


Vinir Zippýs - námsþáttur 4: Að leysa ágreiningsmál

Í þessum námsþætti er skoðað hvernig leysa má ágreining. Margir kennarar hafa sagt að börnin hafi öðlast miklu meiri færni í að finna lausnir á deilum og sættast eftir að hafa farið í gegnum æfingarnar í námsefninu *Vinir Zippýs*. Þau æfa fjögur þrep sem miða að því að finna lausn á vandanum – að skilja vandann, finna hugsanlegar lausnir, velja bestu lausnina og láta svo reyna á hana. Börnin læra að lausn á vandamáli verður að láta þeim líða betur og að hún má ekki skaða aðra. Í þessum námsþætti er einnig fengist við vandann sem stafar að stríðni og einelti og börnin læra hvað þau geta tekið til bragðs ef þau eða aðrir verða fyrir hrekkjum eða einelti. Hér er að finna ráð um það hvernig styðja má við námið heima fyrir.

Ábendingar

- Þegar barnið ykkar reiðist skuluð þið gefa því tíma og ráðrúm til þess að róa sig niður áður en það reynir að fást við vandamálið. Útskýrið seinna að það sé erfitt að láta sér detta í hug góðar lausnir þegar maður er reiður.
- Notið þrepin fjögur við lausn vandamála sem upp kunna að koma í daglegu lífi fjölskyldunnar.
- Hvetjið barnið til þess að aðstoða önnur börn við að leysa ágreining eða vandamál með því að hlusta á þau, sýna þeim virðingu, hvetja þau til þess að leita sér aðstoðar og vera reiðubúið til þess að finna lausnir sameiginlega.
- Hægt er að nálgast lesefni um einelti, m.a. á vefslóðinni.
www.partnershipforchildren.org.uk/resources/bullying.html.

Þrjú verkefni

1. verkefni	Að sigrast á einelti, hrekkjum og stríðni
Markmið	Að efla færni barnsins í að fást við einelti, stríðni og hrekki.
Hvað tekur þetta langan tíma?	15-30 mínútur.
Hvað þarf að hafa við höndina?	Pappaspjald og liti.
Hvað á að gera? 	Útskýrið fyrir barninu að með því að leggja einhvern í einelti sé verið að hóta honum eða særa hann eða segja eitthvað ljótt um hann eða gera jafnvel eitthvað enn þá verra. Hefur barnið ykkar orðið fyrir slíku? Hvernig leið því? Útskýrið fyrir barninu að þegar okkur er strítt eða við lögð í einelti getum við leitað eftir aðstoð einhvers sem við treystum. Biðjið barnið að nefna og teikna þær manneskjur sem það myndi leita til ef það lenti í einelti. Gangið úr skugga um að barninu finnist það eiga einhvern að alls staðar – kennara í skólanum, foreldrana heima. Hengið myndirnar upp.

2. verkefni	Að róa sig niður
Markmið	Að efla færni barnsins í að leysa ágreining og átök og að takast á við reiðina, þá sterka tilfinningu.
Hvað tekur þetta langan tíma?	30 mínútur.
Hvað þarf að hafa við höndina?	Blað og skriffæri.
Hvað á að gera?	<p>Útskýrið fyrir barninu að það sé erfitt að finna góða lausn á vandamáli ef fólk er reitt eða í uppnámi. Þess vegna þurfa allir að kunna leiðir til þess að róa sig niður. Segið barninu hvað þið gerið til þess að róa ykkur og slaka á eða láta ykkur líða betur. Spyrjið barnið hvort það hafi fundið fyrir reiði eða komist í uppnám. Hvað gerði það til þess að róa sig niður eða láta sér líða betur? Hvetjið það til þess að athuga aðrar aðferðir. Þið getið stungið upp á leiðum. Látið sumar vera skemmtilegar eða myndar og hvetjið barnið til þess að prófa sig áfram – leyfið því að slá í púða, hlaupa hring úti í garði, öskra, kreista „stressbolta“. Þið getið tekið þátt í þessu með barninu! Ræðið við barnið um hverja leið fyrir sig og spyrjið hvort hún myndi hjálpa því til þess að slaka á eða líða betur. Biðjið barnið að lokum um að teikna þær þrjár leiðir sem það telur koma að mestu gagni og hengið myndirnar svo upp í svefnherbergi barnsins.</p>



3. verkefni	Að ná tökum á reiðinni (Þessa æfingu er einnig að finna í 1. námsþætti).
Markmið	Að efla færni barnsins í að finna leiðir til þess að fást við reiðartilfinninguna.
Hvað tekur þetta langan tíma?	10 mínútur.
Hvað þarf að hafa við höndina?	Ekkert.
Hvað á að gera?	<p>Þessa æfingu þarf að gera fljótlega eftir að barnið hefur fundið fyrir reiði – til dæmis um háttatímamann um kvöldið eða daginn eftir. Ræðið við barnið um atburðinn og spyrjið hvers vegna það hafi orðið svona reitt. Spyrjið hvernig barnið hafi ráðið fram úr málinu og fáið það til þess að hugsa um aðrar leiðir sem það hefði getað notað til þess að jafna sig, t.d. að tala við einhvern, draga djúpt að sér andann, hugsa um eitthvað fallegt. Munið að lausnir verða að hafa það í för með sér að barninu líði betur og þær ættu ekki að hafa í för með sér neikvæðar afleiðingar fyrir annað fólk.</p>

