

ZIPPYS VENNER



4. OPPLAG 2018





Å RUSTE BARN

«Å RUSTE BARN TIL Å MØTE LIVETS OPPGAVER OG MESTRE UTFORDRINGER SAMMEN MED ANDRE OG GI HVER ENKELT ELEV KYNDIGHET TIL Å TA HÅND OM SEG SELV OG SITT LIV, OG SAMTIDIG OVERSKUDD TIL OG VILJE TIL Å STÅ ANDRE BI.»

Utdrag fra Kunnskapsløftet

Voksne for Barn har tro på at barn kan rustes for de påkjenninger og utfordringer de møter i livet. Ved å la barna være med å påvirke det som angår dem, lærer de å tro på seg selv og egne styrker. De utvikler evne til å ta hånd om seg selv og andre. Forskning viser at et godt læringsmiljø er avhengig av et godt psykososialt miljø.

Derfor drifter Voksne for Barn skoleprogrammet Zippys venner i Norge.

ZIPPYS VENNER

– for 1.-4. årstrinn i barneskolen

Zippys venner er et tiltak for å jobbe systematisk med å fremme god psykisk helse og et godt psykososialt miljø på barneskolen.

PROGRAMMET HAR SOM MÅLSETTING Å LÆRE BARN

- › å mestre dagliglivets utfordringer og problemer
- › å identifisere og snakke om følelser
- › å støtte andre som har det vanskelig

ZIPPY 1.-2. TRINN

Programmet baseres på historier om pinnedyret Zippy og vennene hans, deres utfordringer og problemer. Barna skal selv finne løsninger på de forskjellige problemene i historiene. Det legges vekt på overføring av læring ved gjentakelse av læringserfaringer i stadig nye situasjoner, både i Zippy-timene og i skolehverdagen for øvrig. Gjennom samspill og dialog deler barna opplevelser og erfaringer. Aktiviteten i timene varierer mellom historien om Zippy, tegning, rollespill, øvelser, lek og samtale. Alle historiene har fargerike illustrasjoner. Zippy for 1.-2. trinn inneholder 6 moduler à 4 timer. Det er gode erfaringer med å timeplanfeste én Zippy-time per uke de to første årene.

Til hver undervisningstime følger en detaljert lærerveiledning, samt opplegg for tilpasset undervisning.

Moduler for 1.-2. trinn

MODUL 1: Følelser

- › Å være lei seg, å være glad
- › Å være sint eller irritert
- › Å være sjalu eller misunnelig
- › Å være nervøs

MODUL 2: Kommunikasjon

- › Å bedre kommunikasjonen
- › Å lytte
- › Hvem kan hjelpe
- › Å si det du egentlig vil si

MODUL 3: Venner og uvenner

- › Hvordan beholde en venn?
- › Å mestre ensomhet og avvisning
- › Hvordan takle konflikter med venner
- › Hvordan få nye venner

MODUL 4: Å takle konflikter

- › Hvordan gjenkjenne en god løsning
- › Erting og mobbing
- › Å løse problemer
- › Å hjelpe andre med å takle konflikter

MODUL 5:

Å takle forandringer og tap

- › Forandringer og tap er en del av livet
- › Å mestre dødsfall
- › Besøk på kirkegården
- › Å lære av forandring og tap

MODUL 6:

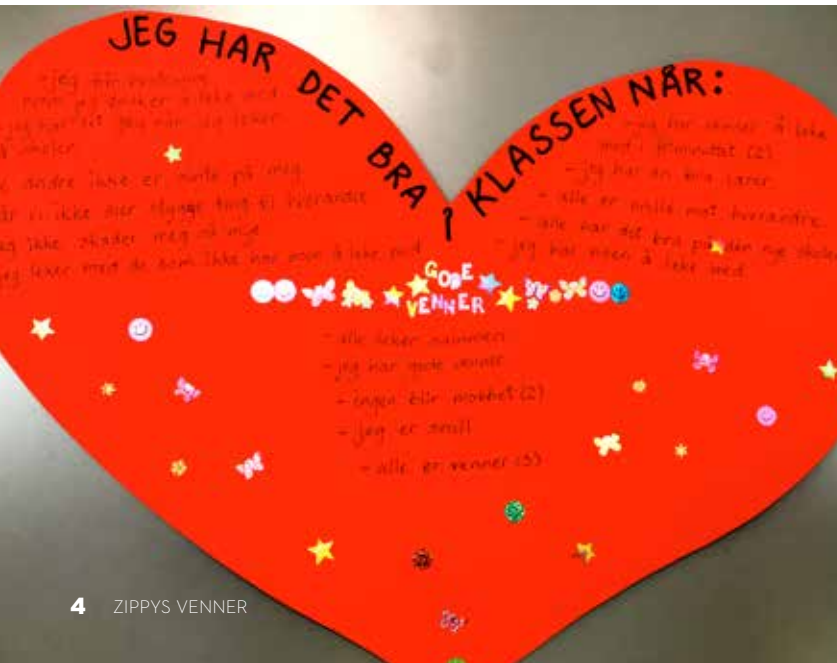
Vi mestrer det sammen

- › Ulike mestringsstrategier
- › Hvordan vi hjelper andre
- › Å tilpasse seg nye situasjoner
- › Vi feirer sammen

ZIPPY 3.-4. TRINN

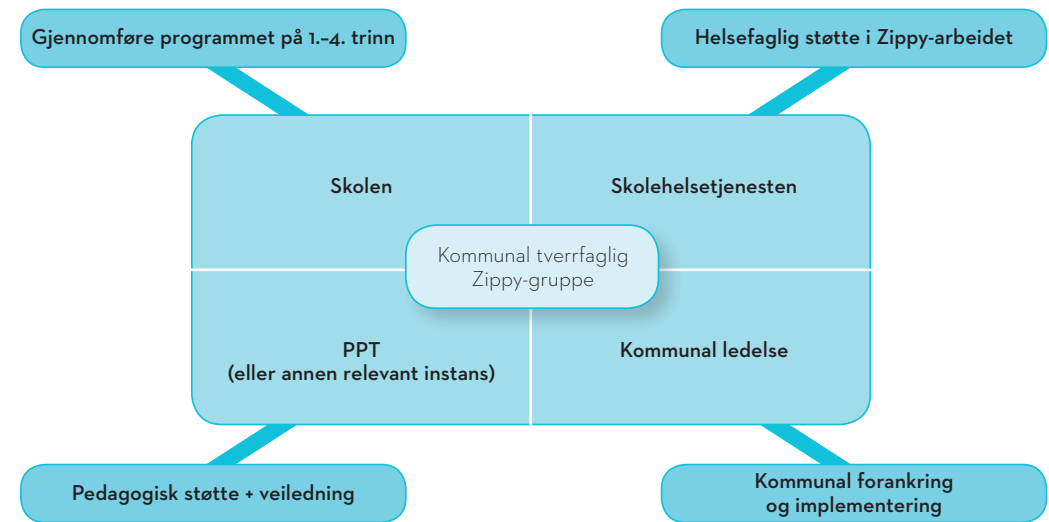
Elever på 3. og 4. trinn som har gjennomført Zippy 1.–2. trinn fortsetter med «videreføringstimer». Her fokuseres det på å forsterke det elevene har lært og å arbeide videre med temaene vennskap, kommunikasjon og forandringer i livet. Zippy for 3. og 4. trinn har også fokus på klassemiljøet.

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



«SOM HELSESØSTER BLIR JEG GODT KJENT MED LÆRER I ZIPPY-TIMENE. **DET STYRKER SAMARBEIDET VÅRT.** VI ER TO FAGPERSONER SOM SER ELEVENE MED HVERT VÅRT BLIKK, MEN MED EN FELLES REFERANSE I ZIPPY.»

Helsesøster Stavanger kommune



OPPLÆRING OG GJENNOMFØRING

- › Lærer har hovedansvar for gjennomføringen av Zippys venner hvor også foreldresamarbeid inngår.
- › Alle lærere som skal undervise i Zippy får en todagers opplæring i programmet sammen med skolehelsetjenesten, PP-tjenesten og eventuelt andre som har et spesielt ansvar for skolens psykososiale miljø.
- › PP-tjenesten eller andre med veilederkompetanse har ansvar for minimum 3 erfaringsamlinger med lærerne i i løpet av det første året programmet gjennomføres. Deretter anbefales en samling per semester. Dette gir lærerne mulighet for erfaringsutveksling og sikrer kvalitet.
- › Skolehelsetjenesten deltar i undervisning og i erfaringsamlingene.
- › Skoler anbefales å danne nettverk med andre Zippy-skoler.
- › Kommunene opparbeider kompetanse til å holde egen opplæring i samarbeid med Voksne for Barn.
- › Forankring i kommunen og i skoleledelsen er vesentlig for kvalitet, kontinuitet og videreutvikling av kompetanse. Kommuner og/eller skoler må inngå en gjensidig forpliktende avtale med Voksne for Barn før oppstart.



«VI LÆRER OM AT
**DET FINNES MANGE
LØSNINGER** OG AT
HVIS VI PRØVER EN
LØSNING SOM IKKE
GÅR, KAN VI PRØVE
EN ANNEN.»

Elev 3. trinn

«ALLE PÅ MIN SKOLE KAN BRUKE OPPFØLGINGSSPØRSMÅLENE FRA
ZIPPY, DA BLIR VI LITT **HYGGELIGERE MOT HVERANDRE.**» *Elev 3. trinn*

MESTRING

Programmet bygger på kjent teori og empiri om tidlig forebygging og styrking av motstandskraft og mestring.

Hvor godt vi mestrer et problem er ofte avhengig av i hvilken grad vi får støtte fra andre, enten emosjonell støtte som trøst, bekreftelse og omsorg eller støtte i form av råd og praktisk hjelp. Zippys venner legger stor vekt på dette mellommenneskelige, gjensidige aspektet ved mestring.

Forskning viser at det er viktig at den enkelte utvikler et variert og rikt repertoar av mestringsstrategier, og en evne til å bruke

dem fleksibelt, tilpasset den enkelte hendelsen. Å lære dette tidlig i livet er både helsefremmende og forebygger psykiske problemer.

Det systematiske arbeidet i Zippy-timene, som hvordan man kommuniserer med hverandre og finner gode løsninger, gjør Zippy godt egnet for å jobbe med det psykososiale miljøet i skolen.

Mange skoler har integrert Zippy som en del av sin helhetlige satsning på et godt psykososialt miljø.

ZIPPY VIRKER

BEDRE MESTRING OG FAGLIG FUNGERING

Den nyeste og mest omfattende evalueringen av Zippy er gjennomført i Norge, og viser at barna blir bedre til å mestre problemer og fungerer bedre faglig sammenliknet med barna i en kontrollgruppe. Tidligere evalueringer fra Danmark, Litauen og Irland peker i samme retning: mestring og sosiale ferdigheter styrkes.

BEDRE LÆRINGSMILJØ

Den norske evalueringen påviser også at barnas klassemiljø og læringsmiljø blir bedre når programmet gjennomføres etter intensjonen. Programmet kan derfor gi et viktig bidrag til å realisere opplæringslovens *rett til et godt fysisk og psykososialt miljø* som Utdanningsdirektoratets satsning «Bedre læringsmiljø» 2010–2015, setter fokus på. Målene i Zippys venner er sammenfallende med flere kompetansemål i fagene norsk, KRLE og samfunnsfag for 1.–4. trinn.

STYRKER INKLUDERING - MINDRE MOBBING

Nyere forskning peker på at gode relasjoner mellom elev og lærer og elever seg imellom er det viktigste for et godt læringsmiljø. Zippy-programmet styrker relasjonene i klassen. Den norske studien påviser mindre mobbing i tiltaksklassene sammenliknet med kontrollklassene og den irske studien finner at programmet styrker lærer-elevforholdet. Lærerne opplever å få verktøy for å håndtere vanskelige situasjoner.

FORELDRE

Foreldrene involveres og kan forsterke det barna lærer i Zippy bl.a. gjennom hjemmeaktiviteter som de skal gjøre sammen med barna sine. Det er én aktivitet/oppgave for hver modul i Zippy på 1.–2. trinn, dvs. 6 oppgaver totalt. Foreldre kan også finne informasjon om Zippy på nettsiden vfb.no.

«Å LEGGE VEKT PÅ **GOD SOSIAL KOMPETANSE OG HVERDAGSMESTRING I ULIKE SITUASJONER**

ER VIKTIG I ARBEIDET
MED ELEVENE! ZIPPY-
PROGRAMMET BELYSER
VIKTIGHETEN AV Å LA
ELEVENE FÅ **GODE
ERFARINGER MED SELV Å
FINNE LØSNINGER.** DETTE
GIR ØKT MESTRINGSFØLELSE
OG ET STØRRE REPERTOAR
AV STRATEGIER.»

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, lærer ved Kjøkelvik skole 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 en ideell medlemsorganisasjon som i over 50 år har jobbet for barns psykiske helse og oppvekstvilkår.

VI VIL

- › sikre at barn og ungdom har de beste forutsetninger for å vokse opp trygt og godt
- › få og spre kunnskap om barns erfaringer og behov
- › gi barn læring som styrker deres psykiske helse
- › hjelpe voksne som har bekymringer for barn

Voksne for Barn har vært sentrale i kampen for lovendringer som forbudet mot å slå barn, barns rett til ha med seg foreldre ved sykehusinnleggelse, og barns rett på oppfølging og informasjon når foreldrene er alvorlig syke.

**Vi har alle et voksenansvar. Et ansvar for å passe på.
For å tilby en trygg hånd når det trengs. For å være
Voksne for Barn.**



ØNSKER DU MER INFO? VFB.NO



VOKSNE FOR BARN har lisens på skoleprogrammet Zippys venner i Norge. Programmet har vært en del av satsningen Psykisk helse i skolen fra 2007 og er finansiert av Helsedirektoratet.

PARTNERSHIP FOR CHILDREN (Pfc) er en ideell internasjonal organisasjon som har rettighetene på det internasjonale programmet Zippy's Friends. Programmet ble utviklet i samarbeid med internasjonale forskere på feltet forebyggende psykisk helse. partnershipforchildren.org