börnunum finnst truflandi, meiðandi eða pirrandi. Þá getur einnig verið um klaufalega félagslega hegðun að ræða, sem og brot á viðurkenndum félagslegum reglum hópsins. Mikilvægt er að taka það fram að ekkert barn velur að vera hafnað heldur er það hópurinn sem ákveður að hafna barni. Auk þess er mikilvægt að átta sig á að börn sem er hafnað hafa oft slæmt orðspor á sér, sem gerir þeim erfið fyrir. Þau eiga mörg fáa eða enga vini en flest þeirra vilja ekkert frekar en að breyta þeirri stöðu. Þegar

hjálpa á börnum sem er hafnað þarf að byrja á að finna út af hverju hópurinn hafnar þeim. Síðan þarf að gera áætlun um aðgerðir. Yfirleitt þurfa aðgerðirnar að beinast bæði að hópnum í heild og einstaklingnum sem er hafnað. Tökum Andra 9 ára sem dæmi. Andri er alltaf að meiða bekkjarsystkini sín og segja ljótt við þau. Eftir meira en ár með þessari framkomu hafna hin börin Andra. Leið Andra úr hafnað-hópnum felst í því að hjálpa honum að hætta að meiða og segja ljótt en vegna slæms orðspors Andra í hópnum þarf einnig að vinna með hópinn. Þá gæti einnig þurft að vinna með allan foreldrahópinn. Annað dæmi gæti verið með allt öðrum hætti, en Önnu 12 ára er hafnað vegna ófundar nokkurra neikvæðra leiðtoga í garð Önnu. Í þessu tilfelli þarf ekki að vinna með Önnu, heldur aðeins neikvæðu leiðtogunum og hópnum í heild. Af þessu má sjá hversu mikilvægt það er að finna út af hverju barni er hafnað.

Týnd

Í þennan hóp fara þau börn sem eru feimin, óörugg og hlédræg. Þau tala oft ekki að fyrri bragði, eiga erfitt með að komast inn í leik sem er byrjaður, þora ekki að spyrja eftir öðrum börnum og hreinlega týnast í hópnum. Þau eru ekki eins og þeim sem er hafnað með slæmt orðspor, heldur eru þau ekki með neitt orðspor. Stundum týna fullorðnir einnig þessum börnum. Þau eru flest, eins og þeim sem er hafnað, að leita að vinum en lenda í vandræðum oft vegna eigin óöryggis. Þá geta tungumálaerfiðleikar einnig orðið til þess að börn lenda í týnda hópnum. Hjálpa þarf týndum börnum með vináttu og samskipti. Í sumum tilfellum þurfa þau á ákveðniþjálfun að halda (sjá viðauka 1), í öðrum er nóg að foreldrar, kennarar og fagfólk hjálpa þeim með vináttu, t.d. með hópaskiptingu eða að bjóða heim. Sama gildir hér og með börnin sem er hafnað, mikilvægt er að finna út af hverju barn er í þessari stöðu.

Foreldrar og fagfólk

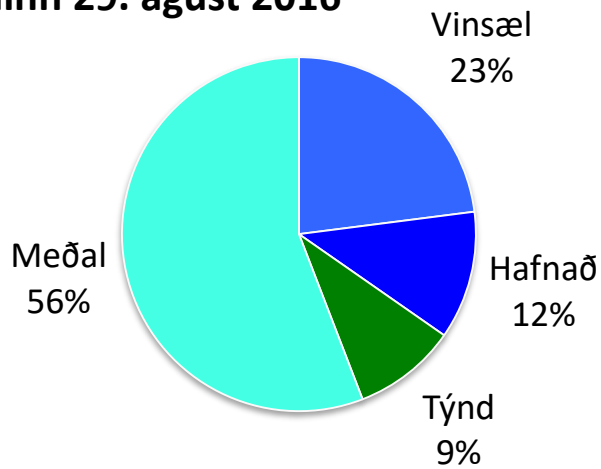
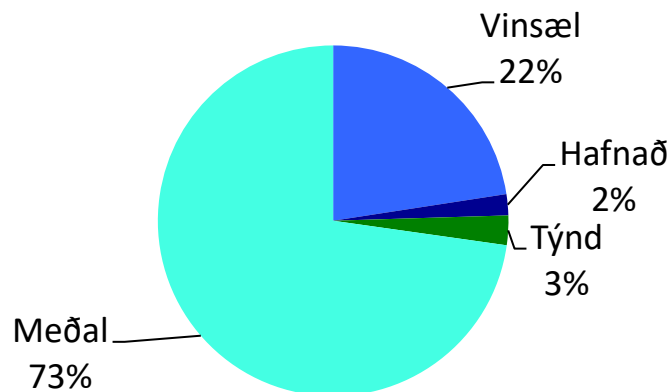
Auðvitað væri best ef engum börnum væri hafnað og engin væru týnd, því þessi félagslega staða getur haft neikvæð áhrif á andlega og líkamlega heilsu, ásamt því að vera áhættuþáttur fyrir einelti. Staðreyndin er eigi að síður sú að í mjög mörgum bekkjum og hópum eru einhver börn sem er hafnað og einhver börn sem eru týnd. Að festast í þessari stöðu er mjög slæmt fyrir börn og er ávísun á frekari félagsleg, andleg og líkamleg vandamál, svo sem einelti, kvíða, þunglyndi, sálíkamleg einkenni, einangrun og einmanaleika. Því er mikilvægt að kennarar og fagfólk greini stöðu barna út frá þessari skiptingu. Ef börnum er hafnað eða þau eru týnd þarf að leita allra leiða til að hjálpa þeim og breyta stöðu þeirra. Markmiðið er að færa börn úr hópunum hafnað og týnd og tæma þá flokka alveg. Þetta er hægt með samstilltu átaki foreldra og fagfólks. Mestur árangur næst ef gerðar eru skriflegar áætlanir um hvert barn.

Úrvinnslan

Kennarar og fagfólk taka allan hópinn sinn og greina eftir flokkunum fjórum. Til að mynda er hægt að nota bekkjarlista og einfaldlega að setja stafi fyrir aftan nöfn barnanna. Merkja M fyrir meðal, H fyrir hafnað, T fyrir týnd og V fyrir vinsæl. Setja plús, mínus eða bæði fyrir framan V eftir því hvort viðkomandi er jákvæður, neikvæður eða jákvæður og neikvæður leiðtogi. Einnig er hægt að bæta við stafnum G ef viðkomandi barn sýnir gerendahegðun. Þegar þessu er lokið er komið gott yfirlit yfir félagslega stöðu barnanna í hópnum. Eftir það er komið að því að gera áætlanir um vinnuna með þau börn sem þurfa aðstoð. Síðan þarf að gera þessa greiningu reglulega, á um tveggja til þriggja mánaða fresti, til að fylgjast með stöðunni. Mikilvægt er að hafa í huga að í hvert sinn sem barn færir úr H eða T er í raun búið að bjarga barni.

Nafn barns	H/T/M/V	
Anna Önnudóttir	M	G
Gunnar Gunnarsson	H	
Helga Helgudóttir	V-	G
Sveinn Sveinsson	V+	
Þóra Þórudóttir	T	

Þessi aðferð virkar mjög vel. Kennarar og annað fagfólk verða meðvituð um stöðu barnanna og grípa inn í fyrr en áður. Ef auk þess er farið eftir þeim ráðleggingum sem eru hér að ofan, þ.e. að gera áætlanir um vinnuna með hverju og einu barni, ásamt því að greina hópinn reglulega, er hægt að bæta félagslega stöðu margra barna. Hér fyrir neðan er dæmi um grunnskóla sem fór eftir þessum ráðleggingum. Eins og sjá má á myndunum er árangurinn frábær. Um er að ræða alla nemendur skólans, frá 1. og upp í 10. bekk.

Allur skólinn 29. ágúst 2016**Allur skólinn 11. janúar 2017****Greiningar á samskiptum kennara og fagfólks við börnin**

Rannsóknir sýna að viðhorf og væntingar, ásamt samskiptum kennara og fagfólks við börnin skipta miklu máli. Þess vegna er gott að greina samskipti þeirra fullorðnu við börnin. Best er að gera þetta um leið og greininguna í kaflanum hér að ofan, þ.e. greininguna á félagslegri stöðu barnanna. Aftur er best að nota bekkjarlista eða aðra lista með nöfnum allra barnanna. Síðan eru nöfn kennara og fagfólks skrifuðu fyrir ofan, þannig að hver starfsmaður er með eina lóðréttu línu.

Segjum að fyrsta barnið á listanum heiti Anna, þá þarf hver starfsmaður að gefa samskiptum sínum við Önnu einkunn á bilinu mínus 5 til plús 5, þar sem mínus 5 eru mikil og neikvæð samskipti, plús 5 eru mikil og jákvæð samskipti og 0 eru engin samskipti.

Nánari lýsing:

- Gefið einkunn frá – 5 til + 5
- Best að gera reglulega
- Ef lág einkunn ákveða leiðir/aðgerðir
- Mikilvægt að vera heiðarleg

Dæmi um skráningu í töflu:

Nafn barns	Kennari 1	Kennari 2	Kennari 3	Kennari 4	Kennari 5
Anna Önnudóttir	+2	+3	+3	+3	+4
Gunnar Gunnarsson	+5	+4	+4	+5	+4
Helga Helgudóttir	+1	+1	+1	0	+1
Sveinn Sveinsson	-4/+4	-3	-2	+2	+1
Þóra Þórudóttir	+4	+4	-4	+4	+5

Þegar búið er að fara í gegnum öll nöfnin er komið að áætlanagerð. Líta þarf yfir einkunnagjöfina og finna hvar betur má fara. Segjum til dæmis að sama barnið fái háar mínus tölur frá öllu starfsfólkinu, þá þarf að finna út af hverju og gera áætlun um úrbætur. Sama gildir ef barn fær lága einkunn frá öllum. Að sama skapi þarf hver fullorðinn að skoða sig og sjá hvort viðkomandi þurfi að gera áætlun um bætingu á samskiptum við einhver börn. Sem dæmi fær barn háar plús einkunnir frá öllum nema einum starfsmanni, sem gefur samskiptum sínum einkunnina mínus fjórir. Þá þarf viðkomandi að skoða hverju sætir og gera áætlun um úrbætur. Athugið að í sumum tilfellum er sama barninu gefnar tvær einkunnir, sem dæmi mínus fjórir og plús fjórir. Þetta gæti til að mynda verið barn með hegðunarvanda, sem getur skýrt mínus töluna en að sama skapi er hinn fullorðni að passa sig að vera einnig í jákvæðum samskiptum og þess vegna plús fjórir.

Þegar hér er komið sögu eiga kennarar og fagaðilar að vera með góða mynd af félagslegri stöðu allra í bekknum eða hópnum, eigin samskipti við börnin hafa verið greind, ásamt því að gerðar hafa verið áætlanir um vinnu með þau börn sem þurfa aðstoð og stuðning auk áætlana um bragarbót á eigin samskiptum við börnin.

2. Upphaf vinnunnar með börnunum: Sameiginlegar samskiptareglur

Mikilvægt er að hafa börnin með í ráðum í þessu ferli og því þarf að setja sameiginleg markmið og samskiptareglur.

Gott er að kynna verkefnið fyrir börnunum, þannig að þau séu meðvituð um hvað er í gangi og séu sammála um að þetta sé mikilvægt. Eignarhald þeirra að verkefninu skiptir sköpum um hvernig til tekst. Ef við fullorðna fólkið setjum okkur markmið en höfum börnin ekki með í ráðum þá gæti árangur orðinn enginn. Til að gera þetta er gott að halda bekkjarfundi/barnafundi/stórfundi með börnunum að lágmarki einu sinni í mánuði.

Á fyrsta fundinum er mikilvægt að setja sameiginleg markmið og búa til sameiginlegar samskiptareglur, ásamt því að ræða um félagsfærni og um fyrsta þemað samvinnu. Gott er að hengja samskiptareglurnar upp svo að hægt sé að minna á þær. Á næstu fundum er farið yfir hvernig gengur, ásamt því að nýtt þema er kynnt til sögunnar – ef það á við. Hægt er að nota tækifærið og setja inn fleiri hluti á fundina, eins og hvert á að fara í næstu gönguferð og aðra hluti sem börnin geta verið með í að ákveða (barnalýðræði).

Í samtölum við börnin og á fundum er æskilegt að vera ekki að tala um einelti heldur einblína á hegðun, annars vegar á hegðun sem við viljum hafa, eins og að hjálpa öðrum, vera góð við, leyfa öllum að vera með, tala fallega til, hætta ef eru beðin um að hætta og koma vel fram við – sem við oft köllum tillisemi, umhyggju, vináttu, góðmennsku, kurteisi, virðingu o.s.frv. Og hins vegar hegðun sem við viljum ekki hafa og viljum breyta, eins og hrindingar, pot, stríðni, skilja út undan, hætta ekki þó beðið sé um það og þískur – eins og ókurteisi, tillitsleysi, hömluleysi, virðingarleysi og í versta falli einelti.



Ein hugmynd er að ræða við þau um að allir í skólanum séu með sérstakar sápukúlur í kringum sig sem þola ekkert vont. Markmiðið hjá hverjum og einum er að sprengja ekki sápukúlu hjá neinum öðrum. Hvernig er hægt að sprengja sápukúlu? Með poti, sparki,

hrindingu og öðru líkamlegu og sjáanlegu. En er hægt að sprengja kúlurnar með öðrum hætti? Já orð geta einnig sært og sprengt sápukúlur. Eins og hvaða orð?

Erna Georgsdóttir gerði rannsókn á verkefninu *Allir vinir* árið 2015. Hér að neðan er frásögn hennar af stórfundum á leikskólunum Hof og Laugasól.

Á báðum leikskólunum byrjaði þróunarverkefnið á stórfundum og voru nokkrir slíkir fundir haldnir með börnunum yfir tímabilið. Var meðal annars rætt á þeim fundum um samskipti og samskiptareglur búnar til. Börnin voru áhugasöm um að fá að halda fundi. Hugmyndir barnanna um hvernig eigi að koma fram við aðra voru skrifaðar niður á blað sem hægt var að vísa í. Það sem fram kom var meðal annars: vera góð við hvert annað, ekki meiða, ekki slást, vera vinir, skiptast á, hrósa, ekki stríða eða grípa fram í. Leikskólakennarinn á einni deildinni fékk síðan að bæta við að börnin ættu að hætta þegar þau væru beðin. Börnin voru spurð hvort þau væru sammála þessu og var enginn sem mótmælti því. Þó svo að börnin hafi búið reglurnar til sjálf, reglurnar verið sýnilegar á deildunum og börnin verið sammála þeim öllum, þurfti þrátt fyrir það að minna þau á reglurnar af og til. Börnin voru einnig dugleg að minna hvert annað á reglurnar.

Á öðrum slíkum stórfundi var farið í að öðlast skilning á því um hvað hrós snerist. Þar var hugtakið hrós rætt við börnin og útskýrt fyrir þeim hver merkingin á bak við það væri. Það var líka rætt um hvernig hægt væri að nota hrós og fyrir hvað væri hægt að hrósa. Það sem kom fram hjá börnunum var að hægt væri að hrósa fyrir að vera góður vinur, vera stillt og vera góð hvert við annað. T-blöðin voru notuð þar sem skráð var öðrum megin hvað er hægt að segja til þess að hrósa og hinum megin hvað hægt sé að gera. Dæmi af því sem börnin komu með var að hægt sé að setja þumalinn upp, veifa, klappa á bakið og blikka. Það sem hægt væri að segja væri: „vá,“ „þetta er flott,“ „þú ert duglegur“ og „húrra“ svo dæmi séu tekin. Kennararnir gættu sín á því að hrósa ekki fyrir útlit barnanna heldur frekar fyrir athafnir, dugnað, góða hegðun og framfarir. Börnin pössuðu einnig upp á að minna hvert annað á af og til að hrósa og spurðu kennarana hvort þeir væru búnir að hrósa einhverjum í dag. Börnin voru einstaklega ánægð þegar kennararnir gáfu þeim fimmu eða settu þumalinn upp. Þegar farið var í hrósleiki voru börnin oft föst í því að hrósa fyrir útlit en voru minnt á að betra væri að hrósa fyrir eitthvað annað. Þá hrósuðu þau einkum fyrir fallegar teikningar eða flott byggðar byggingar. Leikskólakennararnir sáu þó framfarir hjá börnunum við hrósið og þau lærðu að segja takk þegar þeim var hrósað.

Á einum stórfundi var farið yfir hvað felst í vináttu. Tvær deildir bjuggu til plakat sem var skipt í fjóra hluta. Í miðjunni var góði vinurinn og í kringum hann í dálkunum var hvað er góður vinur, hvað hann gerir, segir og er ekki. Í dálkinn sem var um góðan vin kom fram að hann ætti að vera góður og hjálpsamur, í dálkinn hvað hann gerir kom knúsar, kyssir þá sem vilja, er góður við mann, leikur við mann, hrósar, skilur ekki

útundan og leikur sér fallega. Í dálkinn hvað góður vinur segir kom fram að hann segir eitthvað fallegt og hrósar. Í þann síðasta um hvað hann er ekki fyrir öðrum, kom að hann átti ekki að meiða, hrekkja, stríða eða plata. Góður vinur ber virðingu fyrir öðrum, traust verður að ríkja, umhyggja, samkennd og umburðarlyndi verður einnig að vera. Ef þessir þættir eru allir til staðar ætti það að vera góð forvörn gegn einelti. Reynt var eftir bestu getu, á meðan verkefninu stóð, að laða fram þessa þætti hjá börnunum. Meira var fjallað um vináttu og var gerð vinakönnun meðal barnanna þar sem athugað var hvort öll börnin ættu vini. Skýr mynd kom af barnahópnum og sáu leikskólakennararnir hver félagsleg staða barnanna var.

Meira er hægt að lesa um rannsóknina á www.skemman.is.

3. Félagsfærni

Eftir að búið er að greina hópinn, ásamt því að setja sameiginlegar samskiptareglur er komið að vinnunni með hópinn. Vinnan hvílir, eins og fram hefur komið, á þremur stöðum; félagsfærni, vináttu og samvinnu. Markmiðið er að búa til góðan anda í hópnum, anda sem einkennist af samkennd, virðingu, umhyggju og umburðarlyndi. Einelti þrífst ekki í slíku andrumslofti.

Eins og fram hefur komið er félagsfærni lærð hegðun sem hægt er að þjálfá. Það getur þó vafist fyrir fólki hvernig nákvæmlega á að kenna og þjálfá félagsfærni. Á heimasíðunni Teaching resources kemur fram aðferð í 6 skrefum sem stuðs er við í *Allir vinir*.

1. Áður en hægt er að hjálpa börnum með að bæta félagsfærni sína þurfa þau að skilja af hverju þessi færni er mikilvæg. Þetta er tilvalið umræðuefni fyrir fyrsta bekkjar/hóp/stórfundinn. Best er að kalla eftir hugmyndum frá börnunum. Ef illa gengur er hægt að koma með nokkrar hugmyndir.
2. Þegar verið er að kenna félagsfærni er best að einblína á eina færni í einu. Hægt er að ákveða færniþætti með börnunum og taka hvern fyrir í allt frá einni viku upp í fjórar. Tökum samvinnuna sem dæmi, hvaða færni er mikilvægt að tileinka sér til að vera góð(ur) í samvinnu? Að hrósa, sýna tillit, skiptast á, sýna þolinmæði, hjálpa öðrum, biðja um hjálp, hlusta og leysa úr ágreiningi eru allt dæmi um samvinnufærni. Ein útfærsla er að samvinna er þema mánaðarins og færniþættirnir hér að ofan eru skrifaðir upp. Fjórir mikilvægustu eru síðan valdir og einn tekinn fyrir í hverri viku. Hægt væri að senda foreldrum upplýsingar í byrjun hverrar viku og segja frá færni vikunnar, ásamt því að hvetja foreldra til að ræða færni sína við börnin sín.

HJÁLPSEMI	
Opna dyr	Gerðu svo vel
Standa upp í strætó	Má bjósa þér að sitja?
Þera tösku	Á ég að hjálpa þér?
Hjálpa að finna skó	Hérna er skórin þinn

3. Næsta skref er að kenna færnina. Það er ekki nóg að segja: Verið hjálpsöm og halda að allir viti sjálfkrafa hvað á að segja og gera til að sýna hjálpsemi. Fyrsta skrefið í þjálfuninni er að aðstoða börnin við að koma auga á hvað það er sem þau þurfa að gera og segja til að bæta viðkomandi færni. Ein leið er að gera eyðublað þar sem nafn færninnar stendur efst, t.d. hjálpsemi og spyrja svo krakkana annars vegar hvað þau eiga að gera og hins vegar hvað þau eiga að segja þegar þau eru hjálpsöm. Hægt að skipta blaðinu í tvennt, gera í raun T þar sem hjálpsemi stendur efst og svo það sem á að gera er skrifað vinstra megin og það sem á að segja skrifað hægra megin. Þá gæti sem dæmi staðið vinstra megin: Opna dyr, rétta, standa upp í strætó, bera tösku og leyfa að vera með í leik. Og hægra megin: Viltu vera með, gerðu svo vel, má bjóða þér og á ég að hjálpa þér. Eitthvað af þessu er hægt að gera myndrænt. Gott er að hengja T-eyðublaðið upp þar sem allir sjá. Smá saman fjölgar svo T-eyðublöðunum upp á vegg. Nota má eyðublöðin til að minna börnin á.
4. Síðan þarf að æfa færnina og gott er að gera það með samvinnuleik sem kemur strax eftir félagsfærni kennsluna hér fyrir ofan. Samvinnuverkefni og samvinnuleikir reyna á ýmsa félagsfærniþætti sem verið er að vinna með. Mikilvægt er að þeir fullorðnu leyfi börnunum að finna lausnir sjálfum en hjálpi þeim ekki. Að finna lausnina, jafnvel þó að það geti verið erfitt og jafnvel kostað ágreining er allt hluti af mikilvægu ferli samvinnuleikja. Hinir fullorðnu geta skemmt ferlið með því að gefa börnunum lausnina. Fjöldi samvinnuleikja eru í viðhengi 2.
5. Gott getur verið að taka „Leikhlé“ og ígrunda á meðan á samvinnuleiknum stendur. Þá er leikurinn stöðvaður og börnin spurð hversu vel þeim hafi gengið að nota færnina sem verið er að æfa. Ef einhver einstaklingur eða hópur gerir vel er einnig um að gera að benda á það. Sama ef einhver sýnir neikvæða hegðun. Gott er að leyfa umræður í smá stund og hvetja þau svo til að halda áfram að æfa sig í færninni. Ef þau hafa gleymt hvað á að segja og gera er hægt að sýna þeim T eyðublaðið og fara yfir það sem þar stendur. Leikhlé geta auk þess verið mikilvægt til að leyfa hópnum að ræða mögulegar lausnir.
6. Í lokin er mikilvægt að ígrunda um hvernig gekk. Ígrundun skiptir öllu máli í að festa hegðun í sessi. Við lærum ekki sjálfkrafa af reynslunni, heldur þurfum við að skoða reynsluna og ígrunda. Hægt er að nota annað T eyðublað fyrir þetta þar sem öðru megin kemur það sem gekk vel og hinu megin það sem þarf að bæta. Aðrar mögulegar leiðir í ígrundun með börnum eru skutlan, þar sem börnin búa til skutlu og skrifa á vængina hvað gekk vel og hvað gekk ekki eins vel. Skutlunni er síðan kastað í ruslafötu. Annað dæmi er fingurnir, þar sem börnin teikna hendina á sér á A4 blað og skrifa t.d. hvað gekk vel á einn fingur, hvað lærðir þú á annan, hvað hefði betur mátt fara á þann þriðja, hrós til einhvers á þann fjórða og hrós á sjálfan sig á þann fimmta. Einnig er hægt að nota hefðbundna ígrundun þar sem börnin sitja í hring, farið er hringinn og allir segja sína upplifun.

Athugið að ekki þarf alltaf að fylgja öllum 6 skefunum en hafa ber í huga að hafa ígrundunar-skrefin með eins oft og hægt er. Mikilvægast er að kenna færnina og fylgja því eftir með æfingu strax í kjölfarið. Þá þurfa kennarar og fagfólk að hvetja til jákvæðrar hegðunar og vera

vakandi fyrir tækifærum til að hvetja og ýta undir jákvæða hegðun í öllu starfi (e. teachable moment). Það er nefnilega ekki síður mikilvægt að benda á þegar vel gengur.

Gott er að vera með samvinnuleiki lágmark einu sinni í viku. Þeir sem nota samvinnuleikina og samvinnuverkefni segja að samskiptafærni barnanna aukist, þau verði duglegri að leysa ágreining og samskiptin verða betri. Þá verður hópurinn nánari, bekkjarbragur betri og andrúmsloftið léttara.



4. Fleiri möguleikar

Eins og fram hefur komið á verkefnið *Allir vinir* að vera hluti af öllu starfi. Því er um að gera að nota öll tækifæri til að koma boðskapnum á framfæri. Hér á eftir koma nokkur dæmi um slíkt.

Vinátta gegnum heimspeki

Hægt er að vinna með vináttuna í gegnum heimspeki þar sem lesnar eru bækur fyrir börnin og sagan síðan rædd með ákveðnum spurningum. Sem dæmi gæti verið um að ræða sögu sem fjallar um vanda sem kom upp í vináttu og eiga börnin þá að koma fram með hugmyndir að lausnum. Þar að auki er hægt að láta þau fá verkefnið að lýsa sínum óskavini. Einnig er hægt að biðja börnin að teikna mynd af sér með sínum vini.

Tónlist og söngvar

Nota tónlist til að hlusta á og lög til að syngja sem passa við vináttu og samvinnu. Framhald: Ræða textana, teikna myndir, gera leikrit.

Bækur

Gott er að velja bækur til að lesa fyrir börnin sem tengjast vináttu, samkennd, umhyggju, virðingu og umburðarlyndi. Hér er einnig hægt að ræða saman um efni bókana, teikna myndir og gera leikrit. Dæmi um bækur: *Ertu skræfa Einar Áskell*, *Ertu svona Einar Áskell*, *Láttu mig í friði*, *Blómin á þakinu*, *Hnoðri eignast vin*, *Hundurinn*, *kötturinn og músin*, *Vinasögur*, *Ávaxtakarfan*, *Hjálpendur – vinsamleg snerting við börn*, *Ronja Ræningjadóttir*, *Konungur háloftanna*, *Viltu vera memm?*, *Blái hnötturinn*, *Pétur og krummi*, *Ævintýri frá ýmsum löndum* og skrímslabækurnar eftir Áslaugu Jónsdóttur. Vináttan er ekki endilega í brennidepli í öllum þessum bókum en vinátta kemur við sögu. Skemmtileg hugmynd er að hafa sögustund, fara var með bækurnar í gönguferð út í náttúruna og drukkið kakó yfir lestrinum.

Sögur

Sama og með bækurnar, finna sögur sem passa við viðfangsefnið og segja krökkunum. Þá er einnig hægt að búa til klípusögur og fá börnin til að finna lausnir. Dæmi um það er saga þar sem börn hjálpast ekki að við eitthvað verkefni og svo eiga börnin að reyna að finna betri lausn. Það er einfalt að búa til litlar klípusögur um ýmis viðfangsefni. Einnig geta börnin búið til sínar eigin sögur. Sjá viðhengi 4

Hlutverkaleikir

Úr sögunum er stutt yfir í hlutverkaleikinn en hlutverkaleikur er frábær leið til að sýna og þjálfa jákvæða æskilega hegðun. Sjá viðhengi 4.

Spil

Spil eru frábær leið til að vinna með félagsfærni. Ef samvinna er markmiðið þá er mikilvægt að velja spil vel. Til er flokkur spila sem kallast samvinnuspil eða cooperative games, sjá t.d. <http://www.peaceablekingdom.com/Departments/Games/Cooperative-Games.aspx>

Og hér eru 5 síður af samvinnu-spilum:

<http://shop.cooperativegames.com/Cooperative Games for Kids s/115.htm?searching=Y&sort=7&cat=115&show=10&page=2>

Myndbönd/myndir

Oft getur verið gott að nota hluti sem börnin þekkja, ásamt því að nota fjölbreyttar aðferðir. Að nota fjölbreyttar aðferðir, eins og við erum að gera getur aukið skilning og getur auk þess mætt mismunandi námsþörfum barnanna. Þess vegna er ég hér með myndbönd og myndir. Hægt er að nota myndbönd til að kenna og styrkja jákvæða hegðun, ræða um vináttu, sýna umburðarlyndi o.s.frv.

Eitt dæmi: <http://www.youtube.com/watch?v=r6hx3UJm1W4&feature=related> og svo auðvitað myndband við lagið *Burtu með fordóma* með Pollapönk.

Jóga og hugleiðsla

Hægt er að nota jóga og hugleiðslu bæði með leikskóla- og grunnskólabörnum til að vinna með tilfinningar, efla umhyggju og innri ró. Sem dæmi var Erna Georgsdóttir með vináttujóga fyrir leikskólabörnin á Hofi.



5. Yfirlit

Verkefnið *Allir vinir* hefst með greiningarvinnu og í kjölfarið er unnið eftir áætlunum að því að bæta stöðu barna sem eiga í félagslegum vanda. Síðan eru bekkjar/hópa/stórfundir þar sem börnin m.a. setja sér samskiptareglur. Eftir það fer af stað vinna með hópinn í heild, með það að markmiði að skapa góðan anda. Sú vinna fer fram gegnum félagsfærniþjálfun og samvinnuleiki. Þar fyrir utan er hægt að nota ýmsar skapandi aðferðir, útivist, heimspeki og samvinnuverkefni.

Dæmi frá leikskólunum Hof og Laugasól

Verkefnið var ekki eingöngu unnið á stórfundum heldur voru samvinnuleikir mikið notaðir. Þeir eru góð leið til þess að bæta samskiptafærni barna. Í leikjum af þessu tagi er þess krafist að börnin vinni saman og taki tillit hvert til annars til þess að hægt sé að ná tilsettu markmiði. Leikirnir voru miserfiðir fyrir börnin og reyndi oft á þolinmæðina á meðan leikjunum stóð.

Það eitt að fá börnin til þess að setjast í hring á gólfíð gat reynst þeim erfitt. Börnin voru sammála um það í eitt skipti sem þau voru beðin um að setjast í hring að þetta væri ekki hringur. Þau voru beðin um að laga hringinn og þeir sem sátu á réttum stað fóru að færa sig en þeir sem hefðu átt að færa sig sátu sem fastast. Þetta verkefni þurfti að æfa



nokkrum sinnum áður en árangur náðist. Ýmsir aðrir leikir voru notaðir eins og að búa til völundarhús úr pappír og síðan áttu börnin koma glerkúlu í gegnum húsið með því að fjórir héldu hver í sitt hornið á húsinu. Þetta krafðist mikillar samvinnu og samræðna svo að kúlan kæmist í gegn. Með samvinnu er hægt að örva jávæðan félagslegan þroska og efla leiðtogaþæfni. Jákvæður andi er ríkjandi ef samvinnan er góð og er leikurinn mikið notaður í samvinnunni. Í leiknum verða börnin að læra að skiptast á og gefa eftir en einnig að læra að standa fast á sínum eigin hugmyndum. Gripið var í samvinnuleikina alls staðar sem tækifæri gafst eins og í hreyfistundum, í íþróttasalnum, úti í náttúrunni og við fleiri tilefni (Erna Georgsdóttir, 2015, bls. 47).

Verkefnið var einnig unnið að miklu leyti í hópastarfi. Bókin „Hvalurinn er fastur“ var lesin fyrir börnin en í henni hjálpast ýmis dýr við að reyna að losa hval sem situr fastur á ísjaka. Í framhaldinu var hjálpssemi rædd og börnin spurð hvort þau hafi einhvern tíma hjálpað

einhverjum eða hvort einhver hafi hjálpað þeim. Sum hver áttu erfitt með þetta og sögðust aldrei hafa hjálpað neinum eða myndu ekki eftir neinu. Eitt barnið sagðist hafa hjálpað vini sínum niður úr tré og komu þá alls konar útfærslur frá hinum börnunum þegar þau hjálpuðu líka sínum vini niður úr tré. Einnig komu börnin með nokkrar sögur af því þegar þau hefðu hjálpað hvert öðru í fataklefanum og var þeim bent á að það væri góð hugmynd því þá þyrfti ekki að bíða eins lengi eftir hjálp frá leikskólakennaranum. Börnin teiknuðu einnig mynd af sér að hjálpa einhverjum og mátti það annaðhvort vera ímyndað eða dæmi úr raunveruleikanum. Margar skemmtilegar myndir komu út frá þessari umræðu eins og pappakassi sem var að gefa fótbrotnu fréttablaði staf. Einnig var notast við spil til þess að efla samvinnuna. Það sem reyndar kom best út var spil þar sem börnin voru nokkur saman í liði á móti spilinu. Auðvelt væri að útbúa alls kyns útfærslur á slíkum spilum (Erna Georgsdóttir, 2015, bls. 47-48).

Til viðbótar við bækurnar voru lög sungin í samverustundum og var sama sagan þar, erfitt reyndist að finna lög sem innihéldu vináttu en eitt gott var notað og var það lagið „Við erum vinir, við erum góð“ og „vinalagið“ sem var í teiknimyndinni Leikfangasögu. Ein deildin útbjó sitt eigið lag sem síðan var sungið í samverustundum og á kóræfingum. Einnig samdi ein deildin vinaljóð sem hengt var upp á vegg. Verkefnið var einnig unnið í skapandi starfi og hreyfingu bæði inni og úti. Í skapandi starfi unnu börnin hópaverkefni, klippiverkefni, vinabönd og margt fleira. Ein deildin teiknaði sjálfa sig og klippti út og var myndunum af þeim síðan raðað í hring og búinn til vinahringur þar sem allir héldust í hendur. Önnur deild útbjó færiband með því að líma maskínupappír saman undir borðinu og var þá hægt að draga hann til. Börnin máluðu síðan í um stund og voru síðan beðin um að hætta og pappírinn færður til. Það kom leikskólakennurunum mikið á óvart hversu umburðarlynd börnin voru gagnvart því að annað barn væri að mála á „þeirra“ mynd. Útskýrt var vel fyrir þeim að myndin væri eign þeirra allra saman (Erna Georgsdóttir, 2015, bls. 48).

Foreldrar

Þegar kemur að forvörnum gegn einelti þá skipta foreldrar mjög miklu máli. Í verkefninu *Allir vinir* er foreldrasamstarf með tvennum hætti. Í fyrsta lagi tveir foreldrafundir á ári og í öðru lagi samtöl við foreldra þeirra barna sem þurfa aðstoð. Mikilvægt er að foreldrar mæti á foreldrafundina og árangursrík leið er að senda út auglýsingu þar sem foreldrar skrá sig og síðan er hringt í foreldra þeirra sem ekki skrá sig. Í símtalinu er spurt: „Hver mætir frá þínu barni?“

Fræðsla í upphafi

Halda þarf foreldrafund í upphafi, þar sem verkefnið er útskýrt og farið er yfir hlutverk foreldra. Foreldrar geta hjálpað heilmikið með vináttu, eins og að vera í sambandi við foreldra annarra barna, skipuleggja leikstundir og halda skemmtilega viðburði. Þá er mikilægt að foreldrar fylgist vel með og láti vita ef eitthvað kemur upp á.

Foreldraspjall

Gott er að halda foreldraspjall í febrúar. Uppbygging er með þeim hætti að fyrst er sagt frá framgangi verkefnisins, eftir það er hressing og síðan fara foreldrar í bekkjarstofur með sínum bekkjarkennara. Í stofunni er gott að fara í einn samvinnuleik, til að brjóta ísinn. Eftir það er sest í hring og kennari spyr spurninga, farið er hringinn. Leyfilegt er að segja pass. Enda svo á frjálsum umræðum.

Spurningar:

1. Fara hringinn, spyrja alla hvernig gangi félagslega með þeirra barn. Taka það fram að ekki verði rædd mál einstakra barna en að tækifæri gefist í foreldraviðtölum að ræða einslega við kennara. Foreldrar nota oft tækifæri hér að segja hinum foreldrum frá t.d. ofvirkni eða öðru hjá barni sínu og það er allt í lagi. Ekki er í lagi að ræða um barn ef foreldrar eru ekki á staðnum og ekki er gott að ræða viðkvæm mál, eins og eineltismál.
2. Dæmi um hluti sem gott er að komi fram:
 - a. Á barnið vini?
 - b. Er barnið að leika við önnur börn eftir skóla- og frístundastarf / um helgar?
 - c. Er barnið í einhverjum félagslegum vandræðum? Ef já þá hvers konar?
 - d. Eitthvað annað sem foreldrar vilja ræða.
3. Hvað finnst ykkur um verkefnið *Allir vinir*?
4. Hafið þið orðið vör við einelti meðal barnanna?
5. Eru einhver áhyggjuefni, eitthvað sem þið viljið ræða – í sambandi við vináttu, samskipti, einelti, jafningjasambönd.
6. Vinahópar, hvernig gengur? (Ef þeir eru til staðar)
7. Eitthvað annað sem þið viljið ræða, koma á framfæri.

Samtöl

Mikilvægt er að láta foreldra vita ef kennarar og fagfólk hafa áhyggjur af börnum félagslega. Sem dæmi, ef barn er í týnda hópnum þá þarf að láta foreldra vita af því. Gott er að segja: „Ég hef áhyggjur af barninu þínu félagslega“ og halda svo áfram að ræða það og finna lausnir.



Þakkir

Kennarar, stjórnendur, starfsfólk, börn og foreldrar í Laugarneshverfinu fá kærar þakkir fyrir samstarfið og þeirra þátt í að gera verkefnið að því flotta verkefni sem það er.

Heimildaskrá

- Alsaker, F. D. (2004). Bernese programme against victimisation in kindergarten and elementary school. Í P. K. Smith, D. Pepler og K. Rigby (ritstjórar), *Bullying in Schools. How successful can interventions be* (bls. 289 – 306). Cambridge: Cambridge University Press.
- Currie, C., Gabhainn, S. N., Godeau, E., Roberts, C., Smith, R., Currie, D. o.fl. (2008). Inequalities in young people's health. HBSG international Report from the 2005/2006 survey. Sótt af <http://www.euro.who.int/en/health-topics/Lifestages/childandadolescenthealth/publications/2008/inequalities-in-young-peoples-health.-hbsc-international-report-from-the20052006-survey>
- Elman, N. M. og Kennedy-Moore, E. (2003). *The unwritten rules of friendship*. New York: Little, Brown and Company.
- Gini, G. og Pozzoli, T. (2009). Association between bullying and psychosomatic problems: A meta-analysis. *Pediatrics*, 123(3), 1059–1065.
- James, A. (2010). *School bullying. Research briefing*. NSPCC samtökin. Sótt af: http://www.nspcc.org.uk/inform/research/briefings/school_bullying_pdf_wdf73502.pdf
- Kim, Y. S., Leventhal, B. L., Koh, Y.-J. og Boyce, W. T. (2009). Bullying increased suicide risk: prospective study of Korean adolescents. *Archives of Suicide Research*, 13(1), 15–30.
- Klomek, A. B., Marrocco, F., Kleinman, M., Schonfeld, I. S. og Gould, M. S. (2007). Bullying, depression, and suicidality in adolescents. *Journal of the American Academy of Child and Adolescent Psychiatry*, 46(1), 40–49.
- Laugeson, E. A. (2013). *The science of making friends. Helping socially challenged teens and young adults*. San Francisco: Jossey-Bass.
- O'Connell, P., Pepler, D. og Craig, W. (1999). Peer involvement in bullying: Issues and challenges for intervention. *Journal of Adolescence*, 22, 437–452.
- Olweus, D. (2011). Bullying at school and later criminality: Findings from three Swedish community samples of males. *Criminal Behaviour and Mental Health*, 21(2), 151–156.
- Pepler, D., Smith, P. K. og Rigby, K. (2004). Looking back and looking forward: implications for making interventions work effectively. Í P. K. Smith, D. Pepler og K. Rigby (ritstjórar), *Bullying in Schools. How successful can interventions be* (bls. 307 – 324). Cambridge: Cambridge University Press.
- Perren, S. og Alsaker, F. D. (2006). Social behavior and peer relationships of victims, bully-victims and bullies in kindergarten. *The journal of Child Psychiatry and Allied Disciplines*, 47(1), 165–179.
- Salmivalli, C. (1999). Participant role approach to school bullying: implications for interventions. *Journal of Adolescence*, 22, 453–459.
- Sjöfn Kristjánsdóttir og Vanda Sigurgeirsdóttir. (2011). Einelti meðal barna frá sjónarhóli grunnskólakennara. Kafli 4 í bókinni *Ábyrgð og aðgerðir. Niðurstöður þverfræðilegar rannsóknar á einelti meðal barna á Íslandi*. Reykjavík: Rannsóknarstofnun Ármanns Snævarr.
- Stassen Berger, K. (2007). Update on bullying at school: science forgotten? *Developmental Review*, 27(1), 90–126.
- Ttofi, M. M. og Farrington, D. P. (2011). Effectiveness of school-based programs to reduce bullying: A systematic and meta-analytic review. *Journal of Experimental Criminology*, 7(1), 27–56. <http://dx.doi.org/10.1007/s11292-010-9109-1>
- Vanda Sigurgeirsdóttir og Sif Einarsdóttir. (2004). Kennarar og einelti: Mat kennara á eigin þekkingu og færni við að taka á einelti meðal grunnskólanemenda. *Uppeldi og menntun*, 13(1), 79–96.
- Vlachou, M., Andreou, E., Botsoglou, K. og Didaskalou, E. (2011). Bully/Victim Problems Among Preschool Children: a Review of Current Research Evidence. *Educational Psychological Review*, 23(3), 329–358.

Fylgiskjöl

Fylgiskjal 1 - Einstaklingsvinna

Efnið er byggt á bókinni “The unwritten rules of friendship” eftir Natalie M. Elman og Eileen Kennedy-Moore.

Þessa vinnu er hægt að vinna með einstaklingum, í litlum hópum og sum verkefni er hægt að nota með öllum bekknum/hópnum í einu.

Velja vel í hópnum. Stundum hafa börn saman sem öll þurfa að æfa sömu færni en oftast að blanda saman börnum sem þurfa á færni að halda við börn sem hafa náð valdi á viðkomandi færni.

Í bókinni, sem er á ensku, eru gefin góð ráð varðandi níu típur barna sem eiga það til að lenda í vandræðum félagslega. Hér er fjallað um tvær þeirra.

Óákveðin og óörugg börn

Ákveðni- og áreitabjálfun

Viðkvæm og óörugg börn þurfa að læra reglurnar um hvernig á að takast á við áreiti og gerendur. Þau þurfa að skilja að því viðkvæmari sem þau virðast þeim mun meira verður þeim strítt. Þau þurfa einnig að koma auga á þá hegðun sem gæti pirrað aðra og eyða þeirri hegðun. Að lokum þá þurfa þau að læra og æfa sig í aðferðum til að takast á við áreiti og stríðni.

Reglurnar:

- Óörugg líkamstjáning dregur stríðnispúka að
- Að gefa eftir gagnvart kröfum stríðnispúka hefur engan endi
- Í hvert skipti sem þú lætur stjórna þér/traðka á þér þá minnkar þú aðeins inni í þér
- Það er öryggi í að vera fleiri
- Sumar aðstæður þarfnast afskipta hinna fullorðnu

Þjálfun:

Standa fyrir framan spegil með barninu og æfið muninn á ákveðinni og óákveðinni líkamstjáningu.

Ákveðin líkamstjáning	Óákveðin líkamstjáning
Horfa í augun á fólki þegar það er að tala – án þess að stara	Horfa á gólfið eða annarsstaðar en á þann sem er að tala
Axlir niðri og til baka en ekki stífar	Axlir hátt uppi, stífar og sveigðar fram á við
Höfuðið upprétt, til baka, þannig að eyrun séu í sömu línu og axlir	Höfuðið fram á við, lúta höfði
Afslappaðar hendur og fætur, olnbogar ekki upp við líkamann	Hendur og fætur utan um líkamann, eins og að ykkur sé kalt
Afslappaður gönguhraði	Hikandi og hratt göngulag

Æfa barnið í að sitja, standa og ganga á ákveðinn hátt. Hægt að nota leiki til að æfa sig, eins og að ganga með bók á höfðinu.

Þjálfa ákveðni-hegðun gegn áreiti

Hjálpa börnunum að skilja muninn á óákveðinni (passive), árásargjarnri (agressive og ákveðinni (assertive) hegðun. Óákveðin þýðir að vera dyramotta, að gangast við því sem aðrir vilja án þess að hugsa um hvað ég vil eða þarfnast sjálf. Árásargjörn hegðun þýðir að vera valtari sem valtar yfir aðra með því að meiða og hóta til að fá það sem hann eða hún vill. Í miðjunni er ákveðinn hegðun, sem þýðir að passa upp á mig sjálfa á sama tíma og ég kem fram við aðra af virðingu. Óákveðin hegðun ýtir undir að manni verði strítt, ýtir undir einelti. Að gefa eftir eða gera ekkert gefur börnunum sem stríða / leggja í einelti leyfi til að halda áfram. Árásargjörn hegðun ýtir líka undir stríðni og einelti og espar gerendur oft upp. Ákveðni er besta leiðin og því þurfum við að þjálfva óákveðin og viðkvæm börn í að vera ákveðin.

Látið börnin æfa sig í að segja setningar með ákveðinni (ekki reiðri) röddu, nota ákveðna líkamstjáningu og ganga svo yfirveguð í burtu.

Mögulegar setningar:

- *Ég ætla ekki að gera þetta lengur*
- *Nei ég á þetta, ég ætla ekki að láta þig fá það*
- *Nei takk*
- *Þú mátt hugsa það sem þú vilt, ég veit hvað er rétt*
- *Og hvað*
- *Hvað með það*
- *Mér er alveg sama*
- *Þú mátt alveg hafa þína skoðun*

Skilaboðin þurfa að vera skýr: Ég ætla ekki að taka þessa stríðni nærri mér – þú hefur engin áhrif á mig. Og svo er um að gera að finna fleiri skilaboð, sem henta börnunum.

Líka hægt að æfa sig í að vera ákveðin án orða, æfa sig þá í að horfa í augun á stríðnispúkanum með afskiptaleysi eða mikið-ert-þú-ömurlegur í augnaráðinu og horfa svo burtu eða æfa sig í að rúlla augunum. Skilaboðin: Þú ert ekki að ná til mín, ekki að særa mig. Hægt að nota spegill, einnig hægt að æfa sig á hvert öðru. Eða þið eruð stríðnispúkinn og þau æfa sig öll í að svara. Hægt að ræða saman um hvernig til tekst og ef t.d. einhver gerir þetta mjög vel er hægt að stoppa og ræða það, sýna aftur, þannig að hinir geti lært af því.

Svo er hægt að taka hlutverkaleiki, áreiti – gráta, áreiti – ákveðni. Áreiti – reiði og ljót orð, áreiti – ákveðni.

Svo er mikilvægt að hafa í huga – segja börnunum, að stundum stoppar þetta stríðnispúkann en stundum ekki en börnin eru ekki að láta traðka á sér, þau hafa gert rétt = byggir upp sjálfsvirðingu.

Að lokum, það eru til aðstæður þar sem ákveðni er ekki góð hugmynd. Ef barnið er í hættu þá er besta leiðin að koma sér burtu og fá aðstoð frá fullorðnum.

Finna bandamenn

Til að ræða um við börnin: Ekki gott að vera ein í frímínútum eða á svæðum / tíma sem er frjálst því þá koma oft stríðnispúkarnir. Betra að finna krakka til að vera með. Þurfa ekkert að vera bestu vinir

þínir, heldur bara krakkar sem eru þarna. Einnig hægt að taka þátt í vinaliða-leikjunum. Ef þið eruð ekki með öðrum verið þá nálægt fullorðna fólkinu.

Hér er um að gera að ræða við þau um að hjálpa bekkjarfélögum sínum sem eru ein. Hvernig þau geta gert það og af hverju.

Ögrandi börn

Önnur tegund af óöruggum viðkvæmum börnum eru ögrandi börn. Ekkert barn á skilið að vera lagt í einelti en ögrandi börn leita uppi vesen og vandamál og í stað þess að forðast árásgjörn börn þá leita þau þau uppi. Í stað þess að reyna að eyða erfiðum aðstæðum eða fara í burtu þá þrjóskast þau við og veifa í raun rauðum fána í andlit árásgjörnu barnanna. Svo kvarta ögrandi börnin sárlega yfir að ráðist hafi verið á þau. Þessi börn virðast alveg ómeðvituð um hversu þeirri hegðun þeirra er og lenda oft í vandræðum. Þau ögra öðrum börnum, vita ekki hvenær á að hætta né hvernig þau eiga að leysa málin þegar hin börnin svara. Þau gætu t.d. byrjað slagsmál en svo vælt þegar hitt barnið svarar fyrir sig. Þau eru yfirgengileg, koma of nálægt en verða svo yfirmáta reið þegar þeim er ýtt í burtu. Þau gætu tekið húfu af einhverjum eða penna en svo verið sár þegar barnið snýr sér við og tekur húfuna af þeim. Stundum hegða ögrandi börn sér barnalega eða þeirri þvi það er eina leiðin sem þau kunna til að fá athygli hjá bekkjarsystkinum sínum. Þannig gætu þau truflað leik, tekið boltann eða eitthvað þannig. Þeim finnst neikvæð athygli betri en engin og finna jafnvel ánægju yfir spennunni og valdinu yfir að æsa alla upp. Hegðun ögrandi barna kemur oft frá hvatvísi og því að þau geta ekki séð fyrir þá svörun sem hegðun þeirra fær. Þau eru oft sannarlega hissa á að öðrum börnum finnist hegðun þeirra þeirri. Þannig eiga þau í erfiðleikum með að sjá sambandið milli hegðunar þeirra sjálfra og þeirri hinna barnanna, oft vegna seinkaðra viðbragða. Þau þirra, ekkert gerist, þirra áfram... kannski 15 sinnum og svo í 16. skiptið snappar hitt barnið – alveg búið með umburðarlyndið gagnvart ögrandi barninu. Ögrandi barnið sér bara þetta síðasta og segir: Ég rétt ýtti við honum óvart og hann barði mig.

Ögrandi börn lenda oft í vandræðum félagslega og það er ekki nóg að tala við þau þegar þetta á sér stað heldur þurfa þau þjálfun. Þau þurfa að sjá sína hegðun eins og aðrir sjá hana.

Reglurnar:

- Virða skal svæði annarra
- Haltu höndunum þínum fyrir þig sjálfa(n) – ekki pikka og pota
- Þegar einhver segir stopp eða hætту stoppaðu þá / hætту
- Ef þú lemur einhvern eru líkur á að sá hinn sami lemji þig fastar til baka
- Ef þú uppnefnir einhvern eru líkur á að sá hinn sami uppnefni þig til baka og kalli þig verri nöfnum.

Þjálfun

Koma auga á ögrandi hegðun

Finna út með börnunum hvaða hegðun það er sem ögrar og þirrar hin börnin – og vinna svo í að breyta þeirri hegðun.

Dæmi um ögrandi hegðun:

- Að fara inn á svæði annarra
- Ræða að börn þurfa að virða svæði annarra. Pikk, pot, hrindingar o.s.frv. er alltaf pirrandi. Láta þau ímynda sér að það sé sápuvíla umhverfis alla bekkjarfélagana og að alls ekki megi sprengja kúluna. Kærleikur og umhyggja sprengir ekki (knús, leiða, hjálpa á fætur o.s.frv.) heldur styrkir kúluna en pikk og pot, sem og ljót orð sprengir hana um leið. Fara svo í samvinnuleik þar sem þau æfa sig í þessu. Stoppa strax ef einhver sprengir eða styrkir.
- Hvar þarf að vanda sig sérstaklega að sprengja ekki? Fá þau til að svara (röðin, matsalur, frímínútur). Láta þau svo æfa sig á þessum svæðum og tala um eftir á. Voru einhverjar kúlur sprengdar? Ef já hvað gerðist? Hvað þarf að passa næst? Voru einhverjar kúlur styrktar? Ef já, hvað gerðist? Getum við gert meira af því? Jafnvel hægt að setja markmið um styrkingu.
- Að tala of hátt eða hárrí skrækri röddu
- Útskýra að það að tala of hátt / hátt og skært sé vont fyrir eyrun og gerir það erfiðara fyrir aðra að hlusta. Gott ráð er að búa til merki ykkar á milli, handahreyfingu sem þið notið ef barnið er að nota háa /háa og skerandi rödd. Einnig að taka eftir og segja þeim þegar þau gera vel. Hægt að gera smá samtalsæfingu þar sem barnið sem notar röddina með þessum hætti verður vitni af því að annar fær á sig svona rödd. T.d. tveir að tala saman og einn að fylgjast með (ögrandi barnið). Annar þeirra sem er að tala talar mjög hátt og skrækt. Svo ræða þessi þrjú saman, sá sem varð fyrir háa talinu segir hvernig sér líður. Skipta svo um hlutverk, ögrandi barnið fær á sig háa rödd, tala saman og í síðasta skiptið þá á ögrandi barnið að tala – en tala venjulegri röddu – og ræða svo saman um líðanina.
- Að átta sig á táknum/merkjum um að verið sé að pirra aðra

Ögrandi börn fatta ekki / taka ekki eftir þegar önnur börn sýna pirring. Benda þarf börnunum á að pirringur annarra getur fljótt breyst í reiði eða að þeim fari að líka illa við ögrandi barnið ef það bregst ekki rétt við. Gott er að búa til lista yfir hvaða merki fólk sendir frá sér þegar það er pirrað.

Andlit:

- Píra augun, krepptur hnefi, munnur harðlokaður, rautt andlit.

Líkami:

- Snúa sér við, hrista hausinn, andvarpa djúpt, hendur á mjöðmum.

Rödd:

- Hættu, farðu af mér, láttu mig í friði, þú ert svo pirrandi.

Best að æfa í hlutverkaleik. Einnig hægt að segja að í dag ætlum við að æfa okkur í þessu og alltaf ef einhver pirrar ykkur sýnið þið merki en ef hann eða hún taka ekki eftir því og halda áfram kallið þið Frjósa. Þá stoppa allir og þið (kennararnir) spyrjið barnið sem pirraði: Hvert er merkið um að þú hefur átt að stoppa? Hvað er það sem þú þarft að hætta að gera?

Að sjá alla söguna

Oft átta ögrandi börn sig ekki á allri sögunni, sjá ekki sinn eigin þátt í þessu öllu saman. Hegðun annarra er sjaldan úr lausu lofti gripin og hver hegðun getur haft langa runu af afleiðingum í för með sér. Þetta þurfa ögrandi börn að skilja. Gott er að segja þeim að hugsa þetta eins og að kasta steini í vatn, það hefur í för með sér að margar öldur myndast. Þannig getur meira að segja það að kasta litlum steini haft mikil áhrif.

Gott er að auka skilning á þessu með eftirfarandi æfingu: Þið skrifið einhver minniháttar mistök upp á töflu, t.d. Jónas fór að kíkja á hvolpinn hans Snorra í staðinn fyrir að fara beint heim eins og hann hafði lofað. Útskýrið svo að hver hegðun hefur í för með sér afleiðingar. Spyrjið svo krakkana hvað gæti gerst næst? – skrifið svarið og teiknið hring í kringum upphaflegu setninguna.

Dæmi:

- Hringur 1: Mamma Jónasar varð áhyggjufull og hringdi í skólann. Skólastjórinn sagði að Jónas hefði lagt af stað á réttum tíma heim og að hann væri áhyggjufullur yfir þessu.
- Hringur 2: Mamman hringir í fullt af vinum Jónasar. Enginn vissi hvað hann var en þeir buðust til að fara út að leita.
- Hringur 3: Mamman hringir í pabbann, sem leggur af stað heim úr vinnunni og biður mömmuna að hringja í lögguna.
- Hringur 4: Mamman hringir í lögguna.
- Hringur 5: Löggan kemur heim til þeirra, fær lýsingu á Jónasi og leit hefst.
- Hringur 6: Löggan finnur Jónas og lætur foreldra hans vita.
- Hringur 7: Foreldrar Jónasar hringja í foreldra allra vinanna og í skólastjóran til að láta þá vita að Jónas sé fundinn.
- Hringur 8: Jónas er í vanda.

Öll hegðun hefur afleiðingar og stundum hefur hegðun okkar áhrif á fullt af fólki.

Og svo notið þið aðrar setningar í byrjun: Jóna henti sandi í augun á Söru. Palli hætti ekki að stríða þó að Jói bæði hann um það o.frv.

Ögrandi börn einblína oft bara á endan á sögunni. Þau þurfa aðstoð við að skilja alla söguna og þeirra eigin hlut í því sem gerðist. Hægt að nota stein í vatn aðferðina – með því að spyrja þau: Hvað gerðist á undan því? En á undan því? Þar til að öll sagan er komin.

Ræða mögulegar afleiðingar hinna ýmsu viðbragða við stríðni

Ögrandi börn hegða sér oft með hvatvísu hætti, án þess að hugsa um afleiðingar hegðunar sinnar. Gerið lista með börnunum um hugsanleg viðbragða við stríðni og einelti. Skrifið upp allt sem þau segja, líka neikvæða hluti eins og að svara sömu mynt. Gott að eftirfarandi sé á listanum: Láta sem ekkert sé, hlaupa í burtu, uppnefna, hóta að berja, hrinda, segja kennara, vera nálægt kennara, vera nálægt vingjarnlegum börnum, gráta, segja að þú sért leið/ur, nota húmor. Svo er að finna mögulegar afleiðingar við hverri hugmynd – láta krakkana koma með mögulegar afleiðingar og skrifa niður - og spyrjið svo eftirfarandi spurninga: Hvaða viðbrögð við stríðni/einelti eru líkleg til að verða til þess að

stríðnin haldi áfram? Hvaða viðbrögð eru líklegar til að verða til þess að þú lendir í vandræðum hjá kennaranum eða öðrum fullorðnum? Að stríðnin stoppi? Hvaða viðbrögð væri auðveldast fyrir þig að nota?

Oft erfitt fyrir börn að koma með viðbrögð og afleiðingar, þið gætuð þurft að leiða þau áfram. Einnig þá virka mismunandi viðbrögð í mismunandi aðstæðum og á mismunandi börn. Sum börn hætta kannski ef látið er sem ekkert sé á meðan önnur halda bara áfram að stríða. Að gráta og segja að þú sért leið/ur er nær alltaf mistök og ýtir undir stríðnina/eineltið. Hlutverkaleikur virkar hér vel. Einnig að þau ræði saman tvö og tvö og æfi sig.

Hér er gott að tala um hefnd og að lemja til baka. Þið segið að þið skiljið alveg að það sé freistandi að lemja til baka þegar einhver hefur meitt ykkur eða svara með ljótari orðum þegar einhver hefur sært ykkur en talið svo um afleiðingar þess að láta undan þessari freistingu um að hefna sín. Þá hefnir jú hitt barnið enn verra... o.s.frv. Og hvernig myndi þér líða ef þú myndir gera eins ljótan hlut eða verri og var gert við þig – og lét þér líða illa?

Fylgiskjal 2 - Samvinnuleikir

Þegar unnið er með fjölbreyttan barnahóp er mikilvægt að leggja áherslu á að efla samvinnu á milli barnanna. Það er meðal annars hægt að gera með því að fara í leiki eða vinna verkefni sem hafa það að markmiði að allir vinni saman og til þess að leikurinn eða verkefnið gangi upp þurfa allir að hjálpast að. Kennarar geta markvisst vanið sig á þessa nálgun í barnahópnum að um leið og þeir vinna með sérstöðu hvers og eins taki þeir reglulega fyrir verkefni þar sem hugvit, styrkur og þekking allra skiptir máli. Hér á eftir koma ýmsar hugmyndir að leikjum sem hægt er að fara í til þess að efla samvinnu barnanna í hópnum, virðingu þeirra hvert fyrir öðru og um leið orðaforða yfir það sem verið er að gera hverju sinni.

Af heimasíðu Reykjavíkurborgar:

Kóngulóarleikur

Fjögur börn í hóp krækja höndum saman í hring, með bökin inn í hringinn. Þau eru þá með átta fætur eins og kónguló og þurfa að ganga eins og kónguló. Hægt að vera með fjölmennarlega tónlist til að hreyfa sig eftir eða hljóðfæri, takt eða hvað sem kennaranum kemur í hug. Markmiðið að komast frá stað A til B með því að samhæfa hreyfingar og vinna saman.

Fætur bundnar

Tvö og tvö börn eru bundin saman á tveimur fótum og þurfa að æfa sig að ganga saman með þrjá fætur frá stað A til B. Þau komast ekki á áfangastað án þess að vinna saman.

Ormurinn

Börnin búa til langan orm með því að setjast í langa röð hvert fyrir aftan annað, kennarinn í miðjunni. Allir leggja armana um mitti barnsins fyrir framan og halda vel því síðan þarf ormurinn að vera samtaka um að færa sig fram og aftur eftir gólfinu. Gaman er að gera þetta fyrir framan spegil þannig að börnin geti horft á sig vinna saman. Hvað gerist ef eitt barnið hreyfir sig en hin börnin ekki?

Fallhlífín

Börnin eru með stóra fallhlíf og halda hvert í sitt handfang. Leika með bolta og láta hann rúlla á milli sín með því að lyfta fallhlífinni, hrista hana og láta hana taka í sig loft. Leikurinn gengur út á að börnin vinni saman og gæti þess að boltinn detti ekki í gólfið (því að þar bíða krókódílar sem éta bolta eða annað í þeim dúr).

Fallhlífasöngur

Börnin halda í fallhlífina og telja upp að tíu á íslensku eða öðrum tungumálum sem töluð eru í hópnum, gaman að telja afturábak og áfram. Síðan hjálpast þau að við að lyfta fallhlífinni og nýta loftrýmið sem myndast til að setjast saman undir fallhlífina og syngja saman eitt lag. Endurtekið. Mikilvægt að vinna saman og vera samtaka öðruvísi gengur þetta ekki upp.

Speglun

Börnin standa fyrir framan stóra spegla og skoða sig sjálf og hvert annað í speglinum svolitla stund. Síðan skiptast þau á að framkvæma athafnir sem hin börnin þurfa að herma eftir með því að horfa í spegilinn og reyna að gera eins. Með því að orða athafnirnar og líkamshlutana er um leið verið að kenna heitin á þeim. Um leið geta tvítyngdu börnin hugsanlega kennt okkur orð yfir líkamshluta á sínu móðurmáli.

Húsaleikur

Hvert barn fær “húlla” hring (sippuband, dýnu eða annað) sem þjónar þeim tilgangi að vera húsið þeirra. Þau byrja leikinn á því að sitja inni í húsunum sínum. Síðan byrjar kennarinn að spila tónlist og á meðan þurfa börnin að fara út úr húsunum sínum og dansa og hreyfa sig. Á meðan tekur kennarinn eitt húsið í burtu. Síðan er tónlistin stöðvuð og þá þurfa börnin að bjóða barninu sem missti húsið sitt til sín. Þetta er svo endurtekið þar til öll börnin eru komin inn í sama húsið og þurfa þá að finna leið til að komast öll þangað inn.

Frost og sól

Leikurinn fer fram á afmörkuðum velli. Tvö börn eða fleiri (fer eftir fjölda barna) leika frostið og elta hin börnin í hópnum til að frysta þau. Markmiðið er að frysta alla og þá er frostið búið að vinna. Hin börnin eru sólrir og þau börn sem ekki er búið að frysta geta þítt frosnu börnin með því að snerta þau. Gott er að miða við ákveðin tímamörk og skipta þá um frost, þessi leikur reynir á sam hjálp og að gera sér grein fyrir því í hvaða aðstæðum aðrir eru.

Dekur/slökun

Börnin sitja saman tvö til þrjú og bera krem á tær og hendur hvers annars. Kennarinn situr með þeim, tekur þátt og ræðir um líkamshlutana og kennir orðin um leið. Í þessum leik gefst gott tækifæri til að ræða ólíkan húðlit, engir tveir eru eins, hvorki á litinn né í útliti, þó að við eigum margt sameiginlegt.

Færibandið

Börnin sitja/standa við borð sem maskínupappír hefur verið límdur á. Hvert barn er með málningu og pensil. Síðan byrja þau að mála það sem þeim dettur í hug. Eftir smá stund biður kennarinn börnin um að stoppa og skipta um stað og taka til við að mála á næsta stað. Þannig halda þau áfram með verk þess sem þar var á undan. Á þennan hátt vinna þau saman að listaverki.

Haustverkefni

Börnin byrja á því að teikna stórt tré, einn til tveir metrar, á maskínupappír. Útlínurnar teiknaðar með því að eitt barnið í hópnum leggst á pappírinn og allir hjálpast að við að teikna útlínur þess þ.e. fætur (rætur trésins) búkur (stofninn) hendur (greinar). Síðan leggjast börnin eitt af öðru í útlínur þess fyrsta og allir hjálpast að við að bæta greinum (höndum barnanna) á tréð. Börnin hjálpast að við að mála stofninn og greinarnar. Að þessu loknu búa börnin til laufblöð með því að klippa út pappír sem þau hafa málað eða klippa út úr gömlum tímaritum. Eins er hægt að nota laufblöð sem þau hafa þurrkað eða búið til úr öðrum efnivið. Kennarinn getur rætt um það að ekkert laufblað sé eins og ekkert tré sé eins á sama hátt og enginn manneskja sé eins og önnur í útliti. Verkefnið getur tekið nokkurn tíma og í hvert skipti ræðir kennarinn um það hversu miklu máli það skipti að allir hjálpast að við að vinna svona stórt verkefni, hvort það hefði ekki verið erfiðara að gera það einn og hversu miklu máli það skipti að vera hjálplegur og geta tekið sameiginlegar ákvarðanir um það sem verið er að búa til. Kennarinn getur útbúið ferilbók (bók sem sýnir ferlið í verkefninu fyrir hópinn í heild) til þess að fara betur yfir verkefnið með börnum sem eru að læra íslensku og festa betur í sessi ný orð sem lærðust í ferlinu.

Um samvinnuleiki af heimasíðu Reykjavíkurborgar:

http://eldri.reykjavik.is/desktopdefault.aspx/tabid-2332/3685_read-8751/4197_view-94/

Leikir úr bókinni *Leikum okkur*: http://fiaet.is/Files/Skra_0041902.pdf**Lost-leikurinn**

Gögn: Blöð. Lýsing: Leikurinn hefst á því að skipta öllum í nokkra hópa, kannski 6-8 saman í hóp, og síðan þarf að dreifa t.d. A3 kartonum eða stólasessum um gólfið. Síðan er sögð saga af því er hópurinn er á ferðalagi á framandi slóðum og flugvélin ferst og leikmenn lenda í sjónum. Út um allan sjó eru ferðatöskur á floti og til að bjarga sér þarf hópurinn að nota þrjár ferðatöskur til að stíga á til að komast yfir á eyjuna. Það gerir hópurinn með því að færa alltaf öftustu töskuna fremst. Leikurinn krefst mikillar samvinnu en stjórnandinn hefur alveg í hendi sér að trufla gang mála. Ef einn hópurinn er kannski kominn á gott skrið getur hann sagt að krókódill hafi komið og étið eina töskuna og tekur þá eina tösku af hópnum. Eins ef einhver einn er farinn að stjórna hópnum fullmikið getur stjórnandi látið eittraða tsetzeflugu stinga viðkomandi svo hann missi málið o.s.frv. Ef einhver dettur í sjóinn þarf allt liðið að fara til baka til að bjarga viðkomandi. Sá hópur sigrar sem fyrstur nær að komast á eyðieyjuna.

Dauðu ljónin

Lýsing: Allir nema einn, sem er veiðimaðurinn, hreyfa sig frjálst um svæðið eftir tónlist. Þegar tónlistin stöðvast frjósa allir í einhverjum stellingum, sitjandi, liggjandi eða hvernig sem maður vill. Veiðimaðurinn, sem ekki hreyfði sig, stekkur þá inn á gólfið og reynir að fá hin til þess að brosa eða hreyfa sig án þess að snerta þau. Þeir sem eru frosnir leika dauð ljón og það eina sem er leyfilegt er að anda og blikka augunum. Augun eiga að vera opin. Þeir sem hreyfa sig eða fara að hlæja verða líka veiðimenn og eiga að hjálpa upphaflega veiðimanninum að veiða dauðu ljónin.

Það sem við heyrum

Gögn: Tónlist, blað, litir. Lýsing: Gott er að allir hafi aðstöðu til að slaka á og loka augunum. Æskilegt er að hafa tilbúin þrjú lög af mismunandi gerð, t.d. rólega klassíska tónlist, þungarokk og gleðilega barnatónlist. Þegar hvert lag er búið mega börnin opna augun aftur og teikna á blaðið það sem þau heyrðu. Nauðsynlegt er að gefa þeim lausan tauminn og hvetja þau til að nota ímyndunaraflið. Gott er að benda þeim á hugsu um hvernig þeim leið þegar þau hlustuðu á lagið og hvetja þau til að tjá það með litum eða myndum. Þegar þau hafa lokið við myndina sína má spila næsta lag og svo koll af kolli. Gaman er að hengja upp saman myndirnar sem þau teiknuðu við ákveðið lag og athuga hvort þau sjá eitthvað sameiginlegt við þær.

Vinasöngur

Þegar bjátar eitthvað á
allt það segja vini má,
ýta sorgum öllum frá
og aftur gleði sinni ná.
Vináttan hún færir frið
friður bætir mannkynið.
Öðrum sínum ást og trú
og eflum vináttuna nú.

Allir þurfa að eiga vin
allir þurfa að eiga vin.
Leggjum núna hönd í hönd
og hnýtum okkar vinabönd.
Vináttan hún færir frið
friður bætir mannkynið.
Öðrum sínum ást og trú
og eflum vináttuna nú.

Vinalagið

(Lag „Meistari Jakob“)
Við skulum sitja
Við skulum sitja
Ég og þú
Ég og þú
Sitja og passa hendur
Sitja og passa hendur
Ég og þú
Ég og þú
Við skulum hlusta
Við skulum hlusta
Ég og þú
Ég og þú
Líka tala saman
Líka tala saman
Ég og þú
Ég og þú

Við erum vinir

(Lag „Meistari Jakob“)
Við erum vinir
Við erum vinir
Ég og þú
Ég og þú
Leikum okkur saman
Leikum okkur saman
Ég og þú
Ég og þú

Við erum góð

(Lag: grænt, grænt grænt er grasið út í haga)

Við erum góð
góð hvert við annað.
Aldrei stríðum
eða meiðum neinn.
Þegar við grátum
huggar okkur einhver
Þessar tár
og klappar okkar kinn.

Vinalagið

(Lag:
<https://www.youtube.com/watch?v=DWwigfz5qpE>)

Það er skemmtilegast að leika sér
þegar allir eru með.
Í stórum hóp'inn um hlátrasköll
geta ævintýrin skeð.
Svo vertu velkominn!
Nýi vinur minn.
Það er skemmtilegast að leika sér
þegar allir eru með.

Það er ótrúlegt hverju lítið bros
fengið getur breytt.
Getur glatt og huggað jafnvel þá
sem við þekkjum ekki neitt.
Svo vertu velkominn!
Nýi vinur minn.
Það er ótrúlegt hverju lítið bros
fengið getur breytt

Fingurkoss

(Lag:
<https://vimeo.com/78915482>)

.: Ég sendi þér fingurkoss.:
Því við erum allra bestu,
bestu, bestu vinir vinir
allra bestu bestu bestu vinir.

.: Ég vinka og veifa þér.:
Því við erum allra bestu,
bestu, bestu vinir vinir
allra bestu bestu bestu vinir.

.: Ég brosi breitt til þín, .:
Því við erum allra bestu,
bestu, bestu vinir vinir
allra bestu bestu bestu vinir.

Í leikskóla er gaman

(Lag:
<https://www.youtube.com/watch?v=XlcABOH5bXs>)

Í leikskóla er gaman,
þar leika allir saman,
leika úti og inni
og allir eru með.
Hnoða leir og lita,
þið ættuð bara að vita
hvað allir eru duglegir
í leikskólanum hér.

Vinir gegnum þykkt og þunnt

(Lag:
<https://www.youtube.com/watch?v=d3JjIVFzeUA>)

Við eigum hvor annan að
eins og skefti og blað
í lífsins skúraveðri;
hanski og hönd
hafið og strönd.
Við eigum samleið ég og þú
eins og vinda og vindubrú.
Andlit og nef
nefið og kvef
við hnerrum hjartanlega.
Allt gengur vel
ef þú átt vinarþel.
Stundum fellur regnið strítt.
Stundum andar golan blítt.

Öðrum stundum allt er hvítt!
En svo verður aftur hlýtt!
Sumir kvarta sí og æ!
Svleiðis ég skellihlæ.
Allt gengur miklu betur í vetur
ef þú getur
kæst með mér kömpunum í!
Það verður bjart yfir borg
og bros um öll torg.
Við syngjum sólaröngva.
Snúðu á hæl!
Með þessu mælum við!
Ekkert jafnast á við það
að eiga góðan vin í stað.
Að standa tveir í hverri raun
eru vináttulaun!
Ekkert jafnast á við það
að eiga góðan vin í stað!
Að standa tveir í hverri raun
eru vináttulaun!

Það er gaman að vera saman

Það er gaman að vera saman,
vera saman, vera saman.
Það er gaman að vera saman
þá líður okkur vel.

Vinur þinn er vinur minn
og vinur minn er vinur þinn.
Það er gaman að vera saman
þá líður okkur vel.

Það er gaman að lita saman,
lita saman, lita saman.
Það er gaman að lita saman.
Þá líður okkur vel.

Lita gulan, lita rauðan,
lita grænan, lita bláan.
Það er gaman að lita saman.
Þá líður okkur vel.

Að upplifa ævintýrin

Gögn: Bók, leikmunir. Lýsing: Lesin er saga, helst þekkt ævintýri, og síðan er skipað í hlutverk að lestrinum loknum. Síðan mega börnin velja sér búninga og leika atriði úr sögunni. Skemmtilegt er að útvega föt af ýmsum toga og hluti sem hægt er að nota sem leikmuni. Vinsælt er að hafa t.d. hárkollur, gervigleraugu og gerviskegg með. Mikilvægt er að hvetja börnin til að vera ófeimin, tala hátt og skýrt og reyna að skapa persónueinkenni með látbragði og raddbeitingu. Hér er gott tækifæri til að lesa sögu um samvinnu, vináttu eða eitthvað sem tengist verkefninu.

Að gefa gullmola

Lýsing: Leikurinn felst í því að finna eitthvað jákvætt í fari hvers annars og hrósa hvert öðru. Hefst leikurinn á að allir leikmenn sitja í hring. Sá sem byrjar snýr sér að næsta manni og segir eitthvað fallett um viðkomandi. Sá þakkar fyrir sig og snýr sér að næsta og segir eitthvað fallett um hann. Leiknum lýkur þegar allir í hringnum eru búnir að segja eitthvað fallett um sessunaut sinn. Hægt er að snúa hringnum við og endurtaka leikinn. Gott er að minna börnin á að segja eitthvað persónulegt, um mannkosti en ekki um útlit.

Að gefa sjálfum sér gullmola

Lýsing: Leikurinn felst í því að finna eitthvað jákvætt í fari sínu og hefst á því að allir leikmenn sitja í hring. Sá sem byrjar segir t.d.: „Ég er frábær af því að ég er góður við aðra krakka“ og að því loknu segir allur hópurinn: „Við erum sammála því!“ og síðan á sá sem situr honum næst að gera og svo koll af kolli uns allir í hringnum eru búnir að segja eitthvað fallett um sjálfan sig.

Fleiri leikir af síðum á ensku:

Hjálp! Börnin hreyfa sig um svæðið með eldhúspappír eða baunapoka á höfðinu. Ef það dettur er barnið frosið og verður að standa kyrrt. Annað barn getur snert frosna barnið til að frelsa það (afþýða).

Kóngulóarvefurinn

Börnin sitja í hring, ekki of stórum. Eitt barnanna byrjar og heldur í garn-bolta með annarri hendinni og endann á garninu með hinni. Svo rúllar barnið boltanum til annars barns. Það barn heldur fast í þeirra hluta af garninu og sendir svo boltann áfram – og áfram þangað til að kominn er flottur kóngulóarvefur. Það gæti þurft að minna börnin á að sleppa ekki garninu.

Yfir brúna

Gögn: Tvö löng bönd. Búið til mjóa “brú” með böndunum, þannig að tvö börn komst fyrir, þétt upp við hvert annað. Skiptið hópnum í tvennt. Látið tvö börn úr sitt hvorum hópnum ganga á móti hvoru öðru yfir brúna án þess að detta út í (sem gerist ef þau stíga yfir bandið. Það getur verið gott að lýsa því sem er undir brúnni, eins og t.d. krókódílar. Látið börnin hjálpa hvert öðru með því að haldast í hendur, fara hægt, styðja við o.s.frv. Hægt er að láta tvö og tvö fara í einu eða fleiri, þá í röð.

Hákarlar í vatninu

Búið til hóp af eyjum á gólfið. Eyjurnar má búa til úr húllahringjum, teipa á gólfið, nota plaköt, teppabúta eða annað. Lýsing: Þið eruð að synda í sjónum í kringum eyjurnar. Sá sem stjórnar leiknum er á verði því stundum koma hákarlar. Þegar leiðbeinandinn segir að hákarlarnir séu að koma verða öll börnin að fara upp á eyjarnar. Þetta er ekki keppni, heldur eiga börnin að gæta þess að allir fái pláss á eyjunum og verði ekki hákörlunum að bráð. Hægt er að nota tónlist. Þá merkir það þegar tónlistin byrjar að krakkarnir eigi að byrja að synda. Svo stöðvast tónlistin og þá eiga allir að fara á eyju. Eftir hvert skipti fækkar svo eyjunum og hópurinn þarf smá saman að finna leiðir til að koma öllum fyrir.

Standa upp saman

Deilið börnunum upp, tvö og tvö. Ekki leyfa þeim að velja sjálfum. Þau setjast svo bak í bak, eins og þau séu límd saman. Síðan eiga þau að reyna að standa upp saman. Þau mega ræða saman um mögulegar leiðir – og þá komast þau að því að þetta er aðeins hægt að gera ef þau vinna saman. Hægt að prófa með stærri hóp, þrír saman, fjórir o.s.frv.

Allir um borð

Þessi leikur er svipaður og hákarlar í vatninu en að þessu sinni eru þau öll á sömu eyjunni. Gerður er hringur með bandi á gólfið. Hringurinn á að vera nógu stór til að öll börnin geti setið innan hans. Síðan eru börnin beðin um að gera það, þ.e. setjast inn í hringinn. Þegar það hefur tekist þá er gott að hrósa þeim en koma svo með áskorun um að gera enn betur. Eftir það er hringurinn minnkaður. Og það endurtekið aftur og aftur. Markmiðið er að börnin vinni saman og komist að sameiginlegri lausn. Til að þau nái því þarf að gefa þeim færi á að ræða saman og koma með hugmyndir. Ef börnin eru mörg getur verið gott að skipta þeim í minni hópa á meðan verið er að ræða lausnir.

Mottan

Börnin standa á mottu, t.d. leikmottu og eiga að snúa mottunni við án þess að neinn stígi út fyrir. Sagan er þannig að þau voru á sjó og bát þeirra hvolfdi. Þau þurfa að snúa bátnum á réttan kjöl. Í sjónum eru hættulegir hákarlar – eða ef það er of mikið þá bara að þau verði blaut. Þetta er samvinnuverkefni þar sem börnin eiga að finna laus við verkefninu að ná að snúa mottunni við án þess að neinn lendi í sjónum.

Leikir til að fara í úti í náttúrunni eða einfaldlega úti á skólalóð:

Hindranabraut

Búið til hindranabraut með því að nota húsgögn, krít, trédrumba, pappakassa og annað sem til er. Með yngri börnin getur verið nóg að þau eigi einfaldlega að fara gegnum brautina. Með þau eldri er hægt að hafa tvö börn saman og binda fyrir augun á öðru þeirra. Einnig er hægt að leyfa börnunum að gera brautina sjálfum.

Sardínuleikurinn

Leikurinn er ein tegund af feluleik en virkar þannig að sá sem er hann, felur sig og allir reyna að finna hann. Ef einhver finnur þá á sá hinn sami að fela sig með þeim sem er hann. Smá saman bætast fleiri og fleiri við á felustaðum. Leiknum er lokið þegar allir hópa sig saman, eins og sardínur.

Hæsti turninn

Hvaða hópur getur gert hæsta turninn með því að nota bara strá? Turninn þarf að geta staðið í 1 mín.

Drekahalinn

Börnin mynda línu þar sem þau halda um mjaðmir á barninu fyrir framan sig. Fremsta barnið er drekahöfuðið og fyrir framan það stendur leikskólakennari sem á að reyna að klukka drekahalann –

aftasta barnið – en börnin eiga öll að hjálpast að við að láta það ekki geras. Drekahöfuðið getur notað hendurnar en hin verða að halda í næsta barn og nota þá líkamann til að hindra leikskólakennarann. Það getur verið mikið stuð í þessum leik. Gott að minna á mikilvægi samvinnunnar, að allir verði að hjálpast að til að drekahalanum verði ekki náð. Skipta svo reglulega um haus og hala.

Mennskur hnútur

Allir standa saman í hring og setja hendurnar inn í hringinn. Loka augunum og grípa í hendur einhvers annars í hópnum. Gott er að biðja börnin að grípa ekki í hendur þeirra sem standa þeim við hlið. Þegar allir hafa náð taki opna allir augun og reyna að leysa flækjuna án þess að sleppa taki.

Húllahringur í hring (hægt að gera inni líka)

Börnin standa í hring og leiðast. Húllahringur er settur inn í hringinn og á hópurinn að láta húllahringinn ganga allan hringinn, eins hratt og hægt er. Ekki má sleppa takinu. Hægt er að nota tvo eða jafnvel fleiri húllahringi í einu. Þá gæti verið keppni hvor hringurinn nær hinum. Einnig er hægt að láta hringina fara í sitt hvora áttina.

Fleiri samvinnuleikir – og ýmsir aðrir leikir

Á verkefnavef Bandalags íslenskra skáta er mikill fjöldi af alls konar leikjum, þar á meðal leikir sem efla samskipti og efla leiðtogafærni, sjá <http://secure.skatar.is/skatadagskra2/>

Á leikjavef Ingvars Sigurgeirssonar eru fullt af leikjum sem hann og nemendur í Kennaraháskólanum, nú menntavísindasviði hafa sett saman: <http://leikjavefurinn.is/>

Á þessum pdf skjali eru um 20 samvinnuleikir, einhverjir þeirra eru hér fyrir ofan en margir eru það ekki: <http://www.learningforlife.org/exploring-resources/99-720/x08.pdf>

Hér eru leikir og einnig leiðbeiningar um hvernig á að stjórna leikjum:

http://www.peacefirst.org/digitalactivitycenter/files/cooperative_games_toolkit_10.30.2012.pdf

Og enn fleiri, bæði leikir og leiðbeiningar:

http://www.phecanada.ca/sites/default/files/cooperative_games.pdf

Litli Kompás, handbók um mannréttindamenntun fyrir börn. Líka til Kompás, sem er þá fyrir unglinga og ungt fólk: http://vefir.nams.is/litli_kompas/index.html

Fylgiskjal 3 - Samvinnunám og samvinnuverkefni

Samvinnunám

Margir telja að samvinnunám sé í raun yfirheiti yfir margar kennsluaðferðir sem hafa hópavinnu að leiðarljósi. Í samvinnunámi vinna börn í hópum og þurfa að hjálpast að við að leysa verkefnið. Helst þurfa verkefnið að vera með þeim hætti að þeim sé ekki lokið nema að allir hafi lagt sitt af mörkum. Þannig eru börnin háð framlagi hvers annars, eins og oft gerist á vinnumarkaðinum, á heimilum, í hópíþróttum og svo mætti áfram telja. Samvinnunám byggist á samskiptum og samvinnu og hefur félagsleg markmið ekki síður en námsleg. Kosturinn við samvinnunám er að fyrir utan hið hefðbundna nám sem á sér stað þá eykst félagsfærni barnanna, eins og samvinnufærni, hjálpsemi, þolinmæði, tillitssemi og geta til leysa úr ágreiningi.

Samkvæmt líkani Johnson og Johnson þurfa fimm grunnþættir að vera til staðar í samvinnunámi. Þeir eru:

Jákvæð samvirkni. Til að ná fram jákvæðri samvirkni þarf hópurinn að hafa sameiginlegt markmið. Meðlimir hans skipta með sér vinnu, upplýsingaflæði innan hópsins er gott, nemendur hafa ólík hlutverk og hópurinn fær viðurkenningu sem heild.

Persónuleg samskipti. Allir verða að vera virkir. Betra er að velja verkefni sem beinlínis kalla á samskipti milli nemenda frekar en verkefni sem vinna má einstaklingslega.

Einstaklingsábyrgð. Allir í hópnum vita til hvers er ætlast af þeim og fá viðeigandi svörun, mat og hjálp.

Samskipta og hópvinnaþæfni. Þjálfar þarf nemendur í samvinnu, ekki eingöngu gefa fyrirmæli um samvinnu.

Sjálfsmat hópsins. Nemendum er ætlaður tími til að meta hópinn.

Yfirleitt eru tvenns konar markmið í samvinnunámi, annars vegar einstaklingsmarkmið, þar sem börnin í hópnum aðstoða hvert annað með því t.d. að ræða um verkefni hvers annars og gefa góð ráð og hins vegar hópmarkmið, þar sem allir í hópnum vinna sameiginlega að því að klára eitt verkefni, eina sameiginlega afurð. Rannsóknir sýna að samsetning hópa skiptir máli og ákveðnar samsetningar virðast ganga betur en aðrar. Þannig virðist vera að ef eingöngu sterk og klár börn eru sett saman gera þau ráð fyrir að enginn þurfi aðstoð en ef eingöngu veikari og slakari börn, námslega séð, eru sett saman þá getur það valdið pirringi og vonleysi. Þá sýna rannsóknir að það er betra að setja tvo veikari og einn sterkari saman frekar en tvo sterka og einn veikan. Í þeim tilfellum verður sá veiki óvirkur. Því er ljóst að það er af mörgu að hyggja þegar raðað er í hópa og þá skiptir einmitt miklu máli að búið sé að greina stöðuna í barnahópnum, eins og búið er að gera í verkefninu *Allir vinir*.

Efnið um samvinnunám er unnið upp úr bókinni *Looking in Classrooms* eftir Good og Brophy.

Dæmi um samvinnunám er Púslaðferðin, Jigsaw.

Samvinnufærni verkefni

Hjálparhönd

Tilgangur: Að læra um gildi þess að hjálpa öðrum. Áhersla er á kosti þess að hjálpa öðrum – eins og að eignast nýja vini og bæta sjálfsmat.

Framkvæmd:

Lestu sögu um börnin þar sem hjálpsemi kemur fyrir.

Börnin deila með hvort öðru sögum af þegar þau hjálpuðu öðrum eða var hjálpað af öðrum. Spyrðu spurninga eins og: „Eignaðist þú nýja vini með að hjálpa öðrum?“ „Leið þér vel yfir að hafa gert eitthvað sem gladdi aðra manneskju?“.

Ræddu stuttlega um af hverju það að hjálpa öðrum er góður ávani.

Nemendum er skipt niður í pör og notaður er hlutverka-leikur til að sýna leiðir til að fá hjálp og veita hjálp, hinir fullorðnu aðstoða börnin. Skipt reglulega um hlutverk.

Allir koma saman og ræða um hvað gerðist í hlutverkaleikjunum. Einnig er rætt um allar góðar ástæður sem hópnum dettur í hug fyrir að hjálpa öðrum.

Hrós og hvatning

Tilgangur: Að læra um mikilvægi þess að hvetja önnur börn og segja eitthvað fallett við þau.

Dagur 1

Kennarinn notar tækifæri sem gefast til að hrósa börnunum. Segðu þetta upphátt svo allir heyri. Dæmi: „Vitið þið að mér hefur alltaf líkað vel við hvernig Aron gengur hljóðlega frá bókunum sínum. Ég er ekki viss um að ég hafi sagt þér þetta Aron þannig að mig langar bara að segja við þig að mér líkar virkilega vel við hvernig þú gengur hljóðlega frá bókunum þínum.“

Endurtaka þarf stig eitt með fleiri börnum, í það minnsta þrisvar sinnum yfir daginn.

Þín orð eru fyrirmynd fyrir börnin, þú ert að sýna þeim hvernig á að gera þetta. Auk þess ertu hér að hrósa viðleitni – sjá viðauka 1 um hrós.

Dagur 2

Öll börnin kölluð saman í hring.

Lestu bók um vináttu og um að líka vel við aðra af ýmsum ástæðum.

Rætt um bókina við hópinn.

Gefðu dæmi um af hverju þér líkar við einhverja ákveðna manneskju, t.d. „Mér líkar svo vel við hvernig Gunnar í eldhúsinu er því hann býður mér alltaf góðan daginn, ég met það virkilega mikils.“

Minntu börnin á að daginn áður mundir þú eftir að þér líkaði virkilega vel við hvernig Aron gekk hljóðlega frá bókunum sínum og bættu við einhverju öðru, eins og hvernig Sara og Pálmi gengu hratt og vel frá kubbunum.

Spyrðu Aron, Söru og Pálma hvernig þeim leið með að fá þetta hrós.

Útskýrðu fyrir hópnum hvernig það að segja fallega og góða hluti við hvert annað virkilega hjálpar öllum að líða betur – og fáðu samþykki hjá börnunum fyrir að við ætlum að vera duglegri að gera þetta. Með þessum hætti er hægt að bæta andann í hópnum og vináttu. Öllum líður betur með sjálfan sig og aðra.

Eftir þetta getur veri gott að börnin teikni mynd þar sem vinátta kemur við sögu.

Börnin sýna svo myndirnar og útskýra.

Dagur 3

Börnin koma saman hring.

Bókin frá því í gær rifjuð upp, sem og umræðurnar og það sem verið var að gera. Börnin minnt á mikilvægi þess að tala fallega við hvert annað.

Svo eiga börnin að nefna eins mörg nöfn og þau geta sem lýsa því að sýna umhyggju og vera hvetjandi. Dæmi: takk fyrir, vel gert, eigðu góðan dag o.s.frv.

Minnið börnin á að þetta eru orð sem þau ættu að nota ef þau vilja hvetja eða hrósa vinum sínum.

Hrós-stóllinn. Stóll er settur fyrir framan hópinn og börnin sitja í hálfhring í kring. Svo sest einn í stóllinn, gæti verið gott að kalla stóllinn hásætið og gæti verið gott að þú byrjir. Svo er farið hringinn og hvert barn segir eitthvað gott um þann sem situr í sætinu, þig til að byrja með. Ef eitthvað er sagt sem er ekki hvetjandi eða fallett þá grípið einfaldlega inn í og segið að svona orð séu ekki leyfileg. Rifjið jafnvel upp orðin frá því í lið 3. Hjálpið þeim einnig að skilja hvaða orð eru falleg og hvetjandi og hver ekki. Mundu að þakka fyrir hlý orð og segðu þeim hvað það gleður þig að heyra svona falleg orð – og að þú munir alltaf bera þau með þér í hjartanu – eða í vasanum.

Svo minnir þú börnin á að það sé æðislegt að fá hrós en að það sé líka mikilvægt að hrósa – og fyrsta barnið sest í hásætið. Þú velur svo hvort þú klára öll börnin á þessum degi eða tekur eitt barn á hverjum degi. Mikilvægt er að hjálpa börnunum ef þau eru í vandræðum með að finna orð.

Hægt er að velja þrjú orð um hvert barn og skrifa niður, búa til hrós-listann eða hrós-listaverk eða eitthvað annað.

Endið á að minna nemendur á að það að segja fallega hluti við hvert annað þarf ekki að vera bundið við hásætið, heldur geta þau sagt fallega hluti hvenær sem þau vilja. Minnið þau á að þetta sé vinátta.

Þetta eru aðeins tvö dæmi um samvinnuverkefni, hægt er að búa til svipuð verkefni í kringum aðra færniþætti.

Stjarnan

<http://www.preschoolplaybook.com/2010/04/lone-star.html>. Áhugavert er að lesa hvað höfundur hefur að segja um það sem gerðist í samvinnunni. Á þessari síðu eru fleiri skapandi samvinnuverkefni.

Ýmsar hugmyndir að skapandi samvinnu-verkefnum

<http://www.pinterest.com/maryellenn/cooperative-projects/>

<http://www.pinterest.com/nancyeisenbise/cooperative-art-project-ideas/>

<http://www.pinterest.com/furnbelly/cooperative-projects/>

Flottir samvinnuleikir og samvinnuverkefni fyrir leikskólabörn og yngri börnin í grunnskólanum:

<http://www.teachpreschool.org/2013/07/five-activities-that-promote-teamwork/>

Áhugavert efni um samvinnu, samvinnunám og samvinnuleiki

<https://notendur.hi.is/ingvars/kennsluadferdir/samvinnunam.htm>

Fylgiskjal 4 - Klípusögur og hlutverkaleikir

Klípusögur

Klípusögur eru búnar til um klípur sem upp geta komið í samskiptum. Gott getur verið að skipta í hópa og ræða mögulegar lausnir við klípunum. Markmiðið er að börnin æfist í að setja sig í spor annarra. Einnig getur þessi vinna gefið börnum lausnir til að nota í sínum eigin vandamálum sem upp koma.

Dæmi um klípusögu:

Emma er 7 ára og verður síendurtekið fyrir stríðni frá fjórum strákum í bekknum hennar. Þetta á sér stað úti í frímínútum en einnig á frístundaheimilinu. Eineltið er frekar nýtt af nálinni. Emma átti nokkrar vinkonur en þessi stríðni og vanlíðan Emmu vegna eineltisins hefur gert það að verkum að vinkonurnar eru farnar að forðast hana.

Hvað er hægt að gera?

Hlutverkaleikir

Einelti:

Nemendur æfa viðbrögð sín ef þeir annarsvegar verða fyrir einelti og hinsvegar ef þeir verða vitni af einelti. Þið búið til sögu eða atburðarás sem fjallar um ákveðna gerð af einelti, svo sem líkamlegt, munnlegt eða félagslegt. Nemendahópurinn býr til stutta leikþætti um aðstæðurnar og endar á að finna lausn á málinu. Aðrir nemendur fylgjast með og spá í hvað er í gangi. Að loknum leikþættinum eru umræður þar sem nemendurnir koma með tillögur að fleiri lausnum.

Dæmi: Anna er stelpa í 1. bekk og alltaf þegar hún fer út í frímínútur vill enginn leika við hana. Krakkarnir búa til leikþátt sem sýnir þetta – og í framhaldinu þá lausn sem þau leggja til.

Sama er hægt að gera með klaufalega félagslega hegðun, pirrandi hegðun (pikk og pot), að hætta þegar beðið er um að hætta, viðkvæma hegðun o.s.frv.

Dæmi: Jóel er strákur í 1. bekk sem á ekki margar vini vegna þess að hann er oft að meiða krakkana í bekknum sínum – og þegar þau biðja hann að hætta þá gerir hann það aldrei.

Láta þau gera leikþátt um þessa hegðun, stoppa svo og ræða málin, allur hópurinn. Af hverju vilja krakkarnir ekki leika við Jóel? Hvað þarf Jóel að gera til að eignast fleiri vini?