

## 2. STEG FOR STEG

Steg for Steg er et opplegg som har til hensikt å øke barnas sosiale kompetanse gjennom å øve på ferdigheter i empati, problemløsinger og å mestre sinne i sosiale sammenhenger. Drivkraften i arbeidet er å styrke og bygge videre på det positive istedenfor det negative barnet gjør.

Sosial kompetanse omfatter:

Empati- (vise omtanke, leve seg inn i)

Selvkontroll (vente på tur, kompromisse)

Selvhevdelse (presentere seg, be om info)

Samarbeid (dele, hjelpe, følge regler)

Humor og glede (være spontan, glede seg)

I barnehagen får barna trent på ferdigheter som gjør dem rustet til å takle utfordringer senere i livet.

God kommunikasjon og å omgå andre på en fin måte er sentralt i Steg for Steg. Noe av det viktigste vi kan formidle til barna, er hvordan vi alle er avhengige av hverandre for å få et godt liv.

Sentralt i Steg for Steg er også de voksne som rollemodeller.

I Steg for Steg er innlæringen av sosiale ferdigheter satt i et system som gir oss en enkel "oppskrift" og rammer for hvordan vi kan bruke dette i hverdagen. Det er delt opp i leksjoner. Her er noen av leksjonene.

Del 1. Vi trener empati. **1 til 3 år**

- ✚ Jeg er glad
- ✚ Jeg er lei meg
- ✚ Jeg er redd
- ✚ Jeg er sint
- ✚ Jeg er overrasket

Del 2. Vi trener empati. **3 til 6 år**

- ✚ Bli kjent med egne følelser
- ✚ Følelser endrer seg
- ✚ Samme eller forskjellig
- ✚ Jeg bryr meg
- ✚ Å hjelpe hverandre
- ✚ Ikke nå kanskje senere

Del 2. Vi trenger å mestre sinne.

- ✚ Er jeg sint
- ✚ Sterke følelser
- ✚ Å roe seg ned
- ✚ Når noen tar noe fra meg
- ✚ Hva kan jeg gjøre når jeg ikke får det som jeg vil

Del 3. Vi trener problemløsninger.

- ✚ Ro deg ned, stopp opp og tenk
- ✚ Hva er problemet? Å forstå t problem

- ✚ Hva kan jeg gjøre?
- ✚ Velg en løsning, hjelper det?
- ✚ Å dele
- ✚ Å komme til enighet