

# Plan for sosial kompetanse



Kjøllefjord skole

# Forord

## **Fra læreplanen:**

- Oppfostringen skal bygge på det syn at mennesker er likeverdige og menneskeverdet ukrenkelig. Den skal befeste troen på at alle er unike: enhver kan komme videre i sin egen vokster, og individuell egenart gjør samfunnet rikt og mangfoldig.
- Opplæringen skal gi god allmenndannelse ved konkret kunnskap om menneske, samfunn og natur som gir overblikk og perspektiv; ved kyndighet og modenhet for å møte livet - praktisk, sosialt og personlig ved egenskaper og verdier som letter samvirket mellom mennesker og gjør det rikt og spennende for dem å leve sammen
- Det er vesentlig å utnytte skolen som arbeidsfellesskap for utvikling av sosiale ferdigheter. Den må organiseres slik at elevenes virke får konsekvenser for andre, og slik at de kan lære av konsekvensene av egne avgjørelser.
- Sluttmålet for opplæringen er å anspore den enkelte til å realisere seg selv på måter som kommer fellesskapet til gode - å fostre til menneskelighet for et samfunn i utvikling.

Det blir ofte forventet at sosial kompetanse utvikles naturlig gjennom lek og aktiviteter sammen med andre barn og unge, og gjennom samhandling med familie og andre voksne. Det er imidlertid stor variasjon i hvor godt barn og unge behersker samspillet med andre. Dette har gitt en erkjennelse av at sosial kompetanse kan læres gjennom målrettet arbeid. Nyere kunnskap om barns læring og utvikling har gjort oss oppmerksomme på at sosiale ferdigheter læres etter de samme prinsippene som andre ferdighetsområder, for eksempel innefor skolefag og fysiske aktiviteter.

De voksnes oppdrageransvar i denne sammenheng er ikke noe en kan bestemme seg for å gripe fatt i eller velge bort. Voksnes holdninger og sosiale verdier formidles gjennom måten voksne forholder seg til barn og unge på, enten dette skjer bevisst eller ubevisst. Dette er et læringsområde hvor skolen må være tydelig, informativ og systematisk i sin formidling av hva som er sosial kompetanse, og hva den forventer av elevene i denne sammenheng.

*Lov om barn og foreldre* slår imidlertid fast at foreldre i Norge har hovedansvaret for å oppdra sine barn og sørge for at utdanningen de får er tilpasset deres evner og forutsetninger. Dette betyr at samarbeidet mellom hjem og skole er svært viktig også i denne sammenheng, og at sosial kompetanse er en fellesoppgave for hjem og skole.

Hilsen rektor Olaf Terje Hansen

# 1. HVA ER SOSIAL KOMPETANSE?

Sosial kompetanse kan defineres som et sett av ferdigheter, kunnskaper og holdninger som det er viktig å beherske ut fra tre forhold:

- Mestre ulike sosiale miljøer
- Etablere og vedlikeholde relasjoner eller vennskap
- Øke trivsel og fremme utvikling

## 1.1 SOSIALE KOMPETANSEOMRÅDER

For at man i skolesammenheng skal få en felles forståelse av hva sosial kompetanse er, er det vanlig å ta utgangspunkt i en rekke områder:

- Empati
- Samarbeidsferdigheter
- Selvhevdelse
- Selvkontroll
- Ansvarlighet
- Lek
- Glede
- Humor

Disse områdene kan oppfattes som byggesteiner i begrepet sosial kompetanse, og dekker de viktigste gruppene av sosiale ferdigheter som mennesker benytter i samhandling med hverandre.

## 1.2 SELVREALISERING OG TILPASNING

Sosial kompetanse innebærer både selvrealisering og en tilpasning til sosiale miljøer. Selvrealisering dreier seg om selvhevdende atferd som blir positivt vurdert av andre. Det handler om å kunne hevde egne meninger, å kunne stå for noe og å ta sosialt initiativ. Videre innebærer det å invitere andre til å delta eller til selv å delta i gruppeaktiviteter. Vekt på selvrealisering bidrar til å forebygge sosial isolasjon og tilbaketrekning, og til at barn og unge kan utvikle positive holdninger til seg selv og å stå i mot press i fra andre.

Tilpasset atferd handler om respons i forhold til andres initiativ og handlinger. Tilpasning til ulike sosiale miljøer er nødvendig for sosial deltakelse. Men en ensidig vekt på at barn og unge skal tilpasse seg normer og regler, kan hemme barn og unges utvikling av kritisk tenkning og evnen til å arbeide selvstendig. Dette betyr at sosial kompetanse er noe mer enn høflighet og folkeskikk. Det dreier seg også om utfoldelse og selvrealisering.

## 1.3 SOSIAL KOMPETANSE ER SITUASJONSAVHENGIG

Sosial kompetanse kan være situasjons- og kulturspesifikk, eller være generell og universell. Det finnes kompetanse som bare er nyttig i spesifikke situasjoner eller innenfor bestemte kulturer, og det finnes kompetanse som er nyttig i mange sosiale og kulturelle sammenhenger. Det er også slik at man fremviser ulike typer kompetanse avhengig av situasjonen man befinner seg i, og hvilke relasjoner man har til dem en samspiller med.

#### **1.4 SOSIAL KOMPETANSE OG ETNISKE KONFLIKTER**

Sosial kompetanse er også av stor relevans i forhold til etniske konflikter og rasisme. Et vesentlig argument for dette er at empati framstår som et svært sentralt område innenfor sosial kompetanse, samtidig som empati også er vesentlig i forhold til å forebygge rasisme og etniske konflikter. Selvhevdelse i sosial kompetanse vil innebære å si fra om urett som rammer andre, og er slik en viktig motvekt mot likegyldigheten som gjør at rasisme og etniske konflikter får eksistere.

#### **1.5 SOSIAL KOMPETANSE MELLOM JEVNALDRENDE**

De sosialt kompetente barn og unge er vanligvis positive og tilpasset i sin samhandling med jevnaldrende og voksne. Blant jevnaldrende handler det blant annet om å skaffe seg og beholde vennskap. I slike situasjoner blir relasjonsferdigheter og evne til å ta kontakt og initiativ viktige. Sosial kompetanse kan også sees i et kjønnsperspektiv. Jenter og gutter vektlegger ulike dimensjoner i sosial kompetanse som viktige.

## 2. HVORDAN UTVIKLE SOSIAL KOMPETANSE?

**Ved innføring og arbeid med sosial kompetanse i den enkelte skolen er det behov for klare og entydige strategier for gjennomføringen.**

- Arbeidet med sosial kompetanse må være en integrert del av skolens totale strategi for å forebygge og håndtere vold, mobbing, etnisk diskriminering og annen problematferd.
- Det må utvikles en tydelig og forpliktende verdimelessig og holdningsmessig plattform som er forpliktende for skolens personale.
- Det må vektlegges dialog med foresatte m.h.t. brukermedvirkning og gjensidig respekt.
- Musikk, kultur, kreative fag og vektlegging av estetikk har positiv innvirkning på læringsmiljøet når det brukes aktivt og bevisst.
- Det er summen av alle tiltakene som gir effekt, heller enn enkelttiltakene

Sosial kompetanse er et læringsområde i skolen som forutsetter et nært *samarbeid med foresatte*.

Barn og unge kommer best ut når de foresatte er tydelige i sin interesse for deres skolehverdag, det gjelder både i forhold til trivsel og mestringssituasjoner i skolehverdagen.

### 2.1 PRAKTISK GJENNOMFØRING

**Et sentralt prinsipp for læring av sosial kompetanse er at læringssituasjonen bør inneholde både et individbetinget og et situasjonsbetinget fokus.**

- Læring av sosial kompetanse innebærer arbeid med å bedre relasjoner mellom elevene og mellom elevene og lærerne.
- Elevene må ha klare oppfatninger av hva som skal læres på skolen.
- Lærerne bør klart formidle hvilke forventninger de har til elevenes sosiale atferd innenfor kompetanseområder som:
  - Samarbeid
  - Selvkontroll
  - Selvhevdelse
  - Empati

Dette må selvsagt være tilpasset elevenes modenhetsnivå

- Skolens personale må framstå som gode rollemodeller, og selv vise ønsket atferd i praksis.
- Den sosiale kompetanse som elevene skal lære, må etterspørres, oppmuntres og verdsettes i læringsmiljøet.
- Læring av sosial kompetanse må integreres i hele skoledagen.

### **3 Plan for sosial kompetanse**

**Alle må lære og kunne de grunnleggende sosiale ferdighetene.**

Læreren må være helt klar på hva han forventer av atferd av elevene. De grunnleggende sosiale ferdighetene må øves på til alle vet hvordan en skal gjøre det. Den sosiale ferdigheten som eleven skal lære, må etterspørres, oppmuntres og verdsettes, og det må legges til rette for at elevene kan bruke sine ferdigheter.

Dette er områder som elevene må bruke tid på å lære inn.

Hver klasse setter jevnlig av tid til innøving av sosiale ferdigheter. Innenfor sekkepostene

- Empati
- Samarbeidsferdigheter
- Selvhevdelse/selvkontroll
- Ansvarlighet

Her bruker vi illustrasjonsnivåer som gir et bilde av hvordan eleven ideelt sett bør være. Samtidig er disse illustrasjonene et utgangspunkt for samtaler mellom lærer - elev og mellom lærer - elev - foresatte. Illustrasjonene vil være et godt verktøy for å evaluere eleven og for å gi konstruktiv veiledning.

En må se helhetlig på sosial kompetanse, slik at klasser kan øve på det de har mest behov for, uavhengig av hvilket trinn det er.

## Sosial kompetanse

### 1. KLASSE

ANSVARLIGHET	EMPATI	SAMARBEIDSFERDIGHETER	SELVBEVDELSE/SELVKONTROLL
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Vente på tur</li> <li>• Kunne følge klassereglene</li> <li>• Holde orden på plassen sin, inne og ute på gangen</li> <li>• Holde orden på klassens fellessaker</li> <li>• Legge tilbake på plass materiell som bli brukt</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Spørre på en hyggelig måte om å få være med i leken</li> <li>• Trøste når noen er lei seg</li> <li>• Si fra til en voksen når noen har det leit</li> <li>• Uttrykke glede når andre "får til"</li> <li>• Forstå hvordan andre har det</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Hilse</li> <li>• Bruke innestemme</li> <li>• Rekke opp hånden når en vil si noe</li> <li>• Ta imot fellesbeskjed</li> <li>• Be om hjelp fra en voksen hvis en ikke klarer å ordne opp i uenighet selv</li> <li>• Under veiledning klare å løse opp i små konflikter</li> <li>• Kan gå inn/ut av dører på en akseptabel måte</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Gå i korridorene</li> <li>• Ikke erte andre</li> <li>• Si fra på en ordentlig måte hvis en er misfornøyd med noe</li> <li>• Ikke slå eller dytte om en er uenig med noen</li> <li>• Blir ikke med på regelbrudd om andre prøver å få en med</li> <li>• Tør å si sin mening i liten gruppe</li> <li>• Tør å si sin mening i klassen</li> </ul>

## Sosial kompetanse

### 2. KLASSE

ANSVARLIGHET	EMPATI	SAMARBEIDSFERDIGHETER	SELVHEVDELSE/ SELVKONTROLL
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Vente på tur</li> <li>• Kunne følge klassereglene</li> <li>• Holde orden på plassen sin, inne og ute på gangen</li> <li>• Komme inn når klokka ringer</li> <li>• Holde orden på klassens fellessaker</li> <li>• Legge tilbake på plass materiell som blir brukt</li> <li>• Alltid gjøre arbeidet så nøye en kan</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• La andre som spør få være med i leken</li> <li>• Spørre på en hyggelig måte om å få være med i leken</li> <li>• Trøste når noen er lei seg</li> <li>• Si fra til en voksen når noen har det leit</li> <li>• Uttrykke glede når andre "får til"</li> <li>• Forstå hvordan andre har det</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Hiise</li> <li>• Bruke innestemme</li> <li>• Rekke opp hånden når en vil si noe</li> <li>• Bevege seg i klasserommet uten å forstyrre andre</li> <li>• Ta imot fellesbeskjed</li> <li>• Be om hjelp fra en voksen hvis en ikke klarer å ordne opp i uenighet selv</li> <li>• Under veiledning klare å løse opp i små konflikter</li> <li>• Løse opp o småkonflikter selv</li> <li>• Kan gå inn/ut av dører på en akseptabel måte</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Gå i korridorene</li> <li>• Ikke erte andre</li> <li>• Si fra på en ordentlig måte hvis en er misfornøyd med noe</li> <li>• Slutte når noen sier "Stopp"</li> <li>• Kunne si: "Stopp!" når en ikke liker det som skjer</li> <li>• Ikke slå eller dytte om en er uenig med noen</li> <li>• Blir ikke med på regelbrudd om andre prøver å få en med</li> <li>• Tør å si sin mening i liten gruppe</li> <li>• Tør å si sin mening i klassen</li> <li>• Kunne sette ord på hva en er flink til</li> </ul>



## Sosial kompetanse

### 3. og 4. KLASSE

Ansvarlighet	Empati	Samarbeidsferdigheter	Selvhevdelse/ selvkontroll
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Vente på tur</li> <li>• Kunne følge klassereglene</li> <li>• Holde orden på plassen sin, inne og ute på gangen</li> <li>• Komme inn når klokka ringer</li> <li>• Ha med nødvendige skolesaker hver dag</li> <li>• Følge skolens trivselregler</li> <li>• Holde orden på klassens fellessaker</li> <li>• Legge tilbake på plass materiell som blir brukt</li> <li>• Alltid gjøre arbeidet så nøyte en kan</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• La andre som spør få være med i leken</li> <li>• Spørre på en hyggelig måte om å få være med i leken</li> <li>• Si hyggelige ting om andre</li> <li>• Bruke positivt kroppsspråk</li> <li>• Trøste når noen er lei seg</li> <li>• Si fra til en voksen når noen har det leit</li> <li>• Er ikke "morsom" på en slik måte at det går utover andre</li> <li>• Uttrykker glede når andre "får til"</li> <li>• Forstå hvordan andre har det</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Hilse</li> <li>• Bruke innestemme</li> <li>• Rekke opp hånden når en vil si noe</li> <li>• Bevege seg i klasserommet uten å forstyrre andre</li> <li>• Ta imot fellesbeskjed</li> <li>• Be om hjelp fra en voksen hvis en ikke klarer å ordne opp i uenighet selv</li> <li>• Under veiledning klare å løse opp i små konflikter</li> <li>• Løse opp i småkonflikter selv</li> <li>• Kan gå inn/ut av dører på en akseptabel måte</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Gå i korridorene</li> <li>• Ikke erte andre</li> <li>• Si fra på en ordentlig måte hvis en er misfornøyd med noe</li> <li>• Slutte når noen sier "Stopp!"</li> <li>• Kunne si: "Stopp!" når en ikke liker det som skjer</li> <li>• Ikke slå eller dytte om en er uenig med noen</li> <li>• Blir ikke med på regelbrudd om andre prøver å få en med</li> <li>• Kan uttrykke uenighet på en akseptabel måte</li> <li>• Tør å si sin mening i liten gruppe</li> <li>• Tør å si sin mening i klassen</li> <li>• Kunne sette ord på hva en er flink til</li> </ul>

**Alle klassene på småskolerrinneret jobber med sosial kompetanse på følgende måte:**

**Bøker materielle:**

- " Der er mitt valg. "
- KRL-bøkene
- Samfunnsfag/natur/miljø-bøkene
- Norsk-bøkene

Det skal være et aktuelt tema fra planen på ukeplanen en gang pr. mnd.

Klassestyrer vurderer hvilke problemstillinger som er aktuelle å ta opp

Klassestyrer legger opp til samtaler med klassen

# MELLOMTRINNET

## Sosial kompetanse

ANSVARLIGHET	EMPATI	SAMARBEIDSPERDIGHETER	SELVHEVD/SELVKONTROLL
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Vente på tur</li> <li>• Kunne følge klassereglene</li> <li>• Holde orden på plassen sin,- inne og ute på gangen</li> <li>• Komme inn når klokka ringer</li> <li>• Følge skolens trivselsregler</li> <li>• Holde orden på klassens fellessaker</li> <li>• Legge tilbake på plass materiell som ikke blir brukt.</li> <li>• Alltid gjøre arbeidet så nøye en kan</li> <li>• Ta på seg oppgaver som er viktige for klassen</li> <li>• Vise respekt for egne og andres arbeid og eiendeler</li> <li>• Kan bruke tiden fornuftig mens en venter på hjelp</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Inkludere andre i leken og andre fellesaktiviteter</li> <li>• Si hyggelige ting om hverandre</li> <li>• Bruke positivt kroppsspråk</li> <li>• Si fra til en voksen når noen har det leit</li> <li>• Roser andre</li> <li>• Er ikke "morsom" på en slik måte at det går utover andre</li> <li>• Uttrykker glede når andre "får til."</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Hils og være høflige mot alle</li> <li>• Klarer å samarbeide med alle i klassen uten å vise misnøye gjennom språk og kroppsspråk</li> <li>• Være høflig og hjelpsom overfor besøkende</li> <li>• Engasjerer seg i klasserådsarbeid</li> <li>• Er et godt forbilde for de yngre elevene</li> <li>• Holder avtaler</li> <li>• Tar ansvar for fellesoppgaver og bidrar til å fullføre dem</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ikke erte andre</li> <li>• Si fra på en ordentlig måte hvis en er misfornøyd med noe</li> <li>• Slutte når noen sier:"Stopp."</li> <li>• Kunne si:"Stopp!" når en ikke liker det som skjer</li> <li>• Ikke slå eller dytte om en er uenig med noen</li> <li>• Blir ikke med på regelbrudd om andre prøver å få en med.</li> <li>• Kan uttrykke uenighet på en akseptabel måte</li> <li>• Tør å si sin mening i liten gruppe</li> <li>• Tør å si sin mening i klassen</li> <li>• Kunne sette ord på hva en er flink til</li> <li>• Kan bidra til å løse konflikter</li> <li>• Klarer å inngå kompromisser når en er uenig med noen</li> <li>• Lær det ikke gå ut over andre hvis en er sint</li> <li>• Kan innrømme å ha tatt feil</li> <li>• Tør å si sin mening i klassen selv om de går på tvers av det de andre mener</li> <li>• Tør å opptre foran en større forsamling</li> <li>• Viser en akseptabel opptreden på ekskursjonssteder</li> </ul>

**Mellomtrinnet jobber med dette på følgende måte:**

**Bøker materiell:**

- " Det er mitt valg. "
- KRL-bøkene
- Samfunnsfag/natur/miljø-bøkene
- Norsk-bøkene

Det skal være et aktuelt tema fra planen på ukeplanen en gang pr. mnd.  
Klassetyrer vurderer hvilke problemstillinger som er aktuelle å ta opp  
Klassetyrer legger opp til samtaler med klassen

## Sosial kompetanse

### Ungdomstrinnet

Ansvarlighet	Empati	Samarbeids-ferdigheter	Selvbedelse / selvkontroll
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Møte presis til timene</li> <li>• Ytterøy på gangen</li> <li>• Ingen musikk, mobil eller annen elektronikk i timene</li> <li>• Kunne følge klasereglene</li> <li>• Holde orden på plassen sin, - inne og ute på gangen</li> <li>• Ha med nødvendige skolesaker hver dag</li> <li>• Bøker og utstyr på pulken når timen begynner</li> <li>• Leksearbeid gjort i tide</li> <li>• Ikke uroe sidemann eller klassen</li> <li>• Holde orden på klassens fellessaker</li> <li>• Legge tilbake på plass materiell som blir brukt</li> <li>• Ta på seg oppgaver som er viktige for klassen</li> <li>• Vise respekt for egne og andres arbeid og eiendeler</li> <li>• Kan bruke tiden fornuftig mens en venter på hjelp</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Inkludere alle i klassemiljøet</li> <li>• Si hyggelige ting om andre</li> <li>• Bruke positivt kroppsspråk</li> <li>• Si fra til en voksen dersom man tror at noen har problemer</li> <li>• Rose andre</li> <li>• Er ikke morsom på en slik måte at det går ut over andre</li> <li>• Uttrykke glede når andre "får til"</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Være høflig mot alle</li> <li>• Klare å samarbeide med alle i klassen uten å vise misnøye</li> <li>• Gjennom språk og kroppsspråk</li> <li>• Være høflig og hjelpsom overfor besøkende</li> <li>• Engasjere seg i klasserårsarbeid</li> <li>• Være et godt forbilde for yngre elever</li> <li>• Holde avtaler</li> <li>• Ta ansvar for fellesoppgaver og bidra til å fullføre dem</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ikke terge andre</li> <li>• Si fra på en ordentlig måte hvis en er misfornøyd med noe</li> <li>• Slutte når noen sier "Stopp!"</li> <li>• Kunne si "Stopp!" når en ikke liker det som skjer</li> <li>• Ikke slå eller dytte om en er uenig med noen</li> <li>• Ikke bli med på regelbrudd om andre prøver å få en med</li> <li>• Uttrykke uenighet på en akseptabel måte</li> <li>• Tør å si sin mening i en liten gruppe eller i klassen</li> <li>• Bidra til å løse konflikter</li> <li>• Kunne sette ord på hva en er flink til</li> <li>• Klare å inngå kompromisser når en er uenig med noen</li> <li>• Ikke la det gå ut over andre hvis en er sint</li> <li>• Kan innrømme å ha tatt feil</li> <li>• Tør å si sin mening selv om den går på tvers av det andre mener</li> <li>• Vise en akseptabel oppførsel på reiser og ekskursjonssteder</li> </ul>

**Alle klassene på ungdomstrinnet jobber med sosial kompetanse på følgende måte:**

Bøker materiell:

- " Det er mitt valg. "
- KRL-bøkene
- Samfunnsfag/natur/miljø-bøkene
- Norsk-bøkene

Det skal være et aktuelt tema fra planen på ukeplanen en gang pr. mnd.

Klassestyrer vurderer hvilke problemstillinger som er aktuelle å ta opp

Klassestyrer legger opp til samtaler med klassen