

# MÄSTARKLASSEN



Förbättrad skoltrivsel genom  
färdighetsträning

Materialet bygger på  
Jag Kan-metoden

# MÄSTARKLASSEN

**E**n bra psykosocial arbetsmiljö i skolan påverkar elevers- och lärares trivsel samt minskar mobbning, utanförskap, långvarig skolfrånvaro och risken för att lärare tröttnas ut. Mästarklassen kan vara ett sätt att förbättra den psykosociala miljön i skolor och klassrum eller/och ge inspiration till egna tankar och metoder.

Vår förhoppning är att man redan från förskoleklass, tillsammans med elever och kollegor, diskuterar och arbetar med den psykosociala miljön för att skapa en god grund för den fortsatta skolgången.

Den internationellt uppskattade psykiatern Ben Furman från Helsingfors har skapat detta material som vänder sig till elever upp till årskurs 6.

MÄSTARKLASSEN är baserad på Jag Kan-metoden (Kids' Skills), som är en internationellt erkänd lösningsfokuserad metod för att hjälpa barn att bli av med svårigheter och problem genom att lära sig färdigheter med stöd av familj och vänner. Mer information om Jag Kan-metoden finns på webbsidorna, [www.kidsskills.org](http://www.kidsskills.org) och [www.verti.se](http://www.verti.se)

Preliminär forskning visar att MÄSTARKLASSEN ger goda resultat. Enligt ett internationellt forskningsprojekt som genomfördes under 2018 och 2019 som omfattade 22 finska och 18 kinesiska grundskoleklasser, fann man bevis på att elevernas sociala färdigheter utvecklades, lärarnas trivsel förbättrades och klassandan höjdes. Se kommentarer på sista sidan!

Eleverna behöver regelbundet stöd från lärare, övrig skolpersonal, klasskompisar och föräldrar för att nå sina mål. Det är genom samarbete som målen nås!

Syftet med MÄSTARKLASSEN är att:

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

Materialet innehåller:

- *Beskrivning av modellens två faser*
- *Stödfrågor för eleverna*
- *Illustrationer och text kring sex klassrumsfärdigheter*
- *Förslag på informationsbrev till föräldrar*
- *Elevernas målbrev*
- *Illustrationer och text kring 22 mästarclassfärdigheter*
- *Utvärderingsmaterial för lärare och elever*
- *Hänvisningar till resurser via internet*
- *Förslag till diplom*



**Vi räcker upp handen då  
vi vill säga något**

MÄSTARKLASSPROJEKTET är indelat i två faser. Under den första väljer klassen tillsammans med läraren en färdighet som de **som klass** behöver bli bättre på. Det finns förslag på sex färdigheter som t.ex. att räkna upp handen, att lyssna på läraren. Till varje färdighet finns det en illustration.

Under fas två väljer **var och en av eleverna** en färdighet de behöver bli bättre på och här finns det 22 förslag som t.ex. att vänta på sin tur, att be om ursäkt och att hjälpa andra. För att eleverna skall nå sina mål arbetar man i team där medlemmarna ger stöd till varandra. Man kan med fördel även be föräldrar om hjälp och stöd under arbete. När man nått sina mål firas det på lämpligt sätt.



**Vi lyssnar på vår lärare**

MÄSTARKLASSEN är ett lekfullt sätt att förbättra klimatet i klasser och skolor och att lära barn sociala färdigheter som de behöver i skolan och i övriga livet.

Styrka i metod är att den lyfter fram dialogen och gör eleven delaktig i sin egen utveckling. Förhållningssättet ger en fruktsam grund, underlättar samtal och gör dem hanterbara samt ökar begripligheten och meningsfullheten när man tillsammans ska skapa lösningar

Under de år som jag var rektor och kurator på Jag Kan skolan i Täby, som jag startade 2005 och drev fram till 2017 med inriktning elever år 1-9 inom NPF, tillämpade vi Jag Kan-metoden framgångsrikt. Metoden och dess filosofi skapade med tiden en kultur där man gick från problemsökande till att prata om färdigheter som eleverna behövde träna på. Elevernas färdighetsmål var officiella och deras träning och framsteg och eventuella bakslag diskuterades dagligen samt i ett gemensamt möte med alla elever och personal en gång per vecka. När en elev nått sitt mål firades det med en liten fest där vi bjöd på saft och kaka eller glass. Under festen fick eleven sitta upphöjd på en stol vid bordets kortsida och hen fick en speciell mugg, en mantel där det stod Jag Kan-Mästare och för de som ville fanns det en kungakrona. En viktig del av festen var att eleven som firas skulle tacka dem som hjälpt till i arbetet med att nå målet. Vi gjorde även små märken med illustrationer av elevernas färdigheter, som de sen fick sätta upp på en märkessköld. Eleverna uppskattade att man gick från problemdiskussioner till att i stället diskutera färdigheter. Jag Kan-metoden bidrog till elevernas lust och intresse att prata om det de behövde träna på. Mer om metoden finns att läsa via [www.verti.se](http://www.verti.se), [www.benfurman.com](http://www.benfurman.com) och [www.kidsskills.org](http://www.kidsskills.org).



*Stefan Görson*

Exempel på ett Mästarklassdiplom



PIPPI LÅNGSTRUMPSSKOLA 2018  
KLASS 3 C

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

---

REKTOR



## Några kommentar om MÅSTARKLASSEN från lärare i Finland och Kina

- *Eleverna har blivit bättre på att verbalisera och prata på ett trevligt sätt.*
- *Eleverna har lärt sig samtalsfärdigheter och blivit bättre på att lyssna på varandra.*
- *Eleverna har blivit mer självdisciplinerade.*
- *De arbetar bättre tillsammans.*
- *Nu har vi lagt in tillfällena varje dag när barnen ger positiv respons till varandra, vilket varit till hjälp. Det har blivit en naturlig del av skoldagen.*
- *Eleverna stöder och uppmuntrar varandra. Kulturen i klassen är mycket mer samarbetsinriktad och positiv.*
- *Eleverna lärde sig hur de skulle vara tillsammans; de lärde sig att lösa sina konflikter utan att lärarnas hjälp i de flesta situationer.*
- *Gemensam uppmuntran har skapat en underbar stödjande atmosfär och massor av vänliga möten.*
- *Kommunikationen med föräldrarna blev lättare och roligare när vi inte pratar om problemen, vi talar om framstegen i lärandet av färdigheter.*
- *Föräldrar och jag har nu bättre förståelse för varandra, vi pratar oftare om positiva saker, vi pratar på ett trevligt sätt.*
- *Jag har antagit en mer lösningsfokuserad strategi.*
- *Mästarklassen har ändrat mitt tänkande från problem till färdigheter när man arbetar med klassen och enskilda elever.*
- *Jag har börjat ge mer positiv feedback.*
- *När mina egna barn gör misstag eller har problem, blir jag inte så upprörd längre, jag vet att de bara behöver lära sig någon färdighet.*
- *Jag tänkte först att projektet kommer att ta för mycket tid i min klass men när vi kom igång och barnen fick kläm på det, betydde tiden inte mycket längre. När kompetensen förbättras finns mer tid kvar för att undervisa eftersom mindre tid måste läggas på att lösa argument och konflikter.*
- *Föräldrarna var nöjda med projektet och de har gett positiv feedback om det vi gjort.*
- *Föräldrarna var nöjda med att skolan har gjort något konkret för att skapa förbättringar i klassatmosfären.*

- *De flesta föräldrar var mycket stödjande i detta projekt, vissa föräldrar började också lära sig några färdigheter själva!*

### **Kommentarer från en skola i Stockholmsområdet**

- *Lärarna var mycket positiva till projektet*
- *Rektorn var positiv*
- *Eleverna uppskattade arbetsättet*
- *Eleverna har lärt sig att reflektera över hur arbetet har gått kring de olika målen*
- *Det har varit intressant och spännande av få arbeta med MÅSTARKLASSEN*
- *Föräldrarna var positiva till att vi arbetade med MÅSTARKLASSEN*
- *Eleverna arbetade flitigt med klassens färdighet och de lyckades nå målet, ”Lyssna på lärarna”*

Den aktuella skolan påbörjade projektet med MÅSTARKLASSEN under pandemin vilket påverkade tiden de kunde lägga ner. Konsekvensen av pandemin hindrade skolan att arbeta vidare med andra mål och personliga färdigheter. Förhoppningsvis kan de återuppta projektet senare.