



AT LØSE KONFLIKTER

Fra uenighed til løsninger

Konflikter er en del af fællesskabet. Målet er ikke en konfliktfri klasse, men børn der gradvist lærer at stoppe, lytte, sige fra og finde veje videre.

Konflikter kan blive læringssituationer

Når børn leger, samarbejder og deler plads, vil de også blive uenige. De kan ville have den samme ting, forstå en situation forskelligt eller reagere hurtigt, når de bliver frustrerede. Med støtte kan sådanne øjeblikke blive træning i perspektivtagning, grænser, problemløsning og reparation.

Den voksnes opgave er ikke altid at afgøre, hvem der har ret. Først skal der skabes sikkerhed. Derefter kan børnene hjælpes med at forstå, hvad der skete, hvad de havde brug for, og hvad der kan ske nu.

Grundtanken	Stop - forstå - løs - reparér - prøv igen. En enkel rækkefølge giver børn et fælles sprog, de kan genkende fra konflikt til konflikt.
Når voksne hjælper	Bevar ro, vær tydelig om grænser, og undgå at stemple børn som "problemet". Fokusér på handlinger, behov og næste skridt.



1. Først: Stop og skab ro

Problemløsning er svær, mens børn stadig er meget vrede, bange eller overvældede. Før samtalen skal situationen være sikker nok til, at børnene kan lytte.

Stop handlingen

Sig kort og tydeligt: "Stop. Jeg hjælper jer." Adskil børnene, hvis der er risiko for, at konflikten fortsætter fysisk.

Sænk tempoet

Brug få ord. Giv tid, plads eller en kort pause. En lang forklaring midt i stærke følelser hjælper sjældent.

Hjælp kroppen

Nogle børn har brug for at sidde, gå lidt, drikke vand eller være et roligere sted, før de kan tale.

Fortæl hvad der skal ske

"Når I er klar, hører jeg jer én ad gangen, og så finder vi ud af, hvad vi gør herfra."

Ro først - løsning bagefter. At vente med samtalen er ikke det samme som at ignorere konflikten.



2. Hør begge perspektiver

To børn kan opleve den samme situation meget forskelligt. Hjælp dem med at fortælle uden at skulle vinde fortællingen.

Hvad skete der?	Bed hvert barn beskrive konkrete hændelser: "Hvad skete lige før?" "Hvad gjorde du?" "Hvad skete så?"
Hvad tænkte du?	Perspektiver kan være forskellige. Et barn kan have oplevet en handling som en joke, mens et andet oplevede den som ubehagelig.
Hvordan havde du det?	Giv ord uden at bestemme følelsen: vred, ked af det, forskrækket, frustreret, skuffet eller noget andet.
Hvad havde du brug for?	Fx en tur, plads, at få noget tilbage, at blive inviteret med, at blive lyttet til eller hjælp fra en voksen.

Den voksnes sprog

"Jeg vil gerne forstå jer begge. I behøver ikke være enige om oplevelsen for at finde en løsning."



3. Fra skyld til løsning

Når børn kun leder efter skyld, kan konflikten låse sig fast. Flyt gradvist samtalen fra fortiden til det, der kan gøres nu.

Hvad skal stoppe?	Gør grænsen tydelig: Hvilken handling kan ikke fortsætte?
Hvad kan vi gøre nu?	Lad børnene komme med flere forslag. Den voksne kan hjælpe med muligheder, hvis de går i stå.
Er løsningen okay for begge?	En løsning er ikke god, hvis ét barn bliver presset til at acceptere noget, der fortsat føles utrygt eller urimeligt.
Hvad gør vi næste gang?	Find én konkret sætning eller handling: spørge først, sige stop, hente hjælp, skiftes eller gå væk.

Tre mulige løsninger

Skiftes	Når begge vil bruge den samme ting eller have samme rolle.
Gøre noget sammen	Når to idéer kan kombineres.
Vælge hver sin vej	Når børn ikke behøver være enige for at komme videre.



4. Reparation: Gør det bedre igen

En konflikt slutter ikke nødvendigvis, fordi børnene siger undskyld. Reparation handler om at tage ansvar for virkningen af en handling og gøre noget, der hjælper relationen eller situationen videre.

Sig det	"Det var ikke okay." "Jeg er ked af, at jeg ødelagde den." "Jeg skulle have spurgt først."
Gør noget	Byg det op igen, giv tingen tilbage, hjælp med at rydde op, hent noget nyt eller giv den anden den plads, der blev bedt om.
Lav en aftale	"Næste gang spørger vi først." "Vi skiftes efter fem minutter." "Vi henter en voksen, hvis vi ikke kan løse det."
Giv relationen tid	Et barn behøver ikke straks føle sig glad eller være klar til at lege videre. Respektér behov for afstand.

En undskyldning har størst betydning, når den følges af ansvar og en ændret handling.



5. Øvelser til klassen

Stop historien	Fortæl en kort konflikt og stop før løsningen. Lad børnene finde tre mulige veje videre.
Konflikt-trappen	Lav fem kort: STOP, FORTÆL, LYT, LØS, REPARÉR. Læg dem i rækkefølge og brug dem i små rollespil.
To perspektiver	Vis et billede eller en opdigtet situation. Hvad kunne person A tænke? Hvad kunne person B tænke?
Løsningsbanken	Saml klassens løsningsidéer på kort: skiftes, spørge, dele, hente hjælp, tage pause, vælge noget andet.
Sig det på en ny måde	Omskriv fx "Du er dum!" til "Jeg blev vred, da du tog den."
Prøv igen	Spil en konflikt med en dårlig løsning. Stop, vælg en ny strategi, og spil scenen igen.

Øv konfliktfærdigheder, når der er ro. Så er de lettere at finde frem, når en rigtig konflikt opstår.



6. Når konflikten kræver mere

Ikke alle situationer skal behandles som en almindelig uenighed mellem lige parter. Ved gentagen udelukkelse, trusler, fysisk skade eller tydelig ubalance i magt skal voksne tage et større ansvar for sikkerhed og opfølgning.

Se efter mønstre	Er det de samme børn, roller eller situationer igen og igen? Gentagelser kan kræve ændringer i rammerne - ikke kun endnu en konfliktsamtale.
Undgå tvungen forsoning	Et barn skal ikke presses til håndtryk, kram, undskyldning eller fælles leg for at gøre situationen "færdig".
Arbejd med miljøet	Overvej gruppestørrelse, voksenplacering, overgange, frikvarterer, roller og aktiviteter. Hvad gør konflikten mere sandsynlig?
Samarbejd	Ved vedvarende eller alvorlige problemer: inddrag relevante kolleger og forældre efter skolens praksis, og følg skolens procedurer.
Konfliktløsning må aldrig bruges til at gøre den udsatte part ansvarlig for at skabe fred.	



7. Klassens konfliktmodel

Fra uenighed til løsning

1. STOP	Vi stopper handlingen og skaber ro.
2. FORTÆL	Vi fortæller på skift, hvad der skete.
3. LYT	Vi prøver at forstå den andens oplevelse og behov.
4. LØS	Vi finder muligheder, der er trygge og rimelige.
5. REPARÉR	Vi gør det bedre igen med ord, handling eller en aftale.
6. PRØV IGEN	Vi ved, hvad vi kan gøre næste gang.

Refleksion til underviseren

Går jeg for hurtigt til løsningen, før børnene føler sig hørt? Kommer jeg til at fokusere på skyld frem for handlinger? Får børnene konkrete ord og strategier? Er der konflikter, som gentager sig, fordi rammerne bør ændres? Hvordan hjælper jeg børn tilbage i fællesskabet efter noget svært?

**Uenighed er ikke fællesskabets modsætning.
At kunne finde en vej videre sammen er en del af et stærkt fællesskab.**