

Vedlegg til aktivitetskassen

Plakater

Bruk gjerne plakatene (vedlegg 1, 4, 5, 6, 9, 10) som visuell støtte og utforming i SFO-rommene.

Disse kan være en fin påminner for voksne og barn om hvordan vi vil ha det sammen.

Dere må gjerne lage deres egen variant av plakatene med farger og tegninger som passer på deres SFO.

Gullregelen for å velge en god løsning

Det får meg
til å føle
meg bedre



Det skader
ikke meg selv
eller andre



Situasjonskort:

Inkludering og vennskap (til aktivitet «Rollespill»)

Jeg er på tur med hele SFO og det er mange barn jeg ikke kjenner.

Jeg har lyst å spille et spill med noen.

Jeg ser en som går alene i skolegården

Jeg begynner på SFO og ser de andre barna som leker sammen.

Jeg ser mange som leker i sandkassen og jeg har lyst å være med

Jeg flytter til et nytt hus og det er noen barn som leker utenfor.

Situasjonskort: Mestringsstrategier

(til aktivitet «Rollespill»)

Sofie og Julian krangler fordi Sofie ikke vil dele lekene sine med Julian.

Lena og Nora har ikke snakket sammen siden Lena ble venner med Miriam.

Nicolai og Kasper krangler fordi Kasper tok Nicolai sin ball.

Petter og Lucas vil ikke leke den samme leken.

Ermira og Live vil leke alene og sier nei til Alma som spør om å få være med.

Jonathan vil bygge Lego med Teodor, men Teodor spiller fotball,

Oppfølgingsspørsmålene

Anerkjenn følelsen

- Jeg forstår at dette er vanskelig

- Hva kan du gjøre da?

 - når du føler det slik

- Får du det bedre?

- Får den andre det bedre?

- Har du andre forslag på hva du kan gjøre?

--- i gruppesamtaler ---

- Har noen av dere andre forslag?

- Er dette noe du vil prøve?

4 trinn til en god løsning



4 Velg den beste.



3 Tenk på mange løsninger.



2 Forstå problemet.



1 Ro deg ned.

God kommunikasjon

- Fortell hvordan du har det
- Fortell hvorfor du har det sånn
- Hjelp andre å forstå det du har sagt ved
 - å si det en gang til
 - si det på en annen måte
- Snakk hyggelig og lytt til andre

Situasjonskort:

God kommunikasjon (til aktivitet «Rollespill»)

En gutt dytter deg på lekeplassen	Du tisser i buksen
Læreren blir sint på deg	En voksen sier at du har tegnet en fin tegning
Du får det du ønsker deg til bursdagen din	Du sklir og faller

Vedlegg 7b

Søsteren din mister yndlingsleken din

Vennen din kaller deg noe stygt foran
de andre barna på SFO

Mamma sier du må ha på deg klær du
ikke liker

Pappa tar seg fri fra jobb for å være
sammen med deg

Laget ditt taper kampen

Bestemoren din er veldig syk

Broren din erter deg

Du vil ikke leke det som
vennene dine leker

Løsningskort

Jeg ødelegger ting	Jeg gråter
Jeg skriker	Jeg sier unnskyld
Jeg tenker på noe hyggelig	Jeg snakker om det

Vedlegg 8b

Jeg slår meg selv

Jeg ber om hjelp

Jeg tenker på hva jeg kan gjøre

Jeg forteller hvordan jeg har det

Jeg sover

Jeg gjør noe jeg liker for å glemme
det

Jeg roer meg ned

Jeg ser på TV

Si det du egentlig vil si

- Tenk før du snakker
- Snakk rolig
- Snakk tydelig
- Fortell hvordan du har det
- Si det du vil si

Slik kan vi roe oss ned

- Stopp
- Trekk pusten dypt
- Tenk på noe hyggelig
- Tenk over situasjonen