

# Forældreguide til Zippys Venner

---

## Indledning

Selvom undervisningsmaterialet Zippys Venner bruges i skolerne af særligt uddannede lærere, er forældrestøtte og -opbakning yderst vigtig. Denne forældreguide til Zippys Venner forklarer principperne og forskningen bag undervisningsmaterialet og introducerer undervisningsmaterialets forskellige temaer, ligesom guiden forklarer hvordan man som forældre kan hjælpe sit barn til at få størst muligt udbytte af undervisningen.

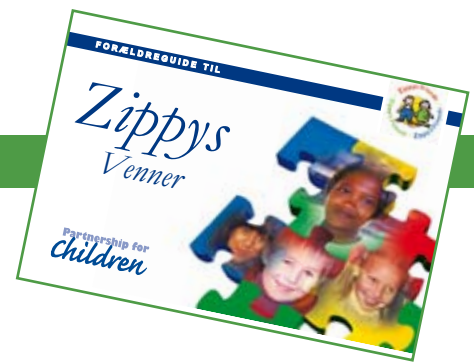
## Godt helbred

Børns fysiske helbred får en masse opmærksomhed. Vi sørger for at vores børn spiser sundt, vi klæder dem varmt på om vinteren og vi opfordrer dem til at dyrke sport og få motion. Men får vores børns psykiske og følelsesmæssige helbred nok opmærksomhed? Er vi tilstrækkelig opmærksomme på hvordan vores børn egentlig har det, hvordan de har det med andre børn og hvordan de håndterer nederlag, problemer og dagligdagens vanskelige situationer?

Vores følelsesmæssige helbred har afgørende betydning for hvordan vi har det og hvordan vi klarer os gennem livet. Selv meget små børn kan udvikle redskaber og færdigheder som kan hjælpe dem med at knytte og udvikle venskaber og til at håndtere hverdagen og dens udfordringer og problemer.

Undervisningsmaterialet Zippys Venner er udarbejdet til skolebrug med de fem til syvårige - netop med henblik på at hjælpe dem med at udvikle disse redskaber og færdigheder. Denne forældreguide fortæller dig hvad dit barn vil lære i løbet af undervisningen med Zippys Venner og hvordan du kan hjælpe dit barn med at få så meget ud af undervisningen som muligt.





## Børns konflikter og problemer

Vi støder alle - børn som voksne – ind i problemer og vanskelige situationer. Voksne kan have diskussioner og skænderier, være utilfredse eller føle sig usikre på arbejdet, miste et familiemedlem eller en ægtefælle. Ofte har vi svært ved at få sat ord på, hvordan vi virkelig har det med det, der sker for os i sådanne situationer, men vi får det som regel bedre, hvis vi har gode redskaber til at håndtere problemerne og vanskelighederne. Forskning har vist, at jo flere handlemuligheder og redskaber vi har at vælge imellem når vi står med et problem, jo bedre muligheder har vi fået at komme godt igennem vanskelighederne.

Også børn kender til problemer. De oplever alle mulige slags konflikter og vanskelige situationer i deres hverdag - skænderier på legepladsen, følelsen af at være jaloux på en bror eller søster eller endnu større problemer som skoleskift, skilsmisse og mobning.

Men nøglen til at håndtere problemerne er den samme for børn, som for voksne. Jo flere handlemuligheder og redskaber børn har at vælge imellem og kan bruge, jo bedre muligheder har de fået at kunne løse problemerne på en god måde.

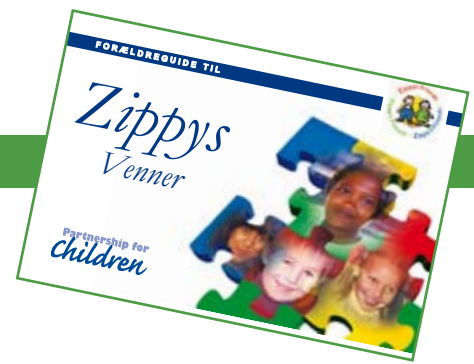
Erfaringen viser, at børn helt ned til femårsalderen forstår betydningen af, at kunne vælge mellem forskellige måder at håndtere et problem på og at disse børn også er i stand til at lære nye redskaber til at løse konflikter. Hvis børnene i de første skoleår får mulighed for at lære og træne forskellige redskaber og handlefærdigheder vil de få glæde af disse, resten af deres liv.

Forskning har vist, at faglig dygtighed kun har ganske ringe indvirkning på et barns evne til at håndtere konflikter, frustrationer og udfordringer. At være faglig dygtig betyder ikke, at barnet har bedre mulighed for at udvikle gode venskaber og for at få et godt og sundt liv.

Så selvom børns faglige kvalifikationer er vigtige, er det også nødvendigt at have fokus på den psykiske og følelsesmæssige del af børnenes liv og hverdag.

Derfor har børn stor glæde af undervisningsmaterialet Zippys Venner. Her lærer og træner børnene de redskaber, som er nødvendige for at kunne håndtere hverdagens vanskeligheder og som hjælper dem til at kunne have det godt.





## Hvad er Zippys Venner?

Zippys Venner er et undervisningsmateriale til alle børn i indskolingsalderen. Materialet fokuserer ikke på et enkelt problem eller en bestemt type konflikter. I stedet koncentrerer materialet sig om børnenes psykiske og følelsesmæssige helbred. Undervisningen løber over 24 uger, med en times undervisning om ugen, i skoler og børnehaveklasser. Dit barns lærer har gennemgået et særligt kursus i at undervise i Zippys Venner.

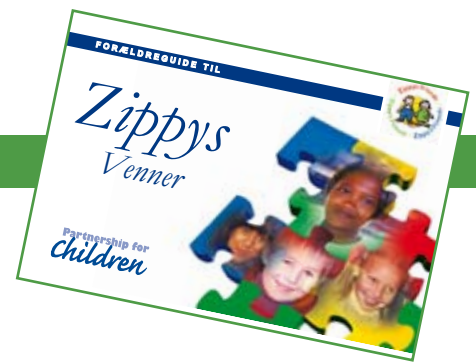
Zippys Venner har seks moduler med hver sin egen historie og du vil nok komme til at høre en masse om Zippy! Zippy er en vandrende pind og hans venner er en lille gruppe drenge og piger, som i historierne havner i forskellige situationer, hentet fra børns egen virkelighed. Her vil blandt andet venskaber, hvordan det er at miste og få venner, mobning, forandringer og tab og det at starte på en frisk, blive grundigt behandlet. Hver historie har sine egne farverige illustrationer og sine egne aktiviteter, som for eksempel rollespil, forskellige lege og tegning. Hele undervisningsmaterialet er tilrettelagt specielt for de fem til syvårige og erfaringen viser, at børnene synes det er både sjovt og lærerigt at bruge materialet.

## Materialet lærer børnene at:

- Identificere og tale om følelser
- få sagt det, de gerne vil sige
- lytte opmærksomt
- kunne bede om hjælp
- udvikle og holde på venskaber
- håndtere ensomhed og afvisninger
- kunne sige undskyld
- håndtere mobning
- løse konflikter
- håndtere forandringer og tab, også ved dødsfald
- tilpasse sig nye situationer
- hjælpe andre

Zippys Venner fortæller ikke børnene hvad de skal gøre. I stedet opmuntres børnene til selv at tænke over mulige måder at løse problemer på. Børnene øver sig i at vælge løsninger som ikke kun hjælper dem selv, men som også respekterer andre.





## Lad os se nærmere på materialet ...

Zippys Venner er som nævnt inddelt i seks moduler, hver med fire lektioner. Hvert modul har sit eget emne. Herunder er emnerne opsummeret, så du kan se hvad dit barn kommer til at lære.

### Modul 1 – Følelser

Børnene begynder modulet med at snakke om følelser - at være ked af det, at være glad, at være vred og jaloux og om at være nervøs. De øver sig i at fortælle, hvordan de har det i forskellige situationer og i at udvikle måder, hvorved de kan få det bedre, hvis ikke de har det godt.

### Modul 2 – Kommunikation

Dette modul træner børnenes kommunikationsfærdigheder. De lærer at lytte til hinanden, de lærer hvordan de kan bede om hjælp og de lærer hvordan de kan få sagt det, de gerne vil sige - selv i vanskelige situationer. De stille børn åbner ofte op i dette modul og får øvet sig i at udtrykke sig - uden at være generte eller utrygge.

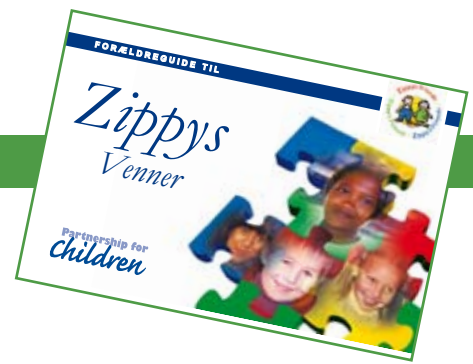
### Modul 3 – Venskaber

I dette modul lærer børnene om venskaber, hvordan man får venner, hvordan man bevarer venskaber og hvordan man håndterer ensomhed og afvisning. Børnene øver sig i, hvordan man kan sige undskyld og i hvordan man kan blive gode venner igen efter et skænderi.

### Modul 4 - Konfliktløsning

Dette modul handler om konfliktløsning og lærerne fortæller, at børnene under dette modul hurtigt bliver bedre til at få løst deres uoverensstemmelser. Mobning bliver behandlet grundigt i dette modul og børnene lærer hvad de kan gøre, hvis de oplever at blive mobbet eller hvis de oplever mobning hos andre.





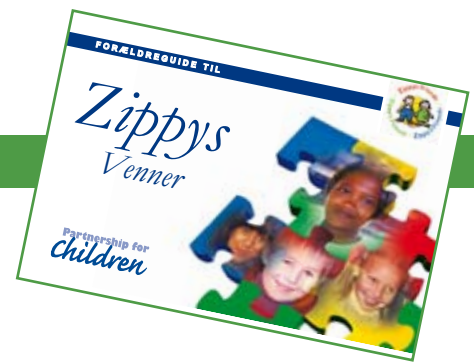
## Modul 5 – Forandringer og tab

Dette modul tager fat på, hvordan vi kan håndtere forandringer - både store og små. Den største forandring vi kommer ud for er når nogen dør. Selvom voksne ofte har svært ved at tale om døden, er dette sjældent tilfældet med børn. Børnene er glade for at få mulighed for at tale åbent om et emne, som for mange voksne mennesker er tabubelagt. I en af modulets lektioner skal børnene besøge en kirkegård og måske er det lidt overraskende, at netop denne aktivitet er blandt de mest populære i hele undervisningsmaterialet.

## Modul 6 - Vi kan klare det

Dette sidste modul understreger og bekræfter alt det børnene har lært. Hvordan finder vi forskellige måder at håndtere problemer på, hvordan hjælper vi andre, hvordan lærer vi af forandringer, så vi kan tilpasse os nye situationer, etc. Den allersidste lektion er en lille højtidelighed, hvor hvert barn får overrakt et diplom.





## Virker det?

### Zippys Venner er blevet grundigt afprøvet og evalueret.

Det har taget mere end seks år at udvikle materialet og tusinder af børn fra hele verden herunder Danmark og Norge har allerede været igennem undervisningen med Zippys Venner. Børn og lærere er blevet interviewet og har udfyldt spørgeskemaer både før og efter undervisningen og resultaterne af disse undersøgelser er blevet sammenlignet med grupper af tilsvarende børn, som ikke deltog i undervisningen.

Evalueringen viste, at sammenlignet med børn som ikke havde deltaget i undervisningen, havde de børn, som havde gennemgået Zippys Venner, blandt andet forbedret deres samarbejdsevner, selvbeherskelse, samt evne til at udvise medfølelse. Samtidig var der færre konflikter og problemer blandt børnene, som havde deltaget i Zippys Venner.

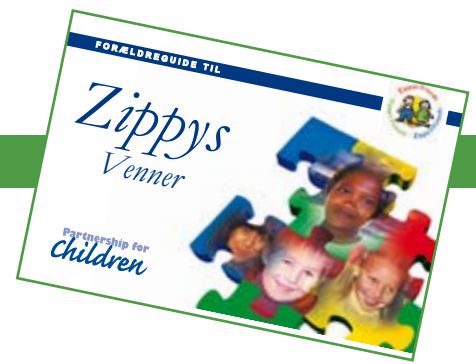
Men vigtigst af alt havde Zippys Venner lært børnene gode, positive redskaber, så som:

- at kunne sige undskyld
- at kunne fortælle sandheden
- at kunne tale med sine venner
- at kunne tænke over et problem
- at kunne beherske sig i konflikter

Børnenes anvendelse af uhensigtsmæssige redskaber - så som at blive vred, bide negle eller skrig - faldt. Og undervisningen havde været lige gavnlig for både piger og drenge.

En særskilt undersøgelse i Litauen har endvidere vist, at børnene har bevaret disse gode, positive redskaber, selv et år efter at undervisningen med Zippys Venner stoppede. Mange lærere har nævnt at materialet har hjulpet med at få reduceret konflikterne i klassen og at det har hjulpet dem til at forstå deres elever meget bedre. Nogle har endda nævnt, at det har hjulpet dem til selv at blive bedre til at identificere og sætte ord på deres følelser og til at vælge gode løsninger på deres egne problemer.





## Hvad kan du gøre?

Selvom det er særligt uddannede lærere, som underviser i Zippys Venner, er der flere ting du som forældre kan gøre, for at støtte dit barn. Her er nogle forslag:

- Mange lærere inviterer forældrene til et møde før undervisningen med Zippys Venner begynder. Tag med til mødet, stil spørgsmål og lær mere om materialet.
- Spørg dit barns lærer om en oversigt over de emner dit barn skal igennem i løbet af undervisningen. Det gør det nemmere at følge op på det hjemme.
- Børnene tager ofte tegninger eller simple skemaer, som de udfylder efter hver lektion, med hjem fra Zippys Venner. Du kan kigge på tegningerne og skemaerne sammen med dit barn og opfordre dit barn til at fortælle om hvad timen i dag gik ud på.
- Du vil måske opdage at dit barn er mere tolerant og mindre aggressivt, samt at dit barn bliver bedre til at løse problemer og konflikter. Sørg for at opmuntre alle disse positive forandringer.
- Vær forberedt på at dit barn begynder at snakke og fortælle mere. Og vær parat til at lytte!

Mange tusinde børn har allerede haft stor glæde af Zippys Venner. Vi håber at det også kommer til at gælde for dit barn.

