



Før start: modul 1

Mål for modulen

Målet er at vi skal kunne identifisere, sette ord på og formidle hva vi føler i ulike situasjoner, og kjenne igjen følelser hos andre.

Om modulen

Det å håndtere det som plager eller irriterer oss i hverdagen, krever ferdigheter vi tilegner oss gradvis. En ferdighet er å kunne gjenkjenne egne følelser og forstå hvordan vi tar oss når vi opplever vanskelige følelser. Dette er en svært viktig ferdighet, for den setter oss i stand til å fortelle andre hvordan vi har det, og den hjelper oss å finne måter å mestre vanskelige situasjoner på. Når barn kan formidle hva de føler, er det enklere for dem å få hjelp hvis de trenger det, og å finne ut hvordan de kan få det bedre i situasjoner de ikke kan forandre.

Evnen til å kjenne igjen andres følelser er en annen nyttig livsferdighet, for både barn og voksne. Den kan hjelpe oss til bedre å forstå andre menneskers handlinger og å kunne tilby hjelp hvis de har det vanskelig. Den første modulen har to tema, identitet og følelser.

Timer

Innledningen (Time 0) Hensikten med introduksjonstimen er å gjøre barna interessert i *Passport - livsmestring i skolen*. De blir presentert for den første tegneserien og det personlige passet som de skal bruke gjennom hele programmet.

Den første timen handler om personlige egenskaper. At vi kjenner oss selv, er viktig når vi skal håndtere vanskelige situasjoner, og finne hensiktsmessige måter å mestre de på. I denne timen skal barna utforske sine personlige trekk: Hva gjør dem forskjellige, og hva har de felles? De skal diskutere den verdien som ligger i forskjeller og mangfold, ved å utføre en aktivitet som legger vekt på det som gjør dem enestående.

I time to skal barna lære å identifisere og snakke om en rekke forskjellige følelser som de kan oppleve i ulike situasjoner. De vil også oppdage at ulike personer kan ha svært forskjellige følelser i den samme situasjon.

I tredje time skal barna fortsette å snakke om en rekke forskjellige følelser. De vil også oppdage at det i enkelte situasjoner er mulig å oppleve forskjellige følelser på samme tid, og at disse følelsene til og med kan være motstridende. Når vi forstår at vi føler to forskjellige ting på samme tid, kan det være til hjelp med å finne ut hvordan vi kan få det bedre.

I fjerde time skal barna jobbe med å kjenne igjen ulike sinnsstemninger hos andre. Barna skal vise følelsesuttrykk og reaksjoner ved å lage menneskelige skulpturer. De andre i klassen skal gjette hvilken følelse som illustreres.

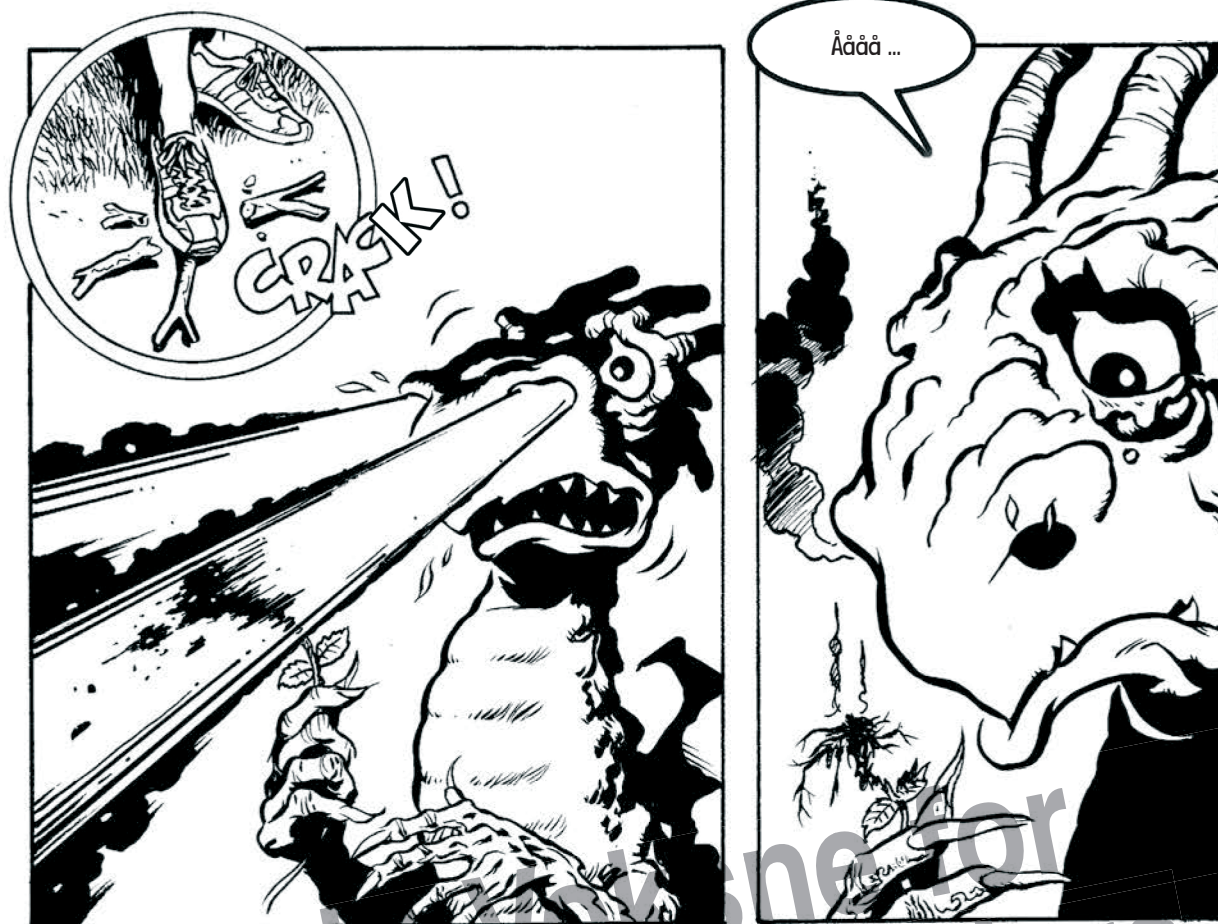
I femte time fortsetter arbeidet med å kjenne igjen følelser hos andre. Denne timen jobber man videre med menneskelige skulpturer, bare med sammensatte følelser. Fjerde og femte time kan slås sammen om det er tid for det og elevene er klare for det.

0 – Møtet

(Modul 1, time 0)



Møtet



Møtet



WHOOOOSH

