Barnaheill

Vinátta

Fri for Mobberi

Námskeið fyrir starfsfólk leikskóla

Dagskrá námskeiðsins

9.00	Kynning
9.10	Um *Vináttu- Fri for mobberi*, um einelti og þær rannsóknir sem verkefnið byggir á
10.15	Kaffihlé
10.30	Framhald um *Vináttu- Fri for mobberi* og *Hvað er í töskunni?* Efnið skoðað og unnið með það
12.00	Hádegishlé og matur
12.45	Hvað er í töskunni? Unnið með efnið, skipulagt
14.30	Kaffihlé
14.45	Næstu skref
16.00	Námskeiðslok

Barnaheill

Hafið þið beint athyglinni að eða tekið eftir einelti í skólanum?

Finnst ykkur vera munur á einelti og stríðni?

Eiga öll börnin í bekknum / skólanum leikfélaga?

Hver ber ábyrgð á einelti í barnahópi?

Væntingar foreldra og starfsmanna

- Hvað teljið þið að foreldrum finnist mikilvægast að börnin læri í skólanum?

Algeng svör...

- Að barninu mínu líði vel...
- Að barnið eignist vini...
- Að barnið eigi félaga...
- Fái sterka sjálfsmynd
- Öryggi
- Umhyggja
- .....
- Læri.....

Að tilheyra...

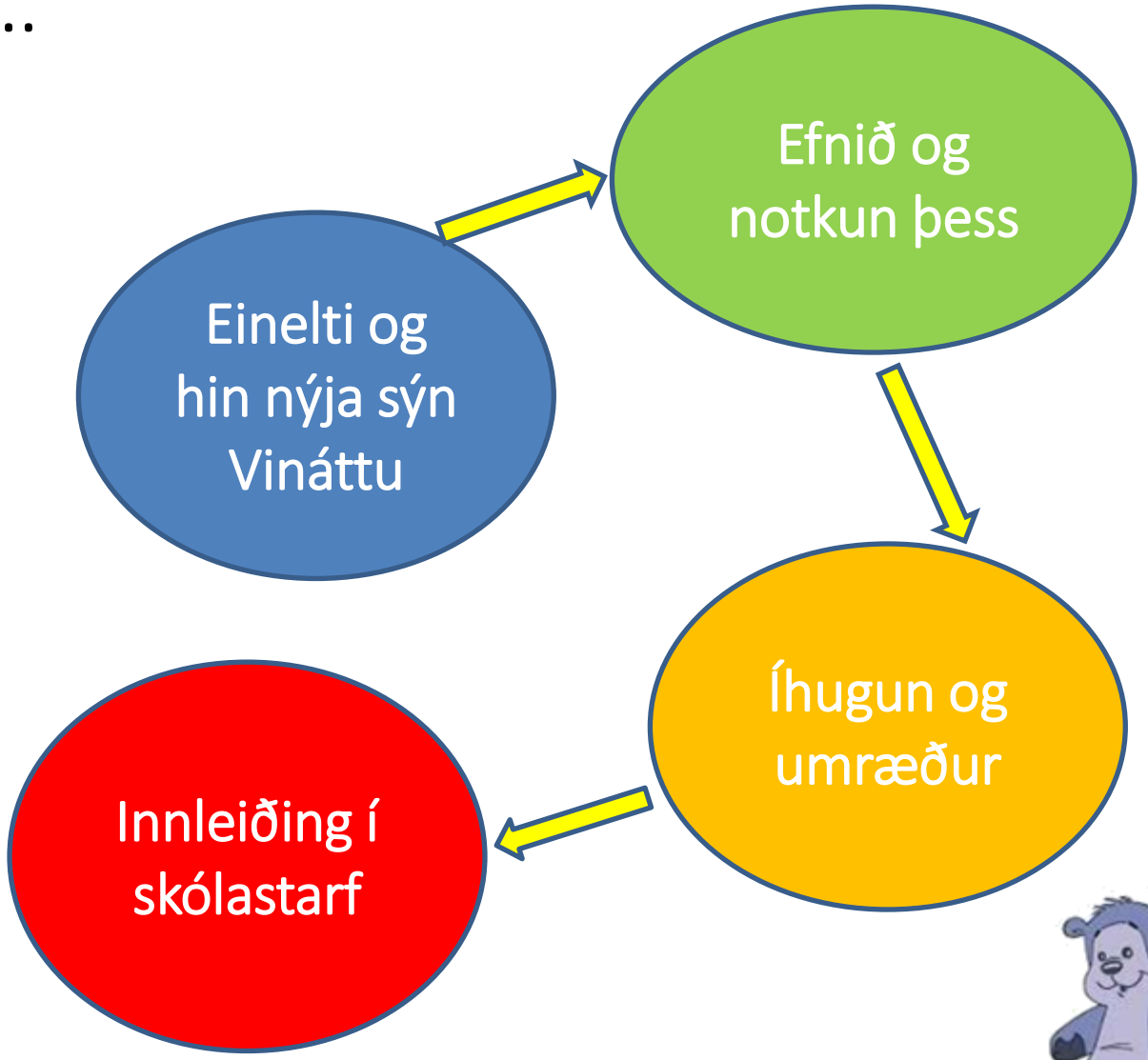
Mikilvægt að átta sig á að öll börn hafa þörf fyrir að tilheyra hópi, tilheyra samfélagi og að vera virt að eigin verðleikum.

- Þau eru hrædd við útilokun úr hópnum.
- Foreldrar einnig.
- Börnin vilja finna til öryggis og eiga rétt á því.

(eXbus.dk)

Markmið námskeiðs…

- Kynna *Vináttu* sem tæki við kennslu og uppeldi, rannsóknir sem verkefnið byggir á og staðreyndir um einelti.
- Sjá til þess að efnið nái fótfestu í og undirbúa þátttakendur í að vera leiðbeinendur í eigin skóla og til að kynna verkefnið fyrir samstarfsfólki, foreldrum og börnum.
- Vekja áhuga þátttakenda á efninu og vilja til að vinna með það. Þátttakendur finnist þeir eiga í verkefninu.
- Öðlast tækifæri til að skiptast á hugmyndum og reynslu.



Uppruni Vináttu

- Barnaheill – Save the Children á Íslandi framleiðia efnið og gefa út með leyfi og í samstarfi við *Red barnet* og *Mary Fonden* í Danmörku, sem þróuðu efnið og gáfu fyrst út árið 2007.
- Í Danmörku: Unnið er með Vináttu í
  - 60% leikskóla
  - 40% ungbarnaskóla- og vöggustofa
  - 45% grunnskóla
- Markmið *Mary Fonden*: ,,að vinna að verkefnum sem fyrirbyggja félagslega einangrun, hjálpa þeim sem eru félagslega einangraðir, að hvetja til skilnings á gildi fjölbreytileikans og skapa von.”

Um Barnaheill

- Barnaheill og Red barnet eru hluti af hluti af *Save the Children international* og eru frjáls félagasamtök (NGO).
- Ein elstu frjálsu félagasamtök í heimi og þau stærstu sem vinna að réttindum barna um allan heim – um 25.000 starfsmenn
- 30 lönd meðlimir – starfa í yfir 120 löndum. Bæði innanlandsverkefni og þróunarsamvinna / neyðaraðstoð
- Snerta líf hátt í 160 milljón barna á ári, þ.a. beinn stuðningur við hátt í 60 millljónir barna
- Barnasáttmáli Sameinuðu þjóðanna er leiðarljós í öllu starfi.

Barnaheill

NÁUM ÁTTUM

VERNDARAR BARNA
BLÁTT ÁFRAM

SAMAN

DAGUR MANNRÉTTINDA BARNA

PIPPI OF TODAY

Lína - Það er ég!

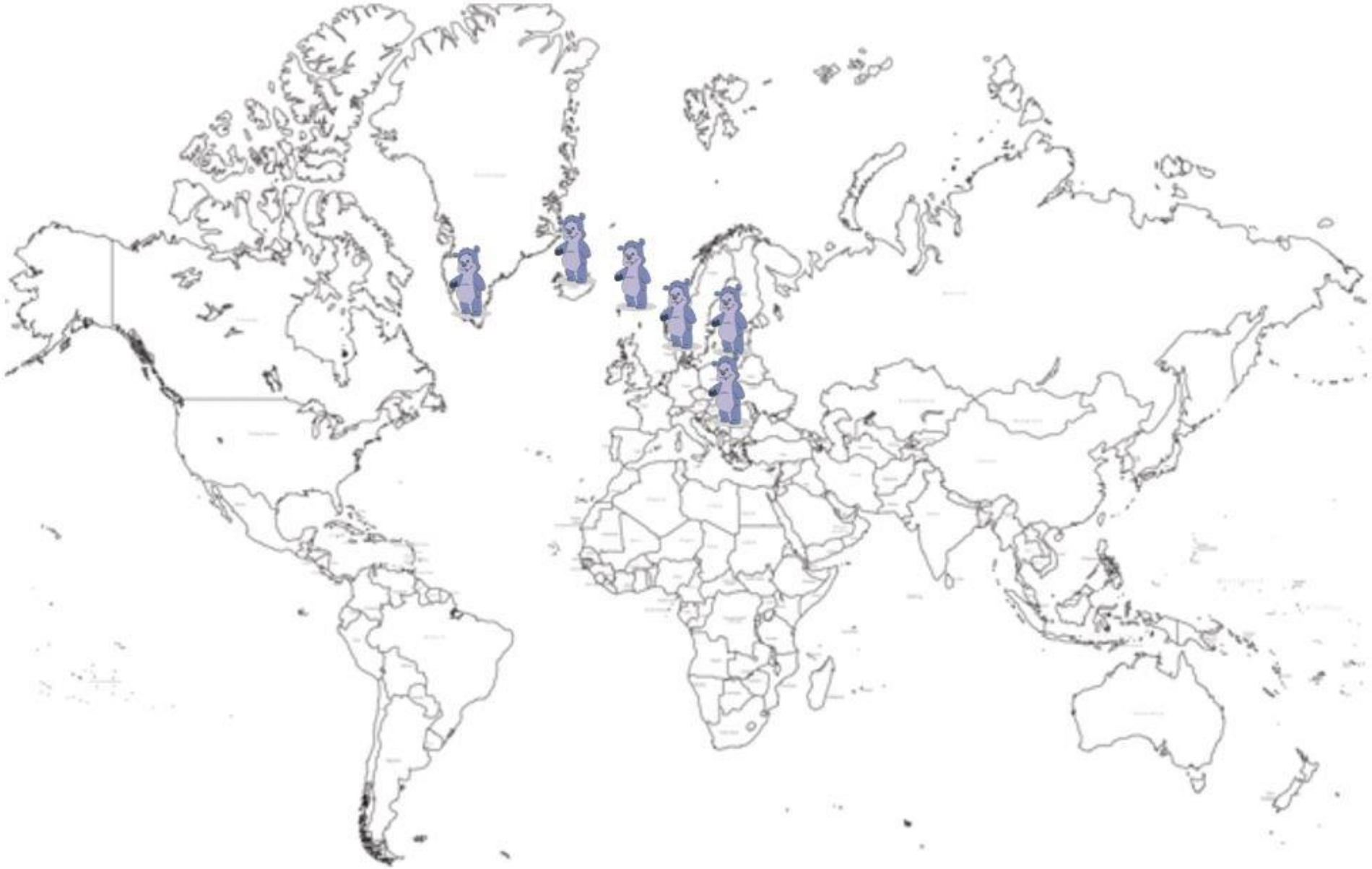
UNGHEILL
Ungmennaráð Barnaheilla

Barnaheill

Vinátta er ætluð börnum á aldrinum 0-9 ára

Þrenns konar töskur með efni

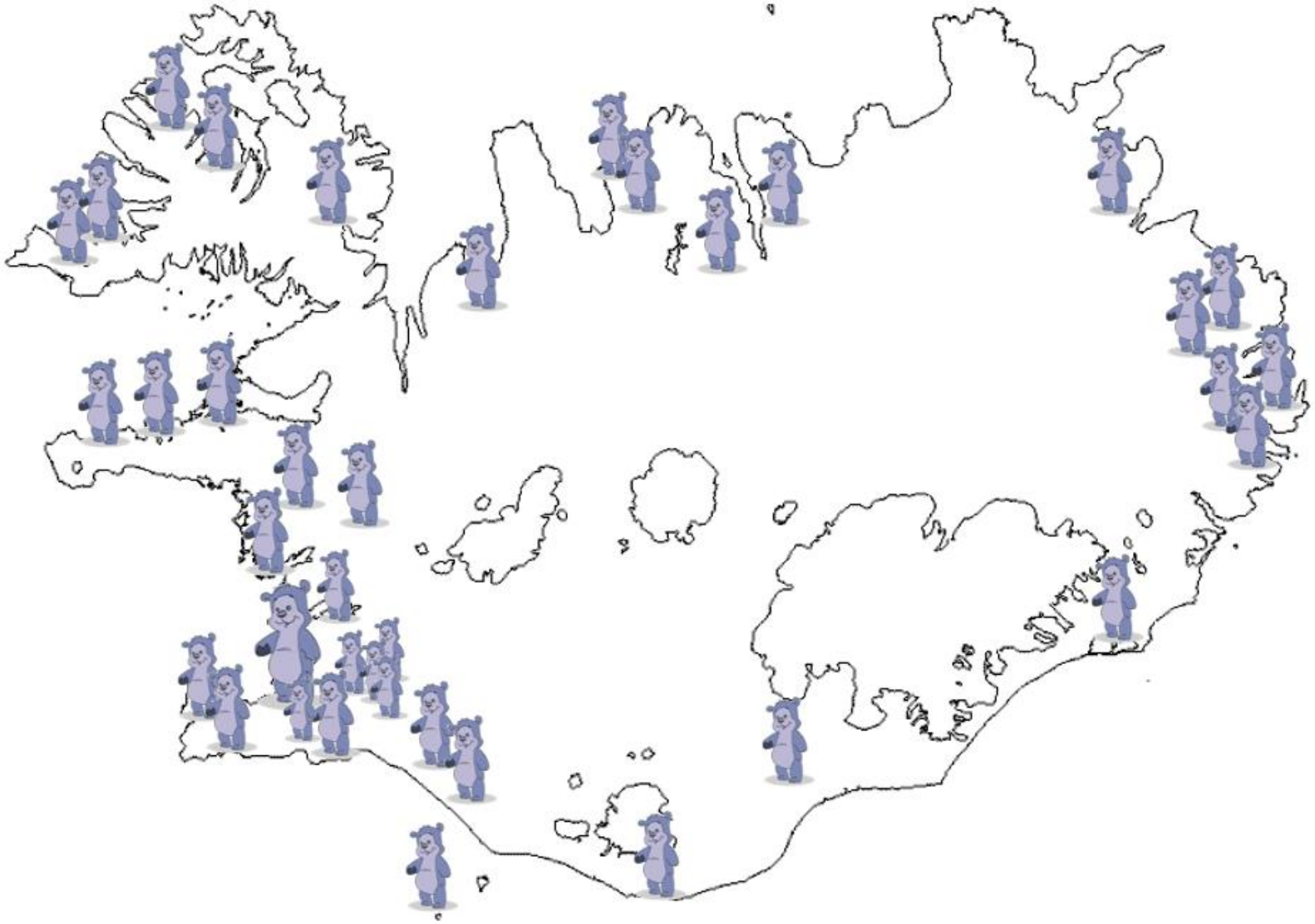
Vinátta er víða og fleiri lönd sýna námsefninu áhuga



- Ísland
- Danmörk
- Eistland
- Færeyjar
- Grænland
- Rúmenía

Vinátta á Íslandi

- 2014 – 2015: Efni fyrir 3–6 ára tilraunakennt í 6 leikskólum.
- 2016: Efni fyrir 3ja-6 ára gefið út að nýju
- 2017: Tilraunakennsla með grunnskólaefni Vináttu í 20 grunnskólum
- 2019: Efni fyrir 0-3ja ára gefið út
- 2020: 147 Vináttuleikskólar (um 60% leikskóla landsins).
- 2020: Grunnskólaefni kemur út í endurbættri útgáfu



Barnaheill

Verndari Vináttu á Íslandi

Hr Guðni Th Jóhannesson,
forseti Íslands

Barnaheill

Hvað er *Vinátta?*

- Forvarnaverkefni gegn einelti og útilokun
- Byggist á nýjustu rannsóknum á einelti; eXbus www.exbus.dk
- Tæki til að
  - efla félagsfærni barna
  - styrkja sjálfsmynd þeirra
  - stuðla að jákvæðum samskiptum og góðum skólabrag

Af hverju forvarnir gegn einelti svona snemma?

- Stríðni og einelti þekkist hjá börnum allt niður í leikskóla og getur hafist með; ...*þú mátt ekki vera með í leiknum, ...ég vil ekki leiða þig....*
- Mikilvægt að takast á við og fyrirbyggja og búa börnum umhverfi þar sem einelti nær ekki að þrífast.

Markmið *Vináttu* - Fri for mobberi er…

- að koma í veg fyrir og minnka einelti í leik- og grunnskólum
- að starf skólanna, áætlanir og viðhorf tryggi börnum umhverfi þar sem einelti nær ekki að þrífast.
- að þróa nýjar aðferðir og verkfæri til forvarna fyrir leik- og grunnskóla.
- að stuðla að rannsóknum á einelti.

Vinátta er forvarnaefni sem er ætlað
að stuðla að jákvæðum samskiptum
og koma í veg fyrir einelti

Barnaheill

Vináttа byggir á…

- Nýjustu rannsóknum á einelti; eXbus www.exbus.dk
- Ákveðinni hugmyndafræði og gildum sem flettast inn í allt skólastarf og raunhæf verkefni fyrir börn, starfsfólk og foreldra

Skilgreining *Vináttu* á einelti

- Einelti er flókið fyrirbæri en mikilvægt er að foreldrar og starfsfólk skóla hafi sameiginlegan skilning á hugtakinu.
- Í *Vináttu* er gengið út frá því því að:
  - Einelti sé hópfyrirbæri
  - Einelti sé oftast kerfisbundið og markvisst
  - Einelti geti verið beint eða óbeint í formi útilokunar
  - Einelti eigi sér stað í félagslegu umhverfi sem barnið hefur ekkert val um að vera í

(Rabøl Hansen og Henningsen, 2010)

Ólíkar birtingarmyndir eineltis – fela þó allar í sér niðurlægingu

Barnaheill

Niðurlægjandi athugasemdir, t.d hvað varðar útlit, klæðnað eða athafnir, uppnefni, fliss eða augngotur.

Útskúfun og afskiptaleysi. Barn má ekki vera með í leik eða er ekki boðið með á atburði, s.s. í afmæli. Það er ekki látið vita þegar eitthvað stendur til. Ekki er tekið tillit til skoðanna og tillagna einstaklings, þær eru virtar að vettugi.

Eigum er stolið, þær vanvirtar eða eyðilagðar.

Einstaklingur er þvingaður til að gera eitthvað sem brýtur niður sjálfsvirðingu hans og stríðir gegn réttlætiskennd.

Líkamlegt ofbeldi.

Sögusagnir og lygi eru bornar út um einstakling eða fjölskyldu hans.

Nánast hvað sem er getur verið notað sem fóður í einelti

- Útlit, framkoma, skoðanir, hæfileikar, veikleikar eða styrkleikar.
- Getur einnig verið vegna afbrýðisemi, öfundar, valdabaráttu, hefndar eða vinsælda.
  - Því getur hver sem er lent í einelti.
- Eitthvað ákveðið útlit, athafnir eða eiginleikar eru viðurkenndir sem þeir ,,réttu“ í hópnum og annað er ekki viðurkennt.
- Ákveðin viðmið um hvað sé rétt eða rangt, hvað má og hvað ekki. Viðmiðin eiga þó bara við um suma og er jafnvel breytt eftir hentugleika.
- Mikilvægt er að þegar tekið er á einelti, sé ekki gert ráð fyrir að sá sem lendir í einelti þurfi að breyta klæðnaði eða öðru til að þóknast hópnum, heldur sé unnið með samskiptin í hópnum og virðingu fyrir margbreytileikanum.

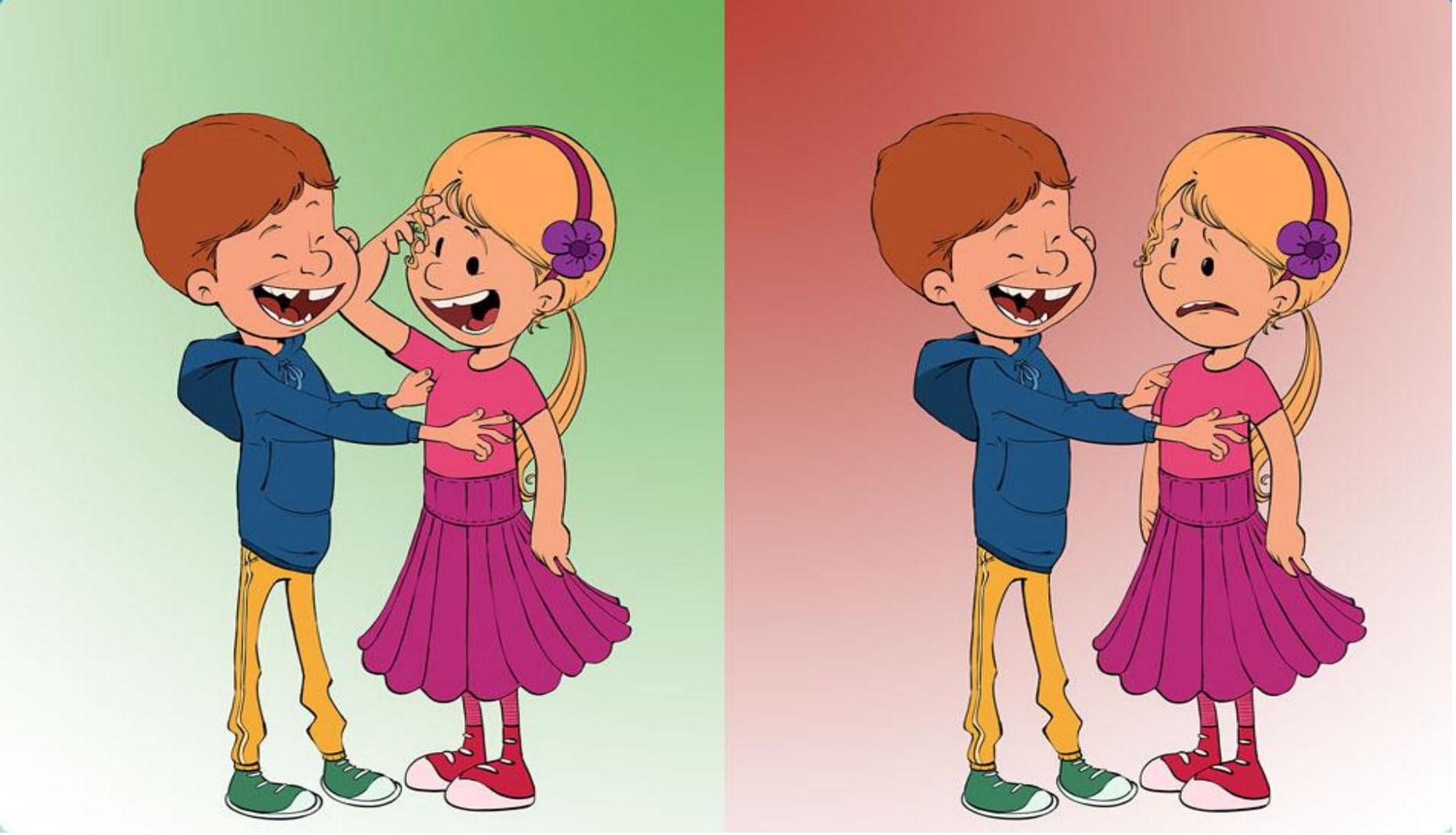
Birtingarmyndir eftir kynjum...

Stúlkur:
Minna sýnilegt
Útilokun
Rógburður, látbragð, svipbrigði, osfrv.

Drengir:
Sýnilegra
Líkamlegra
Pústrar og slagsmál

Barnaheill

Ekki eru öll neikvæð samskipti endilega einelti



Að grínast og stríða

- Að stríða er á kostnað einhvers annars sem líður illa þegar honum er strítt
- Að grínast- allir eru að skemmta sér saman
- Mikilvægt að gera greinarmun á þessu og hjálpa börnunum til að skilja muninn- tengja við eigin reynslu.
- Þó að stríðni teljist ekki af hinu góða, þarf hún ekki að vera einelti.

Leikur eða stríðni?

Afleiðingar eineltis

Barnaheill

Því lengur sem einelti fær að þrífast, því alvarlegri áhrif getur það haft á þann sem fyrir því verður.

- Sjálfsmynd viðkomandi er markvisst brotin niður og fer hann jafnvel að trúa því að hann eigi eineltið skilið og sé lítils virði.
- Við langvarandi einelti getur hegðun og framkoma hans breyst og hann verður ýmist hlédrægur, eða ágengur til að reyna að öðlast viðurkenningu.
- Hann missir trúna á sjálfum sér og missir traust til annarra.
- Einelti getur líka valdið líkamlegum kvillum, s.s. verkjum í höfði og maga auk streitu. Hann vill oft ekki fara í skólann og ber fyrir sig vanlíðan.

Þeir sem hafa lent í langvarandi einelti geta átt erfitt með að tengjast öðrum tilfinningaböndum og/eða að trúa því að þeir séu metnir að verðleikum. Höfnunartilfinningin er sterk.

Til lengri tíma getur einelti valdið kvíða og þunglyndi. Því er mikilvægt að þeir fái aðstoð við að byggja upp sjálfstraust og efla sjálfsmynd, en allra mikilvægast er að fyrirbyggja einelti.

Grípum inn í og aðstoðum

- Mikilvægt að þeir sem lenda í einelti fái aðstoð við að byggja upp sjálfstraust og efla sjálfsmynd sína
- Huga líka að líðan og stöðu þeirra barna sem leggja aðra í einelti
- Einelti getur einnig haft áhrif á barnahópinn sem heild.
  - Ákveðin viðmið hafa myndast um hvað sé rétt og rangt í samskiptum og þau þarf að brjóta upp
- Hjálpa börnunum að komast út úr þeim hlutverkum sem þau geta fest í
- Allra mikilvægast er að fyrirbyggja einelti.
- Byggja upp góð samskipti. Ekki gera ráð fyrir að samskipti séu góð- margt sem ekki sést.
- Vinna með gildi Vináttu

Einelti í barna-hópnum

- Þar sem einelti hefur fengið að þrífast í barnahópi hverfur samhygðin með fórnarlambinu (Helle Rabøl Hansen, 2005)
- Bæði fullorðnir og börn segja óhikað að það sé fórnarlambinu sjálfu að kenna að það sé lagt í einelti
- „Siðferðishrun“ á sér stað –hópurinn lokar augunum fyrir eineltinu eða telur það eðlilegt.
- Hópurinn stuðlar jafnvel að því að það er endurtekið aftur
- Hægt er að líta á sem leið til að lifa af í hópnum
- Afskiptaleysi umhverfisins verður eins konar viðurkenning og löggilding eineltisins
- Hjálparhönd frá félaga er sá besti stuðningur sem barn, sem lagt er í einelti getur fengið

Fyrri nálganir á einelti:

Áður var gjarnan litið á einelti sem einstaklingsbundið vandamál

- gerendur væru árásargjarnir einstaklingar með jákvæða afstöðu til ofbeldis, þörf fyrir að stjórna og með litla samúð með fórnarlömbum sínum
- þolendur væru aðgerðarlausir, undirgefnir, kvíðnir, óöruggir og veikburða einstaklingar
- Samkvæmt því væri nálgunin þá:

  Hvað er að Pétri?
  og líklega yrði næst spurt:

  Hvernig getum við refsað honum?

  Hvernig getum við breytt hegðun hans og agað hann?

  (Dorte Marie Søndergaard, 2015)

Ný nálgun á einelti:

Samkvæmt rannsóknum eXbus, sem *Vinátta – Fri for mobberi* byggist á er einelti **félagslegt, menningarlegt og samskiptalegt mein**, en ekki einstaklingsbundið vandamál.

Þá ætti að spyrja eftirfarandi spurninga:

- **-**Hvað gerði það að verkum að slík samskipti áttu sér stað?
- -Hvað er það í menninguna í hópnum sem gerir það að verkum að svo neikvæð samskipti séu til staðar?

Og næsta skref er að spyrja:

- -Hvernig er hægt að breyta menningunni til að auka skilning allra á að í samskiptum við aðra eiga allir að geta komið út með reisn. (Søndergaard, Dorte Marie, 2015)

Barnaheill

Sameiginlegt markmið á að vera:

... að allir komi út úr aðstæðum með reisn – ekki bara sumir. Það er mjög mikilvægt að hafa það í huga. Ef þú sérð til þess að eingöngu sumir komi út með reisn (t.d. fórnarlambið) en stuðlar að aukinni neikvæðni í garð annarra þá breytist ekkert í menningu bekkjarins: Þú hefur einfaldlega fært vandamálið).
(Dorte Marie Søndergaard, 2015)

Vinátta leggur áherslu á að skoða hópinn sem heild og samskiptamynstur, en ekki einblína á að einhver sé slæmur og annar góður, ekki á geranda og þolanda.

- Sami einstaklingur getur verið í mismunandi hlutverki í mismunandi aðstæðum; gerandi, þolandi eða sá sem stendur hjá.
- Menningin í hópnum er það sem á að skoða og vinna með.

Þrjú lykilatriði:

1.
Bregðast við þeim aðstæðum sem koma upp.

2.
Sjá til að allir komi með reisn út úr aðstæðum.
– Ekki búa til sökudólga og fórnarlömb.

3.
Koma í veg fyrir að þetta gerist aftur. Hvernig getum við breytt aðstæðum og umhverfi barnanna til að tryggja það?

Hvar þrífst einelti?

- Í aðstæðum og umhverfi þar sem umburðarlyndi skortir gagnvart margbreytileikanum.
- Í umhverfi sem börn hafa ekkert val um að vera í og komast ekki burt úr, svo sem skóla eða bekkjardeild.
- Þar sem eru ákveðin viðmið um hvað sé rétt eða rangt, hvað má og hvað ekki. Viðmiðin eiga þó bara við um suma og er jafnvel breytt eftir hentugleika.
- Einnig vegna afbrýðisemi, valdabaráttu, hefndar eða vinsælda.
- Skortur er á samhygð og góðum félagsanda.
- Eigi hópurinn sér engin sameiginleg jákvæð gildi getur eineltið orðið „límið“ sem heldur barnahópnum saman.
- Þeir sem standa hjá þora ekki að bregðast við af ótta við að hljóta sömu örlög. Sá sem reynir að brjótast út úr mynstrinu er refsað á ýmsan hátt.

Hvar þrífst einelti ekki?

- Í hópum þar sem gildi margbreytileikans er virt.
- Umburðarlyndi fyrir því að hópurinn er samsettur úr mismunandi einstaklingum með mismunandi einkenni og mismunandi styrkleika.
- Ekki er gert ráð fyrir að einstaklingar breyti einkennum sínum eða útliti til að falla í hópinn.
- Þar er samkennd, börnin njóta virðingar og viðurkenningar og þau finna sér sinn eðlilega sess í hópnum, sama hver þau eru, hvernig þau líta út, hvaða hlutverki þau gegna og hvers þau eru megnug.

Þar er jákvæður og góður skólabragur.

Það er á ábyrgð okkar fullorðna fólksins að búa börnunum þannig umhverfi!

Ábyrgðin er okkar að…

- koma í veg fyrir að jarðvegur skapist fyrir einelti
- tryggja að í hverjum barnahópi sé til staðar góður félagsandi, góður skólabragur og samkennd
- börnin eigi eitthvað sameiginlegt og að hver og einn geti alltaf reynst góður félagi
- tryggja að virðing sé borin fyrir margbreytileikanum
- vera góðar fyrirmyndir í orði og verki

Fullorðnir sem fyrirmyndir

- Með Vináttu geta þeir fullorðnu skoðað sjálfa sig sem fyrirmyndir í framkomu og hegðun og velt fyrir sér hvernig andblæ þeir færa með sér inn í daglegt líf nemenda.

- Mikilvægt er að allir skoði eigin viðhorf, framkomu og nálgun þegar tekist er á við hinar ýmsu aðstæður sem koma upp.
  - Hvernig er talað við börnin?
  - Beita kennara og aðrir starfsmenn skömmum eða reyna að aðstoða nemendur við að leysa sín mál á þann hátt að allir komi með reisn úr aðstæðum og að komið sé í veg fyrir útilokun?

Hlutverk ykkar til að stuðla að vináttu barnanna

- Búið til rétt umhverfi
- Styðjið við hugsanlega vináttu
- Notið húmor
- Virðið alla vináttu
- Setjið tilfinningar í orð
- Sambönd milli samstarfsmanna hafa áhrif á börnin

Vinátta virkar!

Rannsóknir við Háskólann í Hróarskeldu og greiningarstofnanirnar Wilke og Oxford Research hafa sýnt fram á fjölmarga kosti Vináttu:

Börn

- Verða umhyggjusamari og færari að taka tillit hvert til annars
- Hughreysta félaga sína oftar og að hafa frumkvæði að því að grípa inn í ef þau verða vitni að ranglæti.
- Öðlast hugrekki og kjark til að skipta sér af – segja „stopp“
- Taka stundum sjálf ábyrgð á að miðla málum þegar kemur upp ósætti

Foreldrar

- Verða meðvitaðri um eigin ábyrgð og mikilvægi þess að vera góð fyrirmynd í samskiptum
- Gera sér betur grein fyrir mikilvægi þess að vinna með samskipti í barnahópnum til þess að stuðla að vellíðan og fyrirbyggja einelti.

Kennarar

- Telja sig hafa öðlast nýtt og lærdómsríkt sjónarhorn á leikskólastarfið
- Verkefnið í heild stuðlar að þeirra mati að því að kveikja mikilvæga umræðu meðal starfsfólks.

Kynningamyndband um Vináttu:
https://www.youtube.com/watch?v=0oHTY5u_ibU

Barnaheill

Hvað er í töskunum?

Bangsinn Blær

Bangsinn Blær og hjálparbangsar fyrir hvert barn
sem vinnur með verkefnið.
Blær er táknmynd vináttunnar og samhyggðarinnar
Blær minnir okkur á gildi Vináttu.

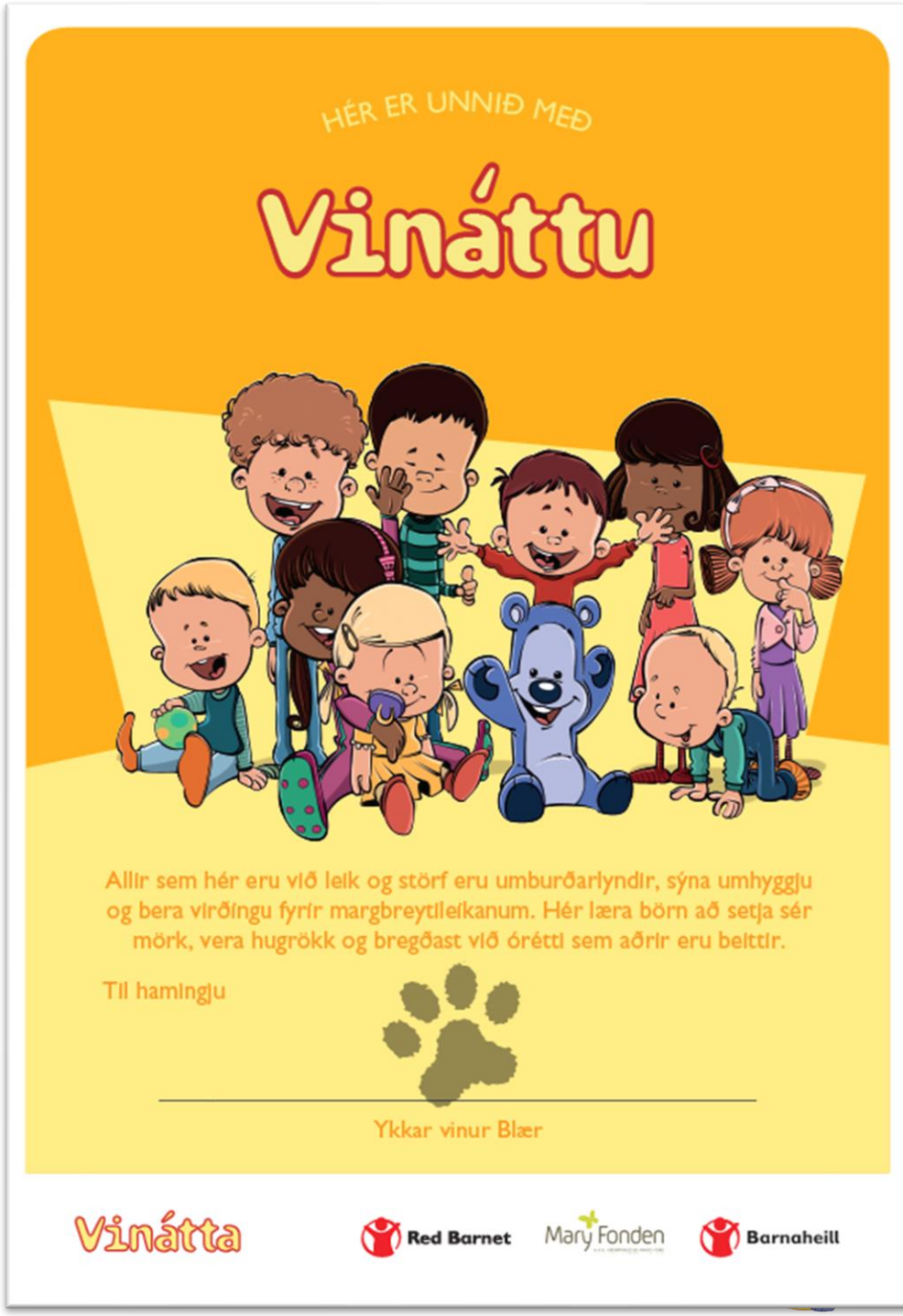
Blær gefur hljóðu börnunum rödd.

Í samverustundum fá mörg börn rödd með því einu að halda
á Blæ eða litla bangsanum sínum.

.

Lítill bangsi fyrir hvert barn sem tekur þátt í Vináttu og póstkort á hvert heimili

Skírteini Vináttu



Ráð til foreldra

Vinátta

Stuðlaðu að góðum samskiptum og vináttu í leikskóla barnsins þíns

Ráð til foreldra

1. Styðjið barnið í því að leika sér við öll börnin í barnahópnum.
2. Ræðið af virðingu um og við önnur börn í barnahópnum jafnt sem foreldra þeirra og starfsfólk.
3. Takið vel á móti nýjum börnum.
4. Styðjið og hvetjið barnið til að segja frá og styðja og verja félaga sína.
5. Hlustið með opnum og jákvæðum huga á aðra foreldra þegar þeir segja frá barni sínu.
6. Verið góðar fyrirmyndir barnsins ykkar í orði og verki.

Vinátta Red Barnet Mary Fonden Barnaheill

Stuðlaðu að góðum samskiptum og vináttu í leikskóla barnsins þíns

- ráð til foreldra

1. Sýndu barninu þínu stuðning í að vera góður félagi allra barnanna í leikskólanum.
2. Talaðu alltaf af jákvæðni um önnur börn í leikskólanum, foreldra þeirra og starfsmenn leikskólans.
3. Komdu á sameiginlegum hefðum með öðrum foreldrum og starfsmönnum leikskólans varðandi afmælisdaga barnanna, heimboð og fleira
4. Hvettu barnið þitt til þess að segja frá og til þess að styðja félaga sína og verja.
5. Hlustaðu á aðra foreldra af jákvæðni þegar þeir tala um málefni barna sinna.
6. Vertu góð fyrirmynd barnsins þíns í orði og verki.

Vinátta

Mary Fonden Barnaheill Red Barnet

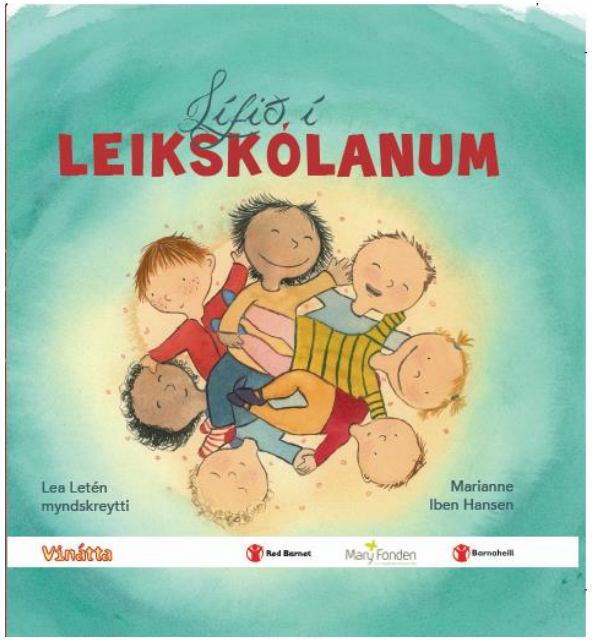
Kennsluhefti

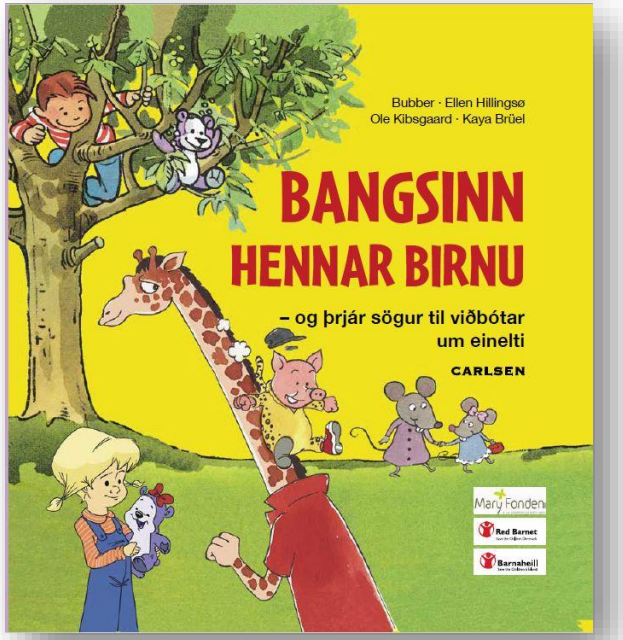
Efnisyfirlit

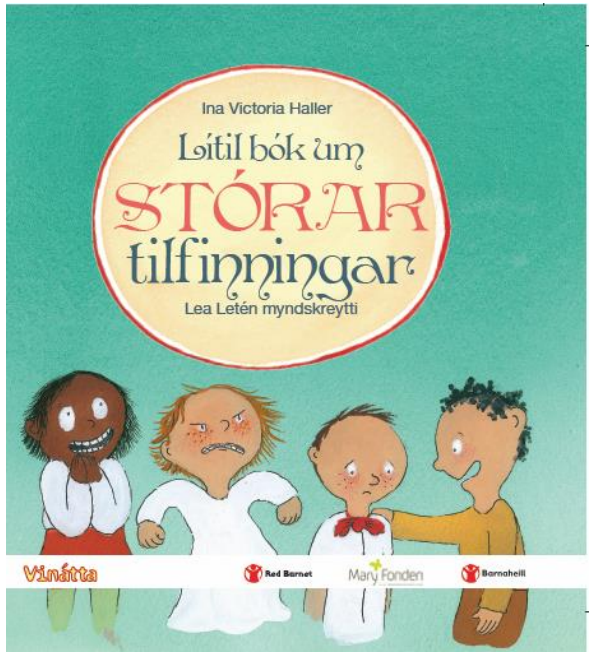
Efnisyfirlit 2
1. kafli - KYNNING 3
2. kafli - HVERJAR ERU RÆTUR EINELTIS? 7
3. Kafli - VERKEFNI STJÓRNANDANS 20
4. Kafli - INNLEIÐING Í DAGLEGT SKÓLASTARF 25
5. Kafli - HLUTVERK STARFSFÓLKSINS 31
6. Kafli - UPPELDISLEG VERKFÆRI FYRIR STARFSFÓLK 35
7. Kafli - SÉRSTAKLEGA VIÐKVÆM BÖRN 41
8. Kafli - FORELDRAR – MIKILVÆGIR STUÐNINGSMENN 44
9. Kafli - VERKFÆRI FYRIR FORELDRASAMSTARF 48
10. Kafli - FJÖLSKYLDUR AF ERLENDUM UPPRUNA 54
11. Kafli – ÁÆTLANIR OG SKIPULAG 58
12. Kafli - VERKEFNI FYRIR BÖRN 68
13. kafli - VERKEFNI FYRIR YNGSTU BÖRNIN 78
14. kafli - LESEFNI FYRIR BÖRN 81
15.kafli - LESEFNI FYRIR STARFSFÓLK 83
16. kafli – SKRÁNINGARBLÖÐ FYRIR TENGSLAMYNSTUR 88

Inngangur 5
1. kafli: Vinátta 6
2. kafli: Hverjar eru rætur eineltis? 10
3. kafli: Vinátta ungra barna 16
4. kafli: Hlutverk starfsfólks 18
5. kafli: Verkefni leiðtogans 22
6. kafli: Hluti af daglegu starfi 24
7. kafli: Uppeldisleg verkfæri fyrir starfsfólk 28
8. kafli: Sérstaklega viðkvæm börn 34
9. kafli: Foreldrar – mikilvægir samstarfsaðilar 36
10. kafli: Verkfæri fyrir foreldrasamstarf 38
11. kafli: Fjölskyldubakgrunnur 44
12. kafli: Taskan opnuð: Svona nýtist efnið 46
13. kafli: Stafrænt efni og yngstu börnin 50
14. kafli: Merkjamál fyrir börn 54
15. kafli: Tengsl *Vináttu* við aðalnámskrá leikskóla, lög og reglur 58
16. kafli: Heimildir 62
Fylgiskjal 1: Yfirlit yfir tengslamynstur – einstaklingar 64
Fylgiskjal 2: Yfirlit yfir tengslamynstur – samantekt 65
Fylgiskjal 3: SMTTE-aðferðin 66

Sögubækur


Lífið í
LEIKSKÓLANUM
Lea Letén
myndskreytti
Marianne
Iben Hansen
Vinátta
Red Barnet
Mary Fonden
Barnaheill


Bubber · Ellen Hillingsø
Ole Kibsgaard · Kaya Brüel
BANGSINN
HENNAR BIRNU
– og þrjár sögur til viðbótar
um einelti
CARLSEN
Mary Fonden
Red Barnet
Barnaheill

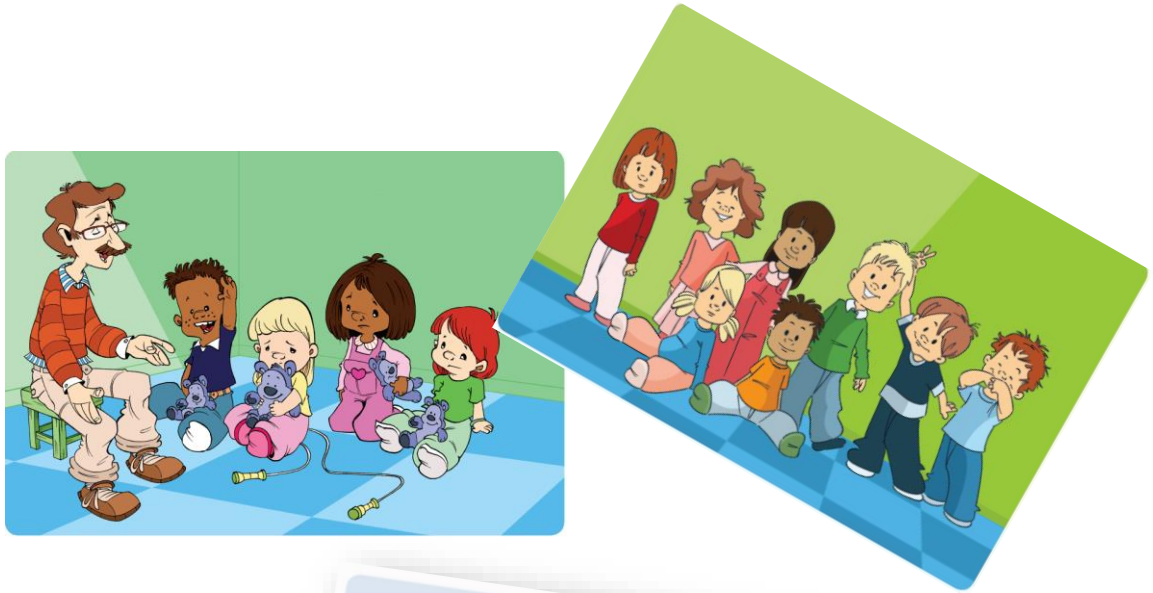

Ina Victoria Haller
Lítil bók um
STÓRAR
tilfinningar
Lea Letén myndskreytti
Vinátta
Red Barnet
Mary Fonden
Barnaheill

Útinámsbók- verkefni og leikir

- Úti sem inni er mikilvægt að hafa gildi og hugmyndafræði Vináttu að leiðarljósi
- Börnin athafna sig á annan máta utandyra og öðlast annars konar reynslu
- Undirbúningur hinna fullorðnu er mikilvægur svo útinámið verði sem markvissast
- Í Vináttu í útivist eru verkefni og leikir sem byggja á samvinnu, hjálpsemi og samkennd umfram samkeppni.

Samræðuspjöld

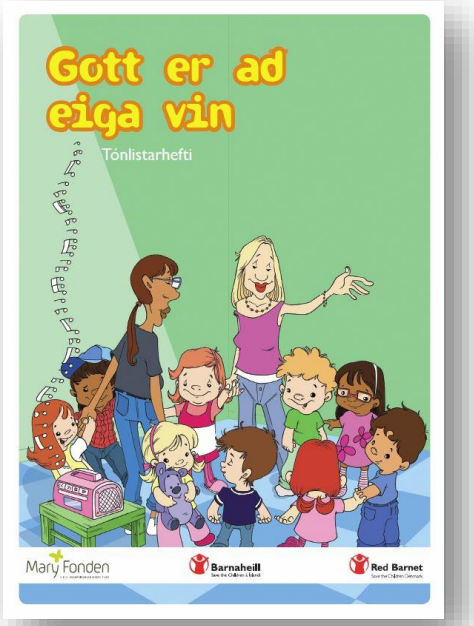
Fyrir nemendur, kennara og foreldra



Verkefnahefti

Formáli		5
1. kafli:	Tónlistarleikir – Gott er að eiga vin	6
2. kafli:	Blær syngur	28
3. kafli:	Nudd getur fyrirbyggt einelti	30
4. kafli	Hópleikir – til að efla félagsanda og samkennd	52
5. kafli:	Litið Blæ bangsa	61

Tónlistardiskur og hefti



Leikur: Lag nr. 8. Ég segi stopp

Ef þú stríðir öðrum
ætla ég að segja stopp. (x2)
Þú stríðir öllum hinum,
hótar mínum vinum
þú æpir og þú lemur fólk.
Þú eltir og þú stríðir
svo öðrum illa líði.
Hættu. Ég segi stopp.
Ég segi stopp.

Ef þú hrekkir aðra
ætla ég að segja stopp. (x2)
Þú hermir eftir öllum
Hlýðir engum köllum
Þú æpir og þú lemur fólk
Þú hrekkja vilt og pína
og segist ver'að grína.
Hættu. Ég segi stopp.
Ég segi stopp.

Tónlistin er á Spotify: *Vinátta – Gott er að eiga vin*

Gott er að eiga vin
- tónlist og taktæfingar

- Börn læra í gegnum hreyfingu og tilfinningar og þess vegna er kjörið að nýta tónlistina í allri vinnu með börnum.
- Með hreyfileikjum og tónlist fá þau tækifæri til að efla félagsfærni sína í öruggu umhverfi með öðrum börnum og fullorðnum sem þau þekkja vel.
- Að auki styrkja leikirnir alla skynjun barnsins, skilning,málgetu og ímyndunarafl.
- Sumir leikirnir eru til að þjálfa börnin í að taka tillit hvert til annars og aðrir snúast um samvinnu.
- Tónlistin er á Spotify:
  - Vinátta – Gott er að eiga vin. Fyrir börn yngri en þriggja ára. https://open.spotify.com/album/5XM2fBSHsyHatU1JYEj9to?si=mtUDViJHSvm5KNWjmPsDEA

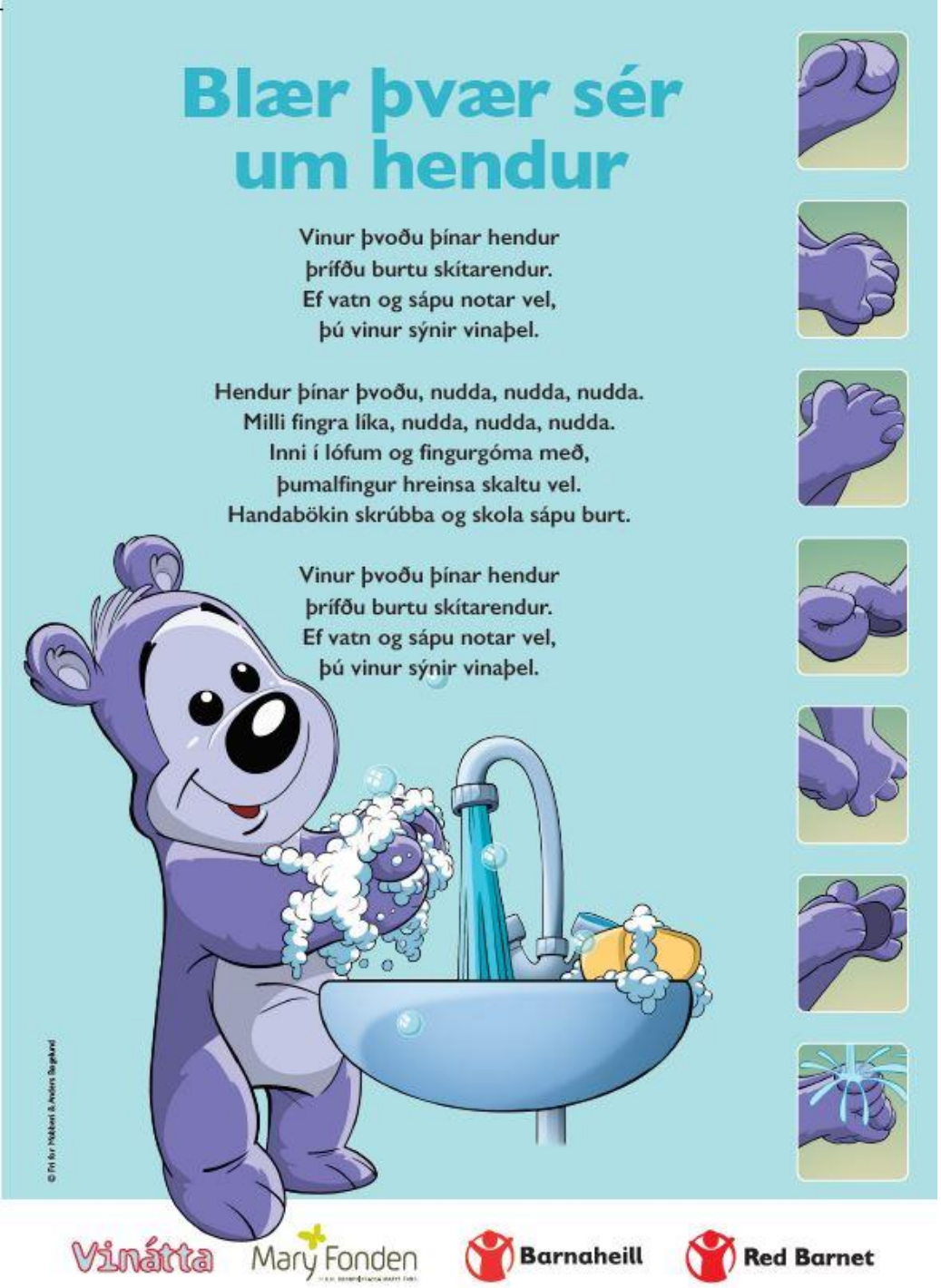
Blær syngur

- Þessi söngur er hugsaður sem einkennissöngur Vináttu.
- Söngtextinn byggist á fjórum gildum Vináttu, umburðarlyndi, virðingu, umhyggju og hugrekki og minnir á að það eigi að vera rými fyrir alla.
- Kjörið er að kenna börnunum sönginn og jafnvel syngja hann í hvert sinn sem þið vinnið með Vináttu.

BLÆR SYNGUR

Ef þú sérð að einhver stríðir
öðrum svo þeim líður illa
skaltu ekki undan líta
látum engan friði spilla
allir krakkar þurfa vini
svo þeim líði betur
þetta vita Jan og Klara, Sigríður og Pétur.

Við skulum standa saman
og reyna öll að sjá
að þó við séum ólík
bæði stór og smá
verum góð og hjálpum
þá verður einhver glaður
hvort sem það er lítil stelpa eða gamall maður.



Barnaheill

Blær þvær sér um hendur

Lagið er að finna á Spotify

Nudd

- Gerir greinarmun á góðri og slæmri snertingu
- Nemendur fá tækifæri til að vera nær hverju öðru
- Meira umburðarlyndi meðal nemenda og þeir samþykkja hver annan
- Minni hávaði, samhyggð
- Vellíðan- börnunum finnst gott að fá nudd
- Umhyggja –börnin njóta þess að nudda og hafa gaman af því
- Samskipti drengja og stúlkna breytast til hins betra
- Læra að setja sér mörk:
  - Má ég nudda þig? – börnin mega alltaf segja nei!
  - Takk fyrir nuddið

Baunapokanudd

Eitt barn í einu leggst á magann á gólfið á teppi eða annað mjúkt undirlag. Einn fullorðinn og kannski eitthvert barnanna leggja baunapoka á mismunandi staði á líkama barnsins. Þegar pokinn er lagður á tiltekinn líkamshluta er sá líkamshluti nefndur samtímis.

Klípusögur

- Til að hefja samræður og skiptast á skoðunum
- Að kynnast nýrri hlið á sjálfum sér og fá að heyra sjónarmið annarra
- Hver hópur fær klípusögu.
- Kortið gengur á milli og hver og einn fær stutta stund til að hugsa sig um, áður en viðkomandi útskýrir hvernig hann/hún myndi strax bregðast við málinu og hvernig hægt sé að koma í veg fyrir að það endurtaki sig.
- Kortið er afhent sessunauti sem rökstyður sín viðbrögð við aðstæðunum og svo koll af kolli þar til kortið er komið hringinn.
- Bíða skal með allar spurningar og rökræður þar til kortið er komið hringinn. Mikilvægt er að ræða saman af virðingu og uppbyggilega og að allir fái að taka til máls.

Næstu skref þegar í skólann er komið

1. Hvenær, hvernig,? Dagskipulag, námsgreinar….
2. Kynning fyrir starfsfólk
3. Kynning fyrir foreldra
4. Kynning fyrir börnin- hvernig er Blær kynnt/ kynntur til sögunnar?

Skipt í hópa eftir skólum.

Kynningamyndband Vináttu: https://www.youtube.com/watch?v=QcLzSVzvyJs&t=7s

Nánari upplýsingar um Vináttu:

- http://www.barnaheill.is Þar eru m.a upplýsingar um verkefnið og kynningarmyndbönd.
- Facebook:
  - Almenn „like“-síða, https://www.facebook.com/vinattuverkefni
  - Lokaður hópur fyrir starfsfólk Vináttuskóla, til að deila upplýsingum og reynslu: **Vinátta - fyrir leikskóla**
- Dönsk vefsíða: http://www.friformobberi.dk/
- Ensk vefsíða: http://freeofbullying.com/
- Barnaheill eru á Instagram – fylgið okkur þar!
- Foreldrabréf á fjölda tungumála: http://www.friformobberi.dk/download/foraeldrebreve-til-boernehave

Barnaheill

Myndband um hugmyndafræði Vináttu:
https://www.youtube.com/watch?v=ElBPtRq0I2k

Barnaheill

Myndband um hugrekki: https://vimeo.com/121450618

Að lokum....

- Við hjá Barnaheillum eigum þá von að innan fárra ára muni einelti meðal barna vera hverfandi.
- Með þátttöku sem flestra leikskóla og grunnskóla í Vináttu leggum við lóð á þær vogaskálar.

Takk fyrir ☺