



Hugmyndafræðin bak við námsefnið Vinir Zippýs

(sjá einnig greinina „Að geta bjarga sér“)

Námsefnið *Vinir Zippýs* auðveldar börnum að læra að bjarga sér og kljást við vandamál og erfiðar aðstæður í daglegu lífi

Námsefnið er byggt á þeirri kenningu að börn séu stöðugt í samskiptum við annað fólk – fjölskyldu, kennara, vini, nágranna og önnur börn. Öll þessi samskipti fara fram við breytilegar aðstæður og í mismunandi umhverfi. Það getur skipt sköpum fyrir líðan barna að vel takist til í samskiptum þeirra við aðra og að vel takist til við að leysa úr erfiðleikum og flækjum sem upp geta komið. Ef börn lenda í samskiptaerfiðleikum snemma á lífsleiðinni og ná ekki á farsælan hátt að leysa úr þeim flækjum sem slíkum erfiðleikum geta fylgt, getur það haft neikvæð áhrif á sjálfsmynd þeirra og aðlögunarhæfni að nýjum og breyttum aðstæðum síðar á lífsleiðinni. Með öðrum orðum þá er það *að bjarga sér* m.a. fólgið í því að komast af í mismunandi umhverfi, þiggja hjálp og stuðning frá öðrum. Að búa yfir slíkri færni getur skipt sköpum fyrir velferð og líðan sérhvers barns.

Námsefnið er byggt upp með það fyrir augum að kenna aðferðir við að bjarga sér – aðferðir sem eru þess eðlis að þær hvetja börn til þess að hjálpa öðrum og veita öðrum stuðning. Að hjálpa öðrum, að bera virðingu fyrir öðrum, að geta sett sig í spor annarra og að geta starfað með öðrum – allt eru þetta lykilatriði í námsefninu *Vinir Zippýs*

Meðan börnin eru að vinna með námsefnið er stöðugt verið að þjálfa ýmsar aðferðir. Þau læra þannig að bjarga sér sjálf við ýmsar aðstæður og læra að leita til annarra um hjálp. Með þessum móti læra þau að laga sig að breyttum aðstæðum og læra að takast á farsælan hátt á við erfiðar aðstæður.

Námsefnið er byggt á hugmyndum um fyrirbyggjandi aðgerðir - forvarnir

Innan geðheilbrigðisgeirans er fyrst og fremst um tvær nálganir að ræða: Annars vegar að beina kröftunum að vandamálunum og erfiðleikum og hins vegar að beina kröftunum að því að byggja upp færni við að takast á við erfið mál sem mæta einstaklingum. Námsefnið *Vinir Zippýs* flokkast undir síðari nálgunina. Sjónum er beint að hæfni sem einstaklingurinn

þarf að búa yfir til þess að geta bjargað sér, en ekki að sérstökum vandamálum. Námsefnið er ekki samið með börn í huga sem eiga við félagslega eða tilfinningalega örðugleika að stríða. Með námsefninu er stefnt að því að auka hæfni og getu allra barna til að takast á við erfiðleika sem kunna að mæta þeim í daglegu lífi.

Námsefnið er stuðningur við börn á þá leið að þau læra að hægt er að fara margar mismunandi leiðir í glímunni við mál af ýmsu tagi og við ýmsar aðstæður. Byggt er á þeirri sannfæringu að ef börn séu þjálfuð í að beita ákveðinni færni strax á ungum aldri búi þau að þessari þjálfun lífið út í gegn og geti á farsælli hátt leyst sín mál þegar að unglings- og fullorðinsárunum kemur. Byggt er á þeirri sannfæringu að börn sem hafa lært að takast á við amstur hversdagsins og erfiðleika sem upp kunna að koma verði ánægðari og hamingjusamari einstaklingar, sem kunni þá list að laga sig að breyttum aðstæðum.

Í námsefninu er sjónum beint að tilfinningalegri vellíðan ungra barna

Í ýmsum þjóðfélögum eru tilfinningalegar þarfir barna vanræktar en þess í stað gert mikið úr bóklegum árangri. Samt hafa rannsóknir sýnt að góður námsárangur virðist ekki stuðla að betri hæfni við að takast á jákvæðan hátt á við erfiðleika og áskoranir sem mæta einstaklingum í síbreytilegu samfélagi nútímans. Góður námsárangur er ekki trygging fyrir því að einstaklingurinn stundi sjálfsögun eða að honum takist að mynda sterk og varanleg tilfinningatengsl og takist að lifa frjóu og hamingjuríku lífi. Börn þurfa að fá tækifæri til þess að læra að bjarga sér tilfinningalega við hinar ýmsu aðstæður.

Námsefnið er byggt á niðurstöðum rannsókna

Rannsóknir ¹ hafa sýnt að það getur haft áhrif á tilfinningalega líðan hvers einstaklings hvernig hann upplifir aðstæður sem fela í sér spennu og ögrun og hversu vel honum gengur að takast á við slíkar aðstæður.

Í nokkrum rannsóknum ² hefur verið sýnt fram á það að ef ung börn taka þátt í formlegri þjálfun sem sniðin er að þeirra getu er unnt að efla til muna félagsfærni þeirra og að auka færni þeirra við að takast á við vandamál – að bjarga sér. Námsefnið *Vinir Zippýs* er byggt á

¹ Cloninger, C.R., Svrakic, D. & Prysbeck, T.R. (1993) A Psychobiological Model of Temperament and Character. *Archives of General Psychiatry*, 50 (12), 975-990

² For example, Forman, S.G. (1993) *Coping Skills Interventions for Children and Adolescents*. San Francisco: Jossey-Bass Publishers

Þessum rannsóknarniðurstöðum og í því eru skipulögð verkefni sem einkum beinast að ofangreindum þáttum.

Námsefnið er kennt í grunnskólum

Skólinn og skólaumhverfið kemur næst heimili sérhvers barns sem mikilvægasta umhverfi þess- umhverfi þar sem mótun félags- og tilfinningaþroska fer fram. Í skólanum gefst tækifæri til að efla félagsþroska barns í leik og starfi með öðrum börnum og einnig fullorðnu fólki. Í skólanum læra börnin að láta í ljós skoðanir sínar og viðhorf og kynnast því til hvers er ætlast af þeim sem samfélagsþegnum. Þeim er kennt hvernig þeim beri að koma fram við kennara sína og aðra. Skólaumhverfið er því best fallið til þess að vera umgjörðin um námsefnið *Vinir Zippýs* og kennslu þess.

Hægt er að vinna með námsefnið *Vinir Zippýs* á ólíkum menningarsvæðum. Námsefnið var samið með það fyrir augum að unnt yrði að laga það að ólíkum menningaraðstæðum.

Umfjöllunarefni tengd einni sérstakri menningarheild eða sem eru einkennandi fyrir hana eru í algjöru lágmarki. Í námsefninu er því fyrst og fremst fjallað um atburði sem geta alls staðar átt sér stað .

Hvað er það sem skapar námsefninu *Vinir Zippýs* sérstöðu?

Námsefni sem samið hefur verið í því skyni að efla tilfinningaþroska og vellíðan barna hefur aðallega verið samið með þarfir eldri barna eða unglinga í huga. Slíkt námsefni hefur þó takmörkuð áhrif vegna þess að nemendur hafa þá þegar þróað með sér viðbrögð og hegðunarmynstur sem þau beita er þau þurfa að leysa vandmál eða þegar þau mæta erfiðleikum.

Það námsefni sem samið hefur verið með þarfir yngri barna í huga hefur að mestum hluta verið samið í þeim tilgangi að koma í veg fyrir ákveðna tegund hegðunar, til dæmis að þjálfa leiðir til þess að koma í veg fyrir árásargirni eða ofbeldisfulla hegðum, eða til þess að koma í veg fyrir neyslu vímuefna. Námsefnið er yfirleitt samið með þarfir ákveðinna hópa barna í huga, barna sem eiga við sérstakan vanda að stríða, en ekki til þess að hafa áhrif á og auka tilfinningalega vellíðan allra barna.

Námsefnið Vinir Zippýs hefur sérstöðu að því leyti sem nú verður greint frá:

Markhópurinn er ung börn eða börn á aldrinum fimm til sjö ára

Lögð er áhersla á að börnin öðlist færni við að bjarga sér í erfiðleikum sem upp kunna að koma í daglegu lífi og að þau geti nýtt sér þá færni alla tíð við hinar ýmsu og ólíku aðstæður sem þau kunna að standa frammi fyrir.

Megináhersla er lögð á þær leiðir sem einnig fela í sér stuðning og hjálpsemi við aðra. Þessi áhersla er ólík því þegar lögð er áhersla á persónulega sigra í samkeppnisumhverfi fremur en sameiginlegt átak. Í námsefninu *Vinir Zippýs* er lögð áhersla á mikilvægi þess að veita og þiggja stuðning á félagslegum grunni.

Það skiptir sköpum að í námsefninu er gert ráð fyrir auknum samskiptum og boðskiptum milli barna sem þátt taka svo og í samskiptum þeirra við aðra sem þau umgangast.

Í námsefninu *Vinir Zippýs* er börnum kennt að aðstoða aðra við að koma auga á og beita farsælum lausnum við úrlausn vandamála s.s. við að jafna ágreining milli einstaklinga.

Í námsefninu er ekki einvörðungu horft á vandamál og erfiðleika heldur er sjónum beint að jákvæðum þáttum, til dæmis styrkleika, hæfni, jákvæðum tilfinningum og árangursríkri notkun stuðnings og úrræða sem bjóðast.

Áhersla er lögð á þjálfun þeirra sem hafa kennslu námsefnisins með höndum og undirbúning undir starfið. Reynslan hefur sýnt að bestur árangur næst ef umsjónarkennarar viðkomandi bekkjardeildar kenna námsefnið því þeir þekkja börnin best. Kennurum er einnig boðið að hafa samband við verkefnisstjóra/umsjónarmann ef einhverjar spurningar eða vandamál koma upp.