

VENNSKAP

Hva er vennskap:

Vennskap oppstår mellom to personer som har en **gjensidig** affeksjon mot hverandre. Det er en frivillig relasjon hvor man ønsker å tilbringe tid sammen med den andre.

Vennskap bidrar til en følelse av fellesskap og tilhørighet.

Vennskap er viktig for utvikling av sosial kompetanse, og gir en følelse av å være verdifull.

Å være venner er å møtes i et forhold hvor den enkelte opplever seg som godtatt og verdsatt for akkurat den han eller hun er.

Å ha en god venn er en beskyttelsesfaktor mot psykisk uhelse.



Hvordan få en ny venn

Forberedelser:

Du trenger grønne ark eller lapper, og skrivesaker.

Samle barnegruppen og fortell at dere i dag skal gi hverandre gode idéer for hvordan man kan få nye venner. Vi skal finne ut hva som kan være lurt og hva vi som er mindre lurt å gjøre.

Spør barnegruppen hva vi kan gjøre for å få en ny venn.

Skriv eller tegn hver idé på grønt papir (én idé pr ark).

Gjør tipsene mer visuelle og enkle å forstå ved hjelp av tegning eller bilder som kan limes på arkene.

Heng opp tipsene fra de grønne arkene på et synlig sted hvor barna oppholder seg, og bruk tipsene som utgangspunkt for å minne barna på hva de kan gjøre.



Vennskapstips

Forberedelser:

Lag visuell støtte av Vennskapstipsene i form av f.eks. plakater, tegninger med kritt i skolegården, små kort som barna kan ha med seg e.l.

Vennskapstips: SMILE - SI HEI - SI NAVN - SI NOE HYGGELIG - SPØRRE OM Å LEKE

Samle barna og vis vennskapstipsene. Vis enten med bilder eller rollespill hvordan man kan gjøre de ulike tipsene.

Forslag til ulike aktiviteter rundt vennskapstipsene:

- Ha en aktivitet med kort/plakater hvor barna skal legge disse i riktig rekkefølge.
- La barna øve i grupper med enkle rollespill.
- La barna prøve å rollespille med tipsene i en annen rekkefølge. Hvordan fungerer det?
- To barn trekker et vennskapstips hver, og gjør det som står på sin lapp.
Holder det å gjøre bare et av tipsene eller må man gjøre flere av tingene for å bli bedre kjent?



Rollespill



Forberedelser:

Print ut situasjonskort om vennskap (vedlegg 2) eller lag dine egne.

Samle barna og forklar at dere skal leke en lek og samtidig øve på å få nye venner.

Del barna i mindre grupper, og gi hver gruppe et kort med en situasjon hvor det er mulighet for å få seg nye venner.

Den voksne leser kortet til hver gruppe og sier at barna skal lage et rollespill av den situasjonen.

Her kan dere velge å la gruppene få god tid til å finne ut hvordan de ønsker å rollespille situasjonen og prøve seg frem med ulike løsninger i gruppene.

Alternativt kan dere la gruppene fremføre for hverandre, og la publikum gi tilbakemeldinger på hva som var bra med løsningen som gruppen valgte.

Det viktigste her er at barna får prøvd seg på de ulike situasjonene og finne gode løsninger på å få seg nye venner. De voksne må være tett på gruppene og veilede ved behov, uten å gi løsninger.



Vennskapssol

Forberedelser:

Lag en stor sol hvor det er plass til bilde av alle barna i gruppa inni.

Om dere ikke har bilder av alle barna, kan barna lage en tegning av seg selv eller skrive navnet sitt. Det viktigste er at alle barna er representert i solen.

Lag solstråler som er store nok til å skrive på.

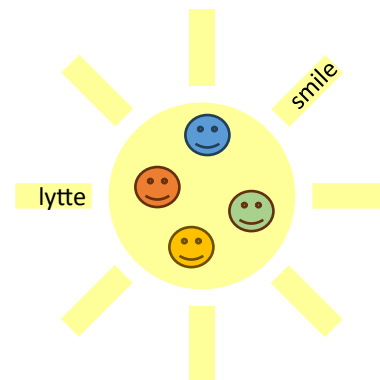
Samle barna rundt solen og forklar at dere skal lage en vennskapssol.

Alle barna er med i vennskapssolen og strålene er alle de fine tingene de gjør for og sammen med de andre.

Spør barna hva de mener man kan gjøre for å være en god venn og få nye venner.

Skriv svarene på en enkel og forståelig måte på solstrålene.

Heng solen og solstrålene godt synlig, gjerne både ut og inne, f.eks. i et vindu.





Vennskapsukeplan

Forberedelser:

Lag en ukeplan med oversikt over ting venner kan gjøre, **f.eks. hjelpe, trøste, ta med i lek, si hyggelige ting...**

Be gjerne barna om å hjelpe å finne ting som kan stå på planen.

	Mandag	Tirsdag	Onsdag	Torsdag	Fredag
Trøste 	★	★ ★		★	★ ★
Ta med i lek 	★	★	★ ★		★ ★

Vis planen til barna og heng den synlig i SFO-lokalene eller garderoben.

Forklar barna at vi skal gå på «lysglimt»-jakt og når vi oppdager noen som gjør en av disse fine vennskapstingene, skal vi tegne en stjerne på planen. Vi trenger ikke si hvem som har gjort de fine tingene, men vi skal finne ut hvor mange fine ting vi gjør sammen på vår SFO.

Vurder sammen med barna om de voksne på SFO også skal få stjerne når de gjør hyggelige ting mot barna eller andre voksne.

Dere kan velge å gjøre noe ekstra hyggelig sammen når dere er ferdig for å feire alle de fine vennskapene på SFO.



Klappe hender

Fortell barna at du kommer til å si ting som vi kan gjøre med vennene våre (f.eks. rekke tunge til, dytte, leke, smile til, hjelpe etc.).

Hvis barna mener at tingen er bra for vennen, skal de klappe tre ganger.

Hvis de tror det gjør vennen lei seg, skal de ikke klappe.

Når dere er i gang og barna har forstått leken, kan de få lov å forslå ting man kan gjøre.

Snakk underveis og etterpå med barna om hva som gjør at vi kan klappe på forskjellige steder.

Det er ikke alltid sånn at alle liker det samme og man kan bli lei seg av forskjellige ting.

Derfor er det lurt at alle følger godt med når man gjør denne leken for da finner man kanskje ut hvem som f.eks. ikke liker å klemme og hvem som liker å leke «kongen på haugen».

Tegn en fantasivenn

Forberedelser:

Du trenger ark og fargeblyanter.

Samle barna og snakk om hva som gjør en god venn til en god venn.

Forklar at nå skal barna få tegne sin egen fantasivenn og de bestemmer helt selv hvordan denne skal se ut og hvilke egenskaper den har. Det trenger ikke å være et menneske.

Be barna bruke fantasien og tenke hva som gjør akkurat denne fantasivennen til en god venn.

Denne aktiviteten kan dere jobbe med over tid.

Fantasivennene kan henges opp og vises fram hvis barna ønsker.

På den måten kan fantastivennene både bli en påminnelse om å være en god venn, og et hyggelig sted for barna hvor det er mange gode fantasivenner som kan oppmuntre til lek og moro.

Barna kan gjerne presentere fantastivennene sine for de andre om de ønsker.

Tips: Dere kan også lage fantasivenner slik at barna kan leke med dem – bare fantasien setter grenser

Kan jeg få komme inn?

Samle barna i en sirkel og be dem holde hverandre i hendene.

Fortell dem at du kommer til å gå rundt på utsiden av sirkelen, og at de ikke skal slippe deg inn selv om du prøver. De skal overse deg eller si at du skal gå bort.

Gå rundt ringen noen ganger og prøv å komme deg inn i ringen – uten fysisk makt.

Etter en kort stund ber du barna på en hyggelig måte om å slippe deg inn.

Si at de skal slippe deg inn, og at de kan klappe i hendene når du kommer inn.

Gjør aktiviteten på nytt med barn som tilbyr seg å spille personen som vil komme inn i ringen.

Snakk med barna etter runden(e) om hvordan det var å stenge noen ute, hvordan det var å være utenfor sirkelen og hvordan det følte å slippe noen inn i sirkelen og bli sluppet inn.

Pass på:

Denne aktiviteten kan sette i gang mange følelser som er viktige å kjenne på for å trene seg på å takle avvisning. Det er likevel viktig å være oppmerksom på at barn i svært ulik grad takler avvisning.

Alle barn bør prøve seg på denne aktiviteten, men barn du merker er spesielt følsomme bør ivaretas ved at de for eksempel får komme raskere inn i sirkelen.