




Reparer relasjonen

Det du viser på skjermen:	Handling
<p>Opne sida</p>	<p>Introduser måten å jobbe på: Vi skal ha ei lita temaøkt frå Livet&Sånn. Vi skal sjå ein film og de skal få snakke saman i smågrupper. Filmene og opplegget er laga av psykologar og barnevernspedagog, ein kompetanse som supplerer den vi har i skolen. Vi brukar dette saman, men eg har ikkje rolla som ekspert eller foredragshaldar.</p>
	<p>Når vi seier vi er opptekne av at relasjonar er viktig for læring og trivsel i skolen, bør vi også vere gode på å legge merke til når det oppstår relasjonsbrot og prøve å reparere desse. Elevane kan jobbe betre og lære meir når dei har ein trygg og god relasjon til læraren, difor kan det utgjere stor forskjell for eleven om læraren legg merke til og reparerer relasjonsbrot. Denne økta handlar om det.</p> <p>Vis filmen Reparer relasjonen - YouTube</p>
<ul style="list-style-type: none"> • Kva betyr relasjonsbrot? • Korleis kan vi legge merke relasjonsbrot slik at vi kan reparere dei? 	<p>Snakk litt saman først. Kva betyr relasjonsbrot? (At noko skjer mellom menneska i relasjonen som gjer at denne ikkje lenger er like trygg og sterk).</p> <p>Korleis kan ein legge merke til dette? (Vanlegvis ved å vere sensitiv for den andre sitt kroppsspråk, blick og ord + kjenne på eigne følelsar).</p>
 <p><small>Rosa har skjødet. I starten av timen var det mykje uro i klassa, og spesielt i ei gruppe på 4 elevene bak i rommet. Ti og med Ola, som vanlegvis er den mest påkropplyfande av alle, tok det i denne uroa i stresset det med å få komme ned til skole med arbeidet denne timen, brakte du rommet hans for å få merkisamt (med tydelig irritert stemme): «Ola! No må du fire slatta å berde og kome i gang! Du fortynnar for alle andre!» Ola kva? Så og så på deg med store nagle og chanda og å starte å jobbe med oppgva. Elevane rundt han flirte litt, og sa «ja Ola! No må du ikke berde sånn», men det vart faktisk sett, og alle kom i gang med arbeidet.</small></p> <p><small>Når du seinare går rundt i rommet og kjem bak til Ola ser du at han ikkje vil merke blikket ditt, og du ser han har jobba mindre enn han vanlegvis ville gjort i dine timar. Du forstår at du kan ha gjort noko som førte til eit relasjonsbrot, og du bestemmer deg for å forsøke å reparere dette.</small></p>	<p>Les gjerne historia høgt før, eller medan, du deler ut oppgåva på ark. Alle jobbar to og to saman.</p>
<p>Prøv gjerne på kvadrantane slik at de kjenner forskjellen på korleis de opplever å seie og høyre desse ulike setningane</p> <ol style="list-style-type: none"> «Ola, unnskyld for at eg ropte stammet ditt i stad, men du av alle vent jo at du ikkje kan sette og berde når timen har starta» «Viss du blei lei deg nå og var streng med deg i stad, så er eg lei for det» «Eg er lei for at eg ropte til deg i stad. Du skjenar, eg var så stressa, og så er det så irriterande når det blir så mykje bråk og så vart og nok ekstra skuffa når du som vanlegvis er så stille og så var med på brått!» «Eg er veldig lei for at eg brukte ditt namn for å få det stille i klassa i stad. Det var ikkje rettferdig av meg, og eg ser at dette ikkje var greit for deg. Det forstår eg, unnskyld, eg skal finne better måtar å få det roleg i klassa på framover.» 	<p>Etter alle har fått prøve setningane, er det fint om de snakkar litt saman. Berre setning 4 har i utgangspunktet reparerende effekt. Kva verkar ikkje 1-3 like godt (sjølv om dei truleg er meir vanlege)?</p> <p>1 = den vaksne seier unnskyld, men legg ansvaret på eleven 2 = er lei for at eleven vart lei seg, ikkje for eigne handlingar. 3 = forklarar seg/unnskylder seg. Reparerer kanskje den vaksne sin skyldfølelse, men ikkje relasjonen til eleven</p> <p>Den 4. derimot tek ansvar, seier kva ein gjorde, seier at ein ser og forstår at dette vart dumt eller vondt for den andre, viser at ein er lei for det, og seier at ein vil prøve å gjere annleis neste gong. Dette kan reparere relasjonsbrot.</p>
<p>Grå boks øvst – lær meir om dette</p>	<p>Vis at dei kan gå inn på denne og finne tips til kvar dei kan lære meir om temaet.</p>