

MÄSTARKLASSEN

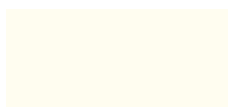


Mästarklassen är en lösningsfokuserad
arbetsmodell för att hjälpa elever att
utveckla sociala färdigheter

Baserat på Jag Kan-metoden

© Ben Furman och Helsingfors Korttidsterapi-institutet AB
i samarbete med Verti AB, Sverige

November 2018



Materialet är skyddat av författar- och förlagsrättighetslagar.

Det är inte tillåtet att kopiera materialet och att framställa eller distribuera upplagor som påtagligt grundar sig på samma idéer och har samma struktur.

Originaltitel: Mestariluokka

Författare: Ben Furman

Översättning: Ben Furman & Stefan Görson

Förlag: Verti AB, www.verti.se

Innehåll

Förord	4
Kort om Mästarklassen	5
Hur kommer man igång	6
Fas 1	7
Stödfrågor fas 1	9
Fas 2	10
Hur avslutar man	11
Stödfrågor fas 2	12
Informera föräldrar	14
Varianter	15
Ansökan fas 2	16
Bilaga 1:6 klassrumsfärdigheter	17
Bilaga 2:22 mästarklassfärdigheter	18
Exempel på diplom	23
Resurser på webben	24

Bilagor

Utvärderingsmall för eleverna innan och efter projektet

Projekledarens inledande utvärdering

Projekledarens avslutande utvärdering

Förord

Vår förhoppning med Mästarklassen är att det kan bli ett alternativ då man behöver förbättra den psykosociala arbetsmiljön för elever och lärare. Syftet med Mästarklassen är att:

- *förbättra klassrumsatmosfären*
- *utveckla elevers psykosociala färdigheter*
- *skapa förutsättningar för elevers skolprestationer*
- *främja elevers välbefinnande*
- *förbättra lärares arbetssituation och välmående*

En bra psykosocial arbetsmiljö i skolan påverkar elever- och lärares trivsel samt minskar mobbning, utanförskap, långvarig skolfrånvaro och risken för att lärare tröttnas ut.

Om man redan från förskoleklass, tillsammans med elever och kollegor, diskutera och arbetar med den psykosociala miljön skulle man kunna skapa en god grund för den fortsatta skolgången. Mästarklassen ersätter inte de individuella anpassningar man behöver göra för elever men ett bra arbetsklimat bidrar. Även då man arbetar med materialet kan man behöva göra vissa elevanpassningar.

Ben Furman som skapat metoden är en internationellt erkänd och uppskattad föreläsare och utbildare som i sitt hemland Finland blivit något av en folkbildare. Han har skrivit många böcker och skapat en mängd arbetsmaterial, allt från att arbeta med barn till organisationer. Hans böcker finns översatta till ett tjugotal språk.

Han företräder en lösningsfokuserad psykologi där man bl.a. inriktar sig på människor och grupperns mål istället för förklaringar kring uppstådda problem.

Ben Furman har haft uppdrag i Sverige sedan 1998 och han talar vacker finlandssvenska.

Information om Ben Furman hittar man på www.benfurman.com, www.kidsskills.org och www.verti.se

Mästarklassen - intro

Mästarklassen (även kallat "projektet" i texten) är baserat på Jag Kan-metoden¹ som är en lösningsfokuserad metod för att hjälpa barn att bli av med svårigheter och problem genom att lära sig färdigheter med stöd av familj och vänner. Materialet vänder sig till elever år F-6. Mer information om Jag Kan-metoden finns på webbsidan www.kidsskills.org och www.verti.se.

Vem kan genomföra projektet?

Mästarklassen kan utföras av t.ex. klasslärare, skolkurator, skolpsykolog eller skolsköterska. Programmet kan även genomföras av ett team, som t.ex. kan bestå av klasslärare, skolkurator och elevassistent. Som projektledare har man en viktig uppgift att ge stöd och hjälp till klassen, och till enskilda elever under träningen av färdigheter. Samarbete är viktigt för att eleverna skall kunna nå sina mål.

Färdighetsteam

Läraren delar in klassen i färdighetsteam bestående av 3-5 elever. Eleverna i färdighetsteamerna skall hjälpa och stödja varandra i att lära sig sina färdigheter.

FAS 1

Klassen måste först ansöka om att få tillstånd från rektor att starta ett Mästarklassprojekt. När rektor har beviljat ansökan, påbörjas fas 1 i projektet. Denna fas varar i 2-3 veckor och under den tiden skall eleverna samarbeta för att lära sig en av de sex klassfärdigheterna (bilaga 1, sid 10). När klassen klarat av fas 1 kan rektorn ge sitt tillstånd att gå vidare till fas 2.

FAS 2

Under fas 2, som varar i 3-4 veckor, får eleverna också lära sig färdigheter men under denna fas skall varje elev lära sig en särskild färdighet som hen valt från en lista med 22 olika mästartklassfärdigheter (bilaga 2, sid 18). Eleverna skall fortsätta med att aktivt hjälpa och stödja varandra inom sina färdighetsteam.

¹ internationellt känd som Kids'Skills

Hur kommer man igång?

Läraren introducerar Mästarklassen för eleverna genom att berätta om projektet, förklara dess två faser, visar dem diplommet och berätta om firandet som arrangeras i slutet av projektet.

Läraren kan motivera barnen genom att

1) berätta varför hen anser att klassen har goda chanser att lyckas med projektet,

2) visa dem ett prov av det imponerande diplommet, och

3) berätta lite mer om firandet som kommer att anordnas i slutet när klassen får diplommet.

Läraren förklarar för klassen att de behöver skriva en ansökan till rektorn för att få tillstånd att starta projektet. Rubriken på ansökan kan till exempel vara, "Varför vi vill delta i Mästarklassprojektet" och texten kan omfatta elevernas idéer om varför de vill delta eller varför de tror att de kommer att lyckas med att få diplommet. Rektorns svar kan till exempel se ut så här:

Jag tackar klass 3 C varmt för ert intresse för att delta i Mästarklassprojektet. Jag är glad över att kunna ge er tillåtelse att börja fas 1 i projektet. Genom att framgångsrikt slutföra denna fas kan ni övertyga mig och er lärare om att ni klarar av att gå vidare till den andra fasen av projektet. Er uppgift är att välja en av de sex grundläggande klassfärdigheterna och att lära er färdigheten tillsammans genom att hjälpa och stödja varandra. Er lärare kommer att ge er mer detaljerade instruktioner.

Lycka till! Jag ser fram emot att få höra om era framsteg.

Rektorn

FAS 1

Läraren presenterar de sex klassfärdigheterna för eleverna (se bilaga 1) och ber dem att på en skala från 1-10 bedöma hur bra de tror att deras klass, som helhet, klarar var och en av dessa sex färdigheter. När varje elev har bedömt alla sex färdigheterna hjälper läraren barnen att räkna ut hur många poäng de olika färdigheterna fått. De kan sedan använda resultatet för att bestämma vilken färdighet de väljer att lära sig.

Tanken med fas 1 är att klassen, för lärare och rektor, visar att de kan lära sig en färdighet genom att hjälpa och stödja varandra.

När klassen har slutfört fas 1 och både eleverna och läraren anser att klassen har lärt sig färdigheten (eller gjort tillräckliga framsteg), kan klassen be om lov från rektorn att gå in i fas 2 av projektet.

Om klassen inte har lärt sig färdigheten i slutet av tiden för denna fas, kan man förlänga perioden med en eller två veckor.

*Obs: Det är inte viktigt att kräva att klassen till fullo uppnår målet av den valda färdigheten. Syftet med fas 1 är inte för eleverna att bli perfekta i en viss färdighet, utan snarare att bekanta sig med de två centrala idéerna av Mästarklassen, nämligen **1) att det är lättare för barn att övervinna problem om man omvandlar problem till lärbara färdigheter och 2) att det är lättare för dem att lära sig färdigheter när de aktivt hjälper och stödjer varandra i att lära sig sina färdigheter.***

Projektledarens instruktion till eleverna kan till exempel se ut så här:

Er uppgift är att noggrant titta på listan över de sex klassfärdigheterna och att välja en av färdigheterna som ni som klass kommer att lära er tillsammans genom att hjälpa och stödja varandra.

Som ni kan se på papperet finns det en bild som skildrar varje färdighet och en kort beskrivning av vad färdigheten innebär i praktiken. Under bilden finns det en skala från 1 till 10 som ni skall fylla i.

Ni börjar genom att utvärdera, på skalan från 1 till 10, hur bra du tror att din klass är i var och en av dessa färdigheter. Siffran 1 betyder att din klass inte alls är bra på denna färdighet och 10 betyder att din klass är jättebra på denna färdighet.

När ni är klara med er poängsättning, kan jag hjälpa er att beräkna poängen för var och en av de sex färdigheterna. Ni kan sedan utifrån poängen fatta ett beslut om vilken av de sex färdigheterna ni skall träna på. När ni har fattat ett beslut om vilken färdighet ni skall lära er, kommer jag att ge varje färdighetsteam ett papper där det finns en lista med frågor som hjälper er att skapa en plan för hur ni kan lära er den färdighet som klassen har valt.

På nästa sida ser ni stödfrågorna för fas 1.

Stödfrågor för att skapa en plan

FAS 1

1. Varför är det bra att lära sig denna färdighet?
 - På vilket sätt är det bra **för dig** att klassen har denna färdighet?
 - På vilket sätt är det bra **för klassen** att ni har denna färdighet?
 - På vilket sätt är det bra **för din lärare** att ni alla har denna färdighet?

2. Hur bra vill ni bli?
 - Hur kommer ni och er lärare att veta att ni har lärt er denna färdighet? Vad behöver hända, för att ni kan säga: "Vi har lärt oss denna färdighet och vi är nu bra på den"!

3. Hur kan ni hjälpa varandra att lära er färdigheten?
 - Hur kommer ni att se till att ni inte glömmer att träna på färdigheten?
 - Hur kommer ni att påminna er själva om färdigheten på morgonen och under resten av dagen?
 - Om en av era teammedlemmar ibland glömmer färdigheten, hur kommer ni att påminna hen på ett trevligt och vänligt sätt?
 - Vilka tecken, eller kodord kommer ni att använda för att påminna varandra?
 - Hur kommer ni att berömma varandra? Vilka tecken kommer ni att använda för att säga till varandra, "**bra gjort**" eller "**bra jobbat**"?
 - Hur ska ni hålla ett öga på era framgångar? Vilka tecken kan ni rita på ett papper, i en anteckningsbok eller på en affisch för att markera era framgångar? Hur kommer ni att hålla er lärare informerad om era framgångar?

FAS 2

När klassen har slutfört fas 1, kan klassen fråga rektor om tillåtelse att gå vidare till fas 2. I ansökan ska eleverna berätta för rektorn vilken färdighet som de lärt sig under fas 1 och hur de lyckats lära sig den. Tanken är att övertyga rektor om att de har lärt sig färdigheten och att de är redo att gå vidare till nästa utmaning. Rektors svar kan exempelvis se ut så här:

Jag tackar klass 3 C för ert intresse för att gå vidare till fas 2 av Mästarklassprojektet. Utifrån den information som jag har fått från er och er lärare, så har ni slutfört den första fasen av projektet. Det gläder mig att nu kunna ge er tillstånd att gå vidare till den andra fasen där var och en av er kommer att välja en personlig färdighet att lära sig från en lista med 22 färdigheter och ni kommer att hjälpa och stödja varandra för att träna på färdigheterna. Er lärare kommer att ge er mer detaljerade instruktioner. Jag ser fram emot att få höra om era framsteg.

Rektor

Under fas 2, vilken kan pågå från 3 till 4 veckor (eller längre om det behövs), kommer varje elev att välja en personlig färdighet att lära sig med hjälp och stöd av eleverna i sina färdighetsteam, och när så är möjligt, även av sina lärare, sina föräldrar och andra klasskamrater.

Projektledaren presenterar för eleverna en kopia av bilaga 2 som med bilder och text beskriver 22 färdigheter. Projektledaren ber varje elev att på en skala från 1 till 10 bedöma, hur bra hen är i förhållande till varje färdighet på bilagan. Varje elev kan använda sin egen bedömning som hjälp i att bestämma vilken av de 22 färdigheter hen kommer att lära sig under fas 2 av projektet.

Om eleverna har svårt att välja en färdighet från bilagan, kan deras färdighetsteam, läraren och även deras föräldrar hjälpa dem att välja. När alla elever har gjort sina val, är det dags för färdighetsteamerna att utarbeta en plan för att lära sig sina färdigheterna. Projektledaren ger var och ett av färdighetsteamerna ett

papper där det finns en lista med stödfrågor som hjälper teamen att planera för hur de kan hjälpa varandra att lära sig sina färdigheter

Hur avslutas Mästarklassprojektet?

Då fas 2 av projektet börjar ta slut utvärderar elever och lärare de framsteg som har gjorts. Anta, att eleverna har lärt sig sina färdigheter, eller gjort betydande framsteg, då skriver klassen ytterligare ett brev till rektorn för att be om att få Mästarklassdiplomet. Om man kommer fram till att det inte skett tillräckliga framsteg, kan projektet pågå en eller två veckor till.

Utdelningen av diplomet till klassen är en festlig tillställning, som eleverna har planerat i god tid innan med sin projektledare. Föräldrar och om möjligt, även andra personer som har stöttat barnen i deras träning, bjuds in. Under firandet delar rektorn ut diplomet och eleverna får stolt berätta om vilka färdigheter de lärt sig, hur de har övat på sina färdigheter och hur de har hjälpt och stöttat varandra under träningen.

Stödfrågor för att skapa en plan

FAS 2

1. Varför är det bra att lära sig din färdighet?
 - På vilket sätt är det bra **för dig** att du lär dig din färdighet?
 - På vilket sätt är det bra **för din klass** att du lär dig din färdighet?
 - På vilket sätt är det bra **för din lärare** att du lär dig din färdighet?
2. Hur vet du att du har lärt dig din färdighet?
 - Hur bra skall du kunna din färdighet för att vara redo att säga: *"Nu har jag lärt mig min färdighet"*.
3. Hur hjälps ni åt för att lära er era färdigheter?
 - Vad kommer ni att göra för att inte glömma era färdigheter? Hur kommer ni att påminna varandra om era färdigheter varje morgon så att ingen glömmar sin färdighet och kommer ihåg att öva den under dagen?
 - Om en i ert färdighetsteam råkar glömma sin färdighet, hur kommer ni då att påminna hen om hens färdighet på ett vänligt och trevligt sätt?
 - Hur kommer ni att berömma varandra? Vilka tecken kommer ni att använda för att säga *"bra gjort"* eller *"bra jobbat"*?
 - Hur ska ni hålla ett öga på era framsteg? Vilka tecken kan ni rita på ett papper, i en anteckningsbok eller på en affisch för att markera era framgångar? Hur håller ni er lärare informerad om era framgångar?
 - Hur kan ni öva era färdigheter även hemma? Hur kan era föräldrar hjälpa till att lära er era färdigheten?

Obs. Det är viktigt att förstå att firandet inte bara är en belöning för att barnen har lärt sig sina färdigheter. Genom att eleverna planerar firandet tillsammans med projektledaren skapas en förväntan hos dem som får dem att bli mer intresserade av projektet. Då eleverna under firandet berättar om de färdigheter som de har lärt sig förstärks färdigheterna och klassatmosfären.

Att skolan under firandet tackar föräldrar för deras stöd och intresse för projektet förstärker även samarbetet mellan skola och hemmet och relationer mellan föräldrarna.

Informera föräldrar

För att Mästarklassprojektet skall lyckas är det viktigt att få elevernas föräldrar att stödja projektet. Ett möjligt sätt att informera föräldrar är att via ett brev eller mail berätta för dem om projektet och be dem att stödja sina barn i färdighetsträningen. Meddelandet till föräldrar kan exempelvis se ut som på **sidan xx**.

När man påbörjar fas 2 två rekommenderas det att man skickar ett nytt meddelande till föräldrar, där eleven informerar vilken färdighet hen skall träna på och där föräldrar kan skriva några uppmuntrande ord. Meddelandet kan t.ex. se ut som exemplet på sidan 13.

Bästa föräldrar!

Under den kommande terminen avser jag att driva ett projekt med klass 3 C som heter Mästarklassen. Det är ett pedagogiskt projekt som ursprungligen utformades i Finland där barn hjälper och stödjer varandra för att lära sig samarbetsfärdigheter som är viktiga inte bara i skolan utan också i livet. Färdigheter som t.ex; att tacka, att be om ursäkt, att hjälpa andra, att vänta på sin tur, att lyssna på lärarens instruktioner, att kunna be om hjälp vid behov, att tala inför klassen, att packa skolväskan, etc.

Jag ber er att stödja ert barn i detta projekt. Ni kan göra detta genom att visa barnet att ni är intresserade av de färdigheter som hen lär sig, genom att hjälpa hen att förstå varför det är viktigt att lära sig sådana färdigheter, och om möjligt, även genom att öva samma färdigheter hemma.

Mästarklassprojektet når sin höjdpunkt i ett firande där föräldrar bjuds in och där rektor kommer att ge klassen Mästarklassdiplomet. Under detta firande kommer barnen att få berätta om de färdigheter som de har lärt sig, om hur de har övat färdigheterna och om hur de har hjälpt och stöttat varandra i att lära sig dessa färdigheter.

Martin Lönnqvist

Varianter

Instruktionerna i denna manual bör betraktas som riktlinjer. Projektledaren kan modifiera projektet och genomföra en egen variant. Det finns många sätt att ändra på projektet. Här följer några exempel:

- Man kan lägga till eller ta bort färdigheter från bilagorna.
- Man kan hoppa över de två faserna och välja en färdighet i veckan för alla barn att lära sig
- Man kan upprepa fas 2 så många gånger som man vill.
- Man kan rekrytera elever som har genomfört Mästarklassprojektet till att bli mentorer för eleverna i en annan klass som skall påbörja ett Mästarklassprojekt.

Tips

- Man kan placera en glasburk på lärarens skrivbord och lägga en liten sak (t.ex. en glaskula) i den varje gång barnen rapporterar om framsteg. När burken är full kan man belöna klassen genom att till exempel erbjuda dem någon överraskning.

Obs: Även om Mästarklassprojektet på ytan ser ut som blott ett pedagogiskt program att hjälpa barn att lära sig sociala färdigheter; är det mer än så; det är framförallt ett sätt att hjälpa barn att lära sig samarbetsfärdigheter - något som värderas alltmer inom alla samhällssektorer. Det är också ett sätt att lära personal verksam inom skolor att se på problem på ett nytt sätt där problem ses som färdigheter som människor behöver lära sig.

MÄSTARKLASSEN



Elevens namn

Vår klass har fått tillstånd från rektorn att delta i fas 2 av Mästarklassprojektet där var elev väljer en färdighet som hen tänker bli bra på med hjälp och stöd av sitt färdighetsteam.

Min färdighet är...

Mina kamrater i färdighetsteamet är...

Föräldrarnas uppmuntran:

Det är en bra färdighet för dig att lära dig, därför att...

Du lär dig säkert därför att...

Bilaga 1: 6 klassfärdigheter

Att lyssna på läraren



1 - 2 - 3 - 4 - 5 - 6 - 7 - 8 - 9 - 10

1. Att lyssna på läraren

Eleverna klarar av att lyssna uppmärksamt på läraren när hen förklarar något eller ger instruktioner.

Att räcka upp handen

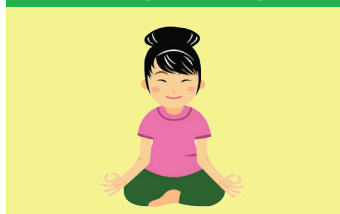


1 - 2 - 3 - 4 - 5 - 6 - 7 - 8 - 9 - 10

2. Att räcka upp handen

Eleverna klarar av att räcka upp handen för att be om lov att prata under lektionen.

Att lugna ner sig



1 - 2 - 3 - 4 - 5 - 6 - 7 - 8 - 9 - 10

3. Att lugna ner sig

Eleverna kan lugna ner sig för att kunna koncentrera sig under lektioner.

Att göra läxor



1 - 2 - 3 - 4 - 5 - 6 - 7 - 8 - 9 - 10

4. Att göra läxor

Eleverna tar ansvar för att göra sina läxor.

Att komma överens

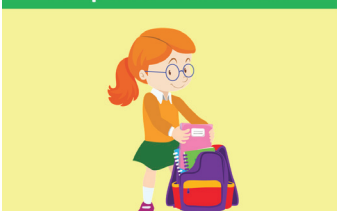


1 - 2 - 3 - 4 - 5 - 6 - 7 - 8 - 9 - 10

5. Att komma överens

Eleverna klarar av att komma på hur de kan lösa sina bråk och tvister själva, utan att behöva blanda in lärare.

Att packa skolväskan



1 - 2 - 3 - 4 - 5 - 6 - 7 - 8 - 9 - 10

6. Att packa skolväskan

Eleverna klarar av att de ta med sig böcker och andra saker som behövs nästa dag i skolan.

Bilaga 2: 22 mästarclassfärdigheter

Att vänta på sin tur



1 - 2 - 3 - 4 - 5 - 6 - 7 - 8 - 9 - 10

1. Att vänta på sin tur. Att stå i kö, vänta på sin tur att tala, vänta på att andra ska bli klara, vänta på att någon har pratat klart, vänta på nästa instruktion från läraren ... Att kunna säga till sig själv: "Ok, jag kan vänta" "Ingen brådska" eller "Det tar sin tid" "Om en stund..." eller något liknande.

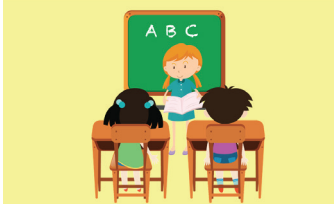
Att lyssna på andra



1 - 2 - 3 - 4 - 5 - 6 - 7 - 8 - 9 - 10

2. Att lyssna på andra. Att lyssna på lärarens instruktioner, lyssna på kamrater då de berättar något, inte avbryta andra, visa intresse för vad andra säger ... Att kunna säga "Berätta för mig" "Jag vill höra vad du vill säga" "Jag lyssnar" eller något liknande.

Att prata inför andra



1 - 2 - 3 - 4 - 5 - 6 - 7 - 8 - 9 - 10

3. Att prata inför andra. Att kunna stå upp och prata inför klassen eller någon annan publik. Samla tillräckligt med mod för att göra det och att kunna säga till sig själv: "Jag kommer att göra mitt bästa och om jag gör ett misstag, är det inte hela världen" "Ingen är perfekt" "Alla gör misstag ibland" eller "Jag klarar det."

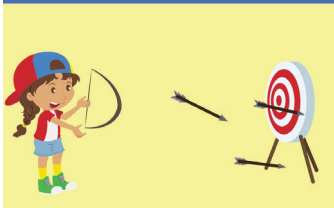
Att hålla fokus



1 - 2 - 3 - 4 - 5 - 6 - 7 - 8 - 9 - 10

4. Att hålla fokus. Att kunna koncentrera sig och slutföra en uppgift. Att kunna säga till sig själv: "Jag gör det här klart innan jag börjar med något annat" "Jag skall göra detta först" eller "Det andra kan vänta lite".

Att acceptera att göra fel



1 - 2 - 3 - 4 - 5 - 6 - 7 - 8 - 9 - 10

5. Att acceptera att göra fel. Att vara lugn när man gör misstag eller misslyckas med något. Att kunna säga till sig själv: "Inga problem" "Det gör inget" eller "Spelar ingen roll".



1 - 2 - 3 - 4 - 5 - 6 - 7 - 8 - 9 - 10



1 - 2 - 3 - 4 - 5 - 6 - 7 - 8 - 9 - 10



1 - 2 - 3 - 4 - 5 - 6 - 7 - 8 - 9 - 10



1 - 2 - 3 - 4 - 5 - 6 - 7 - 8 - 9 - 10



1 - 2 - 3 - 4 - 5 - 6 - 7 - 8 - 9 - 10

6. Att ta en förlust. Att kunna vara lugn trots att man förlorar en tävling eller ett spel. Att kunna säga till sig själv: "Man kan inte alltid vinna" "Jag gjorde vad jag kunde" "Sådant händer" eller "Det går nog bättre nästa gång".

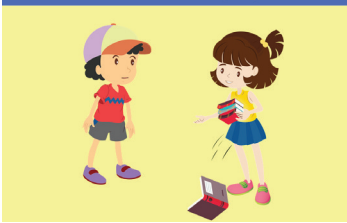
7. Att hjälpa andra. Att kunna upptäcka när någon annan kan behöva hjälp och fråga om hen vill ha din hjälp. Att kunna säga: "Får jag hjälpa dig?" "Behöver du hjälp?" eller "Kan jag göra något?"

8. Att försvara andra. Att kunna märka när någon annan blir retad och göra något för att försvara hen. Att kunna säga: "Låt bli" "Det är inte OK" "Lägg av" eller "Det där inte just".

9. Att gå lugnt. Att röra sig varsamt utan att skada någon annan och gå lugnt inne i skolan som i korridorer och matsal och vid förflyttningar mellan aktiviteter.

10. Att äta fint. Att äta i lugn och ro utan att störa andra.

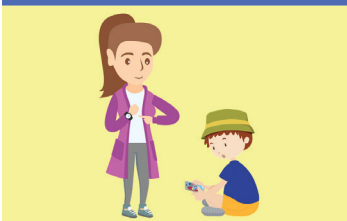
Att be om hjälp



1 - 2 - 3 - 4 - 5 - 6 - 7 - 8 - 9 - 10

11. Att be om hjälp. Att vid behov kunna be vuxna eller andra elever om hjälp och att ta emot hjälpen.

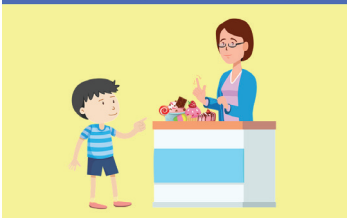
Att avsluta i tid



1 - 2 - 3 - 4 - 5 - 6 - 7 - 8 - 9 - 10

12. Att avsluta i tid. Att kunna sluta med något intressant som man sysslar med när det är dags att påbörja något annat.

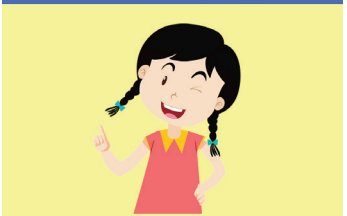
Att acceptera ett 'nej'



1 - 2 - 3 - 4 - 5 - 6 - 7 - 8 - 9 - 10

13. Acceptera ett 'nej'. Att klarar av ett nej från en vuxen eller ett annat barn. Att i dessa situationer kunna säga: "Jag fattar" "OK då" "Jag kan be någon annan" eller "Jag kan fråga någon annan gång."

Att vara fyndig



1 - 2 - 3 - 4 - 5 - 6 - 7 - 8 - 9 - 10

14. Att vara fyndig. Att låta bli att bry sig, hålla sig lugn, eller svara på ett fyndigt sätt när någon säger något sårande, som man i vanliga fall skulle bli ledsen eller arg över.

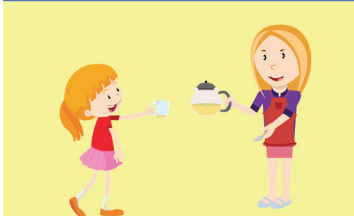
Att be om ursäkt



1 - 2 - 3 - 4 - 5 - 6 - 7 - 8 - 9 - 10

15. Att be om ursäkt. Att när man har sårat någon på ett trevligt sätt kunna säga: "Förlåt" "Det var inte meningen" eller "Jag är ledsen".

Att be trevligt



1 - 2 - 3 - 4 - 5 - 6 - 7 - 8 - 9 - 10

Att uppmuntra andra



1 - 2 - 3 - 4 - 5 - 6 - 7 - 8 - 9 - 10

Att be om att få vara med



1 - 2 - 3 - 4 - 5 - 6 - 7 - 8 - 9 - 10

Att kunna vara stolt



1 - 2 - 3 - 4 - 5 - 6 - 7 - 8 - 9 - 10

16. Att be trevligt. Att kunna fråga om att få något, eller om att få tillåtelse att göra något, på ett trevligt sätt.

17. Att uppmuntra andra. Att kunna uppmuntra, stödja och berömma andra när de lyckas med det de håller på med. Att kunna säga något som: "Bra gjort!" "Bra försök!" "Bra jobbat!" "Coolt" eller "Det där skulle jag inta ha fixat".

18. Att fråga andra om att få vara med. Att på ett trevligt sätt kunna be om att få vara med i en grupp som sysslar med något och att kunna acceptera om de svarar nej. Att kunna säga "Kan jag få vara med er?" och om andra säger nej, att då kunna säga något som: "Ok, kanske nästa gång" "Kanske kan jag vara med er senare" "Ok, jag hittar något annat att göra i stället" eller "OK jag kan fråga några andra".

19. Att kunna vara stolt. Att kunna vara glad och stolt över det man har gjort. Att kunna säga något: "Jag klarade det!" "Visst är den fin!" "Kolla vad jag gjorde!".

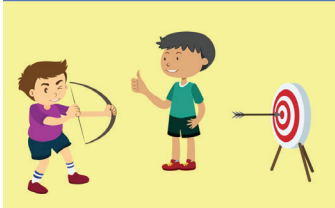
Att tacka andra



1 - 2 - 3 - 4 - 5 - 6 - 7 - 8 - 9 - 10

20. Att tacka andra. Att kunna säga tack på ett trevligt sätt när man har fått hjälp, stöd eller uppmuntran från någon annan. "Tack för hjälpen!" "Snällt av dig!" "Jag hade inte klarat detta utan dig".

Att berömma andra



1 - 2 - 3 - 4 - 5 - 6 - 7 - 8 - 9 - 10

21. Att berömma andra. Att kunna säga positiva saker till andra som till exempel: "Du är bra!" "Jag gillar din keps!" "Trevligt att ses!" "Du är duktig!" "Du är rolig" "Snyggt".

Att kunna säga 'nej'



1 - 2 - 3 - 4 - 5 - 6 - 7 - 8 - 9 - 10

22. Att kunna säga 'nej'. Att kunna vägra att gå med på något som man inte tycker att man vill gå med på. Att kunna säga: "Det har jag inte lust med" "Jag vill inte" eller "Jag får inte göra det".

Exempel på ett Mästarklassdiplom



Mästarklass diplom

PIPPI LÅNGSTRUMPSSKOLA 2018
KLASS 3 C

HAR MED FRAMGÅNG SLUTFÖRT
MÄSTARKLASSPROJEKTET OCH BEVISAT
ATT DE ÄR EN MÄSTARKLASS

REKTOR



Resurser på webben

YouTube video på sex minuter om Mästarklassen med svenskt text:

<https://www.youtube.com/watch?v=W6pIW7yS9ac>

www.kidsskills.org

www.kidsskillsonline.com

www.kidsskillsapp.com

www.verti.se

www.benfurman.com

www.youtube.com/user/kouluttajaben

MÄSTARKLASS



Använd utvärderingsskalan nedan för att ange hur bra du nu är på den färdighet du har bestämt dig för lära dig eller bli bättre på.

Ditt för- och efternamn

Namnet på din skola

Namnet på din klass

Den här färdigheten har jag bestämt att lära mig eller bli bättre på

Hur bra vill du bli?

Färglägg siffran som bäst beskriver hur bra du vill bli på färdigheten du har bestämt att lära dig eller bli bättre på. Ett betyder att man inte alls är bra på färdigheten och tio att man är en mästare på färdigheten.

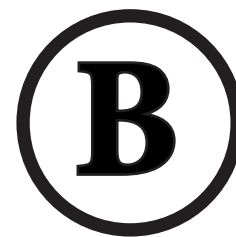
1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Hur bra är du nu?

Färglägg siffran som bäst beskriver hur bra du är just nu på färdighet du vill lära dig eller bli bättre på. Ett betyder att man inte alls är bra på färdigheten och tio att man är en mästare på färdigheten.

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

MÄSTARKLASS



Använd utvärderingsskalan nedan för att ange hur bra du nu är på färdigheten efter att Mästarklassprojektet har avslutats.

Ditt för- och efternamn

Namnet på din skola

Namnet på din klass

Den här färdigheten har jag bestämt att lära mig eller bli bättre på

Till slut

Färglägg den siffra som bäst beskriver hur bra du nu är på färdigheten efter det att Mästarklass projektet har avslutats.

Ett betyder att man inte alls är bra på färdigheten och tio att man är en mästare på färdigheten.

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

MÄSTARKLASS



Projektledarens inledande utvärdering

Lärare

Klass

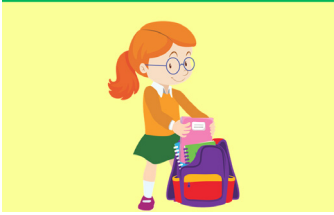
Skola

Datum

Utvärdera på en skala från 1-10 hur bra klassen är i de sex klassfärdigheterna och svara också på de övriga frågorna.

Utvärdera klassen i relation till grundskolfärdigheter:

Att packa skolväskan



Hur bra är eleverna i att packa sina skolväskor?

1 - 2 - 3 - 4 - 5 - 6 - 7 - 8 - 9 - 10

Att göra läxor



Hur bra är de på att göra sina läxor?

1 - 2 - 3 - 4 - 5 - 6 - 7 - 8 - 9 - 10

Att räcka upp handen



Hur bra är de på att komma ihåg att räcka upp handen?

1 - 2 - 3 - 4 - 5 - 6 - 7 - 8 - 9 - 10

Att lyssna på läraren



Hur bra är de på att lyssna på dina instruktioner?

1 - 2 - 3 - 4 - 5 - 6 - 7 - 8 - 9 - 10

Att komma överens



Hur bra är de på att klara av sina konflikter utan din inblandning?

1 - 2 - 3 - 4 - 5 - 6 - 7 - 8 - 9 - 10

Att lugna ner sig



Hur bra är de på att lugna ner sig inför lektionerna?

1 - 2 - 3 - 4 - 5 - 6 - 7 - 8 - 9 - 10

Övriga frågor: Ringa in siffran på var och en av dessa påståenden som bäst överensstämmer med din uppfattning.

1 = Inte alls sant

10 = Helt sant

1. Eleverna hjälper varandra.

1 - 2 - 3 - 4 - 5 - 6 - 7 - 8 - 9 - 10

2. Eleverna uppmuntrar och stödjer varandra.

1 - 2 - 3 - 4 - 5 - 6 - 7 - 8 - 9 - 10

3. Eleverna klarar av att arbeta i grupper.

1 - 2 - 3 - 4 - 5 - 6 - 7 - 8 - 9 - 10

4. Eleverna kommer i tid till skolan och lektionerna.

1 - 2 - 3 - 4 - 5 - 6 - 7 - 8 - 9 - 10

5. Eleverna är trevliga mot varandra.

1 - 2 - 3 - 4 - 5 - 6 - 7 - 8 - 9 - 10

6. Jag tycker om att komma in i deras klassrum.

1 - 2 - 3 - 4 - 5 - 6 - 7 - 8 - 9 - 10

7. Det är lätt för mig att få eleverna engagerade.

1 - 2 - 3 - 4 - 5 - 6 - 7 - 8 - 9 - 10

8. Jag kommer bra överens med elevernas föräldrar.

1 - 2 - 3 - 4 - 5 - 6 - 7 - 8 - 9 - 10

9. När eleverna har problem eller svårigheter, löser vi vanligtvis dessa.

1 - 2 - 3 - 4 - 5 - 6 - 7 - 8 - 9 - 10

10. Jag uppfattar att föräldrarna tycker om och uppskattar mitt arbete.

1 - 2 - 3 - 4 - 5 - 6 - 7 - 8 - 9 - 10

11. Jag tycker om mitt arbete.

1 - 2 - 3 - 4 - 5 - 6 - 7 - 8 - 9 - 10

12. Jag berömmar, uppmuntrar och tackar ofta eleverna.

1 - 2 - 3 - 4 - 5 - 6 - 7 - 8 - 9 - 10

13. Jag kommer bra överens med mina arbetskolleger på skolan.

1 - 2 - 3 - 4 - 5 - 6 - 7 - 8 - 9 - 10

14. Mitt arbete innehåller utmaningar men jag tycker om det.

1 - 2 - 3 - 4 - 5 - 6 - 7 - 8 - 9 - 10

15. Vilka positiva effekter har Mästarklassen haft på...

A. klassatmosfären och elevernas beteende?

B. dig själv och ditt arbetssätt?

C. relationen mellan dig och föräldrarna?

Kontakt information:
Stefan Görson (stefan@verti.se)
www.verti.se

MÄSTARKLASS



Projektledarens avslutande utvärdering

Lärare

Klass

Skola

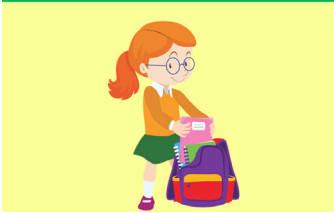
Datum

.

Utvärdera på en skala från 1-10 hur klassen är i de sex klassfärdigheterna och svara också på de övriga frågorna.

Utvärdera klassen i relation till klassfärdigheterna:

Att packa skolväskan



Hur bra är eleverna i att packa sina skolväskor?

1 - 2 - 3 - 4 - 5 - 6 - 7 - 8 - 9 - 10

Att göra läxor



Hur bra är de på att göra sina läxor?

1 - 2 - 3 - 4 - 5 - 6 - 7 - 8 - 9 - 10

Att räcka upp handen



Hur bra är de på att komma ihåg att räcka upp handen?

1 - 2 - 3 - 4 - 5 - 6 - 7 - 8 - 9 - 10

Att lyssna på läraren



Hur bra är de på att lyssna på dina instruktioner?

1 - 2 - 3 - 4 - 5 - 6 - 7 - 8 - 9 - 10

Att komma överens



Hur bra är de på att klara av sina konflikter utan din inblandning?

1 - 2 - 3 - 4 - 5 - 6 - 7 - 8 - 9 - 10

Att lugna ner sig



Hur bra är de på att lugna ner sig inför lektionerna?

1 - 2 - 3 - 4 - 5 - 6 - 7 - 8 - 9 - 10

Övriga frågor: Ringa in siffran på var och en av dessa påståenden som bäst överensstämmer med din uppfattning.

1 = Inte alls sant

10 = Helt sant

1. Eleverna hjälper varandra.

1 - 2 - 3 - 4 - 5 - 6 - 7 - 8 - 9 - 10

2. Eleverna uppmuntrar och stödjer varandra.

1 - 2 - 3 - 4 - 5 - 6 - 7 - 8 - 9 - 10

3. Eleverna klarar av att arbeta i grupper.

1 - 2 - 3 - 4 - 5 - 6 - 7 - 8 - 9 - 10

4. Eleverna kommer i tid till skolan och lektionerna.

1 - 2 - 3 - 4 - 5 - 6 - 7 - 8 - 9 - 10

5. Eleverna är trevliga mot varandra.

1 - 2 - 3 - 4 - 5 - 6 - 7 - 8 - 9 - 10

6. Jag tycker om att komma in i deras klassrum.

1 - 2 - 3 - 4 - 5 - 6 - 7 - 8 - 9 - 10

7. Det är lätt för mig att få eleverna engagerade.

1 - 2 - 3 - 4 - 5 - 6 - 7 - 8 - 9 - 10

8. Jag kommer bra överens med elevernas föräldrar.

1 - 2 - 3 - 4 - 5 - 6 - 7 - 8 - 9 - 10

9. När eleverna har problem eller svårigheter, löser vi vanligtvis dessa.

1 - 2 - 3 - 4 - 5 - 6 - 7 - 8 - 9 - 10

10. Jag uppfattar att föräldrarna tycker om mig och uppskattar mitt arbete.

1 - 2 - 3 - 4 - 5 - 6 - 7 - 8 - 9 - 10

11. Jag tycker om mitt arbete.

1 - 2 - 3 - 4 - 5 - 6 - 7 - 8 - 9 - 10

12. Jag berömmar, uppmuntrar och tackar ofta eleverna.

1 - 2 - 3 - 4 - 5 - 6 - 7 - 8 - 9 - 10

13. Jag kommer bra överens med mina arbetskolleger på skolan.

1 - 2 - 3 - 4 - 5 - 6 - 7 - 8 - 9 - 10

14. Mitt arbete innehåller utmaningar men jag tycker om det.

1 - 2 - 3 - 4 - 5 - 6 - 7 - 8 - 9 - 10

15. Vilka positiva effekter hoppas du att Mästarklassen har på...

A. klassatmosfären och elevernas beteende?

B. dig själv och ditt arbetssätt?

C. relationen mellan dig och föräldrarna?

Kontakt information:
Stefan Görson (stefan@verti.se)
www.verti.se

OM BEN FURMAN

Ben Furman är en internationellt erkänd och uppskattad psykiater från Helsingfors. Han har skrivit många böcker om mänskliga problem och som blivit översatta till mer än tjugo språk. Hemma i Finland blev han något av en folkbildare efter sitt TV-program ”**Doktor Ben**”, som sändes i över hundra avsnitt. I Sverige har han varit verksam som föreläsare och utbildare sedan 1989. Samma år fick han stor uppmärksamhet med boken, ”*Det är aldrig försent att få en lycklig barndom*”.

Ben Furman representerar en lösningsfokuserad psykologi där man främst inriktar sig på människors mål/önskningar istället för att leta efter orsaker till problem. Man har ofta lösningar på sina problem utan att veta om det, vilket man utgår ifrån då man möter personer, familjer, arbetsgrupper m.fl. Psykologin används idag inom en mängd sammanhang, allt från små barn till organisationer. Metoder som **Jag Kan**, **Reteamning**, **Cooperation** och **Dubbelstjärnan** är exempel på de metoder som Ben Furman skapat tillsammans med sin kollega socialpsykologen Tapani Ahola. I Helsingfors driver han tillsammans med sin kollega Helsingfors Korttidsterapi-institut. Institutet arrangerar utbildningar och tar emot uppdrag från enskilda personer, familjer, arbetslag och organisationer.

Mer om Ben Furman: www.benfurman.com

OM STEFAN GÖRSON - Verti AB

Jag är utbildad familjeterapeut med vidareutbildning i lösningsinriktad psykologi, lågaffektivt bemötande och tydliggörande pedagogik och har sedan 1987 arbetat i egen regi på uppdrag av kommuner och privatpersoner med barn, ungdomar och familjer. Jag har startat och varit rektor och kurator på Friskolan Rurik i Sollentuna (1996-2002) och Jag Kan skolan i Täby (2005-2016). Både skolorna hade inriktning elever med NPF-diagnoser, år 1-9. Innan jag slutade på Jag Kan skolan var jag med och startade ett projekt för elever med långvarig skolfrånvaro.

Under snart trettio år har jag arrangerat ett hundratal föreläsningar och utbildningar med Ben Furman, både i Sverige och utomlands. Mitt förlag ger ut Ben Furmans böcker samt Maja Wittings böcker om **Wittingmetoden**, en metod för läs- och skrivinläring. Jag tar främst skolrelaterade uppdrag som handledning av t.ex. lärare och samtal med barn/ungdomar och familjer.

Mer om Verti AB och Stefan Görson; www.verti.se