

# Konflikthåndtering i skolen

– et inspirationshæfte



**UNGDOMSBYEN**

# Indhold

1.		
	Introduktion og konfliktsyn	03
<hr/>		
2.		
	Tjek-ind	05
<hr/>		
3.		
	Øvelser	08
<hr/>		
	Øvelser med fokus på fællesskab	09
	Tre gode energizers	14
	Øvelser til at styrke kommunikation og aktiv lytning	15
<hr/>		
4.		
	Baggrundsviden	24
<hr/>		
	Konflikttrappen	25
	FORSLAG TIL ØVELSER OM KONFLIKTRAPPEN	26
	Konfliktens kernepunkter	26
	Sprog i konflikter	28
	FORSLAG TIL ØVELSER OM SPROG I KONFLIKTER	28
	Reaktionsmåder i konflikter: gå, slå, stå	30
	FORSLAG TIL ØVELSER OM GÅ, SLÅ OG STÅ	32
	ØVELSE: DESIGN KLASSENS KONFLIKTHÅNDBOG	33
<hr/>		
5.		
	Til videre fordybelse	36
<hr/>		
6.		
	Vigtige links til elever	40
<hr/>		

# 1.

## Introduktion og konfliktsyn

Ungdomsbyen har med inspirationshæftet her samlet en række gode øvelser, redskaber, viden og inspiration til videre arbejde for lærere, der har været med deres klasse på ét af vores kurser i konflikthåndtering. Øvelserne passer godt sammen med indholdet fra jeres kursusdag i Ungdomsbyen. Det er dog ikke alle øvelser, der er relevante for alle klassetrin. Vi foreslår, at du bruger hæftet som et opslagsværk.

Inspirationshæftet tager udgangspunkt i isbjergsmodellen<sup>1</sup>, som du blev introduceret til på lærerkurset. Tanken er, at konstruktiv konflikthåndtering hviler på et godt fundament af: *anerkendelse af sig selv og andre, god kommunikation og godt samarbejde*. Dét er ingredienserne for overhovedet at kunne lykkes med konfliktarbejdet.



Det er vores tilgang, at hver eneste gang du sætter eleverne i gang med øvelser eller opgaver, hvor de bliver trænet i samarbejde og kommunikation, træner de samtidig deres evner til at håndtere konflikter konstruktivt. Derfor har vi foreslået nogle øvelser omkring samarbejde og kommunikation, som du selv kan lave med din klasse.

På samme måde betyder en anerkendende tilgang overfor klassen og hver enkelt elev alverden for at kommunikationen og samarbejdet overhovedet har et fundament at stå på.

Vores konfliktsyn og de modeller og redskaber, som vi nævner i inspirationshæftet her, tager udgangspunkt i Center for Konfliktløsnings tilgang til konflikter. Vi opfatter konflikter som et grundvilkår i livet og altså hverken som noget godt eller dårligt. Konflikter har potentialet til at udvikle sig konstruktivt såvel som destruktivt. Vi tror på,

---

<sup>1</sup> Billedet og modellen er hentet fra Skolens Sociale Liv: <https://dkr.dk/media/8181/skolens-sociale-liv-introduktion.pdf>

## UNGDOMSBYEN

at det er *parterne*, der ejer konflikten, og dette er især vigtigt at huske, når vi arbejder med børn og unge. Her kan vi voksne ind imellem komme til at tro, at vi skal løse konflikterne *for* eleverne. Vi mener i stedet, at vi skal hjælpe børn og unge godt på vej med kompetencer og evner til at kunne finde deres egne løsninger.

Vores definition af konflikter er ligeledes hentet fra Center for Konfliktløsning og lyder:

*Konflikter er uoverensstemmelser, der indebærer spændinger i og mellem mennesker*

Definitionen indebærer at:

- Konflikter rummer både en SAG og en RELATION
- Bæredygtige løsninger tager vare på både sagen og relationen

I konflikter mellem børn og voksne er relationen den absolut tungest vejende. Løsninger på sagen kan godt være, at den voksne bestemmer, men løsninger på relationsplan bør, ideelt set, aldrig være brud og tab af kontakt - i så fald kun forbigående. Genetableringen af kontakt er afgørende.

## 2.

# Tjek-ind

## Et redskab til at foregribe konflikter

I følgende afsnit beskriver vi, hvordan du kan bruge tjek-ind i din undervisning eller med dine kollegaer. Tjek-ind er et godt redskab til at få en fornemmelse for gruppens ve og vel og evt. opsnappe potentielle konflikter i en gruppe.

### Formål

---

- At forbinde sig med hinanden, skabe kontakt, rette fokus og blive klar til det, gruppen skal sammen.
- At skabe en tryk ramme med lige mulighed for, at alle kan komme til orde.
- At lære hinanden bedre at kende.
- At arbejde forebyggende med konflikter.
- At få en fornemmelse for dagsformen og stemningen i gruppen og evt. bruge den information til at justere planen for undervisningen eller mødet.
- At afstemme forventninger og indhente ønsker til dagsordenen.

### Hvornår bruges tjek-ind?

---

Tjek-ind kan bruges i mange forskellige sammenhænge. F.eks.:

- Som start og slut på en undervisning, et personalemøde, forældremøde, elevrådsmøde.
- Som en fast integreret del af ugen eller i forbindelse med faste møder. F.eks. hver mandag formiddag eller som del af "holdets tid", teammødet osv.

Tjek-ind kan gennemføres i store såvel som små grupper eller på tomandshånd, f.eks. med en kollega.

### Tid

---

5-20 minutter. Det afhænger af gruppens størrelse, det spørgsmål du stiller samt dit formål med at lave øvelsen.

### Materialer og opstilling

---

En rundkreds er en optimal opstilling for øvelsen, hvor alle sidder i samme højde og kan se hinanden. Hvis ikke det er muligt, er det en god idé at sidde på en måde, hvor alle i det mindste kan se hinanden.

# UNGDOMSBYEN

## Sådan gør du

---

1. Inden du starter øvelsen, er det vigtigt, at du selv er afklaret med dit formål med at sætte den i gang. Hvad vil du bruge den til? Og hvad er din plan med at sætte den i gang?
2. Gruppen sidder eller står samlet. Gerne i en cirkel.
3. Stil et spørgsmål. Som facilitator indleder du altid en tjek-ind ved at stille et konkret spørgsmål, som du beder gruppen om at forholde sig til og svare på. Stil så vidt muligt åbne spørgsmål, så du lader det være op til den enkelte at vælge, hvad de vil tjekke ind/ud med. Det er vigtigt, at spørgsmålet er let at svare på og passer til gruppen. Undgå spørgsmål, hvor der findes rigtige og forkerte svar – det er en tjek-ind, ikke en høring. Afhængig af tiden kan du give mulighed for at byde ind med alt fra ét ord eller én sætning til en mere fri og uddybet tjek-ind/ud.
4. Facilitator indleder. Som facilitator starter du altid med selv at tjekke ind. Det er dig, der sætter rammen for, hvor længe og personlig jeres tjek-ind bliver. Vær så åben og ærlig som du kan i din egen tjek-ind – det hjælper til at gøre det tryggere for andre at gøre det samme.
5. De øvrige deltagere tjekker nu ind. Invitér de andre i gruppen til at tjekke ind "popcorn-style". Dvs. ligesom popcorn der popper på skift, når de er varme, kan deltagerne tjekke ind, når de selv er klar til at tale. Fordelen ved denne form, som alternativ til den klassiske "runde", er, at folk ikke sidder og "afventer deres tur" og bliver nervøse, men i stedet kan melde ind på eget initiativ, når og hvis de bliver klar. Vær opmærksom på, at der ofte vil være nogen, der vælger ikke at tjekke ind, hvilket er vigtigt at respektere og give plads til. Undlad at insistere på, at man *skal* tjekke ind. Valget om ikke at tjekke ind er en slags tjek-ind i sig selv. Registrér det blot og brug det som indikation på, hvor gruppens energi er på pågældende tidspunkt.
6. Din rolle som facilitator i en tjek-ind er at skabe tryghed til, at alle kan komme til orde, hvis de ønsker. Det gør du bl.a. ved at lytte opmærksomt og forholde dig neutralt til det, deltagerne siger. Undlad at kommentere eller stille spørgsmål til det, der bliver sagt. Formålet er at sikre, at alle bliver lyttet til på lige fod - ikke at starte en samtale. Gør det ligeledes klart for gruppen, at spørgsmål og kommentarer ikke hører til i en tjek-ind. Hvis der opstår samtale undervejs, så mind venligt deltagerne om, at I er i gang med at tjekke ind, og at samtalen eller spørgsmålene må vente til bagefter.

## UNGDOMSBYEN

7. Hvis I har brugt tjek-ind til at komme med ønsker til dagsorden/undervisningen, kan I nu justere den i fællesskab, så den passer til gruppens behov. Øvelsen er nu slut.

### Eksempler på spørgsmål til tjek-ind

Eksemplerne på spørgsmål er samlet fra praksiserfaring og afprøvet af forskellige lærere og leders brug af tjek-ind med elever, forældre og kollegaer:

#### Tjek ind

- *Hvilket ord eller sætning beskriver min dag indtil nu?*
- *Hvad kommer jeg fra?*
- *Hvad lagde jeg mærke til på min vej herhen?*
- *Hvad kommer jeg for? Hvad er vigtigst for mig? F.eks. ønsker for dagsorden eller håb for undervisningen.*
- *Hvad har jeg undret mig over i dagens tekst/lektie? Spørgsmålet kan bl.a. bruges til at inddrage elevernes opdagelser som afsæt for den efterfølgende undervisning.*
- *Hvordan har det været at lave opgaven/lektien til i dag? Hvilken "dagens nyhed"/"ugens nyhed" har jeg lagt mærke til?*
- *Spørgsmålet bliver f.eks. brugt i samfundsfag og historie.*
- *Som underviser får du en idé om, hvad eleverne er optaget af, og hvorfra de får deres nyheder. Gruppen får desuden et fælles nyhedsoverblik.*

### Tjek-ud

Hvis du er startet timen/dagen med en tjek-ind kan du overveje ligeledes at lave en tjek-ud.

I undervisningen kan tjek-ud med fordel bruges til at samle op på lektionen. Brug f.eks. spørgsmålene:

#### Tjek ud

- *Hvordan går jeg herfra?*
- *Hvad er mit højdepunkt eller lavpunkt fra timen eller mødet?*
- *Hvad har jeg lært i dagens undervisning?*
- *Hvad har været let eller svært?*

#### Variationer

Hvis tiden er knap eller gruppen stor, kan du med fordel få deltagerne til at tjekke ind med et enkelt ord eller en sætning. Hvis I er mange og alligevel gerne vil lave en tjek-ind, hvor alle får mulighed for at uddybe, kan I tjekke ind i mindre grupper. Alle grupperne tjekker ind med udgangspunkt i de samme spørgsmål. I hver gruppe skal der være en facilitator, der starter og som sørger for, at alle får mulighed for at komme på banen.

3.

Øvelser



## Øvelser med fokus på fællesskab

### OM MIG SELV

#### Formål

---

At eleverne lærer hinanden bedre at kende. Øvelsen kan bidrage til, at eleverne ser hinanden i et nyt lys og får øjnene op for noget, de har til fælles med klassekammerater, som de opfatter som anderledes end dem selv.

#### Tid

---

20 min.

#### Materiale

---

Post-its

Skriveredskaber

#### Sådan gør du

---

1. Alle elever får en post-it
2. Hver elev skriver en ting om sig selv, som de andre ikke ved i forvejen, på deres post-it. Det kan f.eks. være "når jeg er alene, elsker jeg at spise vingummi" eller "jeg kan danse tango". Der kan også sættes et overordnet tema for det, eleverne skal skrive om sig selv, f.eks. "jeg er bange for..." eller "jeg ville ønske, at...". Hver elev skriver højst to sætninger.
3. Alle post-its sættes op på væggen.
4. På skift vælger eleverne en post-it og læser op fra den. De andre elever skal nu gætte, hvem sedlens ejermand/forfatter er. Det er ikke nødvendigt at gennemgå alle post-its. Stop efter 10 min.
5. Fælles refleksion:
  - Hvad blev I overraskede over?
  - Hvad betyder det for opfattelsen af jeres kammerater, at I fik noget overraskende nyt at vide?
  - Hvordan var det at dele oplysninger om jer selv med de andre?

# UNGDOMSBYEN

## KÆDEN

### Formål

---

At eleverne lærer hinanden bedre at kende. Øvelsen kan bidrage til, at eleverne opdager, at de har noget til fælles med klassekammerater, som de opfatter som anderledes end dem selv.

### Tid

---

10 min.

### Materiale

---

Lokale med plads til at lave en rundkreds

### Sådan gør du

---

1. Alle elever står op. Én starter med at sige et kendetegn ved sig selv.
2. En ny person, som kan nikke genkendende til kendetegnet, stiller sig ved siden af den første person. Den nye person siger nu et nyt kendetegn ved sig selv.
3. En ny person, som kan nikke genkendende til det nye udsagn, stiller sig ved siden af og så fremdeles. Afslut kæden, så alle kommer med f.eks. ved at motivere den sidst tilkomne person i kæden til at dele noget, som han/hun tror, han/hun har til fælles med de få, der endnu ikke er blevet en del af kæden. Som lærer deltager du også selv i kæden.

## VENSKAB I KROGENE

### Formål

---

At eleverne diskuterer venskab og fællesskab og italesætter egne – og hører andres – oplevelser med at være uden for et fællesskab.

### Målgruppe

---

4.-8. klasse

### Tid

---

30-45 min.

### Materialer

---

Stort lokale

### Sådan gør du

---

1. Eleverne skal svare på en række spørgsmål ved at placere sig i et af lokalets fire hjørner. Hvert hjørne repræsenterer et af svarene. Eleverne vælger hver især det udsagn, de synes, er vigtigst, og stiller sig i det hjørne, der hører til udsagnet. Hvis de ikke kan bruge et af de tre første svar, stiller de sig i det åbne hjørne.
2. Start med spørgsmålet: *Hvad værdsætter du mest hos en ven?*

De fire svarmuligheder/hjørner er:

- Man kan tale om alt
- Man har samme interesser
- Man kan grine sammen
- Åbent hjørne

3. Eleverne placerer sig i det hjørne, der repræsenterer deres svar. I hvert hjørne taler eleverne nu sammen om, hvorfor man har valgt netop dette udsagn. I det åbne hjørne fortæller eleverne hinanden, hvad de synes, er det vigtigste hos en ven.
4. Grupperne i hjørnerne argumenterer i plenum for, hvorfor de har valgt netop det udsagn. Her må eleverne gerne skifte hjørne, hvis de bliver overbevist af gode argumenter.
5. Eleverne får et nyt spørgsmål: *Hvordan hader du at blive behandlet af dine venner?*

De fire svarmuligheder/hjørner er:

- De lyver eller spreder falske rygter om dig
- De kritiserer dig og er nedladende
- De svigter dig
- Åbent hjørne

## UNGDOMSBYEN

6. Fremgangsmåden kan være den samme som sidst, eller eleverne i hvert hjørne kan forberede et lille rollespil om en situation, som en af dem har været med i eller har kendskab til. Rollespillet opføres i plenum to gange. Første gang er de øvrige elever tilskuere. Anden gang har de andre elever mulighed for at gribe aktivt ind i spillet ved at skifte en skuespiller ud og spille et ændringsforslag, der måske kan bidrage til at løse konflikten.
  
7. Fælles refleksion:
  - Hvad er et positivt fællesskab for jer?
  - Hvad er et negativt fællesskab?
  - Har I oplevelser med negative fællesskaber?
  - Hvad kan I selv gøre for at ændre et negativt fællesskab til et positivt?

## FUGLENE - INDE OG UDE AF FÆLLESSKABET

### Formål

---

At eleverne diskuterer, hvad det betyder at være indenfor eller uden for et fællesskab, hvordan udelukkelse kan opleves, og hvad man kan gøre for at skabe rummelige fællesskaber.

**Målgruppe:** 4-6.klasse

### Tid

---

25-35 min.

### Materialer

---

Filmen ['For the Birds'](#) (Pixar) – *uden tale* (youtube)

### Sådan gør du

---

1. Fortæl eleverne, at I skal se en kort animationsfilm og bagefter diskutere den.
2. Eleverne ser videoklippen ['For the Birds'](#)
3. Diskuter i klassen:
  - Hvad sker der i filmen?
  - De små fugle starter med at være uvenner. Hvad får dem til at holde sammen som en gruppe?
  - Hvad gør den store fugl for at komme med i gruppen?
  - Hvordan reagerer de små fugle? Lukker de den store fugl ind, eller holder de den ude? Og hvordan gør de det? OBS! Her kan I evt. gense filmen, så eleverne kan lægge mærke til fuglenes 'taktikker'.
  - Hvad er den store fugls reaktion?
  - Hvordan ville I opleve det, hvis det var jer, der var den store fugl?
  - Har I haft oplevelser, der minder om enten de små fugle eller den store fugl?
4. Fælles refleksion:
  - Var der noget, der overraskede jer i filmen? Noget I kunne genkende?
  - Hvad er en god måde at blive del af et fællesskab på?
  - Hvordan reagerer I som klasse / gruppe, hvis nogen gerne vil være del af jeres fællesskab?

# Tre gode energizers

Energizers eller brainbreaks er fantastiske - både som redskab til at få energien op og blive klar til at kunne lære. De er desuden også gode til at få en oplevelse af fællesskabet og medmenneskelig kontakt i kraft af, at man laver noget sjovt sammen, man griner og får udløst god energi.

Derfor benytter vi i Ungdomsbyen hyppigt energizers og små lege i vores undervisning som en måde at arbejde med at opbygge gode relationer og stærke fællesskaber. Her kommer idéer til tre energizers.

### FÅ DE ANDRE TIL AT GRINE

Klassen deles i to grupper der skal stå på en række overfor hinanden. Nu skal den ene række prøve at få den anden række til at grine, mens denne række derimod skal prøve at modstå fristelsen til at begynde at grine.

### TÆLLE TIL TI

Eleverne står i en cirkel med ansigterne udad og væk fra hinanden. Gruppen skal helst være enten flere eller færre end ti. Nu skal de prøve at tælle til ti sammen. En tilfældig starter legen ved at sige én, hvorefter en vilkårlig byder ind og siger to, en ny siger tre osv. Der må ikke være to, der siger det samme tal. Hvis de kommer til dét, skal gruppen starte øvelsen forfra.

### HVEM STARTER BEVÆGELSEN?

En elev sendes udenfor døren. De andre står i en stor cirkel. De skal nu vælge en "game master", som sætter en bevægelse i gang, som de andre skal følge. F.eks. klappe i hænderne, hopper, dreje rundt osv. Gruppen leger "kongens efterfølger", og game masteren skifter bevægelse ind imellem, hvorefter gruppen følger efter. Nu kommer personen udenfor døren ind og skal gætte, hvem der er game-master. Personen har kun to gæt. Game-masteren og gruppen skal selvfølgelig prøve at skjule hvor bevægelsen starter.

**Tip** – inddrag dine elever og spørg om nogen vil stå for en energizer. Der er næsten altid en elev, der har en god én på lager.

# Øvelser til at styrke kommunikation og aktiv lytning

## DEN GODE SAMTALE

### Formål

---

At eleverne lærer hinanden bedre at kende og bliver trænet i samtaleteknik, aktiv lytning, personlige fortælling og interviewteknik. Øvelsen sætter trygge rammer for dialog, hvor deltagerne kan opnå tillidsfulde relationer, tolerance og respekt for andre.

### Tid

---

Ca. 45 min. Kan forlænges.

### Materialer

---

Tablets, notesblokke og blyanter

Hvis du vælger at arbejde med variation 1 i øvelsen, kan eleverne på forhånd have medbragt et billede eller en kasse med ting hjemmefra, der minder personen om hjem/familie/venner eller andet, der har en særlig betydning for dem.

### Sådan gør du

---

1. Beslut, om samtaleøvelsen skal foregå mellem elever i samme klasse eller på tværs af årgangen. Der er 2 variationer af øvelsen. Beslut hvilken variation, du vælger, før du sætter øvelsen i gang.
2. Tal med eleverne om de forestillinger, vi gør om hinanden. Når man går i en klasse/på en skole, danner man sig ofte forestillinger om, hvordan andre er. Det betyder nogle gange, at den forestilling, man har, stiller sig i vejen for at se og høre, hvem den anden egentlig er. I klassen/på skolen kender alle ikke hinanden lige godt. Denne øvelse er en anderledes samtale med en fra klassen/skolen, hvor man kan lære noget nyt om hinanden.

## UNGDOMSBYEN

3. Lav en fælles brainstorm eller mindmap over, hvad en spændende samtale er. Få elevernes bud på, hvornår de har haft en god samtale, og hvad der gjorde den god. F.eks. at begge parter er aktivt lyttende, at man kan aflæse kropssproget, at begge får noget nyt at vide, en sjov anekdote osv.
4. Del eleverne op i grupper med to personer i hver, så alle har en samtalemakker. Herefter kan øvelsen udfolde sig på to måder:

### **Variation 1:** 'Udgangspunkt i mig'.

- A. Giv eleverne individuel tid til at forberede en kort præsentation af sig selv. Eleverne kan tage udgangspunkt i et billede eller en kasse med ting, der har særlig betydning for dem. Opfordr fortællerne til at få mange detaljer med. Eleven kan f.eks. fortælle om:
  - Fritidsinteresser
  - Hvad deltageren kan lide/ikke lide
  - Særlige oplevelser og begivenheder fra ens liv
  - Sin familie: hvor bor familien, hvad laver man sammen med sin familie, hvad laver man i ferien, hvem bestemmer i familien, hvad er sjovt/svært i familien, hvad bestemmer personen selv? osv.
  - Traditioner i familien. F.eks. religiøse højtider, nytår, jul, eid, ramadan, sabbat, familiedag, fødselsdag osv.
- B. Eleverne mødes med deres makker og fortæller på skift om dem selv. Lytteren må meget gerne stille spørgsmål til den, der fortæller. Giv grupperne god tid til deres samtale.



## UNGDOMSBYEN

### Variation 2: 'Udgangspunkt i dig'

- A. I denne variation skal eleverne interviewe hinanden. Giv eleverne individuel tid til at forberede en række spørgsmål til deres makker. Spørgsmål til inspiration:
- Fortæl lidt om dig selv? Hvad kan du lide at lave, og hvorfor? Hvad drømmer du om? Hvad er godt/sjovt/svært hjemme hos jer? Hvem bestemmer hjemme hos dig? Hvad bestemmer du?
  - Kan du fortælle lidt om din familie? Hvem er i din familie? Hvem er du tættest på i familien? Hvorfor netop hende/ham? Hvad kan I lide at lave sammen? Hvad griner I af hjemme hos jer?
  - Hvilke traditioner har I hos jer? Hvad fejrer I? Hvordan fejrer I det? Hvilken tradition kan du bedst lide? Hvorfor?
- B. Eleverne mødes med deres makker og interviewer på skift hinanden. Giv grupperne god tid til deres samtale.

5. Uanset hvilken variation, I vælger at arbejde med, gælder det for begge parter i samtalen, at man forsøger at:
- Lytte omhyggeligt efter, hvad der er vigtigst for den, der fortæller, og tør spørge mere ind til dette.
  - Aflæse kropssprog eller andre signaler, der tilkendegiver noget, den anden ikke har lyst til at tale om.
6. Fælles refleksion:
- Hvordan var øvelsen? Hvordan var det at lytte? Fortælle?
  - Var der noget, der overraskede jer?
  - Hvilken ny viden fik I om jer selv og om den anden?
  - Var indtrykket af den anden før og efter samtalen forskelligt? Hvorfor?

**OBS!** Det er en god idé at lave aftaler om, at historiefortælleren har ret til lade være med at svare på spørgsmål, som opleves for personlige.

**TIP!** Øvelsen kan udvides og foregå på flere måder. For eksempel som en walk'n'talk-øvelse udenfor eller som klasseøvelse, hvor en deltager fortæller sin historie, og derefter kan en enkelt eller hele klassen interviewe for at uddybe kendskabet til den fortællende person.

## TEGN EFTER MIG

### Formål

---

At eleverne træner deres kommunikative evner og oplever, hvor forskelligt mennesker afsender og modtager information. Eleverne bliver opmærksomme på betydningen af tydelig kommunikation og får idéer til, hvordan de selv kan blive mere præcise. Øvelsen er velegnet som opvarmning til at lave øvelsen med aktiv og passiv lytter.

### Tid

---

20 min

### Materialer

---

Hvidt papir og blyant

Elevarket 'Tegneøvelse' (printes til halvdelen af eleverne i klassen)

### Sådan gør du

---

1. Eleverne sidder sammen to og to med ryggen til hinanden. Det kan være en idé, at alle eleverne sidder på to lange stolerykker med stoleryggene mod deres makkers, så dem, der skal tegne, ikke kan se de andres tegninger.
2. En fra hver gruppe bliver A og den anden B. A skal lytte og tegne og B skal fortælle, hvad der skal tegnes.
3. Giv alle A'erne en kuglepen og et blankt stykke papir – sørg for at vende papiret forskellige retninger, når du deler det ud.
4. Giv B'erne elevarket 'Tegneøvelse', som du også vender forskellige retninger.
5. B forklarer nu sin tegning til A, som så skal tegne den på sit blanke papir. A skal prøve at ramme B's tegning så præcist som muligt. De har ca. 2-3 minutter til det. A må hverken stille spørgsmål eller sige noget.
6. Når de 2 minutter er gået, må eleverne vise deres tegning til hinanden.
7. Fælles refleksion:
  - Hvordan var det at tegne tegningerne? Kom de til at ligne?
  - Hvad gjorde det svært?
  - Hvad kunne have gjort det lettere at tegne præcist efter, hvad den anden sagde?
  - Havde I forskellige opfattelser af ord eller målestoksforhold? (f.eks. en halvstor cirkel, en zigzag-streg etc. – hvad betyder det egentlig?)
  - Hvad kan øvelsen lære os om kommunikation?

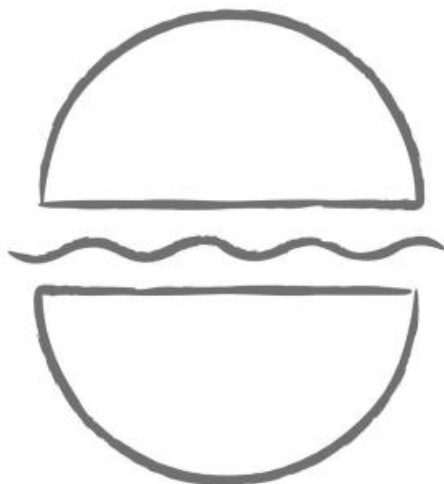
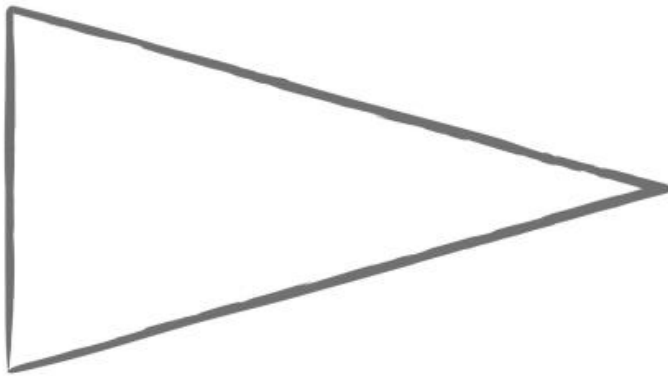
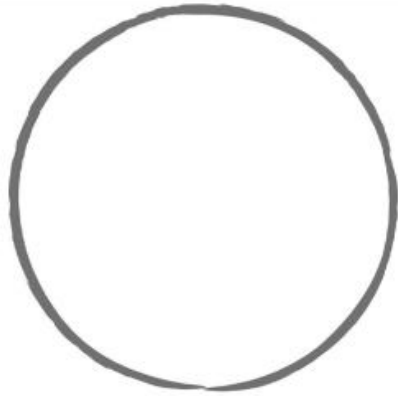
## UNGDOMSBYEN

- Hvornår kan kommunikation være vanskelig? (f.eks. kulturmøder, telefonsamtaler osv.) Og hvilke kommunikative redskaber kan i så fald hjælpe?
- Hvornår er det vigtigt at kunne kommunikere meget præcist?

**Tip!** Øvelsen kan gentages. Nu får B'erne et tomt stykke papir, mens A'erne skal forklare en ny tegning, som de får udleveret (eller som A selv tegner). I denne runde må B godt stille spørgsmål. Pointen er, at deltagerne skal anvende de kommunikative redskaber, som I har talt om i refleksionen. Spørg deltagerne, hvordan det var at foretage øvelsen anden gang. Er der nogle flere metoder, de har lyst til at tilføje til deres

# UNGDOMSBYEN

Elevark: Tegn efter mig



## PASSIV OG AKTIV LYTTER

### Formål

---

At eleverne træner deres kommunikative evner og oplever forskellen mellem at lytte aktivt og passivt og hvordan den forskel påvirker relation og interaktion med andre.

**Målgruppe:** 6.-9. klasse

### Tid

---

20-30 min

### Materialer

---

Elevarket 'Rollekort' (print så alle elever kan få et kort)

### Sådan gør du

---

1. Fortæl klassen, at de skal arbejde med en lytteøvelse. Undgå at afsløre, at de skal arbejde med passiv lytning - øvelsen er sjovest, når det kommer som en overraskelse.
2. Eleverne går sammen to og to og vælger hvem, der skal fortælle, og hvem der skal lytte.
3. Giv lytteren et rollekort, hvor de enten skal være aktiv eller passiv lytter. Fortælleren må ikke vide, hvad lytteren skal gøre.
4. Giv fortælleren en kort tænkepause til at beslutte, hvad personen vil fortælle. Det kan f.eks. være deres weekend, sidste ferie, den sidste film de så, et minde eller noget andet fra personens eget liv
5. Fortælleren går nu i gang med at fortælle. Lytteren skal holde sig til instruktionen på rollekortet under hele fortællingen.
6. Når der er gået ca. 3 minutter, stopper du øvelsen og går til fælles refleksion.
7. Fælles refleksion
  - Hvordan det var at fortælle? Hvordan var det at lytte?
  - Hvad oplevede dem, der havde en passiv lytter? Hvad oplevede dem, der havde en aktiv lytter?
  - Hvad gør det ved kommunikationen, hvis den man fortæller til, slet ikke virker interesseret? Eller hvis personen tværtimod virker meget interesseret? Hvordan påvirker det fortællingen?
  - Hvad er vigtigt, når man kommunikerer?
  - Var der noget, der overraskede jer?







## UNGDOMSBYEN

- Er det noget, der udspiller sig i jeres hverdag også? Hvornår er I f.eks. aktive eller passive lyttere?
8. Afslut evt. med en fælles brainstorm på tavlen ud fra spørgsmålet:
- Hvad gør en god lytter? (med krop, stemme, spørgsmål, mimik osv.)

**Tip!** Øvelsen kan laves med to runder, hvor lytteren i sidste runde skal lytte på en måde, som falder dem naturligt, og som de ønsker, at andre skal lytte til dem. Dvs. deres forståelse af hvad en god lytter gør. På den måde slutter øvelsen med en positiv fortælle- og lytteoplevelse. Giv gerne mulighed for, at begge får mulighed for at være fortæller og lytter.

## Elevark - Rollekort

Print, så alle kan få et kort. Klip ud og laminér evt. så de kan genbruges.

<p>Du lytter aktivt:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Du holder øjenkontakt</li><li>- Du nikker anerkendende og sørger for et passende ansigtsudtryk</li><li>- Du spørger ind for at få mere at vide</li></ul> <p>Bliv mere og mere overdrevet som historien skrider frem</p> 	<p>Du lytter passivt:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Du holder ikke øjenkontakt</li><li>- Du sukker og virker uoplagt, tjek evt. din telefon, mens den anden fortæller</li><li>- Du spørger ikke ind for at få mere at vide</li></ul> <p>Bliv mere og mere overdrevet som historien skrider frem</p> 
<p>Du lytter aktivt:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Du holder øjenkontakt</li><li>- Du nikker anerkendende og sørger for et passende ansigtsudtryk</li><li>- Du spørger ind for at få mere at vide</li></ul> <p>Bliv mere og mere overdrevet som historien skrider frem</p> 	<p>Du lytter passivt:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Du holder ikke øjenkontakt</li><li>- Du sukker og virker uoplagt, tjek evt. din telefon, mens den anden fortæller</li><li>- Du spørger ikke ind for at få mere at vide</li></ul> <p>Bliv mere og mere overdrevet som historien skrider frem</p> 
<p>Du lytter aktivt:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Du holder øjenkontakt</li><li>- Du nikker anerkendende og sørger for et passende ansigtsudtryk</li><li>- Du spørger ind for at få mere at vide</li></ul> <p>Bliv mere og mere overdrevet som historien skrider frem</p> 	<p>Du lytter passivt:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Du holder ikke øjenkontakt</li><li>- Du sukker og virker uoplagt, tjek evt. din telefon, mens den anden fortæller</li><li>- Du spørger ikke ind for at få mere at vide</li></ul> <p>Bliv mere og mere overdrevet som historien skrider frem</p> 

4.

## Baggrundsviden

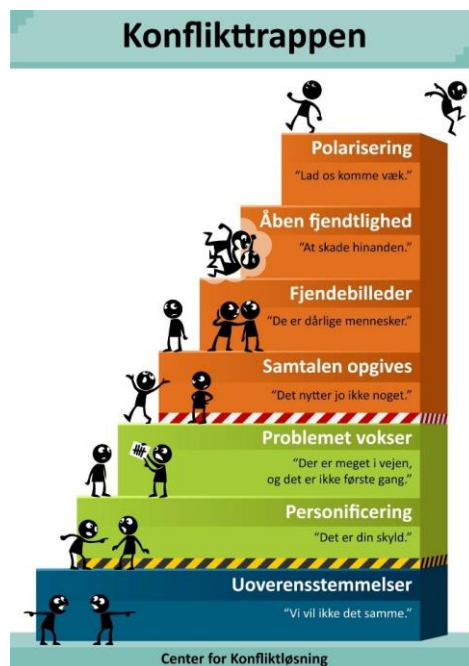
.... Og lidt flere øvelser



## Konflikttrappen

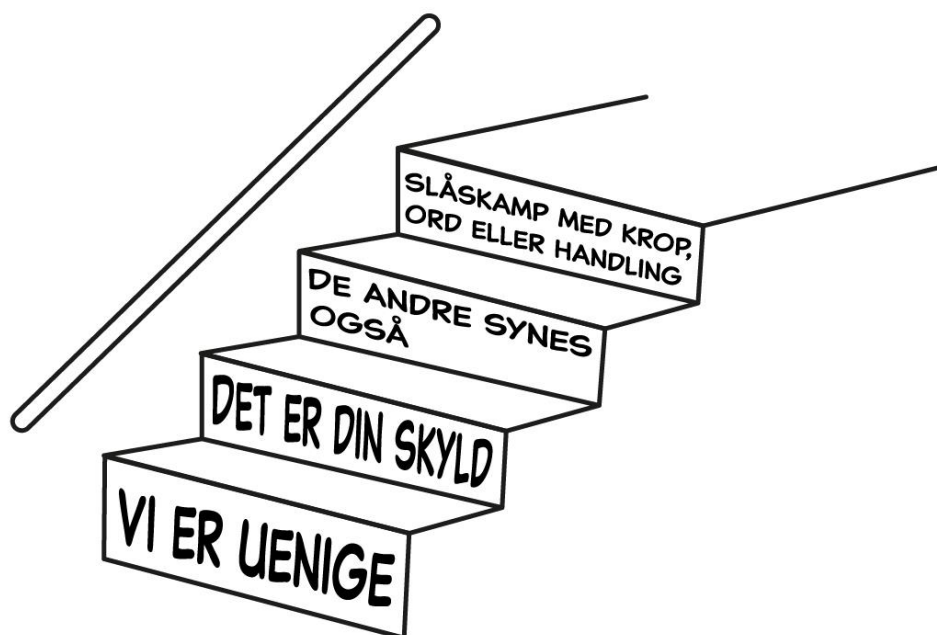
Konflikttrappen er en model, der kan hjælpe os til at forstå nogle universelle dynamikker i konflikter. Når vi står i en konflikt, kan den være en hjælp til at stoppe op og se: *Hvor på trappen befinder jeg mig? Hvor tror jeg, den anden befinder sig? Hvor er vi på vej hen? Hvor på trappen ønsker jeg ikke at komme hen og hvordan kan jeg hindre det? Hvad kan jeg selv gøre, for at vi kan begynde at bevæge os ned ad trappen?*

Her er et eksempel på en konflikttrappe, der er udviklet i Center for Konfliktløsning, som vi benytter i Ungdomsbyen



Når vi arbejder med konflikttrappen og elever i grundskolen, bruger vi typisk en simpel trappemodell, med følgende 4 trin:

Vi er uenige – det er din skyld – de andre synes også - slåskamp med krop, ord eller handling



## FORSLAG TIL ØVELSER OM KONFLIKTTRAPPEN

Øvelserne er primært egnede for 4.-6. klasse

- Lav jeres egen konflikttrappe i klassen, som I dekorerer med tegninger og talebobler og egne eksempler på hvad man gør og siger på de forskellige trin.
- Lav jeres eget eksempel på en venskabstrappe, der viser hvordan man kan blive gode venner igen, når man har haft en konflikt.

## Konfliktens kernepunkter

I Ungdomsbyen arbejder vi med fem kernepunkter til at forstå og til at have en samtale om konflikter. Kernepunkterne er inspireret af psykologen Marshall B. Rosenbergs metode til ikkevoldelig kommunikation.



1. **FAKTA:** Hvad så jeg/hørte jeg? Hvad så/hørte du?
2. **FORTOLKNING:** Analyse/tanke/vurdering. Hvordan opfattede jeg situationen?
3. **FØLELSE:** Hvordan påvirkede det mig/dig?
4. **BEHOV:** Hvad har jeg/du brug for? Hvorfor er det vigtigt for mig/dig?
5. **HANDLING:** Hvad kan gøres? Hvad kunne være gjort?  
Hvilke handlinger kan understøtte dit og mit behov i situationen?

## UNGDOMSBYEN

Kernepunkterne kan bruges til analyse af en konflikt, til at blive klogere og f.eks. kunne skelne mellem, hvad der rent *faktuelt* skete, og hvordan parterne *fortolkede/oplevede* det, der skete. Kernepunkterne kan desuden bruges som spørgeguide – både til sig selv, hvis man vil blive klogere på egne følelser, behov og mulige løsninger. Men de kan også bruges til at spørge de andre parter i konflikten, hvis man vil prøve at forstå den anden. Endelig kan de bruges som spørgeguide, hvis man står som "mægler" mellem to parter i en konflikt, og forsøger at hjælpe dem med at blive hørt og høre hinanden. Følelserne i en konflikt er ofte brugbar data til at forstå reaktionerne og de dybereliggende behov, som parterne ikke fik opfyldt i situationen.

**Et eksempel:** Marie blev forskrækket og råbte voldsomme skældsord til cyklisten, der bremsede hårdt op uden at give tegn. Hun fik ikke sit behov for sikkerhed opfyldt. Behov kan ses som nøglen til at kunne finde bæredygtige løsninger på konflikten. Når vi arbejder med børn og unge (og voksne...) kan det være meningsfuldt at træne evnerne til at udtrykke følelser og behov og forsøge at opbygge et større ordforråd, hvad angår disse. De fleste af os er analfabeter, når det kommer til følelser og behov, men et større og nuanceret ordforråd for følelser og behov, kan netop hjælpe til at udtrykke sig mere klart og på egen banehalvdel. Det kan være en stor hjælp til at undgå at angribe, og i stedet sende en håndsrækning til den anden part i konflikten og bane vej for en gensidig forståelse.

Cyklisten havde sandsynligvis bedre kunne lytte til Marie, hvis hun havde udeladt diverse skældsord, og sagt at hun blev vildt forskrækkede, da han bremsede uden at give tegn, fordi hun gerne vil kunne færdes sikkert i trafikken og passe på sit barn bagpå cykelsædet.

I Ungdomsbyen arbejder vi derfor med, at eleverne opbygger et sprog for følelser og behov samt kender til forskellen mellem du-sprog og jeg-sprog i konflikt.

## Sprog i konflikter

### Kendetegn for du-sprog (også kaldet ulvesprog)

- Anklage
- Bebrejde
- Beskyld
- Generalisere
- Kræve
- Befale
- Sige "du".... (i stedet for "jeg")
- Afbryde
- Have fokus på manden, fremfor bolden

### Kendetegn for jeg-sprog (også kaldet girafsprog)

- Lytte til ende
- Spørge ind til den anden
- At sige "Jeg..." (i stedet for "du...")
- Fortælle hvordan man selv har det/udtrykke egne følelser
- At fortælle hvad man godt kunne tænkte sig/udtrykke egne behov
- Fokus på bolden fremfor manden

## FORSLAG TIL ØVELSER OM SPROG I KONFLIKTER

Forskellen mellem du- og jeg-sprog er ikke noget, man lærer på én dag – og da slet ikke at mestre jeg-sprog. Det kan man bruge et helt liv på. Det kan være en god idé at arbejde tilbagevendende med temaet, så dine elever får en dybere forståelse for og oplevelse af sprogets betydning i konflikter. Hvis du vil arbejde videre med du- og jeg-sprog med din klasse, kan I f.eks.:

- Lave klassens plakat med sprog i konflikter, hvor I skriver forskellen på du- og jeg-sprog og eleverne kommer med deres eksempler på det ene i forhold til det andet.

## UNGDOMSBYEN

- Lave et rollespil, hvor eleverne prøver kræfter med du- og jeg-sprog. F.eks. at de skal blive enige om, hvem der skal tage opvasken. I kan jonglere rundt med opgaven på forskellig måde. F.eks. at de begge skal tale du-sprog, at de begge taler jeg-sprog, at den ene taler du-sprog og den anden jeg-sprog osv. Opsamling handler om forskellene i samtalerne ved at tale på den ene fremfor den anden måde.
- Find en offentlig Facebooktråd med en aktuel nyhed f.eks. på DR Nyheder, som folk har kommenteret på. Gerne et lidt kontroversielt emne. Vis/print kommentarsporet for eleverne. Eleverne skal nu finde eksempler på du-sprog. De skal i grupper forsøge at omformulere nogle af du-sprogs sætningerne til jeg sprog. Tag gerne en drøftelse med klassen om, hvad grundende kan være til, at der er så meget du-sprog i kommentarsporerne på Facebook. Er det noget de kender til fra sig selv på de sociale medier, de bruger?
- Se en film/scene med en konflikt. Eleverne skal lægge mærke til replikker med du- og jeg-sprog.

F.eks. kan I se youtube-klippet med sangen "Hvad med dig selv?" fra Terkel i Knibe. <https://www.youtube.com/watch?v=ZVXWYqIYdEc>

I sangen forsøger Terkel at sætte grænser for skolens "hårde børster", hvor han giver dem igen (med en masse du-sprog og skældsord). Han udviser stort mod, men resultatet er, at han alligevel får en skalle lige tilbage i hovedet.

Eleverne får teksten udleveret. Mens de ser klippet, skal de markere alle de replikker, de lægger mærke til, som er du-sprog. Når I har set filmen, kan der ledes over i en diskussion, hvor eleverne kommer med bud på, hvordan man kan sætte grænser på en måde, hvor man, modsat Terkel, undgår at svine den anden til. Kan de komme med eksempler på, hvad man kan sige til hinanden? Kan de bruge jeg-sprog som hjælp? Få gerne eleverne til at komme med scenarier, de kan kende fra deres egen hverdag og lad dem give konkrete bud på, hvad man kan sige i de situationer.

# Reaktionsmåder i konflikter: gå, slå, stå

Mennesker reagerer og handler vidt forskelligt i konflikter. Alligevel kan man skelne mellem tre grundlæggende reaktioner i konflikter, som de fleste mennesker kan genkende i sig selv og hos andre. Dem kalder vi *gå* (flugt), *slå* (kamp) og *stå* (møde konflikten). Her er bud på typiske handlinger, der knytter sig til de tre reaktionsmåder

### Gå

At gå/flygte fra konflikten kan være: At fjerne sig fysisk, trække sig følelsesmæssigt eller kommunikativt, underkaste eller tilpasse sig overdrevent (og dermed opgive egne behov eller holdninger for at undgå konflikten), lade som ingenting, ignorere problemet, tale udenom, skifte emne, lave jokes, bagatellisere, tage skylden, undvige, fortrænge osv.

### Slå

At angribe i konfliktsituationen kan være: Trusler, fysisk vold, eller at angribe den anden psykologisk, direkte eller indirekte. F.eks. i form af en aggressiv konfrontation, sarkasme, råbe, provokere tilbage, anklagende og bebrejdende sprog.

### Stå

At møde konflikter ved at "stå", kan f.eks. være: Erkende konflikten, skabe kontakt til den anden, sætte egne grænser, tale om problemet, indlede dialog, spørge hvordan den anden har det og tænker, turde møde problemet, undersøge egne og andres synspunkter, lytte, kommunikere på egen banehalvdel, acceptere uenigheder, finde løsningsforslag til problemet, udforske dét der sker i konflikten, forholde sig til følelser og tanker som er i én selv og den anden part.

### NÅR FAREN TRUER<sup>2</sup>

Når mennesker konfronteres med noget, der kan være truende, farligt, ydmygende eller på anden måde provokerende, oplever de ubehag i varierende grad og i forskellige former. Mange har det også sådan med konflikter i al almindelighed. Fra naturens side er vi udstyret med basale redskaber til at tackle truende situationer: kamp – flugt instinkterne, som udløses reflektorisk, når vi oplever at være i fare. Dem har kulturen heldigvis ikke udslettet, og de kommer os f.eks. til gavn, hvis vore børn løber ud på en kørevej eller trues med vold.

Men i mange andre af livets forhold er disse basale mekanismer ikke så brugbare, selv om de også i disse situationer præger vores reaktioner. Især i de konflikter, som dagligt og naturligt opleves på arbejdspladsen, i familien og i kammeratgruppen. Måske har vi ovenikøbet en tendens til at ty til den samme reaktion på alverdens forskellige problemer og konflikter.

Ofte er vi ubevidste om, hvilke puds vore konfliktmønstre spiller os selv og hinanden. Og et barn fra en familie, hvor problemerne ties ihjel, kan have det svært i en konflikt med kammeraten fra en familie, hvor bølgerne går højt, og alt diskuteres med store armbevægelser.

I et team, en personalegruppe eller en institution kan der på samme måde udvikles et bestemt mønster, hvor man fejer konflikterne ind under gulvtæppet eller udmarver hinanden i endeløse diskussioner med affyring af kendte standpunkter.

### **Undersøg sagen – et tredje valg**

Hvor kamp eller undvigelse ikke fungerer bedst, er en tredje mulighed at "blive stående" og åbne konflikten. Dvs. at undersøge, hvad der ligger bag den andens handling eller udsagn; at tjekke, om de umiddelbare fortolkninger er rigtige; at respektere, at der er forskellige opfattelser af samme situation og samtidig markere vilje til at finde fælles løsninger; at tydeliggøre sin egen holdning og bevæggrunde uden at nedgøre den anden; at acceptere, at der kan være uforenelige holdninger og synspunkter, uden at man behøver at bekæmpe de personer, der bærer de andre holdninger. Et eksempel: En far beder om en forklaring på, hvorfor barnet ikke kan tabellerne endnu. Hurtige reaktioner fra læreren kan være at svare (eller tænke): "Det er, fordi I ikke sørger for, at hun træner derhjemme"; eller "Hun klarer sig nu meget godt i klassen, og vi træner det jo meget lige for tiden". En åbning over faderen kunne i stedet være at spørge til det konkrete: Hvornår ser han problemet, hvad bekymrer ham, hvad tænker han selv kunne være en god støtte for barnet? Når dialogen er i gang, er det nemmere for læreren at få lydhørhed over for sin professionelle indstilling til problemet.

### **Hvordan møder den enkelte konflikter?**

Det kan være frugtbart for både voksne og børn at undersøge de tre mønstre. Det er vigtigt, at det forbliver legalt, menneskeligt og forståeligt, at mennesker i nogle situationer reagerer,

<sup>2</sup> Afsnittet i kursiv er et uddrag fra 'Grib konflikten- om konstruktiv konflikthåndtering i skolen'. Udgivet af Det Kriminalpræventive Råd, 2016.

## UNGDOMSBYEN

*lammende, at man hverken kan give igen eller gå sin vej, men i stedet intet foretager sig. Det kan af andre udlægges som konfliktskyhed. Her skal ikke moraliseres eller udnævnes rigtige og forkerte metoder. Men en forståelse for mønstrene og en indsigt i ens eget konfliktmønster kan give livet en lettere gang på jorden.*

*Der kan opstilles masser af tænkte situationer eller rollespil, hvor det kan*

*drøftes, hvad der kommer ud af at kæmpe, undvige eller undersøge. Det vigtige er bevidstheden om, hvad de forskellige valg indebærer. Den voksne bør rette opmærksomheden mere mod handlemulighederne og deres konsekvenser end mod, hvad der er moralsk rigtigt eller forkert. Når børnene står i de enkelte situationer, skal de selv vælge, hvad de vil gøre, og det er i det valg, de skal have flere handlemuligheder.*

## FORSLAG TIL ØVELSER OM GÅ, SLÅ OG STÅ

Børn og unge kan have stor gavn af at arbejde med de tre reaktionsmåder og på den måde lære egne og andres reaktioner bedre at kende. Samtidig kan det give en forståelse for, at man har et valg og at der findes alternative handlemuligheder, når man havner i en konflikt.

Når du har introduceret dine elever til de tre reaktionsmåder, kan du evt. følge op med en øvelse. Her er tre forslag til øvelser, I kan arbejde videre med:

- **Rollespil:** Lad eleverne udforske reaktionsmulighederne ved at lave et rollespil, hvor de lader de tre reaktioner komme til udtryk
- **Walk and talk:** Send eleverne ud på en *walk and talk* i par, hvor de fortæller hinanden hvilke typiske reaktioner, der gælder for dem. De skal undersøge og spørge ind til om de reagerer forskelligt i en konflikt alt efter om det er med deres familie, venner, i klassen eller overfor fremmede.
- **Film:** Lad eleverne finde et filmklip fra en af deres yndlingsfilm eller serier, hvor der udspiller sig en konflikt. Opgaven for eleverne er at undersøge, hvilke konfliktreaktioner de kan se udspille sig. De skal undersøge hvordan konflikten udvikler sig og hvordan det muligvis kan hænge sammen med parternes reaktionsmåder. Alternativt finder du selv et filmklip eller et klip fra nyhederne.



# UNGDOMSBYEN

## ØVELSE: DESIGN KLASSENS KONFLIKTHÅNDBOGSHJUL

### Formål

---

At eleverne udforsker deres strategier og handlemuligheder, når der opstår konflikter i klassen eller på skolen.

At synliggøre handlemuligheder i konflikter på skolen

### Tid

---

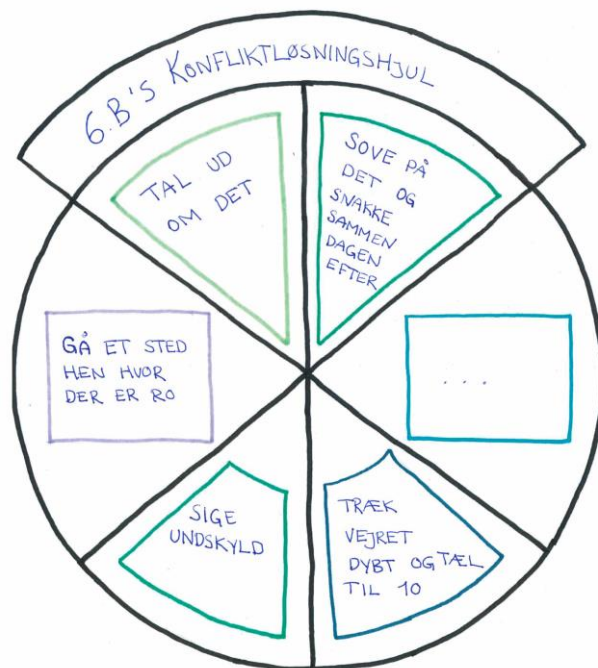
20-60 min. Tiden afhænger af hvor meget I vil gøre ud af at udsmykke jeres hjul.

### Materialer

---

1 stk. A3 papir og tuscher.

Evt. farver, gamle aviser/blade og sakse



### Sådan gør du

---

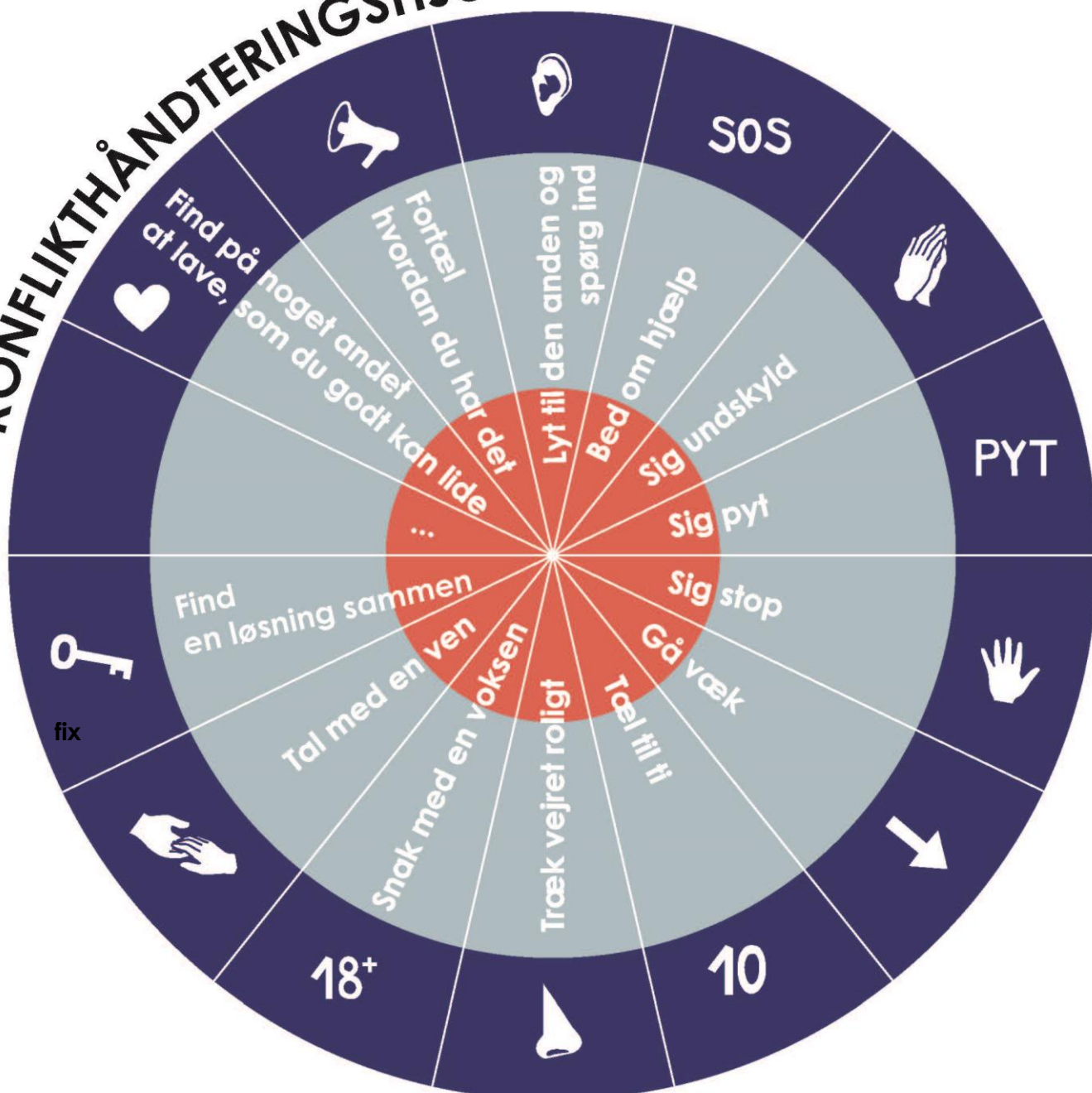
1. Klassen skal i fællesskab designe deres konflikthåndteringshjul. De skal sammen komme med gode bud på strategier, de kan bruge, når der opstår konflikter på skolen eller i klassen.
2. Lav en fælles brainstorm, hvor eleverne finder på så mange strategier som de kan komme i tanke om til at håndtere konflikter på skolen. Det kan både være strategier, de har prøvet før, og som fungerer godt, eller nogle de endnu ikke har prøvet, men som de tror vil fungere godt. Forslagene skal være nogle, de tænker, kan have en positiv virkning for alle parterne i konflikten – og ikke blot for nogle få. Eksempler: Tag en pause, sig undskyld, find på noget andet at lave sammen, prøv at tale med den anden om det osv... Det er vigtigt at anerkende alle forslagene – I kan sortere ud senere.
3. Se på alle forslagene og tal om fordele og ulemper ved hver enkelt.
4. Udvalg i fællesskab de 7-15 strategier, som I tror, fungerer bedst hos jer.
5. Tegn et hjul på A3arket og skriv de udvalgte strategier ind. Hvis I har tid, kan eleverne dekorere det.
6. Hjulet hænges op et synligt sted i klassen. Det kan nu bruges til at have en samtale om handlingsmuligheder, når konflikterne opstår.

Find inspiration til øvelsen ved at lave en googlesøgning på "konflikthjul".

**Tip:** Du kan lade eleverne lave hver deres individuelle konflikthåndteringshjul

# HVAD KAN JEG GØRE I EN KONFLIKT?

## KONFLIKTHÅNTERINGSHJULET



5.

## Til videre fordybelse

Inspiration til undervisningsmateriale, læsestof, hjemmesider og film

# UNGDOMSBYEN

## UNDERVISNINGSMATERIALER

**Konflikthåndtering – et inspirationsmateriale.** EMU, 2019

<https://emu.dk/grundskole/undervisningsmiljo/konflikter>

**Vild med dig**, Ungdomsbyen for Det kriminalpræventive råd, Bryd Tavsheden, Løkk, Dialog Mod Vold. 2015

Et undervisningsmateriale samt lærervejledning om konflikter i nære relationer målrettet udskolingen og 10. klasse:

<http://www.forvildmeddig.dk/materialer/>

**Verdensklasse – medborgerskab**, Ungdomsbyen og Mellemløkkeligt Samvirke, 2019  
Undervisningsmateriale om fællesskab, demokrati og medborgerskab målrettet grundskolen.

<https://www.verdensklasse.dk/medborgerskab/undervisningsmateriale>

**Du har et valg**, Mette Lindgren Helde, Udlændinge og Integrationsministeriet, 2017  
Undervisningsmateriale om social kontrol for grundskolen. Elevmateriale samt ressourceguide til læreren.

[http://uim.dk/filer/integration/elevmateriale\\_du-har-et-valg\\_2017.pdf](http://uim.dk/filer/integration/elevmateriale_du-har-et-valg_2017.pdf)

<http://kortlink.dk/27g2f>

## RELEVANTE ARTIKLER OG FILM

**Skolens Sociale Liv**, Lotte Christy, Det Kriminalpræventive Råd, 2007

<https://dkr.dk/media/8181/skolens-sociale-liv-introduktion.pdf>

**Brug konflikten**, DCUM, Marts 2006.

To links med inspirationsmateriale og vejledning for konflikthåndtering samt potentialet ved brug af elevmægling i grundskolen med eksempler og gode erfaringer fra forskellige skoler. Materialet er udarbejdet af DCUM i forbindelse med erfaringer fra projektet "Brug konflikten" om elevmægling i grundskolen. Materialet kan bl.a. bruges som opslagsværk og til at dykke ned i grundstoffet for konflikthåndtering såsom kernepunkter, afspændende og optrappende kommunikation, grundprincipper i mægling mv.

## UNGDOMSBYEN

[https://ssp.solrod.dk/media/3515608/konflikthaandtering\\_grundskolen.pdf](https://ssp.solrod.dk/media/3515608/konflikthaandtering_grundskolen.pdf)

[https://ssp.solrod.dk/media/3515613/konflikthaandtering\\_skolen.pdf](https://ssp.solrod.dk/media/3515613/konflikthaandtering_skolen.pdf)

**Mobning eller Konflikt**, Helle Rabøl og Lotte Christy, Center for konfliktløsning videncenter, 2006

<https://konfliktloesning.dk/videnscenter/boern-og-unge/mobning-eller-konflikt/>

**Low Arousal**, Video med Jacob Kjærby Lentz. Produceret af Børne og Undervisningsministeriet

<https://emu.dk/grundskole/undervisningsmiljo/konflikter/video-low-arousal-fagligheden-bag-bekymrede-adfaerd>

### **Ikke voldelig kommunikation**

Filmen 'Konflikt håndtering i skolen' giver et konkret eksempel på, hvordan man kan tale ind i elevernes behov i konfliktsituationer og således arbejde konflikt nedtrappende. Find den her:

[Filmkompagniet](#)

Varighed ca. 7 min.

### **Læreres Relationskompetencer**

Se filmene om relationskompetence på Filmstriben. De tager afsæt i Louise Klinges forskning. Film 6 er et godt eksempel på relationskompetence i praksis.

[Filmkompagniet](#)

**Fællesskabende adfærd på fællesområder**, Demokrati under udvikling

<https://www.duu.dk/nyhed-jonvaldemar>

## HJEMMESIDER

### **Forældrefiduser**

Her finder du fiduser til stærkt forældresamarbejde

<http://www.foraeldrefiduser.dk/>

### **Center for Konfliktløsning**

<https://konfliktloesning.dk>

Der er især godt læsestof at finde i deres videncenter

<https://konfliktloesning.dk/videnscenter/>

## UNGDOMSBYEN

### **Livkom**

Her finder du bl.a. inspirationsfilm til hvordan man kan arbejde med ikkevoldelig kommunikation i skolen med sine elever. For de yngste elever.

<http://livkom.dk/bag-ehver-handling-ligger-et-behov-5-smaa-film/>

### **BØGER**

*Grib Konflikten*: Lotte Christy. Det Kriminalpræventive Råd i samarbejde med Center for Konfliktløsning, 2007.

*Konflikt og kontakt*: Hammerich og Frydensberg m.fl. Hovedland, 2021 (nyeste udgave)

*Nonviolent Communication – a language of life*: Rosenberg, Marshall B., 3. Udgave, Puddledancer Press, 2015 (oprindeligt udgivet 1999)

## 6.

### Vigtige links til elever

Konflikter er ét, men mistrivsel, mobning, social kontrol og deslige er noget andet. Konflikter kan vi ikke undgå. De er et grundvilkår, som vi må lære at leve med og blive så gode til at møde og håndtere, som vi kan. Mistrivsel er en anden sag. Det er ikke noget vi skal tolerere eller "bare lære at leve med".

Derfor har vi samlet en liste med nogle links på organisationer, det er vigtigt at kende til som barn eller ung. Det er organisationer, der henvender sig til børn og unge, der oplever mistrivsel af den ene eller anden grund. Del den gerne med dine elever, så de kender deres rettigheder, og ved hvem de kan række ud til, hvis de oplever mistrivsel. Hvad end det skyldes forhold i hjemmet, på skolen eller i anden sammenhæng.

Tal gerne med dem om organisationerne bag.



# Her kan du få hjælp

## **Børnetelefonen af Børns Vilkår**

Alle børn og unge kan ringe til børnetelefonen gratis og anonymt. Når et venskab slår gnister eller kærligheden gør ondt i maven. Når far og mor bliver skilt. Når der er misbrug i familien. Og når selvmord virker som eneste udvej. Rådgiverne lytter og rådgiver børn og unge i Danmark om jeres problemer, store som små. Rådgiverne sidder klar ved BørneTelefonen hver dag året rundt.

Du kan ringe anonymt til BørneTelefonen på 116 111. Og man kan heller ikke se på telefonregningen, at du har ringet. Ligesom du bestemmer, hvad du har lyst til at tale om.

[https://bornetelefonen.dk/?gclid=EAlalQobChMliobd-br56QIVxuJ3Ch3-jAa7EAAYASAAEgKif\\_D\\_BwE](https://bornetelefonen.dk/?gclid=EAlalQobChMliobd-br56QIVxuJ3Ch3-jAa7EAAYASAAEgKif_D_BwE)

## **Slet det af Red Barnet**

Ring, hvis du har oplevet at informationer, billeder eller videoer af dig er blevet delt online. Organisationen hjælper dig med at få slettet profiler, privat information og billed- eller videokopier.

<https://redbarnet.dk/sletdet/>

## **Red Centret – center mod æresrelaterede konflikter**

En anonym rådgivning, hotline og brevkasse.

Oplever du, at andre bestemmer over væsentlige dele af dit liv, f.eks. hvem du skal giftes med, hvilken uddannelse du skal have eller hvem, du må ses med? Red Centrets hotline på telefon 70 27 76 66 har åbent døgnet rundt. Her kan du tale med en erfaren rådgiver om din situation.

<https://red-center.dk/>

## **Ung uden mobning**

## UNGDOMSBYEN

Chatgrupper og telefonisk rådgivning for dig der oplever mobning eller er vidne til mobning. Telefonisk rådgivning 4295 4208. E-mail: mail@uum.dk

<https://www.ungudenmobning.dk/>