

KONFLIKTHANTERING

Hur du kan hjälpa andra att själva lösa sina konflikter

1

Problem med att personer i vår närhet bråkar

- Det tar tid
- Skapar stress
- Du vet inte alltid vad du ska säga för att hjälpa
- Det snor energi
- osv

2

3 nivåer

- Nivå 1. Får ta tid. Lyssna, diskussion, göra övningar osv.
- Nivå 2. Får ta lite tid. Ska bli bra på kort och lång sikt.
- Nivå 3. Får ej ta tid. Lös det och gå vidare.

3

Varför konflikt?

- De är ej bättre än sina verktyg och erfarenheter.
- Lära sig -> träna
- Bra att de bråkar i skolan
- Vi behöver rutiner och verktyg



4

Hur vill ni lösa det här?

Info Du och du är ledsen

Fråga Hur? Var det meningen?

"Förlåt"

Repetera

Smartare?

Landa?
Hur känns det?
Vad kan jag mer göra för dig?

"Ja men det var ju för att... STOPP!
En sak i taget.

"Jag har inte gjort något!"
"Vänta. Jag fråga ej vad du gjort.
Det du gjorde råkade göra hen ledsen..."

Viktigt att tänka på:

- Fokus lösning
- Var opartisk
- En pratar åt gången
- Ta en sak i taget

5

Elevledd

Info "Jag känner mig ledsen av det du gjorde. Var det meningen?"

Fråga "Hur har jag gjort dig ledsen?"

"Förlåt" "Förlåt, det var inte meningen."

Repetera "Kan jag också få ett förlåt?"

Smartare?

6

Öva och lära

Info Du har gjort hen ledsen och du har gjort hen ledsen.

Fråga Vet du hur du har gjort hen ledsen? Om inte, fråga.
 - Hur har jag gjort dig ledsen?
 - "Svarar" medans barnet som frågade lyssnar tyst.
 Förstod du svaret? Var det meningen att göra hen ledsen?
 - Nej
 Va bra. Nu har det tyvärr råkat bli så, vad är smart att göra nu?

"Förlåt"
Repetera

Smartare Fråga båda: "Vad hade varit smartare att göra så inte hen blivit ledsen?"

Viktigt att tänka på:

- Fokus lösning
- Var opartisk
- En pratar åt gången
- Ta en sak i taget

7

Öva och lära

- Du ser två barn gråta vid legot
 - Barn 1 är ledsen för att nr 2 knuffade mig.
 - Barn 2 är ledsen för att nr 1 tog min legobit jag bygger med.
- Du hör två ungdomar skrika elaka ord mot varandra.
 - Ungdom 1 är arg och ledsen för att nr 2 sa "du är inte min kompis längre"
 - Ungdom 2 är ledsen för att den känner sig ignorerad och inte lyssnad på av nr 1.
- Det står två personer på fotbollsplan och knuffar varandra.
 - Person 1 är ledsen för att nr 2 sparkade iväg bollen de spelade med.
 - Person 2 är ledsen för att nr 1 sa att den inte får vara med och spela.

8

Guldverktyg

- Stopp, tänk och kör
- Är det sant, snällt och nödvändigt?
- Jag vill inte att du ska vara ensam där inne.
- Ställa frågor



- ♥ Är det **sant**?
- ♥ Är det **snällt**?
- ♥ Är det **nödvändigt**?

9

Förebyggande



- 5:1
- Det vi fokuserar på växer i livet

10

- Hur vill du beskrivas?
- Vad kan du göra mer eller mindre av för att komma närmare den beskrivningen?

11

- Vilken köttbulle tar du med dig?
- Vad kan du göra redan imorgon?

Guldverktyg.se
Susanna Bergvall

12