

PERMA OG PROGRESSION I FORÆLDREMØDERNE

Uanset om man som lærer har en super velfungerende klasse eller en klasse, hvor fællesskabet halter, kan det være en god ide at lade forældrene få blik for vigtigheden af et velfungerende fællesskab.

Nedenstående er et forslag til temaer på forældremøderne på de forskellige årgange. Vi bruger PERMA som referenceramme i forhold til temaerne. Alle klasser er forskellige, og der vil være områder, som er mere oplagte at involvere forældrene i end andre.

0. klasse: Velkommen i skole

(jf. A i PERMA)

- Drøftelser af rutiner.
- Forældrene kan reflektere over og drøfte, hvordan de kan lære børnene at klare det mest lavpraktiske selv (bære egen skoletaske, lægge madpakke på køl, fylde drikkedunk med vand, holde orden i garderoben, udvikle bevidsthed om valg af påklædning, når de skal ud osv.).

Når børnene oplever at lykkes, opbygger de robusthed og tro på sig selv og kan nemmere gå ind i udfordringer senere i skolelivet.

1. klasse: Den gode kammerat og det gode fællesskab

(jf. R i PERMA)

- Drøftelse om, hvad en god kammerat er.
- Er det okay at sige nej til at lege sammen?
 - Er der forskel på pauser og efter skole?
- Hvordan gør vi med fødselsdage? Skal alle inviteres – eller hvad synes vi?

2. klasse: Forældrerolle

(jf. R i PERMA)

- Oplæg om begrebet *den usynlige klassekammerat*.
- Drøftelse om, hvordan forældrene kan være den gode usynlige klassekammerat, og derefter forældrevinkler og aftaler.
- Hvad skal mit barn selv have ansvar for? Fx selv pakke idrætstaske og rydde op efter sig selv.
 - Hvordan træner vi det derhjemme? (jf. A i PERMA).

3. klasse: It-devices og kommunikation

(jf. R i PERMA)

Udmelding fra klassens lærere om, hvordan de forventer at devices rummes og bruges i klassen.

Forældrene kan drøfte *kommunikation i klassen*:

- Hvordan ønsker vi, at børnene kommunikerer?
- Hvordan kommunikerer vi selv?
- Kan mit barn lytte?
- Hvordan lytter man?
- Kan mit barn lytte
- Hvordan lytter jeg?

4. klasse: Sociale medier og arrangementer

(jf. R i PERMA)

- Hvordan med fødselsdage – mener vi stadig det samme?
- Hvordan forholder vi os til sociale medier som fx Snapchat og TikTok? Drøftelse og aftaler om brugen af sociale medier.
- Hvordan kan vi som forældre give vores børn mere ansvar i hverdagen?
- Hvordan sikrer vi, at de oplever at lykkes i hverdagen? (jf. A i PERMA).

5. klasse: Ensomhed og fællesskabet

(jf. R i PERMA)

- Genbesøg: Hvordan forholder vi os til sociale medier (Snapchat, TikTok m.m.)? Drøftelse og aftaler.
- BørneTelefonen har en brevkasse, hvor børn skriver ind med dilemmaer – her kan der findes eksempler på udfordringer, fx ensomhed, ved brugen af sociale medier. Disse kan bruges som cases til at snakke ud fra. (Er der andre temaer/udfordringer, som fylder i klassen lige nu, så vælg relevante cases ud fra det).

6. klasse: Pubertet

(jf. M i PERMA)

Børnenes udvikling er meget forskellig. Se fx en sundhedsfaglig film om unge menneskers udvikling.

- Hvordan kan man som forældre støtte sit barn ind i teenagelivet?
- Fælles drøftelse blandt forældre: Væg et brev fra børnetelefonens brevkasse fra en teenager, som føler sig forkert. Der er emner som kroppen, bryster, onani m.m.
- Det kunne også være drøftelser om teenagerens tanker om identitet/køn eller noget om hjernens udvikling. På sundhedsstyrelses hjemmeside, kan du få viden om og inspiration til at arbejde med hjernes udvikling.

7. klasse: Alkohol og fester

(jf. R og A i PERMA)

Alkoholdrøftelse og fælles aftaler – inddrag det lokale SSP.

- Serverer vi alkohol for hinandens børn?
- Hvor længe varer festerne?
- Blå mandag: Er det en fælles aktivitet?
- Lektiesnak: Hvordan kan vi som forældre støtte vores børn i at tage mere selvstændigt ansvar for lektier, opgaver og livet i udskoling. Drøftelse om søvn, mad, motion og skærmtid.

8. klasse: Ungdomslivet fortsat

(jf. R og M i PERMA)

Forældrene drøfter og laver aftaler og forpligter hinanden.

- Drøftelser ud fra cases fra brevkasse fra BørneTelefonen om at føle sig udenfor, alene til fester osv.
- Hvordan gør vi, så alle føler sig inkluderet? Skal alle være inkluderet? Google efter dilemma-kort eller dialogspil som forældrene kan blive aktiverede af.
- UU-vejledning om fremtidigt uddannelsesvalg. (Sørg for, at forældrene bliver involveret, og at det ikke bliver envejskommunikation).

9. klasse: Karakterer og uddannelse

(jf. R, M og A i PERMA)

Inddel forældrene i grupper og giv dem 10 udsagn, som de skal snakke om og sætte i prioriteret rækkefølge. Det kunne være udsagn som:

- Det er vigtigt, at mit barn får 10 eller 12.
- Det er vigtigt, at mit barn en god ven.
- Det er vigtigt, at mit barn bliver inviteret med til fest.
- Det er vigtigt, at mit barn er glad.
- Det er vigtigt, at mit barn skal på gymnasiet.
- Det er vigtigt, at mit barn har et fritidsjob.
- Det er vigtigt, at mit barn har huslige pligter.
- Det er vigtigt, at mit barn kan planlægge og strukturere sin tid.
- Det er vigtigt, at mit barn laver sine lektier.
- Det er vigtigt, at mit barn kommer i seng kl. 21.30 hver aften.

Af andre temaer, som der kan tages fat på til møderne, kan nævnes FN's Verdensmål, FN's Børnekonvention, folkeskolens formålsparagraf m.m. Læs evt. kapitel 3 der omhandler forældremøder.

Det kan også være en ide, at der gives tid til at planlægge fælles aktiviteter – enten for hele klassen eller grupper af børn. Her vil det give god mening at lade forældrene være tovholder på planlægning og gennemførelsen. I grupper kan de hver planlægge en aktivitet, som skal afholdes i løbet af året. Datoer og indhold meldes ud, inden aftenen er omme.

Ovenstående har langt fra et fagligt fokus. Dermed ikke sagt, at der ikke skal informeres om det faglige, men gør det spiseligt og let for forældrene. Det er nok de færreste forældre, der tygger sig igennem fire A4-sider med anvisninger og gode råd, mål og indsatser i klassen.

- Lav en lille folder om læsestrategier (eller find en på nettet, som allerede er lavet), og del den ud til mødet, så den kan læses derhjemme.
- Lav en video, hvor du kort fortæller om det, du ellers ville have brugt en halv time på til forældremødet. Et plus ved videometoden er, at du kan sende videoen til nye forældre, når der kommer nye elever i klassen. På den måde får de set dig og hørt om, hvordan du arbejder, og de føler sig budt velkommen i klassen.
- Lad forældrene interagere og danne et positivt fællesskab om klassen.

Et møde om året er ikke meget, men et godt førstehåndsindtryk kommer sjældent skidt tilbage. Så det er bare med at få startet godt op.