

# Relasjonskartlegging



God relasjon til alle barn er fundamentet for en trygg og god oppvekst. Alle barn må oppleve at de har voksne som liker de og som tenker godt om dem for at de skal være trygge og kunne utvikle seg maksimalt. Det er vi voksne som er ansvarlige for at relasjonene er gode.

Relasjonskartlegging er en hjelp for å sikre at alle barn har voksne de har gode relasjoner til. Vi voksne må kontinuerlig arbeide for å bygge relasjoner med barna.

Dette verktøyet kan bidra til å sette fokus på relasjonen man har til hvert enkelt barn man har rundt seg i jobb sammenheng, og bør gjennomføres 2-4 ganger i året. Den kan også brukes i forbindelse med undring eller bekymring for et barn/ungdom eller en gruppe.

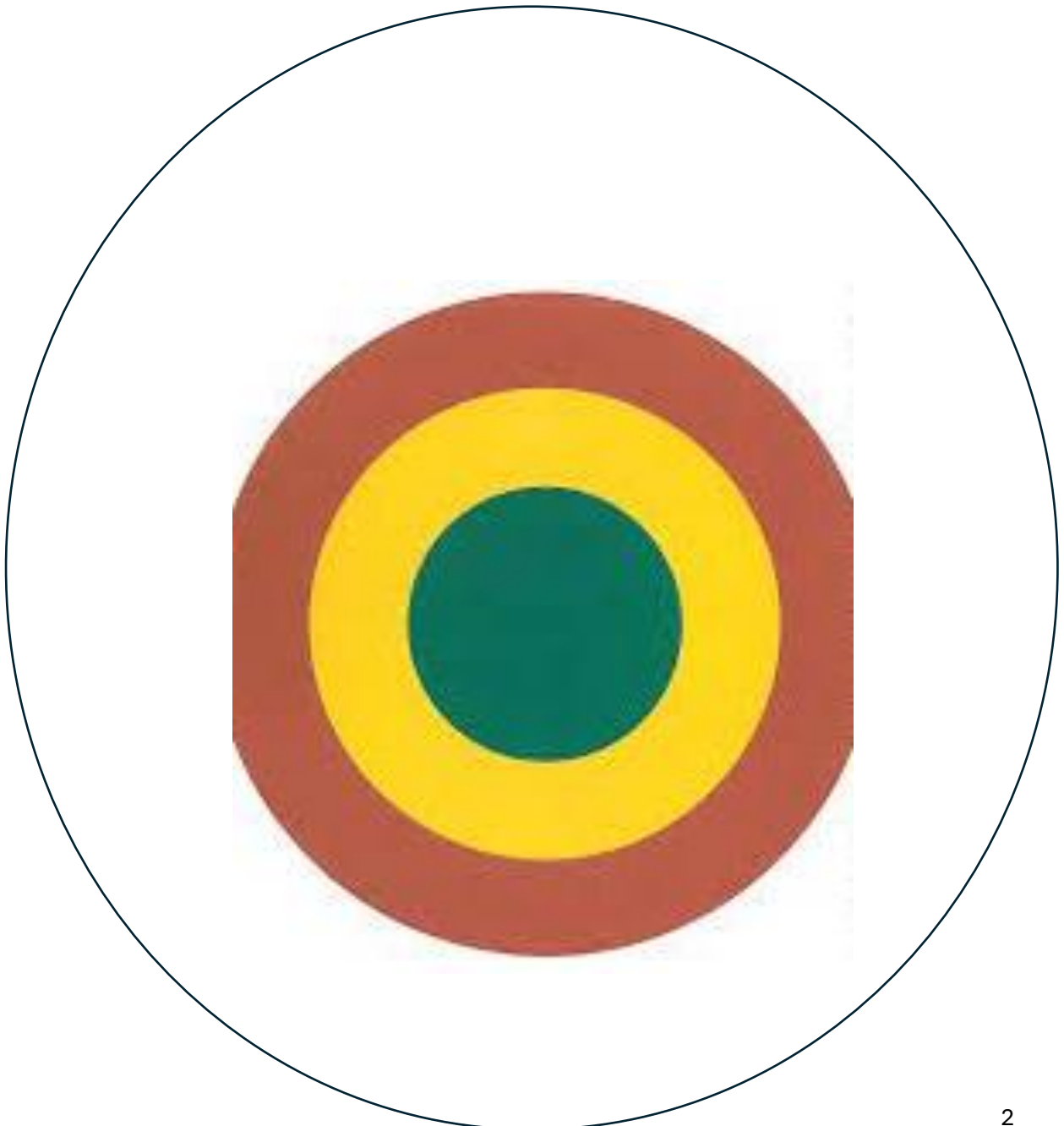
I dette dokumentet kan du lese om:

1. Relasjonssirkelen som verktøy
2. Tiltak for relasjonsbygging inn mot enkeltbarn
3. Tiltak for relasjonsbygging inn mot grupper

# RELASJONSSIRKELEN

Kopier ut sirkelen og sett inn hvert enkelt barn du har i gruppa di på riktig farge i sirkelen.

- Grønn betyr at du har en god og nær relasjon til barnet
- Gul betyr at du har en nøytral relasjon som hverken er god eller vanskelig og er et varsel om at relasjonen kan utvikle seg dårligere hvis man ikke følger med.
- Rød betyr at du har en relasjon som er vanskelig.
- Hvit betyr at en ikke opplever å ha en relasjon til barnet, har du sett at barnet er der?



## Hjelpespørsmål til relasjonssirkelen

SPØRSMÅL	God relasjon	Nøytral relasjon	Vanskelig relasjon	Ingen relasjon
Jeg kjenner barnet godt og vet mye om hva det liker, hvordan det har det hjemme og i barnehagen/på skolen/boligen.				
Barnet søker ofte kontakt med meg for spørsmål, trøst, hjelp eller for å vise meg noe				
Jeg opplever at barnet stoler på meg og liker meg som voksen				
Det er lett for meg å få kontakt med barnet				
Barnet gjør som oftest det jeg ber det om				
Jeg trenger sjelden irettesette eller på andre vis legge begrensninger på barnets atferd				
Det er sjelden konflikter mellom meg og barnet				
Jeg vet til enhver tid hvor barnet befinner seg når jeg har ansvaret for det, og hva det holder på med				
Barnet blir glad når det får ros, og viser det med smil og blikkontakt				
Jeg vurderer min relasjon til barnet som varm, nær og gjensidig				



## Tiltaksplan for relasjonsbygging: enkeltbarn

- 1) Fyll ut for de barna som er i gult, rødt eller hvit i relasjonssirkelen.
- 2) Noter ned tiltak som dere skal gjennomføre i tiden framover
- 3) Husk: målet med disse tiltakene er at barna skal bli trygge på at dere liker dem og vil dem vel. (F.eks. småprat med barnet hvor man viser interesse for barnets liv og fritid, hilse hver dag, «veie opp» evt. negativ oppmerksomhet med positiv oppmerksomhet og ros, bruke et vennlig blikk/være oppmerksom på eget kroppsspråk, ta barnet på fersken i gode gjerninger, forsøk å ta barnets perspektiv i saker, aktiviteter som gir god stemning).
- 4) Ta skjemaet jevnlig fram igjen for å fylle ut evalueringsrubrikken, sett dato allerede nå.

Barn	Tiltak	Når skal det skje.	Ansvar	Evaluering. Hvordan virker tiltaket? Blir relasjonen bedre?

## Forslag til tiltak

Fra de voksne
<ul style="list-style-type: none"><li>• Vis sensitivitet og varme i interaksjon med barna.</li><li>• Bruk et varmt blikk aktivt.</li><li>• Spør hvordan det går, vær positivt nysgjerrig</li><li>• Nikk og smil.</li><li>• Vær vennlig</li><li>• Vis omsorg, respekt og selvkontroll.</li><li>• Møt barna godt forberedt og ha generelt høye forventninger til dem.</li><li>• Gi barna valg når det er mulig.</li><li>• Vær proaktiv når det gjelder ulik ledelse av barn og unngå å komme i tvingende samspill med barnet.</li><li>• Ta i bruk intervensjoner for å endre spesielt vanskelige situasjoner.</li><li>• Hjelp barna med å være hjelpsomme og snille med hverandre.</li><li>• Snakke med barna en gang pr. time/dag</li><li>• Avtal positive tegn (tommel opp)</li><li>• Send/gi positive meldinger hjem</li><li>• «Bankingtime» - fyll opp bank konto for barn med positiv fokus (5 – 1)</li><li>• Gi tydelig beskjeder.</li><li>• Vis forståelse, selv om vi ikke nødvendigvis forstår det. (anerkjenne)</li><li>• Vise interesse.</li><li>• Still spørsmål og vise at man bryr seg.</li><li>• Gjøre endringer hvis vi ser at vi har «bomma».</li><li>• Hold det du sier/lover.</li><li>• Kun love det vi kan holde.</li></ul>
Barna sier at de gjerne vil at vi skal:
<ul style="list-style-type: none"><li>• Si «hei» og være glade.</li><li>• Snakke sammen hemmelig (Når noe har skjedd eller trenger å prate).</li><li>• Passe på de - at de voksne viser og sier «jeg skal passe på deg».</li><li>• Spør de om ting.</li><li>• Gi en klem.</li><li>• Ta hensyn ved å for eksempel la de være i fred når vi trenger det.</li><li>• Si at man er glad i en.</li><li>• Si hyggelige ting/ gi ros og skryt.</li><li>• Gi komplimenter</li><li>• Vise omsorg- At de hjelper deg når vi har vondt, at de nikker og smiler.</li><li>• At vi er greie og snille mot oss.</li><li>• At vi viser respekt- hører på elevene når vi prater, at de ser på oss.</li><li>• At de voksne viser selvkontroll- ikke sier slemme ting, ikke viser sinne.</li><li>• At de trøster oss når vi trenger det.</li><li>• Klapper de vennlig på skuldra.</li><li>• At vi ikke blir altfor strenge</li><li>• At de passer på så vi ikke er rolige og gir oss en røris i blant!</li></ul>

## Hjelpespørsmål med tanke på tiltak: enkeltbarn

	Dette gjør jeg ofte	Dette gjør jeg sjelden	Dette skal jeg gjøre mer av	Hvordan har jeg utviklet meg i forhold til dette?
Er jeg anerkjennende og støttende i forhold til barns initiativ?				
Legger jeg merke til alle barna i like stor grad, uavhengig av type personlighet?				
Får noen barn stadig positiv oppmerksomhet fra meg – mer enn andre barn?				
Får noen barn stadig negativ oppmerksomhet fra meg – mer enn andre barn?				
Har jeg lettere for å tro på noen barns forklaring på konflikter enn andre i gruppa?				
Er det noen barn i gruppa som jeg tar mer kontakt med og finner på flere aktiviteter med enn andre barn?				
Klarer jeg å involvere alle barna i fellesskapet - f.eks. praten rundt bordet ved måltider?				
Har jeg større tålmodighet med enkelte barn i gruppa enn andre, når det gjelder å følge dem opp / hjelpe dem?				
Blir noen barn raskere avbrutt / avvist av meg enn andre når de tar kontakt med meg?				
Er jeg bevisst på at barn ikke alltid klarer å skille spøk / ironi?				

## Tiltaksplan for relasjonsbygging: gruppe

Dersom det er behov for å jobbe med relasjoner i en gruppe kan dette tiltaksskjemaet brukes.

- 1) Noter ned tiltak som dere skal gjennomføre i tiden framover
- 2) Husk: målet med disse tiltakene er at gruppa skal bli trygge på at dere liker dem og vil dem vel. (F.eks. småprat med barna i gruppa hvor man viser interesse for barnas liv og fritid, hilse hver dag, «veie opp» evt. negativ oppmerksomhet med positiv oppmerksomhet og ros, bruke et vennlige blick/være oppmerksomme på eget kroppsspråk, ta barna på fersken i gode gjerninger, forsøk å ta barnas perspektiv i saker, aktiviteter som gir god stemning).
- 3) Ta skjemaet jevnlig fram igjen for å fylle ut evalueringsrubrikken, sett dato allerede nå.

Gruppe	Tiltak	Når skal det skje.	Ansvar	Evaluering. Hvordan virker tiltaket? Blir relasjonene bedre?



## Hjelpespørsmål med tanke på tiltak: gruppe

Fokuset er den voksnes rolle for å skape et trygt og godt miljø med barna.

<b>Hjelpespørsmål angående miljøet i en gruppe</b>				
	Dette gjør jeg ofte	Dette gjør jeg sjelden	Dette skal jeg gjøre mer av	Hvordan har jeg utviklet meg i forhold til dette?
Jeg bidrar til at miljøet er preget av gjensidig omsorg, anerkjennelse, varme og respekt overfor barna.				
Jeg bidrar til at miljøet er preget av likeverdighet og veksling av hvem som bestemmer og hvem som til enhver tid får være med.				
Jeg bidrar til en trygg og avslappet tone preget av humor, spontanitet, oppmuntring og glede.				