



VENSKABER

Sådan får man og bevarer venskaber

Venskaber opstår ikke kun af sig selv. Børn kan øve de små sociale færdigheder, der gør det lettere at skabe kontakt, være sammen og passe på relationen.

Venskab er noget, vi lærer i relationer

For nogle børn føles det naturligt at gå hen til andre, spørge om de må være med og finde en fælles leg. For andre kræver det tydelige ord, støtte og mange erfaringer. Venskaber udvikler sig også over tid: børn bliver uenige, vælger andre lege og har brug for at finde tilbage til hinanden.

Underviseren kan skabe rammer, hvor børn får mulighed for at mødes på kryds og tværs, øve invitationer, lytte, samarbejde, sige fra og reparere efter konflikter.

Grundtanken

Et godt venskab kræver ikke, at man er ens eller altid enige. Det kræver blandt andet **interesse, gensidighed, respekt, plads og mulighed for at være sig selv.**

Vigtigt

Ingen børn skal presses til at være bedste venner. Skolens opgave er at støtte adgang til trygge relationer og et respektfuldt fællesskab - ikke at bestemme private venskaber.



1. Sådan tager man kontakt

Det første skridt ind i et venskab er ofte en lille kontakt. Gør de sociale muligheder konkrete, så børnene har noget at prøve.

Sig hej	Et smil, et hej eller brug af den andens navn kan være nok til at åbne kontakten.
Vis interesse	Spørg fx: "Hvad bygger du?", "Hvad leger I?" eller "Kan du lide at tegne?"
Invitér	Øv sætninger som: "Vil du lege?", "Skal vi gøre det sammen?" eller "Vil du sidde ved siden af mig?"
Spørg om at være med	"Må jeg være med?" kan være svært at sige. Øv også mere konkrete indgange: "Kan jeg være den, der kører bilen?" eller "Er der en rolle til mig?"

Når svaret er nej

Et nej kan gøre ondt, men det betyder ikke nødvendigvis, at barnet aldrig er ønsket. Hjælp barnet med alternativer: spørg senere, finde en anden aktivitet, invitere en anden eller få voksenhjælp til at komme ind i et fællesskab.

Små kontakter tæller. Venskaber begynder ofte med mange korte, gode møder.



2. Sådan er man en god ven

Børn har brug for konkrete billeder af, hvad det vil sige at passe på et venskab. Fokusér på handlinger frem for på etiketten "god ven".

Lyt	Giv plads til den andens idéer og fortællinger. Venskab bliver svært, hvis kun én bestemmer.
Skiftes	Skiftes til at vælge leg, rolle, aktivitet eller retning. Gensidighed betyder, at begge får indflydelse.
Vis interesse	Husk noget den anden har fortalt, spørg ind og læg mærke til, når den anden er glad eller ked af det.
Respektér grænser	En ven må gerne sige nej, ønske en pause eller lege med andre. Venskab giver ikke ret til at bestemme over den anden.
Vær til at stole på	Hold aftaler så godt du kan, pas på den andens ting og sig sandheden på en ordentlig måde.

Et sundt venskab har plads til to personer - ikke kun den enes ønsker.



3. Når venner er uenige

Uenighed betyder ikke nødvendigvis, at venskabet er slut. Børn kan lære, at relationer kan tåle forskelle og konflikter, når de håndteres respektfuldt.

Stop før det vokser	Brug: "Stop, jeg kan ikke lide det" eller "Jeg vil gerne finde en anden løsning."
Fortæl om dig selv	"Jeg blev ked af det, da..." er ofte lettere at høre end "Du er altid..."
Lyt til den anden	Den anden kan have oplevet situationen anderledes. At lytte er ikke det samme som at være enig.
Find en løsning	Skiftes, kombinér idéer, vælg noget nyt eller hold en pause fra hinanden.
Reparér	Sig undskyld, giv noget tilbage, hjælp med at gøre det godt igen eller lav en ny aftale.

Venner må blive uenige. Det vigtige er, hvordan de behandler hinanden, mens de finder vej videre.



4. Venskab og plads til andre

Nære venskaber kan give tryghed, men de kan også blive lukkede. Hjælp børn med at forstå, at man kan have en god ven og stadig give plads til andre.

Flere relationer	Det er sundt at kunne lege og samarbejde med forskellige børn. En ven behøver ikke være den eneste, man er sammen med.
Ingen ejer en ven	Sæt ord på, at man ikke kan bestemme, hvem en ven må lege med. Jaloux følelser kan være forståelige, men de giver ikke ret til at kontrollere andre.
Invitér flere ind	Øv: "Der kan godt være en mere med", "Vi finder en rolle til dig" eller "Skal vi lave noget alle tre kan være med til?"
Respektér et nej	Nogle lege fungerer bedst med få deltagere. Inklusion betyder ikke, at alle altid skal være med i alt. Den voksne skal samtidig være opmærksom på børn, der gentagne gange holdes udenfor.

Tal om forskellen

Ven: en relation, man selv vælger.

Klassekammerat: en person, man stadig skal behandle respektfuldt og kunne samarbejde med.



5. Øvelser om venskab

Venskabsdetektiven	Læs små situationer op. Hvilken handling hjælper venskabet? Hvilken gør det sværere?
Invitationstræning	I makkerpar øves forskellige måder at invitere til leg, aktivitet eller samarbejde.
To idéer	To børn får hver en idé til en leg. Gruppen finder tre måder, begge kan få indflydelse.
Hvad kan en ven sige?	Lav kort med situationer: ked af det, ny i klassen, uenig, stolt, vil have pause. Find hjælpsomme sætninger.
Venskabshistorien	Stop en opdigtet historie midt i et venskabsproblem. Lad børnene foreslå forskellige slutninger.
Fælles styrker	Makkere finder én ting, de har tilfælles, og én forskel, som kan gøre samarbejdet interessant.

Brug opdigtede situationer, så børn kan tale frit uden at bestemte børn eller venskaber bliver udstillet.



6. Når venskaber gør ondt

Venskaber kan også rumme afvisning, jalousi, skiftende alliancer og konflikter. Den voksne skal hjælpe uden at overtage barnets relationer.

Tag følelsen alvorligt	“Jeg kan høre, du blev ked af det.” Undgå hurtigt at svare, at barnet bare skal finde en anden at lege med.
Undersøg konkret	Hvad skete der? Er det en enkelt situation eller et mønster? Hvornår fungerer relationen godt?
Hjælp med handlemuligheder	Øv en sætning, lav en plan for næste frikvarter, skab en aktivitet med en anden relation eller hjælp børnene med en samtale.
Vær opmærksom på kontrol	Trusler som “så er du ikke min ven”, krav om kun at lege sammen eller gentagen udelukkelse kræver voksenopmærksomhed og tydelige grænser.
Se efter vedvarende ensomhed	Hvis et barn ofte står uden relationer eller mistrives socialt, bør relevante voksne samarbejde om mere systematisk støtte.
Barnet skal ikke alene bære ansvaret for at få venner. Fællesskabets rammer betyder også noget.	



7. Klassens venskabsværktøjer

Små handlinger, der styrker relationer

TAG KONTAKT	Sig hej, spørg ind eller inviter.
VIS INTERESSE	Lyt og vær nysgerrig på den anden.
GIV PLADS	Skiftes, del idéer og respektér et nej.
SIG FRA	Fortæl roligt, når noget ikke føles godt.
LØS UENIGHED	Lyt, find muligheder og vælg en vej videre.
REPARÉR	Tag ansvar, sig undskyld når det passer, og gør noget bedre igen.
GIV FRIHED	En ven må også have andre venner og egne valg.

Refleksion til underviseren

Hvem har let ved at skabe kontakt i klassen, og hvem har brug for en tydelig vej ind? Er der venskaber, hvor den ene ofte bestemmer? Får børnene mulighed for at møde flere klassekammerater? Hvordan støtter vi børn, der oplever afvisning, uden at presse andre til et bestemt venskab?

**Venskaber vokser gennem små handlinger igen og igen:
kontakt, interesse, gensidighed, respekt og reparation.**