



2 Sosial kompetanse

I dette kapitlet skal du lære hva sosial kompetanse er, og hvilke ulike egenskaper sosial kompetanse består av. Du skal lære om

VG2

Eleven skal kunne drøfte tiltak som kan bidra til å utvikle den sosiale kompetansen hos barn og unge.

empati, prososiale handlinger, selvhevdelse, selvkontroll og lek, glede og humor. Du skal også få innsikt i hvorfor det er viktig for barn og unge å tilegne seg sosial kompetanse, og hva du som barne- og ungdomsarbeider kan gjøre for å støtte denne utviklingen i arbeidet ditt i barnehagen, på SFO eller i klubben.



- Hvilke egenskaper har mennesker som fungerer godt i det sosiale livet?
- Hva er den viktigste egenskapen til disse menneskene?
- Hvilke egenskaper ønsker du hos en god venn når ditt eget liv går bra? Hvilke egenskaper ønsker du at han eller hun har når livet ditt er vanskelig?
- Hva er dine beste egenskaper i møte med andre mennesker?
- Stiller nye og gamle vennskap ulike krav til dine personlige egenskaper?

Hva er sosial kompetanse?

Det fins mange definisjoner av hva sosial kompetanse er. Det kan defineres som de kunnskaper, ferdigheter, holdninger og den motivasjon mennesket trenger for å mestre de miljøene det oppholder seg i. Den amerikanske psykologen Urie Bronfenbrenner sier om sosial kompetanse: «Behovet for samvær er menneskelig og medfødt, men evnen til å omgås andre må vi læres opp til.» Sosial kompetanse handler med andre ord om å utvikle en del egenskaper som vi er født med, men som ikke bare kommer på plass av seg selv.

Barn og unge må ha noen kunnskaper om hvilke væremåter som egner seg i møte med andre, og de må utvikle evnen til å vise disse egenskapene i sine møter med andre. Det er vanskelig å balansere mellom det å være den man er og samtidig tilpasse seg den andres behov. Selvbildet til den enkelte opprettholdes i en balanse mellom å våge å si hva en selv mener og la andre komme til orde og få bestemme.

Hensikten med å lære om sosial kompetanse er at du skal kunne bruke kunnskapen i ditt arbeid med barn og unge.

«Behovet for samvær er menneskelig og medfødt, men evnen til å omgås andre må vi læres opp til.»
Urie Bronfenbrenner



Leken gir barn fellesskap og vennskap, og den utfordrer kreativiteten.

Eksempel

Erlend er 5 år og går i barnehagen. Han sitter i sandkassa sammen med Silje. Plutselig tar Silje spaden fra Erlend. Han blir øyeblikkelig sint og tar spaden tilbake, samtidig som han dytter Silje. Silje gir seg ikke uten kamp. Situasjonen ender med at Silje gråter, og Erlend har vunnet tilbake spaden sin.

Dersom Erlend skal lære å utvise sosial kompetanse, må han få innsikt i situasjonen slik den er. Han må våge å si noe om urettferdigheten i å miste spaden. Samtidig må han kunne høre på Siljes forklaring om hva hun tenkte da hun tok spaden. Var det en misforståelse, eller mangler Silje selvkontroll? Silje gråter, sier unnskyld og er lei seg. Leken er i ferd med å bli ødelagt. Erlend får støtte av den voksne til å finne en løsning som gjør at han kan bruke spaden, og at Silje kan få låne den. Leken gjenopprettes, og glede og humør preger sandkassa.

- Hva tenker du om denne situasjonen?
- Fins det tapere eller vinnere i dette eksemplet?
- Hvem av barna får størst mulighet til å jobbe med å utvikle sin sosiale kompetanse?
- Får ett av barna stimulert sin sosiale kompetanse på bekostning av det andre?
- Hvordan ville du hjulpet Silje og Erlend til å få kunnskaper og ferdigheter om hvordan vi bør omgås hverandre, uten at selvfølelsen reduseres hos noen av partene?

Hvorfor er sosial kompetanse viktig for barn og unge?

Samfunnet som barna skal vokse opp i, er mangfoldig, uoversiktlig og i rask endring. Aldri tidligere har forholdene rundt oss endret seg så raskt, og barn og unge må hver dag forholde seg til mange ulike sosiale arenaer. I tillegg endrer familiemønstrene seg, arbeidsmarkedet endrer seg, teknologien tar stadig større plass, familiene flytter oftere, og barn og unge tilbringer mye tid i organiserte virksomheter som barnehage, skole, SFO, fritidsklubber og idrettslag.



Hvordan skal du som barne- og ungdomsarbeider møte barn, hvis målet er at de skal støttes i å tenke selv og ta ansvar for egen væremåte?

Endringer i samfunnet stiller økte krav til sosial kompetanse.

Atferdsproblemer kan gjøre barn og unge ensomme.

Disse forholdene krever at barn og unge må beherske samfunnet rundt seg og ha tilstrekkelig med sosiale ferdigheter. Uten en grunnleggende sosial kompetanse står de i fare for å falle utenfor. Barn som ikke utvikler sosial kompetanse, vil ofte slite i sitt møte med andre, med samfunnets krav og forventninger og med seg selv og sitt selvbylde. Både i barnehagen og på skolen rapporteres det om et økende antall barn og unge med atferdsproblemer. Barn som skaper konflikter med omgivelsene sine, kan bli ensomme og miste viktig jevnalderskontakt og positiv kontakt med voksne. Andre barn vil etter en stund ikke ha dette barnet med i leken, og på skolen trekker jevnaldrende seg unna.

Kjærlighet, respekt og tilhørighet er viktig og nødvendig for at barndommen og oppveksten skal bli god. Barn med lav sosial kompetanse står i fare for å få for lite av den positive opplevelsen av at samvær med andre gjør godt. Barn og unge som får for liten del i dette, trenger tett voksenkontakt. Som barne- og ungdomsarbeider må du derfor vite hva du skal se etter hos barn og unge når det gjelder utvikling av sosial kompetanse. Du må også ha innsikt i hvordan du kan bidra til å stimulere den sosiale kompetansen hos den enkelte.

Den viktigste forutsetningen for at barn og unge skal utvikle sosial kompetanse og evnen til å kommunisere med andre, er at leken, samværet og hverdagslivet i barnehagen, på SFO eller i klubben ivaretar den enkelte. Barn kan ikke oppdra seg selv. De må lære sosial kompetanse blant annet gjennom å bruke deg som modell for hvordan de skal oppføre seg, knytte vennskap, samarbeide og vise andre respekt.

Barn kan lære vennskap når de ser de voksne samarbeider. De kan lære omsorg og medfølelse når de ser at de voksne avlaster hverandre i arbeidet og gjør gode handlinger mot hverandre. Barn kan lære å si sin mening når de hører at du sier at nok er nok, uten at du samtidig blir sur, fornærmet eller sint. Gjennom tett voksenkontakt kan barn og unge lære seg sosiale ferdigheter og positive samhandlingsmønstre.

Positive aktiviteter medvirker til å stimulere den sosiale kompetansen, og kjærlighet, respekt og tilhørighet er gevinster.

Det er gjennom sosialt samspill i hverdagen og i dagliglivet at barn og unge utvikler selvoppfatning og sosial identitet. Det er i ute- og innelek, i aktiviteter, i samtaler og i læringsoppgaver at barn og unge utvikler evnen til å knytte forbindelser med andre, og lærer å oppleve seg selv og samværet som betydningsfullt. Gjennom positivt samspill vil barn og unge få tro, mot og krefter til å leve et godt liv og ta vare på seg selv og andre.

Leken stiller store krav til det enkelte barns sosiale kompetanse.

Sosial kompetanse og lek

Leken er den mest naturlige samværsformen for barn. Leken inviterer dem til å være kreative og skapende. Barn er frie, og det meste er mulig. For de fleste barn er leken utviklende. De øver på sin sosiale kompetanse, og de er kreative. De øker sin forståelse av verden rundt seg, og de øver på ulike ferdigheter når de bygger, er i rollelek, skaper eller danser.

For et barn med lav sosial kompetanse kan leken være utfordrende og vanskelig. Dersom leken allerede er i gang og et barn vil forsøke å bli med, viser det seg at det bruker opptil 15 ulike strategier for å komme med i leken. Det å vite hva du skal gjøre for å bli med i leken når de andre leker mor, far og barn, krever høy kompetanse. Skal barnet for eksempel si: «Kan jeg være med?» Eller skal barnet si: «Hei, jeg heter tante Eva, og jeg kommer på besøk»? For barn med lavt utviklet sosial kompetanse, er dette en svært krevende situasjon.

Hvis et barn allerede har hatt mange nederlag, kan for eksempel veien til å prøve å bli med i en byggelek begynne destruktivt med at det river ned tårnet de andre har bygd. Nok et nederlag er et faktum.

Den voksnes tilstedeværelse i leken kan støtte barnet i å utvikle lekekompetanse, finne inngangsreplikker og utvikle leken.

Maktstrukturer i leken

I barns frilek er det mulig å observere maktstrukturer. Av og til er et bestemt barn alltid prinsesse og et annet barn alltid tjener. Dette kan forsterke allerede etablerte posisjoner i barnegruppen. Noen barn har høy status, mens andre har lav status. Gjennom observasjoner som er gjort av barn i frilek, synliggjøres et slags sosialt hierarki i

Hvor viktig mener du fellesskapet mellom barn er, og hva er din rolle i dette fellesskapet?



barnegruppa. Det betyr at noen barn alltid får sine ønsker oppfylt av de andre, mens andre barn ikke får bli med i leken i det hele tatt på grunn av den lave statusen de har i gruppa. Disse barna lærer mye om seg selv. De lærer at deres plass er utenfor leken, eller at de er med i leken for å innfri andres behov.

Utviklingen av den sosiale kompetansen blir dårlig, og barnet kan i verste fall lære at det er lurt å holde seg unna de andre eller være tilbakeholdende for ikke å få flere nederlag. Som barne- og ungdomsarbeider har du et stort ansvar, men også store muligheter til å støtte barna. Når du deltar i leken, kan du lære barna vennskap og åpenhet. Du kan passe på at prinsessen prøver tjenerrollen, og at tjeneren får være konge. Du kan lære barn å bruke gode inngangsreplikker, slik at de blir inkludert i leken. Du kan høyne et barns status ved å henvende deg til det, og du kan sette grenser når barna selv ikke får det til. Når du er aktivt til stede i leken, kan du stimulere den sosiale kompetansen på barnas egen arena.

Voksne kan høyne barns status ved å henvende seg til enkeltbarn og fordele statusroller.



- Hvordan kan du som barne- og ungdomsarbeider lære barn vennskap og åpenhet?
- Hva kan være gode inngangsreplikker for å bli med i leken?
- Hvordan kan du høyne et barns status?
- Hvordan kan du lære barn å sette egne grenser i leken med andre?

Test deg selv

- 1 Hva er sosial kompetanse?
- 2 Hvorfor er sosial kompetanse viktig?
- 3 Hva er det med barn og unges oppvekstvilkår som gjør sosial kompetanse så viktig?
- 4 Hvorfor er det uheldig for barn og unge å ikke utvikle høy nok sosial kompetanse?
- 5 Hva kjennetegner en god oppvekst?
- 6 Hva gjør du som barne- og ungdomsarbeider når barn ikke har fått utviklet sin sosiale kompetanse?
- 7 Hvorfor er lek viktig for utviklingen av barns sosiale kompetanse?
- 8 Hvordan kan du bruke leken som arena for å stimulere den sosiale kompetansen?

I praksis

Et av barna på SFO leker med stadig nye barn, men klarer ikke å opprettholde vennskapet. Barnet vil hele tiden bestemme i leken og ser ikke ut til å bekymre seg dersom de han leker med, blir lei seg når han sier dumme ting.

Hva kan du gjøre for å stimulere den sosiale kompetansen til barnet?

Refleksjon og diskusjon

Hvor sosialt kompetente bør barn og unge være? Går det an å bli for sosialt kompetent?

Hvordan utvikle sosial kompetanse?

Sosial kompetanse kan vi dele inn i fem ulike områder:

- Empati
- Prososiale handlinger
- Selvhverdelse
- Selvkontroll
- Lek, glede og humor

Vi skal nå se nærmere på hva hvert av disse områdene betyr, og hvordan du kan støtte barn og ungdom i deres utvikling av sosial kompetanse.

Empati

Empati er en del av den sosiale kompetansen. Empati kommer fra det greske ordet *empathia*. *Em* betyr «inn» og *pathos* betyr «følelse». Empati kan dermed oversettes med «innfølelse» eller «innlevelse», og betyr noe annet enn ordet sympati, som betyr «medfølelse». Sympati inkluderer oftere egne følelser enn empati gjør. Når vi viser sympati, sammenlikner vi den andre med oss selv og forstår den andre på bakgrunn av egne erfaringer og følelser. Når vi viser empati, er det den andres følelser vi prøver å forstå, og egne erfaringer med liknende situasjoner kommer i bakgrunnen. Dette gjør at empatiske mennesker lytter oppmerksomt, og søker å forstå den andres situasjon.

Empati er evnen til innlevelse.

Empati kommer til uttrykk når du viser evne til

- å leve deg inn i barns, unges og foreldres følelser og vise forståelse for andres situasjon
- å trekke slutninger eller tolke barn og unges budskap, intensjoner, ønsker, motiver og informasjonsbehov, slik at de opplever seg sett, hørt og respektert

- å sette deg inn i barn og unges situasjon, og ser saken fra deres side, ikke fra din egen
- å trene opp evnen til å se hvordan andre har det
- gjenkjenne egne følelser hos den andre uten å blande eget liv med den andres situasjon

Sympati er evnen til medfølelse.

Dersom du skal utvise empati i møte med barn og unge, krever det at du har tålmodighet og venter til barnet får tid nok til å tenke. Det krever at du kjenner deg selv, og vet når du blir fristet til for eksempel å overta samtalen med dine egne erfaringer og følelser. I tillegg krever empati at barnet får beholde sine tanker og følelser, og at du ikke gjør barnets problem til ditt problem. Det må være tydelig for barnet at du er deg og barnet er seg. Denne forskjellen gjør at barnet er fri til å fortelle hva som er vanskelig. Når barnet kan si hva som er vanskelig, støttes det til å finne løsninger.

Fordi empati og sympati har en del ytre likhetstrekk blir empatiske mennesker ofte karakterisert som snille, vennlige, oppmuntrende, trøstende og opptatt av andres behov. Kanskje er det feil å forklare empati slik. Empati har noe annet i seg enn sympati. Empati handler mer om evnen til å oppfatte en annens følelser. Når vi kommuniserer empatisk med andre, er vi i stand til å få tak i den andres følelser og det bakenforliggende budskapet de først ikke våger å si.

Eksempel

Oda på 9 år er ikke slik hun pleier å være. Du spør om hva som er galt. Oda forteller at det ikke er noe, men at hun har litt vondt i magen. Fordi din empati er godt utviklet, forstår du at det fins et annet svar. Sannheten er at Odas to beste venninner skal overnatte hos hverandre, og at Oda ikke er invitert.

Når du er nær deg selv i samtalen med Oda, kan du kjenne at sårheten over ikke å være invitert ikke er din sårhet, men Odas. Dette gjør at du kan trøste henne. Ikke fordi dere begge er lei dere, men fordi du er empatisk og kan bruke din evne til innlevelse med Oda.

Det motsatte av empati er *selsentrering*. I eksemplet med Oda vil det bety at hun vekker til live din egen sårhet fra da du var barn og var utestengt fra fellesskapet. Du kjenner hvordan den vonde følelsen i deg bare vokser. Da blir resultatet at Oda ikke lenger eier sine egne følelser og sitt eget problem. Når du forstørrer dine tidligere erfaringer, fratas Oda både eierskapet til følelsen og problemet sitt. Da er du ikke lenger den voksne som kan gi trøst, håp, veiledning og omsorg, men du overidentifiserer deg med henne, og er dermed opptatt av dine egne følelser.

Ved selsentrering gjør vi den andres problem til vårt eget.



- Hva vil du si og gjøre for å hjelpe Oda?
- På hvilken måte kan du vise sympati? Begrunn svaret.
- På hvilken måte kan du vise empati? Begrunn svaret.

Hvordan kan vi stimulere empati hos barn og unge?

Evnen til empati er medfødt, men den må oppøves og stimuleres. I møte med barn og unge er det din jobb å stimulere den empatiske evnen. Hvis du skal lykkes med det, må du først og fremst forstå hva empati er, og hvorfor et samfunn er avhengig av at mennesker har denne evnen.

En av de viktigste kildene til læring er modellering. Når du møter barn og unge med empati, lærer de selv å være empatiske. Barn får selvrespekt når de blir møtt med empati, og lærer å møte andre barn og voksne på samme måte. Når barn ser de voksne i barnehagen og på SFO møte hverandre med innlevelse og respekt, øver barna på det samme i leken. Barn vil også lære empati når du lytter til og støtter foreldrene i garderoben når de henter og bringer barna. Når barna opplever at foreldrene blir tatt på alvor, øker selvrespekten og selvfølelsen.

I tillegg til modellering trenger barn og unge å bli oppmerksomme på andre menneskers følelser og behov. Før denne oppmerksomheten blir vekket vil en del av ansvaret for hverandre være skjult. Oppmerksomheten overfor hverandre kan for eksempel oppøves i

Empati læres via modellering.

Barn og unge må få hjelp til å bli oppmerksomme på medmenneskers følelser.

samlingsstunden i barnehagen ved at vi bruker ulike fotografier av mennesker. Vi kan spørre barna om hvordan de tror den på bildet har det. Er han glad, lei seg, spent, sint eller trøtt? Hva er det i ansiktet til personen på bildet som gjør at vi kan si det? Når vi utfordrer barna, oppøves evnen til å observere og tolke andres følelser.

Vi kan også utfordre barn til selv å vise ulike følelser med ansiktet. De andre barna kan gjette, og den som viser følelsene, kan svare, gi opplysninger og bekrefte. Når barna tar i bruk hele seg, kan de bli oppmerksomme på at følelsene bor i hele kroppen. Når barna har funnet fram til hvilken følelse som blir vist, kan gruppa diskutere hvordan de vil bli møtt når de selv føler slik.



Når barn er uenige, kreves det gode samtaleferdigheter av deg. Hvilke?

Eksempel

De fleste barn føler spenning, forventning og glede i forkant av sitt eget bursdagsselskap. Som et eksempel på hvordan barn i fellesskap kan jobbe med å gjenkjenne følelser i sin egen kropp, kan dere leke «Gjett hva som skjer». Ett av barna får i oppgave å vise resten av gruppa hvordan det ser ut og oppfører seg rett før bursdagsselskapet. Det ringer på døra, og det skal gå for å åpne. I etterkant kan gruppa sammen snakke om hvor i kroppen gleden sitter, hva den gjør med oss, osv. Etter at barna har sett et eksempel, kan de selv utfordres til å komme med egne.

Trene opp empati. Når du skal trene opp empati hos barn og unge, kan du ha visse strategier. Dette er strategier som du kan bruke bevisst i møte med barn og unge når ulike situasjoner oppstår og bevisstgjøring er viktig.

Hjelp barn og unge til å gjenkjenne følelser. La oss si at en spesiell situasjon oppstår, og du ser at barnet reagerer. Støtt barnet i å gjenkjenne hvilke følelser situasjonen gir. For mange barn og unge kan dette være vanskelig. Uten at barnet selv forstår situasjonen, reduseres evnen til å håndtere den konstruktivt.

Tydeliggjøre for barn og unge at andre kan ha ulike følelser enn dem i samme situasjon. Jo yngre barn er, desto mer egosentrisk tankegang har de. Verden blir sett med utgangspunkt i dem selv. Som barne- og ungdomsarbeider skal du øve opp barn og unge til å se andre som annerledes enn dem selv. Dette betyr at andre kan reagere annerledes i en bestemt situasjon enn barnet selv. Denne erkjennelsen gjør at kommunikasjon blir viktig.

Følelser kan endre seg. Barnet behøver ikke nødvendigvis hele tiden å være i samme type følelse i en gitt situasjon. Det kan for eksempel først kjenne seg veldig sint, deretter trist, for så å ikke bry seg. Slik kan det også være med andre.

Barn og unge må få muligheten til å tenke gjennom hvordan de selv vil bli møtt i ulike situasjoner.

Kunne forutsi følelsesutbrudd med utgangspunkt i visse handlinger. Som barne- og ungdomsarbeider vet du for eksempel at små barn ofte blir sinte dersom de hindres i sin bevegelse og mestring. Det kan vi ofte se i garderoben i barnehagen. Også ungdom som har behov for å verne om sine nederlag, kan bli sinte dersom de blir spurt direkte om sine problemer. Det å hjelpe barn og unge til å lese det sosiale samspillet er en del av empatiutviklingen.

Skille villet og ikke-villet handling. En situasjon der et barn sitter i byggekroken og får tårnet revet ned ved et uhell, er annerledes enn hvis tårnet blir revet ned bevisst. Situasjonen krever en annen tilnærming fra din side hvis handlingen er gjort med vilje enn hvis den er gjort ved et uhell.

Se rettferdigheten i ulike situasjoner. Når spesielle situasjoner oppstår og barn og unge reagerer følelsesmessig, er det viktig å ha kompetanse til å se hva som er rettferdige løsninger. For lite eller for mye egenfokus er like lite hensiktsmessig. Barn og unge må lære å bruke *jeg-budskap*. Når et barn befinner seg i en konflikt, er bruk av egne ytringer viktig. Det må få hjelp til å si hva det selv føler, ikke det barnet antar at den andre mener. Ved å definere den andre låser kommunikasjonen seg.

Bry seg om andre. Du skal være en modell for omsorgshandlinger. Når barna opplever at du hjelper dem i garderoben, tørker bort snørr under nesa, setter på plaster når de har falt og slått seg og trøster når de er lei seg, vil de oppleve omsorg i praksis. I samlingsstunden kan du ta opp omsorg som tema. Du kan snakke med barna om hvilke handlinger vi gjør mot hverandre som kjennes gode. I tillegg er det viktig at du bruker gode ord og handlinger som barna selv har gjort, som eksempler. Du kan for eksempel si: «Det å gjøre godt mot hverandre er slik som Tore gjorde tidligere i dag. Kan dere huske da Marianne hadde slått seg og gråt? Da gikk Tore bort til Marianne og trøstet henne. Da Marianne hadde sluttet å gråte, spurte Tore henne om hun ville låne bilen hans.»

Test deg selv

- 1 Hva er empati?
- 2 Hva er forskjellen på empati, sympati og selvsentrering?
- 3 Hva er de viktigste kjennetegnene på en barne- og ungdomsarbeider som har evne til å vise empati?
- 4 Hvordan kan vi jobbe med å utvikle empati hos barn og unge?
- 5 Hvorfor er det viktig å gjøre barn og unge oppmerksom på andre menneskers følelser?

I praksis

Du jobber i en ungdomsklubb. Det har i den siste tiden utviklet seg en omgangsform blant medlemmene der spydighet og ironi brukes flittig. Flere av medlemmene uttrykker at de blir usikre, men sier ikke noe i jevnaldergruppa.

Hvordan vil du jobbe med å bedre miljøet i klubben?

Refleksjon og diskusjon

- 1 Hvorfor er det viktig for det enkelte barn å utvikle empati?
- 2 Hvorfor er det viktig for samfunnet at mennesker har empati?
- 3 Hvor viktig er din egen evne til empati for barns utvikling av empati?

Prososial læring og prososiale handlinger

Prososial læring handler om å lære seg å dele, hjelpe og samarbeide.

Prososiale handlinger kan gjenkjennes på hjelpsomhet, støtte, anerkjennelse, oppmuntning, inkludering og omsorg.

Prososial læring er å lære positiv atferd som å hjelpe, dele og samarbeide. En *prososial handling* har til hensikt å støtte, hjelpe eller være til nytte for andre. En prososial handling er det motsatte av avvising, mobbing og vold. Empati eller innlevelse følges gjerne av en handling som er til glede for andre, altså en prososial handling.

Hvis du finner ut at miljøet i jevnaldergruppa på SFO er dårlig, setter du inn tiltak som skal bedre vennskapet og fellesskapet. Prososiale handlinger er det samme som positive sosiale handlinger og holdninger.

I praksis vil prososiale handlinger kunne ses på ulike måter:

Hjelpe. Et barn er trøtt og sliten og orker ikke å være flink i garderoben. Du ser dette og gir barnet litt ekstra hjelp og mye ekstra kontakt og oppmerksomhet.

Støtte. Det å gi støtte er også en prososial handling. La oss si at du er barne- og ungdomsarbeider i en tredjeklasse. Barna har matematikk, og Siren synes det er vanskelig med regnestykker der hun må låne. Hun vil gi opp. Du finner konkrete som pengestykker, klosser eller liknende, og hjelper Siren til å forstå regnestykket bedre ved hjelp av konkretene.

Dele. På SFO er det kjøpt inn et nytt dataspill. Alle vil prøve spillet, ingen vil vente på tur. I tillegg er dataspillet kjøpt inn for å hjelpe Ola som er fysisk funksjonshemmet. Du kan kartlegge hvor mange av barna som har spesielt lyst til å prøve spillet, og sammen med barna finne løsninger slik at de deler på tiden og tar hensyn til Olas behov.

Anerkjenne. Når barna i eksemplet over blir anerkjent for sine løsningsforslag og du utfordrer dem på rettferdighetsprinsippet, styrker du deres sosiale kompetanse. Å vise anerkjennelse handler om å møte barna der de er, se dem, lytte til dem og ta dem på alvor.

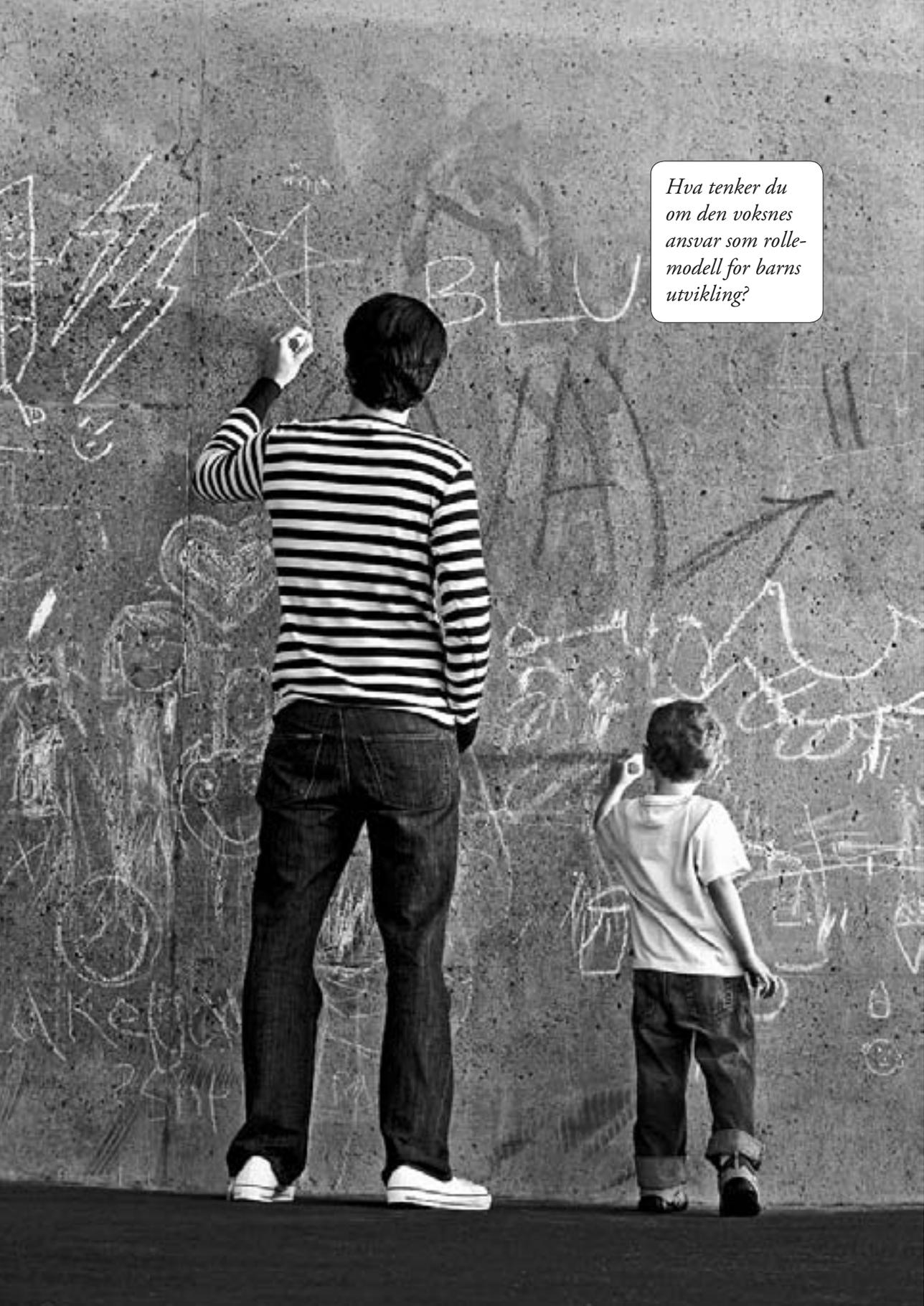
Oppmuntre. Du kan bruke oppmuntring som en del av barnas opplevelse av prososiale handlinger. Når barn er i rollelek, kan du oppmuntre leken ved å føre inn nye elementer til riktig tid.

Inkludere. Du bør være tydelig på å vise barna at du aldri stenger enkeltbarn ute. Barn som ikke blir med i leken, kan du hjelpe inn i leken ved at du selv tar en parallellrolle med barnet. Den voksne har status i kraft av å være voksen, og vil derfor lettere bli akseptert av barna. Dersom det å komme inn i leken ikke er noen løsning, kan du starte en ny rollelek med dette barnet, og de andre barna vil raskt bli med.

Vise omsorg. Omsorg oppleves som en prososial handling når den er til støtte og hjelp for den andre. Vi kan ha omsorg for barn og unges fysiske, psykiske og sosiale behov.

Imitasjon og gode rollemodeller gir barnet mulighet til å utvikle prososiale ferdigheter.





Hva tenker du om den voksnes ansvar som rollemodell for barns utvikling?

Hvordan kan vi utvikle prososiale handlinger hos barn og unge?

Prososiale handlinger er frivillige og utvikles når barn selv opplever å bli møtt slik. Barn som er sammen med voksne og andre barn som viser prososiale handlinger, vil lettere ta dette opp i seg som en væremåte enn de barna som ikke møter prososiale handlinger.

For at barn og unge skal lære prososiale handlinger, kreves det derfor at du er tilgjengelig for barna i lek og alvor. Når barn opplever problemer, vet de at du er tett på, og du kan derfor lett gi barna veiledning. Når du er aktivt til stede, kommenterer du det du ser og hører, og barna kan bli mer oppmerksomme på at valgene deres har konsekvenser både for dem selv og andre.

Gjennom veiledningen kan du også framstå som formidler av viktige verdier. Barns store prosjekt er å vokse seg inn i samfunnet, samtidig som de ivaretar seg selv og sin egen personlighet. I dette store prosjektet trenger de noen som forteller dem hva som er rett og galt i forhold til viktige verdier. Verdier i denne sammenhengen kan være at alle i barnehagen er like verdifulle, og at ingen har rett til å gjøre andre vondt eller ha det moro på andres bekostning. Når du ser at slike ting skjer, trenger det utsatte barnet beskyttelse, og den andre trenger å øve opp sin empati.

Dersom du er aktivt til stede i barn og unges hverdag, vil barna oppleve at du bryr deg. Du blir en viktig person for dem, noe som resulterer i at de aktivt vil bruke deg som modell i sin utvikling. Dette gir deg også muligheten til å hjelpe dem til å se seg selv og sine handlinger med andres øyne. Når et barn har gjort noe som andre blir lei seg for, har det behov for veiledning av et menneske som er glad i det. Når barnet føler seg trygg, våger det å se seg selv og sine handlinger. Hvis du anerkjenner barnet, men tar avstand fra den negative handlingen, kan barnet finne en ny og mer egnet omgangsform.

Prososiale handlinger kan læres ved at voksne er til stede og gjør barn og unge oppmerksomme på ansvaret som ligger i alle valg.

Modelløring er viktig for utviklingen av prososiale handlinger.

Test deg selv

- 1 Hva er prososial læring?
- 2 Hva er prososiale handlinger?
- 3 Hva er forskjellen på empati og sympati?
- 4 Hvordan kan prososiale handlinger komme til uttrykk?
- 5 Hva skal til for at barn og unge vil bruke en voksen som modell i sin utvikling?
- 6 Hvordan kan du lære barn og unge prososiale handlinger?

I praksis

Du jobber i en institusjon for psykisk utviklingshemmede. Renate på 17 år har lett for å dytte medelever. Dette resulterer i at de blir redde for henne.

Hvordan kan du lære Renate prososiale handlinger?

Refleksjon og diskusjon

- 1 Er det mulig å bli for snill og gjøre for mange prososiale handlinger?
- 2 Hvordan vil du jobbe for at barn blir både sosialt kompetente og trygge nok til å stå for egne meninger, også når disse er til ubehag for andre?

Selvhevdelse

For å kunne leve med fokus på andre må barn og unge samtidig utvikle evnen og motet til å hevde seg selv og sine meninger. Dersom selvhevdelsen er for lav, vil de stå i fare for å redusere eget selvbilde, og selvforståelsen vil bli preget av dette. Selvhevdelse gir barn og unge stolthet og mot, og øker tryggheten på at de er gode nok. For lav grad av selvhevdelse kan også redusere barnets attraksjonsverdi i møte med jevnaldrende. Barn som alltid sier at det er det samme for dem, og som ikke våger å si hva de mener, vil lett oppleves som kjedelige. Derfor er det viktig at de støttes til selvhevdelse.

Selvhevdelse handler om:

Å ta initiativ. For å utvikle selvhevdelse må barn kunne ta initiativ i forhold til andre, både jevnaldrende og voksne. Dette initiativet kan komme til syne ved at barnet er aktivt i samtaler, i lek og i felles aktiviteter.

Å hevde sine meninger, ønsker og behov. For at selvhevdelsen skal bli tydelig både for barnet selv og for de andre, må barnet i samtaler våge å si hva det mener, har lyst til eller reagerer på. I lek må barnet kunne foreslå nye ting, og i aktiviteter sette grenser for seg selv.

Å stå imot vennepress. Selvhevdelse handler også om å kunne stå imot press fra andre. Når alle de andre barna er enige om noe og ett barn tenker annerledes, må det få hjelp til å stå på sitt.

Espen går i åttende klasse og heier på Arsenal. Alle medelevene heier på Manchester United. Det er viktig at du støtter Espen til å stå imot vennepresset. Dermed vil han også få økt stolthet over eget forballag.

Selvhevdelse er viktig for den enkeltes selvforståelse.

Tillit er grunnleggende i relasjonen dersom selvhevdelse skal utvikles hos sjenerte barn.

Eksempel

Positiv selvoppfatning. Selvhevdelse her betyr at barnet må få nok støtte på egen selvforståelse, egen selvfølelse og eget selvbilde. Barnet må få hjelp til å tro at de handlinger det tar initiativ til, vil falle heldig ut.

Barns selvbevissthet er en viktig beskyttelse. Hva mener vi med det?



Hvordan kan vi styrke evnen til selvhevdelse?

Det er viktig at du ser alle barna du jobber med, blir kjent med dem, og gjør deg fortjent til deres tillit. Hvis en relasjon er preget av tillit og kjennskap, blir selvbildet til barnet styrket. Gjennom et sterkt selvbilde stimuleres evnen til selvhevdelse. Barn og unge som møter voksne som er oppriktig interessert i å bli kjent med dem, vil også få sitt selvbilde styrket. Et barn som opplever at du lytter til det og tar det på alvor, får økt selvforståelse. Dersom barnet i tillegg ser at det det sier, fører til handling, styrkes effekten ytterligere. Når du påser at alle barna i gruppa oppnår mestring, og at deres selvhevdelse blir hørt og tatt på alvor, styrkes evnen til selvhevdelse.

For de stille og sjenerte barna er dette ekstra viktig. Kanskje vil det for enkelte av disse barna være for krevende med selvhevdelse i møte med jevnaldrende. Da er det viktig at du er bevisst på å høre på barnet, følge det opp med spørsmål og kommentarer, og gi det en trygghet på at innspillene er gode og verdifulle.

Selvhevdelsen styrkes når andre har tro på barnet og tar dets initiativ på alvor.

Å se og kunne anerkjenne et barn krever at du har nok kjennskap til det.



Hvor viktig er de voksne for at barnet skal utvikle selvhevdelse?

Test deg selv

- 1 Hva er selvhevdelse?
- 2 Hvorfor er selvhevdelse viktig for det enkelte barns selvforståelse?
- 3 Hvorfor er selvhevdelse viktig for den sosiale opplevelsen?
- 4 Hvordan kan barn og unges selvhevdelse styrkes?
- 5 Hva er det viktig å tenke på i møte med sjenerte barn?

I praksis

- 1 Du jobber i barnehagen. Eline er ei stille og sjenert jente, men hun er alltid med i rolleleken. Du har i den senere tid observert Eline i lek med de andre barna. Observasjonene viser at Eline alltid har rollen som baby og «sover» gjennom hele leken. Hvordan vil du jobbe med Elines evne til selvhevdelse og de andre barnas empati?
- 2 Geir går i klubben. Han viser liten evne til selvhevdelse, og sier selv at han ikke har behov for dette. Du ser at han ofte virker lei seg, og at han har få venner. Hvor mye skal vi jobbe med selvhevdelse overfor Geir? Går det en grense her?

Refleksjon og diskusjon

Kan barn utvikle for mye omsorgsevne?

Selvkontroll

Å utvikle selvkontroll handler om å kunne utsette egne behov og ønsker i situasjoner som krever turtaking og kompromisser, og der fellesskapet sammen skal ta avgjørelser. I barnehagen kan dette handle om å kunne vente på tur i samlingsstunden, eller å la være å si at du har vært i London når sidemannen stolt forteller at han har vært i Danmark. Også når fruktfatet sendes rundt, handler det om å kunne vente på tur, selv når det minker på jordbærene.

Inngåelse av kompromisser kan være å ha den nye gravemaskinen halve ute-tiden hver når både barnet og bestevennen vil grave. Avgjørelser tatt i fellesskapet, kan handle om hvilken sang som skal synges eller hvilket eventyr som skal leses. Når ett av barna vil synges en annen sang eller høre et annet eventyr enn de andre, er det et tegn på selvkontroll å delta på en hyggelig måte, selv når førsteønsket ikke blir innfridd.

Selvkontroll kan skjerme barnet for ubehagelige opplevelser.

Selvkontroll handler om å kunne utsette egne behov og ønsker, beherske turtaking, og oppføre seg solidarisk med avgjørelser som er fattet i fellesskap.



Selvkontroll handler også om å takle mellommenneskelige konflikter. Sosial kompetanse krever at barn og unge i en konflikt med jevnaldrende eller med voksne makter å vente på tur, og at de kan lytte til det den andre har å si. Uten selvkontroll vil barnets egne tanker, følelser og meninger bli det dominerende, og perspektivet og bakgrunnen for konflikten vil ikke bli synliggjort.

Selvkontroll innebærer også evnen til å kunne planlegge egen tid og kunne vurdere egen atferd i møte med andre. Barn og unge som ikke kan utsette impulsive behov til fordel for større mål, kan på sikt bli frustrert og tape selvfølelse. Barn som for eksempel ikke kan planlegge sitt arbeid med skole og lekser, men som alltid stiller opp når jevnaldrende spør etter dem, kan miste motet når de eventuelt ikke fikser skolens krav slik jevnaldrende gjør det.

Hvordan kan vi støtte barn og unge i å utvikle selvkontroll?

Som barne- og ungdomsarbeider er det viktig at du snakker med barn og unge om hvilken type væremåte som egner seg i barnehagen, på SFO eller i klubben. De må få veiledning slik at de slipper andre til i det sosiale fellesskapet, og ikke lever og utvikler seg på de andres bekostning, men i et samspill med miljøet rundt seg. For at barn i barnehagen og på SFO skal forstå når de skal ha selvkontroll og hvorfor, må du være tett på barna i lek og aktiviteter. Når du veileder og kommenterer situasjoner der det er riktig å vente på tur eller dele, blir barna gjort oppmerksom på andres behov.

Når barn og unge blir sinte i møte med jevnaldrene og voksne, må de støttes på retten til å bli sinte. Veiledningen må vektlegge hvordan sinnet kan tas ut på en akseptabel måte, og den må søke å finne balansepunktet mellom empati, selvkontroll og selvhevdelse. Jo mer kjent barn og unge er med egne følelser, desto større mulighet har de til å ta ansvar for dem.

Barn og unge med lav grad av selvkontroll er avhengig av mye og anerkjennende veiledning.

Barn og unge må lære å akseptere egne følelser, men samtidig finne egnede uttrykksformer.

Du kan lære barn og unge strategier for å håndtere seg selv og sine følelser når situasjoner oppleves vanskelige:

- 1 Spør dem hva problemet er. Når barn og unge får muligheten til å reflektere rundt problemets kjerne, utfordres deres egne ressurser.
- 2 Spør dem hva du kan gjøre for å hjelpe til, og hva de selv kan gjøre. Det er ofte en utfordring å ta imot løsningsforslagene uten at de samtidig vurderes. På dette stadiet av løsningsarbeidet skal barn og unges forslag ikke vurderes, men du skal oppmuntre barnet til å komme med så mange løsningsforslag som mulig.



Barn tilegner seg trygghet blant annet gjennom den voksnes egen trygghet.

- 3 «Hva skjer hvis ...» I denne fasen er jobben din å utfordre barn og unge på egne løsningsforslag. «Du foreslo å gjøre ...» «Vil det være en trygg løsning?» «Vil det være en rettferdig løsning?» «Vil løsningen kunne virke?» «Hva vil den andre føle?» «Hva ville du følt hvis du var den andre?»
- 4 Barna bør utfordres til å prøve det alternativet de selv opplever som best.
- 5 Barn bør inviteres til en refleksjon rundt hva som var bra og hva som var mindre bra i det løsningsforslaget de valgte, og om nye tiltak skal settes inn.

Barn og unge som trenger å øve på selvkontroll, kan utfordres på egenskaper som det å kunne dele, vente på tur, forhandle og kunne avbryte på en høflig måte. Dersom det er en grunnleggende og god tillit i relasjonen mellom deg og barnet, kan det i rolige samtaler utfordres på de områdene det ikke takler.

Du kan for eksempel spørre:

- Hva gjør du når noen gjør deg vondt?
- Hva gjør du når noen kaller deg for ting du ikke liker?
- Hva gjør du når noen tar ting fra deg?
- Hva gjør du når du ikke får det du vil ha?

Når barn og unge får muligheten til å snakke og reflektere rundt egen atferd, kan en negativ væremåte erstattes av en mer positiv oppførsel. Dersom et barn lykkes med sin selvkontroll, vil jevnaldrende og voksne i større grad tilby det den kjærlighet, respekt og anerkjennelse som alle mennesker er avhengige av.

Test deg selv

- 1 Hva er selvkontroll?
- 2 Hvorfor er selvkontroll viktig?
- 3 I hvilke situasjoner kommer ofte fravær av selvkontroll til syne?
- 4 Hva kan du gjøre for å støtte barn og unge i utviklingen av selvkontroll?
- 5 Hvordan kan du møte barn og unge som har mye sinne og aggresjon i seg?
- 6 Hvorfor er det viktig at barn og unge kan planlegge sin tid og sitt liv?
- 7 Hvorfor er det viktig å kunne reflektere over egen atferd i møte med andre mennesker?

I praksis

Guro er 9 år og går på SFO. Hun har lav grad av selvkontroll. På turer vil hun alltid gå først, hun vil alltid være den som tenner bålet, hun kommer først i køen for å prøve klatretauet, og hun hører ikke etter hva de andre barna sier. De andre barna er lei av Guros oppførsel, og kaller henne av og til for ting hun blir sint for. Dette medfører at Guro lett kommer i krangel, og noen ganger fører krangelen til slåsskamp.

Hvordan vil du hjelpe Guro til å øke sin sosiale kompetanse og sin evne til selvkontroll?

Refleksjon og diskusjon

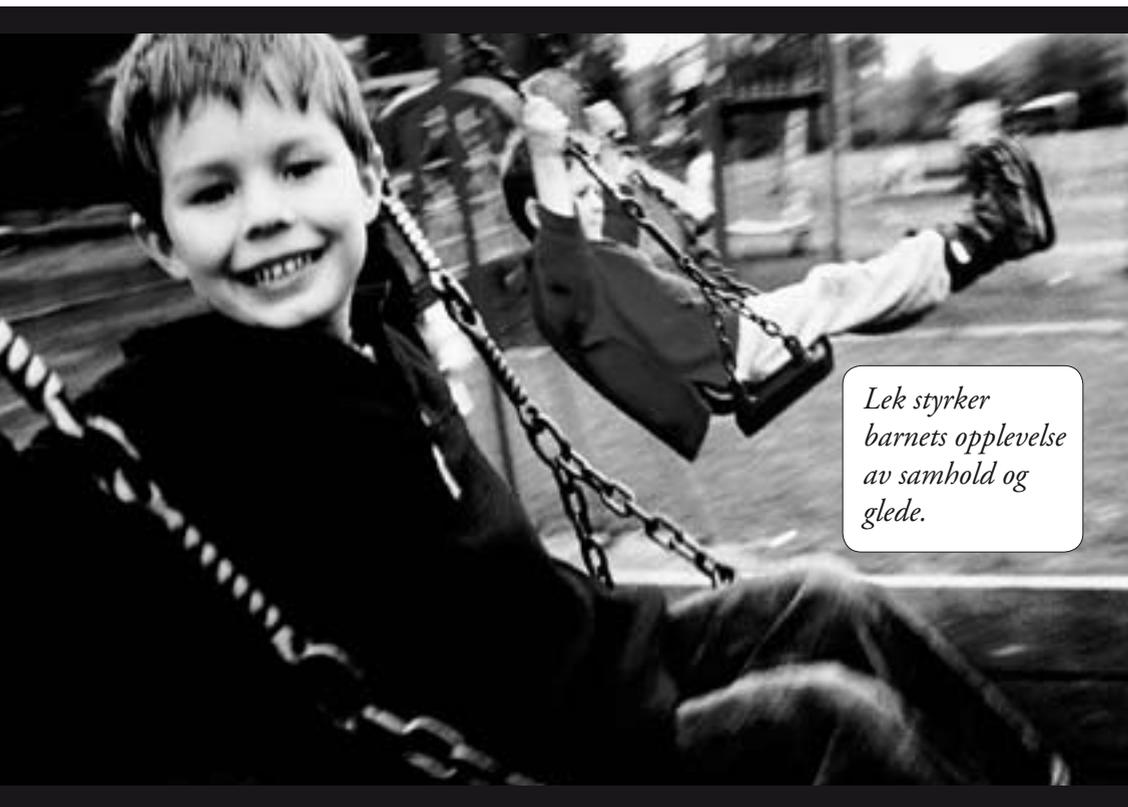
Hva kan være den uheldige siden av å jobbe med å utvikle barns og unges selvkontroll? Når skal det jobbes aktivt med selvkontroll, og når skal barn og unge få beholde sine personlige særtrekk?

Lek, glede og humor er et av kjennetegnene på sosial kompetanse.

Lek, glede og humor

Sentralt i den sosiale kompetansen og i en sunn oppvekst, er evnen til lek, glede og humor. Barn og unge som ikke lykkes i å ta del i leken, gleden og humoren, kan lett miste sentrale opplevelser i jevnaldergruppa som gir fellesskap og mening. Når du skal gjenkjenne denne delen av den sosiale kompetansen, er det viktig å vite litt om hva du skal se etter.

Tegn på lek, glede og humor er at barna og de unge er aktive, initiativrike og avslappet i leken. De smiler, ler og ser tilfredse ut. Når du observerer barn og unge over tid, vil du høre spøk og humor, og du kan se at barna behersker kunsten å gå inn og ut av leken. Barna vet når det er lek, og når de må ut av leken for å samspille på et annet nivå. Barn som ikke forstår lekekoden, vil lett komme i utakt med andre barn som de nettopp har lekt sammen med. Barn og unge



Lek styrker barnets opplevelse av samhold og glede.

med sosial kompetanse behersker lekens mange lekesignaler, og de forstår og følger lekens mange skjulte regler om enighet, gjensidighet og turtaking. Barn og unge som ikke forstår at de må dele på å bestemme og vente på tur, vil lett havne på utsiden av leken.

I ungdomstiden er det å forstå humor og kunne være med på å videreutvikle den, en viktig kompetanse. Men også det å kunne leke og være kreativ er en del av ungdommens kompetanse. Ungdommer som er redde for å dumme seg ut og derfor unngår å leke, mister deler av den positive ungdomsopplevelsen. Å ta del i lek, glede og humor betyr at barn og unge kan involvere seg i leken og delta i den med hele seg.

Hvordan vi kan støtte barn i å utvikle lek, glede og humor

Noe av det viktigste du kan gjøre for å støtte barn og unge i lek, glede og humor, er å tilrettelegge for lek og aktiviteter. Leken representerer enorme muligheter til å utvikle bredden i den sosiale kompetansen, men også til å utvikle lekekompetanse, glede og humor. I leken er barna frie, og humor fremmer gleden.

Gjennom et tilrettelagt fysisk miljø som er tilpasset barnas alder, kan leken stimuleres:

- Toåringer trenger flere leker av samme slag, for de leker ved siden av hverandre, ikke sammen.
- Femåringer trenger utstyr til blant annet frodig og utfordrende rollelek.
- Tiåringen trenger mye ute- og inneareal for regellek og aktiviteter.
- Ungdommene har blant annet dans, spill, teater og turer som sin arena.

Som barne- og ungdomsarbeider skal du legge til rette for at leken og aktivitetene blir utfordrende, utviklende og lystbetont. Det er også din rolle å påse at alle barna blir invitert inn i leken. Dersom et barn ikke blir inkludert i leken på grunn av manglende lekekompetanse, må det få øve seg i å beherske ulike inngangsreplikker til leken, eventuelt leke sammen med deg.



Delt glede er dobbel glede!

Tilrettelegging av det fysiske miljøet er viktig for å stimulere den gode leken eller den ønskede aktiviteten.

Test deg selv

- 1 Hvorfor er det viktig for barn og unge å leke?
- 2 Hvorfor er glede viktig i barn og unges liv?
- 3 Hvorfor er det viktig å utvikle humor?
- 4 Hvordan kan du hjelpe barn og unge til å utvikle evnen til å leke, kjenne på gleden og uttrykke humor?

I praksis

Trine er 7 år og går på SFO. Hun er mye alene. Når du spør Trine om hun vil være med i leken, sier hun at hun trives best alene. De andre barna glemmer ofte å invitere henne inn i leken.

Hvordan kan det være mulig å gi Trine gode erfaringer med at lek er spennende, gir glede og inviterer til humor og fellesskap?

Refleksjon og diskusjon

- 1 Kan humor læres?
- 2 Skal du la barn som Trine få lov til å velge seg bort fra jevnaldrende?



Vg3 – Fagopplæring

Tema: Sosial kompetanse

Som forberedelse til veiledningstimen kan en selvevaluering gi deg innsikt i hva du kan godt nok, og hva du må jobbe mer med innenfor temaet sosial kompetanse:

Hva kan du om sosial kompetanse fra Vg2?

Hvordan har du brukt dine kunnskaper om sosial kompetanse sammen med barn og unge? Gi eksempler.

Hva må du repetere for å kjenne deg trygg på teorien knyttet til sosial kompetanse?

Hva slags veiledning innenfor temaet sosial kompetanse har du behov for fra din instruktør?

Hva vil du jobbe spesielt med for å bli god til å stimulere den sosiale kompetansen hos barn og unge?

Oppgave Vg3 – Sosial kompetanse

Planlegg et opplegg der du stimulerer barn og unges evne til sosial kompetanse, og der du samtidig viser at du selv tar ansvar for å utvise sosial kompetanse. Ta utgangspunkt i barna og de unges interessefelt og ferdighetsnivå.

Som en del av din kompetanseutvikling skal du begrunne valgene og metodene.

- 1 Hvordan vil du observere gruppa i forkant for å kartlegge barna og de unges interessefelt, ferdighetsnivå og sosiale omgangsform?
- 2 Hvilke motivasjonsmetoder vil være gode å benytte for å skape engasjement hos barna og de unge? Begrunn svaret ut fra barnas alder.
- 3 Hva er utgangspunktet for opplegget? (Antall barn eller unge, antall voksne, romforhold, tid, økonomi, osv.)
- 4 Bruk et skjema der overskriftene er HVA, HVORDAN og HVORFOR. På skjemaet synliggjør du hva du skal gjøre, hvordan du skal gjennomføre hvert av punktene, og hvorfor hvert av punktene skal gjennomføres.
- 5 Vurder opplegget etter gjennomføring.
 - Hva gikk bra, og hvordan vet du det?
 - Hva gikk mindre bra, og hvordan vet du det?
 - Hva lærte barna om temaet og om seg selv?
 - Hva lærte du om deg selv, om observasjon, motivasjon og om planlegging?

Egnethet

Her er det listet opp ulike punkter som har med egnethet for barne- og ungdomsarbeideryrket å gjøre. Hvordan denne avkrysningen endrer seg underveis i lærlingtiden viser hvordan du selv utvikler deg.

Kryss av fra 1–6. 1 er lite fornøyd, 6 er svært godt fornøyd.

	1	2	3	4	5	6
Jeg er innstilt på å bli kjent med alle barna og følge dem opp individuelt						
Jeg vil både stille krav og gi hver av dem nok ros, støtte og anerkjennelse						
Jeg er innforstått med mitt ansvar som modell og normgiver						
Jeg klarer både å få til struktur og gi barna og de unge frihet						
Jeg er flink til å få oppmerksomhet fra hele gruppa når jeg trenger det						
Jeg er godt forberedt når jeg skal ha spesielle opplegg						
Jeg er flink til å få til et godt miljø blant barna og de unge						
Jeg står for verdier som likeverd, respekt og toleranse						
Jeg er forutsigbar og trygg for barna og de unge						
Jeg er flink til å formidle bøker og temaer slik at barn og unge hører etter						
Jeg oppleves som en voksen av barn og unge, ikke som en «kompis»						
Jeg har tro på at alle barn og unge kan utvikle seg positivt						
Jeg har autoritet i møte med barn og unge						
Jeg har medvirket til en vi-følelse i gruppa						
Gjensidig respekt kjennetegner forholdet mellom meg og barna/de unge						
Jeg oppleves av barna og de unge som rettferdig						
Jeg fordeler oppmerksomheten min rettferdig mellom barna						
Jeg er bevisst på min bruk av ros og anerkjennelse i samværet med barn						
Jeg viser mye glede i mitt samvær med barn og unge						
Jeg samarbeider godt med alle foreldrene						
Jeg samarbeider godt med mine kolleger						