



# Skolesteg

## *Ferdigheter for skolen og livet*

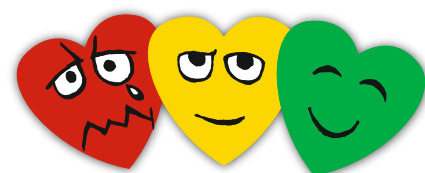
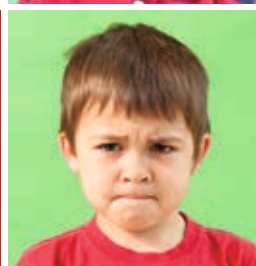
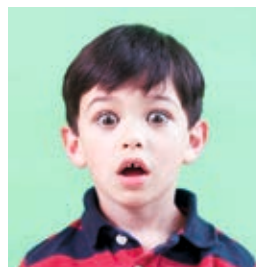
*Ferdigheter for læring – Empati – Mestre sterke følelser - Problemløsning*

*Skolesteg* er et undervisningsopplegg for sosial og emosjonell læring. *Skolesteg* er basert på erfaring og forskning om hvilke ferdigheter barn trenger for å lykkes i skolen og i livet og hvordan de kan tilegne seg disse ferdighetene. *Skolesteg* er en ny utgave av *Steg for Steg* og bygger på den nyeste og mest aktuelle versjonen av *Second Step* som er utarbeidet av forskere og pedagoger i den ideelle organisasjonen Committee for Children i Seattle, USA ([www.cfchildren.org](http://www.cfchildren.org)). Den første utgaven kom i 1987. Utgangspunktet var å lage et undervisningsopplegg som var voldsforebyggende gjennom å ha empati, kognitiv problemløsning og mestring av aggresjon som fundament. I Norge gav Nasjonalforeningen for Folkehelsen ut den norske utgaven *Steg for Steg* for grunnskolens barnetrinn i 1997 og senere en utgave for barnehagene. Etter få år var *Steg for Steg* tatt i bruk i mer enn halvparten av landets grunnskoler.

*Skolesteg* er resultatet av et samarbeid mellom eksperter fra Danmark, Norge og Sverige. De har utviklet en skandinavisk versjon som er utgitt på de tre språkene.

*Skolesteg* inneholder 25 temaer for 1. klassetrinn, fordelt på fire delområder og 22 temaer for 2. klassetrinn fordelt på de samme delområdene. Barna får best utbytte hvis materialet brukes i sin helhet begge de første skoleårene. Materialet finnes også i en versjon som kalles *Småsteg*, for 4 – 5 åringene i barnehagen.

På hjemmesiden til Committee for Children ([www.cfchildren.org](http://www.cfchildren.org)) finnes en oversikt over all forskning som materialet bygger på og resultater av de vurderinger som er gjort opp gjennom årene.



## De enkelte delene i *Skolesteg*

### Ferdigheter for læring

Her får elevene hjelp til å utvikle og bygge de ferdighetene som er nødvendig for å lære. Elevene lærer å lytte effektivt, fokusere oppmerksomheten, bruke selvsnakke og være selvhevdende på en positiv måte.

### Empati

I denne delen utvikler elevene evnen til å ha og vise empati for andre. Elevene lærer å identifisere og forstå sine egne og andre menneskers følelser, se ting fra andres perspektiv og vise omsorg og bry seg om andre. De lærer å vurdere om andres handlinger er gjort med vilje eller om det er uhell.

### Mestre følelser

Målet for denne delen er å utvikle elevenes evne til å identifisere og mestre sine egne sterke følelser. Elevene lærer å forstå og kjenne igjen sine

egne følelser ut fra hva de kjenner i kroppen og ut fra situasjonen. Gjennom bedre kjennskap til egne følelser lærer de å identifisere hva andre føler. De lærer hvordan de kan roe seg ned ved å legge hendene på magen, si ”Stopp”, sette navn på følelsen og så roe seg ned ved å puste med magen, snakke positivt til seg selv og/eller telle.

### Problemløsning

Det er to mål for denne delen.

1. Utvikle elevenes evne til å løse problemer på en trygg måte og med respekt for seg selv og andre.
2. Utvikle ferdigheter som hjelper elevene til å få og beholde venner. Elevene lærer å roe seg ned før de prøver å løse problemer. De lærer hvordan de kan bruke trinnene i problemløsningsmodellen. Videre lærer de hvordan de kan få og beholde venner. De lærer å bruke prinsippene for rettferdig lek: Leke sammen og dele, byttelåne og leke etter tur.





## Skolesteg er et godt verktøy fordi:

### **Skolesteg fokuserer på ferdigheter som fremmer læring**

Mange viktige ferdigheter kan øves daglig i klassen og tilpasses hverdags situasjonene. Disse ferdighetene som hjelper elevene å styre hva de gjør, er viktig i alle lærings situasjoner, både for den enkelte og for gruppen.

### **Skolesteg er proaktivt, forebyggende og helsefremmende**

Skolesteg har en proaktiv tilnærming. Elevene blir forberedt på og lærer strategier som hjelper dem til å mestre situasjoner de sannsynligvis kommer ut for i hverdagen. Elevene blir bedre forberedt på lærings situasjoner, samspill og samarbeid med andre, mestring av sterke følelser, konfliktsituasjoner og å bygge varige relasjoner til venner. Til sammen fremmer dette både læring og mental helse.

### **Skolesteg er konkret og systematisk oppbygget**

Sosial og emosjonell læring skjer ikke uten påvirkning. Det er et omfattende arbeide å hjelpe barn med å tilegne seg alle ferdighetene de trenger for å vokse opp sammen med andre og å lære.

Skolesteg er et systematisk og konkret læremiddel. Elevene får bedre forståelse for ulike begrep og utvikler språket sitt. De får muligheten til å øve på ferdigheter gjennom lek og får bekreftelse på det de gjør i hverdags situasjoner når de bruker



ferdighetene de har lært. Ferdighetene fra Skolesteg må integreres i den daglige undervisningen. Skolesteg skal ikke være et eget tema som behandles separat, men må inngå i det meste av det som gjøres i klassen. Materiellet inneholder mange eksempler på hvordan læring av ferdighetene kan integreres i fagene. I tillegg finnes en rekke gruppeøvelser og leker som styrker ferdighetene elevene skal lære.

### **Skolesteg fremmer forståelse og integrering**

Arbeidsmåtene i Skolesteg styrker samarbeidet i klassen og i mindre grupper og kan bidra til å skape et godt og inkluderende gruppeklima. Skolesteg er for alle barn i aldersgruppen 6-8 år. Ved å arbeide med Skolesteg utvikles og styrkes barnas evner og ferdigheter i å bry seg om og ha medfølelse med hverandre. De lærer å samarbeide, vise empati, mestre følelser og kunne omgås med og respekt. Problematferd forebygges gjennom fokus både på faktorer som representerer risiko og faktorer som kan virke positivt og beskyttende på barns utvikling. Når en klasse arbeider med Skolesteg styrkes relasjonene mellom elevene og klimaet i gruppen påvirkes på en positiv måte.



## Skolesteg gir språkutvikling for alle

Alle temaene inneholder nøkkelbegreper som elevene skal tilegne seg. Gjennom ord og begreper for selvregulering, følelser, relasjoner og sosialt samspill får elevene et verktøy for å forstå seg selv og andre. De lærer å kommunisere, lytte og hevde seg på positive måter. Gjennom språket lærer de å forstå og bli forstått.

## Skolesteg styrker læreren som leder

Skolesteg kan være med på å skape en struktur for ledelse. Læreren får et systematisk og konkret verktøy for ledelse av arbeidet i klassen. Skolesteg inneholder øvelser og oppgaver som læreren kan bruke både individuelt og for å styrke klimaet i klassen. Læreren blir enda bedre kjent med elevene gjennom arbeidet med Skolesteg. Arbeidet gir en felles forståelse av hvordan alle kan være med på å skape gode relasjoner i klassen.

## Skolesteg styrker samarbeidet med foreldrene

Et godt resultat av arbeidet med Skolesteg sikres ved et nært og godt samarbeid med hjemmene.

Foreldrene orienteres og involveres gjennom Foreldrelenker. Dette er brev med orientering om hva klassen arbeider med i Skolesteg og inneholder forslag til samtaler og enkle oppgaver foreldrene kan gjøre sammen med barnet.

## Innholdet i en materiellpakke med Skolesteg

- Temahefte og 28 fotokort for 1. klassetrinn
- Temahefte og 24 fotokort for 2. klassetrinn
- Lærerveiledning
- 5 plakater og 4 kort med lytteregler
- USB-minnepinne med fotografiene i jpg-format, foreldrelenker og sanger.
- Musikk-CD

Temaene inneholder tekster til dukkespill med to hånddukker. Dukkene må kjøpes separat. Vi anbefaler "Hund og Snegl" som mange kjenner fra tidligere utgaver.

Spørsmål om Skolesteg og kurs rettes til Info Vest forlag ([www.infovestforlag.no](http://www.infovestforlag.no)) eller Prosocial ([www.prosocial.no](http://www.prosocial.no)).

