

ZIPPYS VENNER



3. OPPLAG 2017





Å RUSTE BARN

«Å RUSTE BARN TIL Å MØTE LIVSENS OPPGÅVER OG MEISTRE UTFORDRINGAR SAMAN MED ANDRE OG GI KVAR ENKELT ELEV KOMPETANSE TIL Å TA HAND OM SEG SJØLV OG SITT LIV, OG SAMTIDIG OVERSKOTT OG VILJE TIL Å VERE ANDRE TIL HJELP.»

Utdrag frå Kunnskapsløftet

Voksne for Barn har trua på at barn kan rustast for dei påkjenningane og utfordringane dei møter i livet. Ved å la barna vere med på å påverke det som vedkjem dei, lærer dei å tru på seg sjølve og eigen styrke. Slik blir evna deira til å ta hand om seg sjølve og andre utvikla. Forsking viser at eit godt læringsmiljø er avhengig av eit godt psykososialt miljø.

Derfor driftar Voksne for Barn skuleprogrammet Zippys venner i Noreg.

ZIPPYS VENNER

– for 1.-4. årstrinn i barneskulen

Zippys venner er eit tiltak for å jobbe systematisk med å fremje god psykisk helse og eit godt psykososialt miljø på barneskulen.

PROGRAMMET HAR SOM MÅLSETTING Å LÆRE BARN

- › å meistre utfordringar og problem i dagleglivet
- › å identifisere og snakke om kjensler
- › å støtte andre som har det vanskeleg

ZIPPY 1.-2. TRINN

Programmet er basert på historier om pinnedyret Zippy og vennene hans, utfordringane og problema deira. Barna skal sjølve finne løysingar på dei forskjellige problema i historiene. Det blir lagt vekt på overføring av læring ved at lærings erfaringar blir gjentekne i stadig nye situasjonar, både i Zippy-timane og i skulekvardagen elles. Gjennom samspel og dialog deler barna opplevingar og erfaringar. Aktiviteten i timane varierer mellom historia om Zippy, teikning, rollespel, øvingar, leik og samtale. Alle historiene har fargerike illustrasjonar. Zippy for 1.-2. trinn inneheld 6 modular à 4 timar. Det er gode erfaringar med å timeplanfeste ein Zippy-time per veke dei to første åra.

Til kvar undervisningstime følgjer ei detaljert lærarrettleiing, samt opplegg for tilpassa undervisning.

Modular for 1.-2. trinn

MODUL 1: Kjensler

- › Å vere lei seg, å vere glad
- › Å vere sint eller irritert
- › Å vere sjalu eller misunneleg
- › Å vere nervøs

MODUL 2: Kommunikasjon

- › Å betre kommunikasjonen
- › Å lytte
- › Kven kan hjelpe
- › Å seie det du egentleg vil seie

MODUL 3: Venner og uvenner

- › Korleis behalde ein venn?
- › Å meistre einsemd og avvising
- › Korleis takle konflikhtar med venner
- › Korleis få nye venner

MODUL 4: Å takle konflikhtar

- › Korleis kjenne igjen ei god løysing
- › Erting og mobbing
- › Å løyse problem
- › Å hjelpe andre med å takle konflikhtar

MODUL 5:

Å takle endringar og tap

- › Endringar og tap er ein del av livet
- › Å meistre dødsfall
- › Besøk på kyrkjegarden
- › Å lære av endring og tap

MODUL 6:

Vi meistarar det saman

- › Ulike meistringsstrategiar
- › Korleis vi hjelper andre
- › Å tilpasse seg nye situasjonar
- › Vi feirar saman

ZIPPY 3.-4. TRINN

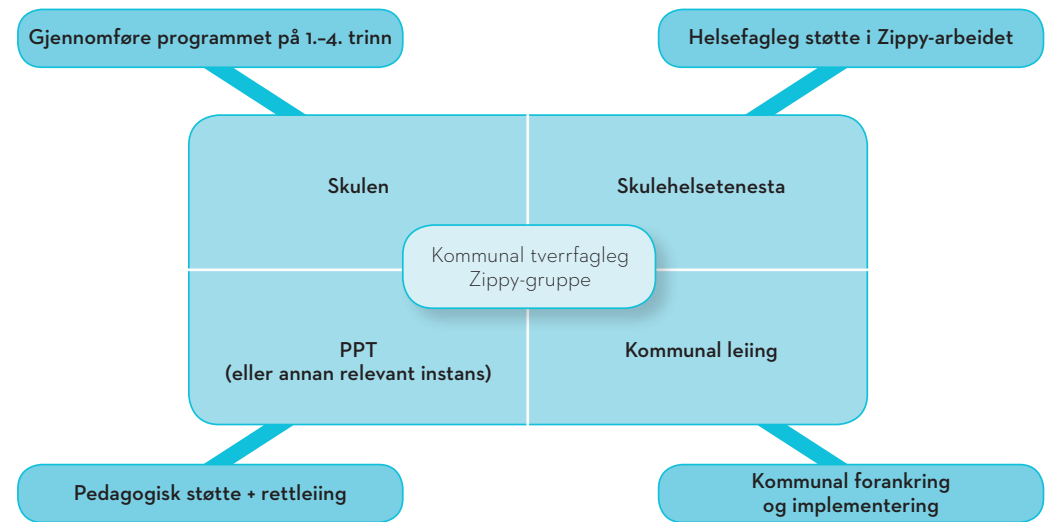
Elevar på 3. og 4. trinn som har gjennomført Zippy 1.–2. trinn fortset med «vidareføringstimar». Her blir søkelyset retta mot å forsterke det elevane har lært, og å arbeide vidare med tema vennskap, kommunikasjon og endringar i livet. Zippy for 3. og 4. trinn har òg fokus på klassemiljøet.

I tillegg til nye historier, er det små filmklipp som utgangspunkt for samtale og aktivitet.




«SOM HELSESØSTER BLIR EG GODT KJEND MED LÆRAREN I ZIPPY-TIMANE. DET STYRKER SAMARBEIDET VÅRT. VI ER TO FAGPERSONAR SOM SER ELEVANE MED KVART VÅRT BLIKK, MEN MED EIN FELLES REFERANSE I ZIPPY.»

Helsesøster Stavanger kommune



OPPLÆRING OG GJENNOMFØRING

- › Lærer har hovudansvar for gjennomføringa av Zippys venner kor og foreldresamarbeid inngår.
- › Alle lærarar som skal undervise i Zippy får to dagar med opplæring i programmet saman med skulehelsetenesta, PP-tenesta og eventuelt andre som har eit spesielt ansvar for det psykososiale miljøet på skulen.
- › PP-tenesta eller andre med rettleiarkompetanse har ansvar for minimum 3 erfaringssamlingar med lærarane i i løpet av det første året programmet blir gjennomført. Deretter anbefalar vi ei samling per semester. Dette gir lærarane moglegheita til å utveksle erfaringar og sikrar kvaliteten.
- › Skulehelsetenesta deltek i undervisninga og i erfaringsamlingane.
- › Vi anbefalar skulane å danne nettverk med andre Zippy-skular.
- › Kommunane opparbeider kompetanse til å halde eiga opplæring i samarbeid med Voksne for Barn.
- › Forankring i kommunen og i skuleleiinga er vesentleg for kvalitet, kontinuitet og vidareutvikling av kompetanse. Kommunar og/eller skular må inngå ein gjensidig forpliktande avtale med Voksne for Barn før oppstart.



«VI LÆRER OM AT
**DET FINST MANGE
LØYSINGAR** OG AT
VISS VI PRØVER EI
LØYSING SOM IKKJE
GÅR, KAN VI PRØVE
EI ANNA.»

Elev 3. trinn

«ALLE PÅ MIN SKULE KAN BRUKE OPPFYLGINGSSPØRSMÅLA FRÅ
ZIPPY, DÅ BLIR VI LITT **HYGGELEGARE MOT KVARANDRE.**» *Elev 3. trinn*

MEISTRING

Programmet bygger på kjend teori og empiri om tidleg førebygging og styrking av motstandskraft og meistring.

Kor godt vi meistrar eit problem er ofte avhengig av i kva grad vi får støtte frå andre, enten emosjonell støtte som trøyst, å bli bekrefta og få omsorg eller å få støtte i form av råd og praktisk hjelp. Zippys venner legg stor vekt på dette mellom-menneskelege, gjensidige aspektet ved meistring.

Forskning viser at det er viktig at den enkelte utviklar eit variert og rikt repertoar av meistringsstrategiar, og ei evne til

å bruke dei fleksibelt, tilpassa den enkelte hendinga. Å lære dette tidleg i livet er både helsefremjande og førebygger psykiske problem.

Det systematiske arbeidet i Zippy-timane, som korleis ein kommuniserer med kvarandre og finn gode løysingar, gjer Zippy godt egna for å jobbe med det psykososiale miljøet i skulen.

Mange skular har integrert Zippy som ein del av si heilskaplege satsing på eit godt psykososialt miljø.

ZIPPY VERKAR

BETRE MEISTRING OG FAGLEG FUNGERING

Den nyaste og mest omfattande evalueringa av Zippy er gjennomført i Noreg og viser at barna blir betre til å meistre problem og fungerer betre fagleg samanlikna med barna i ei kontrollgruppe. Tidlegare evalueringar frå Danmark, Litauen og Irland peiker i same retninga: Meistring og sosiale ferdigheiter blir styrkte.

BETRE LÆRINGSMILJØ

Den norske evalueringa påviser òg at klassemiljøet eller læringsmiljøet til barna blir betre når programmet blir gjennomført etter intensjonen. Programmet kan derfor gi eit viktig bidrag til å realisere *retten opplæringslova gir til eit godt fysisk og psykososialt miljø*. Satsinga frå Utdanningsdirektoratet, «Bedre læringsmiljø» 2010–2015, rettar merksemda mot dette. Måla i Zippys venner er samanfallande med fleire kompetanssmål i faga norsk, KRLE og samfunnsfag for 1.–4. trinn.

STYRKER INKLUDERING - MINDRE MOBBING

Nyare forskning peiker på at gode relasjonar mellom elev og lærar og elevar seg imellom er det viktigaste for eit godt læringsmiljø. Zippy-programmet styrker relasjonane i klassen. Den norske studien påviser mindre mobbing i tiltaksklassane samanlikna med kontrollklassane og den irske studien finn at programmet styrker lærar-elevforholdet. Lærarane opplever å få verktøy for å handtere vanskelege situasjonar.

FORELDRE

Foreldra involverast og kan forsterke det barna lærer i Zippy bl.a. gjennom heimeaktivitetar som dei skal gjere saman med barna sine. Det er ein aktivitet/oppgåve for kvar modul i Zippy på 1.–2. trinn, dvs. 6 oppgaver totalt. Foreldre kan òg finne informasjon om Zippy på nettsida vfb.no.

«Å LEGGE VEKT PÅ **GOD
SOSIAL KOMPETANSE
OG MEISTRING I ULIKE
SITUASJONAR I KVARDAGEN**
ER VIKTIG I ARBEIDET MED
ELEVANE! ZIPPY-
PROGRAMMET BELYSER
KOR VIKTIG DET ER Å
LA ELEVANE FÅ **GODE
ERFARINGAR MED Å FINNE
LØYSINGAR SJØLVE.** DETTE
GIR AUKA KJENSLE AV
MEISTRING OG EIT STØRRE
REPERTOAR AV STRATEGIAR.»

Margrethe Beverfjord, inspektør Tingvoll kommune

«EG ER SÅ **TAKKSAM** FOR
AT SKOLEN VÅR SA JA TIL
Å VERE MED PÅ ZIPPYS
VENNER! HEILT ELEMENTÆRE
**TEMA SOM KJENSLE,
VENNSKAP OG KONFLIKT-
HANDTERING** ER SETT INN I
EIN SAMANHENG; EIT VERKTYG
SOM EG SOM LÆRAR TRENG
I MØTE MED ELEVANE MINE.»

Maria Martinsen Sæle, lærar ved Kjøkkelvik skule i Bergen



ORGANISASJONEN VOKSNE FOR BARN

Stortorvet 10 > 0155 Oslo > Tlf: 48 89 62 15 > vfb@vfb.no > vfb.no

**BLI
MEDLEM!**
vfb.no

VOKSNE FOR BARN er ein ideell medlemsorganisasjon som i over 50 år har jobba for barn sine oppvekstvilkår og psykiske helse.

VI VIL

- > sikre at barn og ungdom har dei beste føresetnadene for å vekse opp trygt og godt
- > få og spreie kunnskap om barn sine erfaringar og behov
- > gi barn læring som styrker den psykiske helsa deira
- > hjelpe vaksne som uroar seg for barn

Voksne for Barn har vore sentrale i kampen for lovendringar som forbodet mot å slå barn, barn sin rett til å ha med seg foreldre ved sjukehusinnlegging, og barn sin rett på oppfølging og informasjon når foreldra er alvorleg sjuke.

**Vi har alle eit vaksenansvar. Eit ansvar for å passe på.
For å tilby ei trygg hand når det trengst. For å vere
Voksne for Barn.**



ØNSKER DU MEIR INFO? VFB.NO



VOKSNE FOR BARN har lisens på skuleprogrammet Zippys venner i Norge. Programmet har vore ein del av satsinga Psykisk helse i skulen frå 2007 og er finansiert av Helsedirektoratet.

PARTNERSHIP FOR CHILDREN (Pfc) er ein ideell internasjonal organisasjon som har rettane til det internasjonale programmet Zippy's Friends. Programmet blei utvikla i samarbeid med internasjonale forskarar på feltet førebyggjande psykisk helse. partnershipforchildren.org